

ለአሸናፊነት መግዛት

አሸናፊዎች የተለዩ ነገሮችን
አያደርጉም!

ነገሮችን በተለየ መንገድ
ይከውናሉ እንጂ



በመላው ዓለም በ8
ቋንቋዎች ተተርጉሞ
ከ1,000,000
ቅጂዎች በላይ የተሸጠ

ሺቭ ኬራ

ማንኛውንም ሰው ለድንቅ ስኬት የሚያበቃ የእርከን በእርከን የአሸናፊነት ቁልፍ

ሺቭ ኬራ

ለአሸናፊነት መግዛት

YOU CAN WIN

ማንኛውንም ሰው ሰድንቅ ስኬት የሚያበቃ የእርከን በርከን
የስኬት ቀስፍ!

በመላው ዓለም
በፅ ድንጋዎች ተተርጉሞ
ከሚሊዮን ቅጂዎች
በላይ የተሸጠ!

ትርጉም:- ማኅሌት ጥላሁን
እና
ዳኚ መላኩ
አዲስ አበባ - 2001

ፍ

የመጀመሪያ እትም - ጥቅምት - 2001

ለአስተያየትዎ ✉ 21055/1000 - አ/አ

የኮምፒውተር ትሃባና ገፅ ቅንብር

- ነሐሴ ይስሐቅ
- ቤተልሔም በረከት

ማውጫ

መቅደም	6
1. የአመለካከት ጠቀሜታ	9
<ul style="list-style-type: none"> • በጉ አመለካከትን ማዳበር • አመለካከታችን በሰኬታችን ላይ የሚኖረው ትልቅ ሚና • አመለካከታችንን የሚወስኑ ዋና ዋና ነጥቦች 	
2. በጉ አመለካከትን የሚገነቡ 8ቱ ደረጃዎች	21
<ul style="list-style-type: none"> • አትኩሮትን መቀየር • ለራስ ከፍተኛ ግምት የመስጠትን ልምድን ማጉልበት • ከፀሎትና አስተሳሰቦች መራቅ • ቀኑን በበጉ ነገር መጀመር 	
3. የአሸናፊነት አስርቱ ስትራቴጂዎች	45
<ul style="list-style-type: none"> • መለናከሉችን ማለፍ • ሕይወት በምርጫዎች የተሞላችው እንዴት ነው? • ሕይወት በስምምነቶች የተሞላች የምትሆነው እንዴት ነው? • እንድን ለው ለሰኬታማነት የሚያበቁ መለያ ባህሪያት 	
4. ለሰኬት እንዳንበቃ የሚያግዱን 20 ምክንያቶች	78
<ul style="list-style-type: none"> • አደጋዎችን ለመጋፈጥ አለመድፈር • በፍጥነት ለመበልፀግ መፈለግ • ቅድሚያ መስጠት ያለባቸውን ጉዳዮች ለይቶ አለማወቅ • አቋራጭ መንገዶችን ማለስ • አቋሙ-ቢስነት • የተፈጥሮ ህግጋትን አለመረዳት • ለማቀድና ለመዘጋጀት አለመፈለግ • ምክንያት (ለብብ) መደርደር • ነፃነት ስህተቶች አለመማር • መልካም አጋጣሚዎችን አለማጤን • ፍርሃት • ተሰጥኦን መጠቀም አለመቻል 	

• የዲሲፕሊን ጉድለት	
• ለራስ የሚሰጥ ዝቅተኛ ግምት	
• የዕውቀት እጥረት	
• ጉዲ/ ገዳይ አመለካከት	
• የግብ አለመኖር	
• ወኔ ማጣት	
5. ራስንና ሌሎችን በየዕለቱ ማበረታታት	103
• ተነሳሽነትን እንዴት ተግባር ሳይ ማዋል ይቻላል?	
• በተነሳሽነትና በድርጊቶች መማረክ መሀል ያለ ልዩነት	
• ውስጣዊና ውጫዊ ተነሳሽነት	
• በበራ ላይ ተነሳሽነትን የሚያመክኑ አራት ደረጃዎች	
1. ውጤት የለሽ ተነሳሽነት	
2. ውጤታማ ተነሳሽነት	
3. ተነሳሽነት የጉደለው ውጤታማነት	
4. ውጤታማ ያልሆነ ተነሳሽነትም የጉደለው	
6. ራስን ማክበር	115
• ራስን በቀና መልኩ መመልከት ራስን ማወቅ ነው	
• ራስን በቀና መልኩ መመልከት ያሉት ጠቀሜታዎች	
• ዝቅተኛ የራስ እመለካከት	
• የዝቅተኝነትና የበታችነት ስሜት ከምን ይመነጫል?	
• በሽንፈትና ውድቀት መሀከል ያለው ልዩነት	
• ለራስ የሚኖርን አዎንታዊ አመለካከት ለመገንባት የሚረዱ እርከኖች	
• ጉብዝና ላይ የተመሰረተ መሀይምነትን መማር	
7. የእርስ በእርስ ግንኙነት ክህሎቶች አስፈላጊነት	146
• ማራኪ ሰብዕናን ማጉልበት	
• ህይወት እንደገደል ማሟቶ ነው	
• ህይወት ሽቅብ እንደሚተፋ ምራቅ ነው	
• አዎንታዊ ግንኙነቶችን ለማዳበርና ጠብቆ ለማቆየት እንቅፋት የሚሆኑ ምክንያቶች	
• በራስ-ኩራትና በመኩራራት መካከል ያለው ልዩነት	
• የራስ ኩራት - የሁሉን አውቃለሁ አመለካከት	
• ሽርጣን አስተሳሰብ	

• ከባዶ አዕምሮ ይልቅ ክፍት አዕምሮን መያዝ	
• መተማመንን የሚያጉለብቱ ምክኒያቶች	
8. አዎንታዊ ሰብዕና ለማጉልበት የሚወሰዱ 25 እርምጃዎች	156
• ኃላፊነትን መቀበል	
• እሳቤነትን ማሳየት	
• <አሸንፋለሁ> - እናንተም አሸንፋን ማለብ	
9. ውስጠ-ህሊናና ልምድ	196
• ልምዶችን እንዴት እናዳብራለን?	
• የጂ.አይ.ጂ.ኤ. መርህ	
• ንቃተ-ህሊና እና ውስጠ-ህሊና	
• ተፈጥሮ፣ ወናነትን ትጠየሩለች	
• በገዛ ራስ የሚቀርብ ሀሳብ ምንድነው?	
• ውስጠ-ህሊናን ማዘጋጀት	
• በእይነ-ህሊና ማየት	
• አዎንታዊ ልማዶችን የማዳበሪያ የ21 ቀናት ቀመር	
10. ግብን መወሰን	210
• ህልምን ወደ ገሀድነት መለወጥ የሚያስችሉ ቅደም ተከተሎች	
• በርካታ ሰዎች የተወሰነ ግብ የማይኖራቸው ለምንድነው?	
• ትርጉም የለሽ ግቦች	
11. ዕሴቶች እና ራዕይ	223
• ለትክክለኛ ምክኒያት ትክክለኛ ነገሮችን ማድረግ	
• የአስተሳሰብ ስርዓታችንን እንዴት እንዳናዋለን?	
• ለመኖር ብለን የምናደርገውና በመኖራችን የምናደርገው	
• ትልቅ ለውጥ የሚያመጡት ትናንሽ ነገሮች ናቸው	
• ራስን ለአላማ ማስገዛት	
ማጣቀሻዎች	239
ማጠቃለያ	254
ጥቂት ስለደራሲው	256

መቅድም

“ስኬት ውድቀት የማያጋጥምበት ሂደት ማለት አይደለም።
ስኬት ማለት የረጅም ጊዜ ዓላማዎቻችንን ከገብ
ማድረስ ማለት ነው። ስኬት አያንዳንዱን ውጊያ
በተናጠል ማሸነፍ ማለት ሳይሆን፣ አጠቃላይ
ጦርነቱን በድል አድራጊነት መወጣት ነው።”
- ሼድዊን ሲ. ብሊስ

መቼም ሕይወታቸውን በዘፈቀደ የሚኖሩ ሰዎች አጋጥመዎችሁ
ያውቃል። የነዚህ ሰዎች ሁኔታ ዕድል ከሰጠቸው ጋር የተቆራኝ ነው
ማለት ይቻላል። ዕድላቸው ያመጣላቸውን ሁሉ በፀጋ እየተቀበሉ ኑሯቸውን
ይገፉታል። ጥቂቶቹ ባጋጣሚ የሰከት ባለቤት ይሆናሉ። የተረፉት አብዛኞቹ
ግን ሕይወታቸውን በደስታ አጡት እየተለቃዩ ያሳልፉታል።

ይህ መፅሐፍ የተፃፈው ለአነርሱ አይደለም። ለምን ቢባል አነርሱ
ሰበከት የሚከፈለውን ዋጋ ለመክፈልና ጊዜያቸውንና መላ አቅማቸውን
አሟጠው ለመጠቀም ገና ዝግጁ አይደሉም።

ለሰዚህ ይህ መፅሐፍ የተፃፈው ለእናንተ ነው። አሁንም ለምን
ቢባል ይህን መፅሐፍ ለማንበብ መነሳሳታችሁ በራሱ አሁን ካላችሁ
ሕይወት፣ የተሻለ እንዲኖራችሁ አንደምትፈልጉ አመላካች በመሆኑ ነው።

ይህ መፅሐፍ ደግሞ ያንን የተሻለ ሕይወት አንዴት አንደምት
ጨብጡት በርግጠኝነት ወሰል አድርጉ ያሳያችኋል።

መፅሐፉ አንዴት ያለ ነው?

በአንድ በኩል ራሳችንን የምናንፀበት መመሪያ አድርገን ልንወስደው
አንችላለን - በውስጡ ለስኬታማ ሕይወት አስፈላጊ የሆኑትን ዝርዝር

ሃሳቦችና ንድፎች ይዟልና። በውጤቱም የተሳካና የሰመረ አርኪ ሕይወትን
መገንባት ያስችለናል።

በሌላ በኩል መፅሀፉ እንደ ምግብ እዘንጃጀት መመሪያ መፅሀፍ
ተደርጎ ሊወሰድ ይችላል። ምክንያቱም በውስጡ ለስኬታማና ደስተኛ ኑሮ
አስፈላጊ የሆኑትን ቅመማ - ቅመሞችንና የአሰራር ቅደም ተከተሎችን
በዝርዝር ያካተተ በመሆኑ ነው።

በአጠቃላይ ደረጃ በደረጃ የሚተገበሩ መመሪያዎችን የደዘ መፅሀፍ
ነው። እነዚህ መመሪያዎችን እንደ ቅደም - ተከተላቸው በጥንቃቄ
ከተገበርናቸው በርግጥም አመርቂ ለስኬታማ ኑሮ ሊኖረን ይችላል። ይህ
መፅሐፍ ስለ ስኬት ከማለም ባለፈ እምቅ ክሕሎታችሁን በመጠቀም
ሕይወታዊ ስኬት የምትበቁበትን ቁልፍ ይለግሳችኋል።

መፅሐፉ መነበብ ያለበት አንዴት ነው?

ይህ መፅሐፍ አዳዲስ የኑሮ ግቦችን እንድንነድፍ፣ ወደነዚያ ግቦች
የሚያደርሱን መንገዶች የትኞቹ እንደሆኑ አብጠርጥረን እንድናውቅ
እንዲሁም ስለወደፊቱ ህይወታችን አዳዲስ ጠቃሚ ሐሳቦችን ማፍለቅ
እንድንችል የሚያደርገን መጽሐፍ ነው። አርዕስቱ እንደሚጠቁመው እንዴት
አሸናፊ እንደምንሆንና ይህንን አሸናፊነታችንን እንዴት ዘላቂነት ማድረግ
እንደምንችል ይመክረናል።

ሆኖም የዚህን መፅሐፍ ጭብጦች ለማግኘት ከተለያዩ ምዕራፎች
መርጦ ገረፍ፣ ገረፍ ማድረግ አሊያም አጠቃላይ መፅሀፉን በአንዴ እንደ
ቢራ መጨለጥ ትክክለኛው አካሄድ ኢይሆንም። መፅሐፉ መነበብ ያለበት
በዝግታና በጥንቃቄ እያንዳንዱን ምዕራፍ በቅደም ተከተል ነው። የራተኛውን
ምዕራፍ ዐቢይ ይዘት በጥልቀት ሳንረዳ ወደ ቀጣዩ ምዕራፍ መሸጋገር
አይኖርብንም።

መፅሐፉን ልክ እንደ መሪ መፅሐፍ እንጠቀምበት። በግርጌውም
ላይ የራሳችን ማስታወሻ ይኑረን። ከተቻለ ጠቃሚ ሀሳቦችን የያዙ ዓረፍተ
ነገሮችን እናስምርባቸው።

... አንዱን ምዕራፍ አንብቦ በጨረሰን ቁጥር ከመልካም የቅርብ
ዳደኛችን አሊያም የትዳር አጋራችን ጋር ስለምዕራፉ ውይይት እናድርግ።
አኛን አብጠርጥረው ከሚያውቁን ሰዎች የሚሰነዘር ግልፅ እና አዎንታዊ
አስተያየት ለዕድገታችን የሚያበረክተው እገዛ ከፍተኛ ነው።

መርሐ-ዕቅድና መርሐ-ድርጊት ይኑረን!

የዚህ መፅሐፍ አንደኛው ዓላማ በተቀረው የህይወት ዘመናችንን
የምንተገብረው ፍንትው ያለ ዕቅድ እንዲኖረን ማስቻል ነው። አስካሁን

እንዲህ ዓይነቱን ዕቅድ አቅደን የማናውቅ ከሆነ ይህ ዕቅድ ሊያሟላቸው በሰሜንባ ሶስት ቁምነገሮች ማወቁ እጅግ ጠቃሚ ነው፡-

1. ምን ምን ዓላማዎቻችንን ከግብ ለማድረስ እንፈልጋለን?
2. እንዴት ልናሳካቸው እንችላለን?
3. መቼስ እናሳካቸዋለን ብለን እናስባለን?

በሰሜን ይህን መፅሐፍ በምናነብበት ወቅት ከእነዚህ የማይለይ በሶስት ክፍሎች የተከፈለ ማስታወሻ ደብተር ሲኖረን ይገባል። በመጀመሪያው ክፍል ዓላማችንን፣ ሁለተኛው ደግሞ እንዴት ልናሳካው እንደምንችል የሚያሳይ ዝርዝር ዕቅዳችንን እና በመጨረሻው በሶስተኛው ክፍል ላይ ደግሞ መቼ ልናሳካው እንደምንፈልግ የሚጠቁም የጊዜ ገደብ እንመዝግብ።

መፅሀፉን አንብበን በንጩርስ ያ የማስታወሻ ደብተር አዲስ ህይወትን ለመገንባት ወሳኝ ሚና የሚጫወትልን መሰረታችን ይሆናል።

በዚህ መፅሐፍ ውስጥ በዝርዝር የቀረቡት መርሆዎች እውነታ ዓለም-አቀፋዊ ስለሆኑ በየትኛውም ጊዜ፣ ወቅትና ቦታ መተግበር የሚችሉ ናቸው። በየትኛውም ሀገር የሚገኝ የማህበረሰብ ክፍል ሊጠቀምባቸው ይችላል። ይህም ፕላቶ ባንድ ወቅት "እውነት ዘላለማዊ ናት!" ብሎ ከተናገረው አባባል ጋር የሚዛመድ ነው።

በመጨረሻ መፅሐፉ ብዙ ሰዎች ከስኬት ጉዳና ተንጠባጥበው የሚቀሩት በችሎታ ማጣት አሊያም ሰነፎች በመሆናቸው ሳይሆን ለስኬት ጽኑ ፍላጎትና መስዋዕትነት የመክፈል ቁርጠኝነት እንዲሁም ስነ-ምግባር በሰሚጉድላቸው እንደሆነ ያምናል።

- 1 -

የአመለካከት ጠቀሜታ

በጉ አመለካከትን ማዳበር

ለሕፃናት ቀይ፣ ቢጫ፣ ሰማያዊና አረንጓዴ ባሉኖችን ከሌሎች ቀለማት ጋር በማሰባጠር በተገቢ ዋጋ እየሸጠ የሚተዳደር አንድ ግለሰብ ነበር። ሰውየው ንግዱ ቀዝቀዝ ሲልበት አንድን ባሉን ሂልየም ጋዝ በመመሳተ ወደ ሰማይ ይለቀቀል። ህፃናቱ ይህንን ሲያዩ ተመሳሳይ ባሉን እንዲኖራቸው በመጓጓት እርሱ ዘንድ መጥተው ይገዙታል። ያን ጊዜ ገበያው ተመልሶ ሞቅ፣ ሞቅ ይልሰታል።

አንድ ቀን ባሉን ሻጩ ልብሉ ከጌላው በኩል ሲጐተት ተሰምቶት ሲዞር፣ ከጀርባው ቆሞ የነበረ ህፃን ልጅ፣ "ስመሆኑ ጥቁር ባሉንም እንደሌሎቹ በአየር ላይ መንሳፈፍ ይችላል?" ሲል ጠየቀው። ነጋዴው በሕፃኑ ጥያቄ ሳቅ ብሎ፣ "ልጅ፣ የማንኛውም ባሉን መንሳፈፍ አለመንሳፈፍ የሚወስነው በባሉኑ ቀለም ሳይሆን ውስጡ ባለው ነገር ነው" ሲል አስረዳው።

የባሉን ሻጩ መልስ በእኛም ሕይወት ውስጥ የጉላ ድርሻ አለው። ወደ ላይ ሽቅብ እንድንወጣ ወይም ወደታች ቁልቁል እንድንወርድ የሚያደርገን ውጫያዊ ገፅታችን ሳይሆን ውስጣችን ያለ የገዛ አመለካከታችን ነው። የሀርቫርድ ዩኒቨርሲቲው ዊልያም ጀምስ በአንድ ወቅት፣ "የዚህ ዘመን ትውልድ የሳቀው ግች የሰው ልጆች የአዕምሮአቸውን አስተሳሰብ በመለወጥ ብቻ ህይወታቸውን መለወጥ መቻላቸው ነው" በማለት ተናግሮ ነበር።

አመለካከታችን በስኬታችን ላይ የሚኖረው ትልቅ ሚና

በሀርቫርድ ዩኒቨርሲቲ የተደረገ አንድ ጥናት እንደሚያሳየው፣ ሰዎች አዲስ ሥራ ለማግኘት አሊያም ዕድገት ላይ ለመቆናጠጥ የሚያበቃቸው ሰማንያ አምስት በመቶ የሚሆነው ዋነኛ ምክንያት አመለካከታቸው ነው።

የተቀረው አሰራር አምስት በመቶ ባላቸው ሙያና ጉብዝና ላይ የሚወሰን ነው። የሚያስገርመው ግን ሙሉ የትምህርት ወጪያችንና ጠቅላላ ጉልበታችን የሚባከነው ለዚህ አሰራር አምስት ከመቶ ብቻ ለሚሸፍነው ሙያዊና አዕምሮአዊ ክህሎት ብቻ መሆኑ ነው።

ይሁንና አሸናፊነታችንና ስኬታችን ሙሉ በሙሉ የሚወሰነው በዚህ ለማንያ አምስት በመቶ በሚሸፍነው አመለካከታችን የተነሳ ነው። አመለካከት (Attitude) የሚለው ቃል ቁልፍ ጠቀሜታ ያለው ቃል ነው። በእያንዳንዱ ሰው ሙያዊም ሆነ ግንዛዔ ህይወት ላይ የሚጫወተው ሚና የጉላ ነው። አንድ የሥራ ኃላፊ መልካም አመለካከት ሳይኖረው አንዴት ጥሩ የስራ ኃላፊ ሊሆን ይችላል? አንድ ተማሪ ብሩህ አመለካከት ሳይኖረው አንዴት ውጤታማ ተማሪ ሊሆን ይችላል? መምህራን፣ ወላጆች፣ የሽያጭ ሰራተኞች፣ ቀጣሪዎችም ሆነ ተቀጣሪዎች በጉ አመለካከት ሳይኖራቸው ሥራቸውን በተገቢው መንገድ እንዴት ማከናወንና ስኬታማ መሆን ይችላሉ?

**በየትኛውም የሥራ መስክ ላይ ብትሰማረም፣
የስኬታችሁ ብቸኛው መሠረት አመለካከታችሁ ነው**

እንግዲህ አመለካከታችሁ ለስኬታማ ኑሮአችሁ ይህን ያህል የጉላ ጠቀሜታ ካለው ካሁኗ ቅፅበት ጀምሮ አመለካከታችሁን መለስ ብላችሁ ለመፈተሽና እንዴት ከግባችሁ እንድትደርሱ ሊረዳችሁ እንደሚችል ለመመርመር አትጓጉምን?

ሐፌዝ ባለው ተደስቶ የሚኖር በአፍሪካ ውስጥ የሚኖር ገበሬ ነው። ደስተኛ የሆነው ባለው በመርካቱ ነው፤ ባለው መርካቱም የመነጨው ከዚህ ደስተኛነቱ ነበር። ከዕለታት አንድ ቀን አንድ ብልህ ሰው እርሱ ዘንድ መጣና አልማዞችን መለብለብ ምን ያህል ኃይል ሊያጉናጽፈው እንደሚችል አጫወተው። “የአውራ ጣትህን የሚያክል አልማዝ ካለህ የምትኖርበትን ከተማ መግዛት ትችላለህ። የእጅህን ጭብጥ የሚያክል አልማዝ ካለህ ደግሞ ሀገሪቷን ጠቅልለህ መግዛት ትችላለህ!” በማለት አብራራለት።

ብልሁ ሰውዬ ትቶት ከሄደ በኋላ ሐፌዝ ያን ምሽት ጥሩ እንቅልፍ ሳይተኛ አደረ። ለመጀመሪያ ጊዜ ደስተኛ ያለመሆን ለሜት ወረረው። ደስተኛ ያልሆነው ባለው ነገር እርካታ ስላልተሰማው ነበር፤ ባለው ሊረካ ያልቻለውም ደስተኛ ስላልሆነ ነበር።

በነጋታው ሐፌዝ እርሻውን ለመሸጥ ሁኔታዎችን አመቻችቶ የቤተሰቡን ነገር ዳር ካስያዘ በኋላ አልማዞቹን ፍለጋ ለጉዞ ተሰናዳ። ጉዞው መላውን አፍሪካን ቢያካልልም አንዲት ቅንጣት አልማዝ ሊያገኝ አልቻለም።

ወደ አውሮፓ ተሻግሮ ባደረገው ከፍተኛ አለላም ያገኘው ውጤት ተመሳሳይ ሆነ። ስፔን በደረሰበት ወቅት አካሉ ተጉሳቅሎ፤ አዕምሮው ዝሎ፤ መንፈሱ እጅግ ተለብሮ ነበር። ከዚህ ሌላ ክፉኛ የገንዘብ እጥረት አጋጥሞት ነበር። ስለዚህም ካደረበት ጭንቀት ለመገላገል መፍትሔ መለሱ የታየው ባርሶሎና ወንዝ ውስጥ ተወረውሮ በመግባት ራሱን ማጥፋት ነበር። በተግባርም አደረገውና ለዘላለሙ አንቀላፋ።

የሐፌዝን እርሻ የገዛው ሰውዬ አንድ ቀን በዚያ እርሻው ላይ ከሚያልፍ ወንዝ ግመሎቹን ውህ በማጠጣት ላይ ሳለ የሆነ የሚያብረቀርቅ ድንጋይ አገኘና “ቤቴ ወስጄ ከእንግዳ መቀበያው ባኖረው ጌጥ ሊሆንልኝ ይችላል” ብሎ በማለብ ያዘው።

ያን ዕለት ከሰዓት በኋላ ብልሁ ሰውዬ እሱ ዘንድ መጣ። ድንጋዩንም ሲያብረቀርቅ አየው። “ሐፌዝ ተመልሷል እንዴ?” ሲል ጥያቄውን አቀረበ። “አይ፣ አልተመለሰም፤ ግን ለምን ጠየቅከኝ?” ሲል ባለ እርሻው ጥያቄውን በጥያቄ መለለሰ።

“ምክንያቱም ይህ የምታየው ድንጋይ አልማዝ በመሆኑ ነው። ስለዚህ ጉዳይ ለሐፌዝ አጫውቼው ነበር” አለው። “ታዲያ ይህንን ድንጋይ ከወንዙ ዳር አምጥቼ እዚህ ያኖርኩት እኔ ነኝ” ሲል ባለ እርሻው ሰውዬ አብራራለት። “ና ላሳይህ፤ ሌሎችም አሉ” ሲል ብልሁ ሰውዬ ጋበዘው። በዚያው ዕለት ብዙ ተመሳሳይ ድንጋዮችን ከለቀሙ በኋላ የተወሰኑትን ለምርመራ ባለሙያ ዘንድ ላኳቸው። በውጤቱም ሁሉም አልማዞች ሆነው ተገኙ። ያ የእርሻ ቦታ በአልማዝ ሀብት የበለፀገ መሆኑም ታወቀ።

የዚህ ታሪክ ቁም ነገሮች ምንድን ናቸው?

ስድስት ቁም ነገሮችን ማውጣት ይቻላል፦

1. አመለካከታችን አዎንታዊና ትክክለኛ ከሆነ፤ እያንዳንዳችን በአልማዝ ሀብት በበለፀገ ምድር ላይ እየተራመድን መሆኑን እንረዳለን። ዕድል ሁሌም እግራችን ስር ናት፤ እርሷን ለማግኘት የትም መሄድ አይጠበቅብንም። ማድረግ የሚገባን ይህንን ዕድል ለመገንዘብ መንቃት ብቻ ነው።
2. ሳር በየትኛውም አቅጣጫ ብናየውም ያው አረንጓዴ ነው።
3. እኛ ሳርን ባንደኛው ጉን እያየነው ሳለ፤ በሌላኛው ጉኑ የሚያዩ ሌሎች ለዎች መኖራቸውንና ምናልባትም እነዚህ ለዎች የእኛን ቦታ ለመንጠቅና ከደጃፋችን ሀብት ሲያፍሉ ፅኑ ፍላጎት ሊኖራቸው እንደሚችል እናስተውል።
4. መልካም አጋጣሚን ለመገንዘብ ያልታደሱ ለዎች ጥሩ ዕድል በራቸውን ሲያንኳኳ በንዴት ይጮሃሉ፤ ያለፈውን አሉታዊ ስሜታቸውን ስለሚቀለቅለውም ይረበሻሉ።

5. መልካም ዕድሎችና አጋጣሚዎች ከእኛችን ሲያፈተልኩ አንጂ በራችንን ሲያንኳኳኩ የመገንዘብ ዕድላችን እጅግ የጠበበ ነው።
6. ዕድል በራችንን የሚያንኳኳኩ አንዴ ብቻ ነው። ቀጣዩ ጊዜ የተሻለ ወይም የባለ መጥፎ ሊሆን ይችላል። ለዚህም ነው ትክክለኛውን ውሳኔ በትክክለኛው ጊዜ መወሰን የሚኖርብን። ተገቢ ባልሆነ ጊዜ የምንወስነው ትክክለኛ ውሳኔ የተሳሳተ ውሳኔ ይሆናል።

5

ዳዊትና ጉልያድ

መቼም መፅሐፍ ቅዱስ ውስጥ ያለውን የዳዊትና ጉልያድ ታሪክ ብዙዎቻችሁ ታውቁታላችሁ። ጉልያድ በማንም ልብ ውስጥ ፍርሀትን ሊነዛ የሚያስችል ቁመናና ትልቀት የነበረው ግዙፍ ሰው ነበር። ዳዊት ደግሞ የአስራ ሰባት ዓመት ከላላ ወጣት። ይህ ጉረምሳ ሰቤተሰቡ ስንቅ ሊያደርስ ወደ ጦርነቱ ስፍራ በደረሰበት ወቅት ይህን ግዙፍ ሰው ተመሰክተና "ለምንድነው ይህንን ሰውዬ ትግል የማትገጥሙት?" ሲል ወንድሞቹን ጠየቃቸው። "አታይም እንዴ ምን ያህል የሚያስፈራ ግዙፍ እንደሆነ?" አሉት፤ ወንድሞቹ። ዳዊት ግን በመገረም፤ "አዎን፤ ግዙፍማ ግዙፍ ነው፤ ሆኖም ግዙፍነቱ ድንጋይ ወርውራችሁ እንዳትስቱት መልካም አጋጣሚ ይሆንላችኋል" አላቸው።

የተቀረው የታሪኩ ከፍል የአደባባይ ሚስጥር ነው። ዳዊት ጉልያድን ባንዲት የወንጭፍ ድንጋይ ከመራት ዘረረው። በዚያ ወገን ሰውጊያ የቀረበው አንድ ግዙፍ ሰው ብቻ ሲሆን በነዚህ ወገን ግን የቀረቡ ሁለት የተሰየ አመለካከት ያላቸው ደቃቅ ሰዎች ነበሩ።

አመለካከታችን ችግሮችን እንዴት በጥቅሉ አንደምናቸው ያስረዳናል። በጎ አመለካከታችን የሰኪት መወጣጫ ደረጃችን ሊሆን ይችላል። በተቃራኒው መጥፎ አመለካከታችን ወደ ስኬት የምናደርገውን ጉዞ የሚገድብ ዕንቅፋት ሊሆንብን ይችላል። "Think and Grow Rich" (አስብና በሀብት በልዕግ) የሚለው መፅሐፍ ደራሲ ናፖልዮን ሂል "አያንዳንዱ ችግር የራሱን መፍትሄ ይዞ ይመጣል" የሚለውን እሳቤ ከሌሎች ምሁራን ጋር ይጋራዋል።

አመለካከት ስድርጅቶች ያለው ጠቀሜታ

ለመሆኑ አንዳንድ ድርጅቶች፤ ግለሰቦችና ሐገራት ከሌሎች አቻዎቻቸው በተሻለ ሁኔታ ለምን ስኬታማና ብልፁግ ሆነው እንደተገኙ አስበንበት እናውቅ ይሆን? ነገሩ ሚስጥር አይደለም። ስኬታማ የመሆናቸው ምስጢር በውጤታማነት ላይ የተመሰረተ አስተሳሰብና ተግባር ስላላቸው ነው። ገንዘባቸውን በመላ የሚያፈስሱትም ባላቸው ውድ ሐብት ላይ ነው። ይህም ውድ ሐብታቸው ደግሞ የሰው ሃይላቸው ነው።

በመላው ዓለም ዝናቸው ከናኝ ኩባንያዎች የሥራ አመራሮች ጋር ባደረግሁት ውይይት ላይ ደጋግሜ የማነሳት እንዲት ጥያቄ አሰች። "ለመሆኑ የሆነ አስማታዊ ስልጣን ተሰጥቷችሁ ትርፋማነታችሁን፤ እምራችነታችሁንና የጠያቂሁን ሁኔታ ሊያሻሽልላችሁ የሚችል አንድ ምትኃታዊ ድርጊት ፈፅሙ ብትባሉ ምን ታደርጋላችሁ?" የሁሉም መልስ በእብዛኛው ተመሳሳይ ነው። ፍላጎታቸው የሠራተኞቻቸውን አመለካከት መቀየር ነው። የተሻለ አመለካከት እንዲይዙላቸውና ምርታማ፤ ታማኞች፤ ጊዜ የማያባክኑ እንዲሆኑላቸው ይሻሉ። የዚያኔ ኩባንያቸው ምቹ የሰራ ቦታ ይሆንላቸዋል።

ከልምድ መረዳት የቻልነው ነገር ቢኖር፤ የሰለጠነ የሰው ኃይል ከማምረቻ መሳሪያዎች ወይም ከተቀማጭ ገንዘብ በላይ ዋጋ እንዳለው ነው። የዚያኑ ያህልም የሰው ኃይል በእግባቡ ካልተጠቀመንበት ትልቁ ኪሳራችንም ሊሆን ይችላል። በእግባቡ የተያዘ የሰው ኃይል ኃብት የመሆኑን ያህል በተቃራኒው የተያዘ የሰው ኃይል ኪሳራ ነው።

ለሠራተኞች የሚዘጋጁ የአሻሻጥ ስልቶች፤ የደንበኛ አያያዝና የዕቅድ አተገባበር ስልቶችን የተመሰከቱ በርካታ የማሻሻያ ስልጠናዎችን እንደመከታተሉ የተረዳሁት አንድ ቁም ነገር ቢኖር፤ አብዛኛው ማለት ይቻላል ትክክለኛውን በስርዓት የተዋቀረ የሰው ኃይል እስካላገኙ ድረስ ውጤታማነታቸው አጠራጣሪ መሆኑን ነው። ለዚህ ደግሞ የሚያስፈልገን ምርጥ የሰው ኃይል ስብስብ ነው። ለመሆኑ ምርጥ የሰው ኃይል ስብስብ ምንድነው? ስብስቡ ተሰጥቶ ያላቸው፤ ታማኞችና በጎ አመለካከት ያላቸውን ሠራተኞች ያቀፈ ከሆነ ምርጥ የሰው ኃይል ስብስብ ሊባል ይችላል።

በነገራችን ላይ የማሻሻያ ስልጠናዎቹ እስፈላጊ አይደሉም እያልኩ አይደለም። እኔ የምለው ውጤታማ የሚሆኑት ትክክለኛውን ምርጥ የሰው ኃይል ስብስብ ሲያገኙ ነው። ለምሳሌ አንድ የተከታተልኩት የደንበኛ አያያዝ የማሻሻያ ስልጠና ላይ ሠራተኞቹን (አባክዎ) እና (እናመሰግናለን) ዓይነት እባባሎችን እየተጠቀሙ በትሕትና ደንበኞቻቸውን ማስተናገድ እንዳሰባቸው ሲያስገነዝቡ ነበር። ይሁንና ደንበኞችን በትሕትና ለማስተናገድ ልባዊ ፍላጎት የሌለው ሰው ፊቱ ላይ የውሸት ፈገግታውን እየፈነጠቀ ምን ያህል ጊዜ መቆየት ይችላል? በዚያ ላይ ደንበኞቹ አስመሳይነትንና የውሸት ፈገግታን በቀላሉ መለየት ይችላሉ ብዬ አስባለሁ። ልባዊ ያልሆነ ፈገግታ ሲበዛ አሰልፄ ነው። አንደኔ መቅደም ያለበት ገፅታው ሳይሆን የሠራተኛውን ስብዕና መገንባቱ ነው። ትህትና ማስተማሩ ከዚያ ለጥቆ የሚመጣ ነው። አሁን እየተደረገ ያለው ግን የተገላበጠሽ ነው። በእርግጥም ሠራተኞቹ ለደንበኞች (አባክዎ)ና (እናመሰግናለን) ማለትን ቢገባቸውም ይህ ትህትና ሥራ ለመሥራት በሚኖራቸው ፅኑ ፍላጎት የተጋዘ ወይም የታደበ ሊሆን ይገባል።

በአንድ ወቅት አንድ ሰው ወደ ታዋቂው የፈረንሳይ ፈላስፋ ብሌዝ ፓስካል ተጠጋና "እንዳንተ ዓይነት አዕምሮ ቢኖረኝ የተሻለ ሰው በሆንኩ ነበር" አለው። ብሌዝ ፓስካልም ሊመልስ "የተሻለ ሰው ከሆንክ የኔን አዕምሮ ይኖርሃል" አለው።

የታላላቅ ድርጅቶች ጥንካሬ የሚገነባው በደመወዝ አከፋፈል አሊያም በሥራ ሁኔታዎች አይደለም። ይልቁንም የነዚህ ድርጅቶች ጠንካራ መሠረቶች የሚገነቡት በሰዎች አመለካከትና መልካም የርስ በርስ ግንኙነቶች ነው። ሰራተኞቻቸው "ይህን ነገር ማድረግ አልችልም" የሚሉ ከሆነ፤ የዚህ አባባል ትርጉም ሁለት ዓይነት አንደኛው ይኖረዋል። የመጀመሪያው ሥራው እንዴት እንደሚሠራ አለማወቃቸውን መናገራቸው ሊሆን፤ ይህም እንደ ቴክኒካዊ ችግር ሊወሰድ ይችላል። ሁለተኛው ደግሞ ሥራውን ለመስራት ጭራሹን አለመፈለጋቸውንና የአመለካከት ችግር እንዳለባቸው ተደርጎ ይወሰዳል። ወይ ለሥራው ደንታ የላቸውም፤ አሊያም ሥራውን መሥራት ይገባቸው እንደሆነ አያውቁም።

የካልጋሪ ማማ ርዝመት 190.8 ሜትር ነው። ከአጠቃላይ 10,884 ቶን ክብደት ውስጥ 6,349 ቶን የሚሆነው (60 ከመቶ ማለት ነው) የሚገኘው ከመሬት በታች ነው። ይህ የሚያሳየን አንዳንድ ውብና የተዋጣላቸው ግዙፍ ሕንፃዎች ጥንካሬያቸው ያለው መሰረታቸው ላይ መሆኑን ነው። እኚህ ሕንፃዎች ጠንካራ መሰረት ላይ እንደቆሙ ሁሉ ስኬትም ጠንካራ መሰረት ላይ ሊገነባ ይገባል። የስኬት መሰረት ደግሞ አመለካከት ነው።

ሁሉን-አቀፍ አቀራረብ

እኔ በሁሉን-አቀፍ አቀራረብ አምናለሁ። እኛ እጆችና እግሮች፤ ዓይኖችና ጆሮዎች፤ ልብና አዕምሮ ብቻ አይደለንም። የተሟላ ሰውነት ያለን ሙሉ ሰዎች ነን። ይህ ሙሉው ሰው ሟት ከቤት ሲወጣ የነበረውን ሙሉነት እንደያዘ ማታም ከሥራው ወደቤቱ ይመለሳል። የቤታችንን ችግሮች ወደ ሥራችን፤ የሥራችንን ችግሮችም ወደ ቤታችን ይዘን እንሄዳለን። የዚህ ክስተት መዘዙ በሥራችን ላይ የውጤታማነት ማሽቆልቆልና የመሳሰለው ሊሆን በቤታችንና ማኅበራዊ ሕይወታችን ላይም ችግር መፍጠሩ አይቀርም። የግል፤ ሙያዊና ማኅበራዊ ችግሮቻችን ሁሉም ቢሆን እንደተጋጨብን ነው።

አመለካከታችንን የሚወሰኑ ዋና ዋና ነጥቦች

ለመሆኑ አመለካከቶች አብረውን የሚወስዱ ናቸው ወይንስ በልምድ አየበስልን ስንሄድ የምናገባቸው? አመለካከታችንን ለማቆርቆሩ ምን

አይነት ክስተቶች ናቸው? በአካባቢያዊ ተፅዕኖ የያዝነውን መጥፎ አመለካከት እንዴት መቀየር እንችላለን?

አብዛኛዎቹን አመለካከቶቻችንን የምንቀርባቸው ከታዲያነት የዕድሜ ዘመናችን ጀምሮ ነው።

ገና ስንወለድ ጀምሮ በምናደርገው ሕይወታዊ ጉዞ አመለካከቶቻችንን የሚቀርቡልን ሶስት ወሳኝ ነጥቦች አሉ።

1. Environment (አካባቢያዊ ሁኔታ)
2. Experience (ዘልማዊ ድርጊቶች)
3. Education (ትምህርት) ናቸው።

እስቲ እያንዳንዳቸውን በተናጠል አንድ በአንድ እንመልከታቸው።

1. Environment (አካባቢያዊ ሁኔታ)

በአካባቢያዊ ሁኔታዎችን ውስጥ የሚካተቱት።

1. ቤተሰብ (ጥሩም ሆነ መጥፎ ተፅዕኖዎች)
2. ትምህርት ቤት (የአቻ ጓደኞች ግፊት)
3. የሥራ ቦታ (አጋዥ አሊያም ከመጠን በላይ ተቆጣጣሪ አለቃ ያለበት)
4. መገናኛ ብዙሃን (ቴሌቭዥን፣ ሬድዮ፣ ጋዜጦች፣ መፅሄቶችና ቴልግራፎች)
5. የባህል ተፅዕኖዎች
6. የኃይማኖት ተፅዕኖዎች
7. ልማዶችና ዕምነቶች
8. ማኅበረሰባዊ ሁኔታዎች
9. ፖለቲካዊ ክንዎኔዎች

እነዚህ አካባቢያዊ ሁኔታዎች ተደማምረው ባህልን ይፈጥራሉ። ሁሉም ቤተሰብ፣ ማኅበረሰብና ሀገር የራሱ ባህሎች አሉት። ለምሳሌ ባንድ ወቅት ከአስተዳዳሪው ጀምሮ ሁሉም ሠራተኞች በትህትና የሚያስተናግዱበት የንግድ ድርጅት አጋጥሞን ሊሆን ይችላል። አሊያም በሠራተኞች እየተገለመጥን የተሳቀቅንበት ስርዓት የለሽ ሉቅ (የንግድ ድርጅት) አጋጥሞን ሊሆን ይችላል።

ወዳንድ ቤተሰብ ሰጥቶታ ጉራ ብላችሁ ታላቅ ታናሹ የሚከባበሩበት ትህትና እና ሥነ ምግባር ያላቸው ሆነው አግኝታችኋቸው ሊሆን ይችላል። በተቃራኒው እንደ ድመትና ውሻ እየተባረሩ ሰላም የነሷችሁ ስርዓት የለሽ ቤተሰቦችም ገጥመዎችሁ ይሆናል።

ብዙ ጊዜ ታማኝ መንግሥት፣ ጥሩ ፖለቲካ እና ዲሞክራሲ በሰፈነበት ሀገር ውስጥ ነዋሪዎቹ ሕግ አከባሪዎችና ለመረዳዳት የፈጠኑ ምግባረ ሰናዮች ሆነው እናገኛቸዋለን። የዚህ ተቃራኒ ሁኔታዎች የሰፈነበት

ሀገር ውስጥ የሚታየው ነገር ደግሞ የዚያ ተገባቢወሽ ነው። በሙሉና በተጠላለፈ ስርዓት ውስጥ ታማኝነቱንና ሃቀኝነቱን ለመጠበቅ የሚጣጣር ግለሰብ ፈታኝ ሕይወት እንደሚገኘው ጥርጥር የለውም። በበጎ አካባቢያዊ ሁኔታዎች (በምቹና አዎንታዊ ሁኔታዎች) ውስጥ ያለ ሠራተኛ ምርቱ እየጨመረ ሲሄድ፣ በተቃራኒው የሚገኝ ሠራተኛ ምን ቢለፋና ቢደክም ምርታማነቱ (ውጤቱ) እየሽቀለቀለ ይሄዳል። ባህል በየትኛውም ቦታ ሁሉ ከላይ ወደታች ይወርዳል እንጂ፣ ከታች ወደ ላይ አይወጣም። ከሁሉም በፊት ምን ዓይነት አካባቢያዊ ሁኔታዎችን እንደፈጠርን ልናስተውል ይገባናል። መጥፎ አካባቢያዊ ሁኔታዎች ከበዙ በጎ ነገር (ለናይ ምግባር) መጠበቁ ይከብዳል። ሕግ ተላላፊነት በራሱ ሕግ በሚሆንባቸው እንዲህ ዓይነት አካባቢዎች፣ ሕግ አከባሪ ዜጎች አጭብርባሪ ቢሆኑ አይደሉም።

እስቲ ያለንበት አካባቢያዊ ሁኔታ አመለካከታችን ላይ እንዴት ተፅዕኖዎችን ሊፈጥር እንደሚችልና እኛም የምንፈጥረው አካባቢያዊ ሁኔታ ሌሎቹ ላይ የሚያደርሰውን ተፅዕኖ ለማጤን ጥቂት የፅሞና ጊዜ ይኑረን።

2 Experience (ዘልማዳዊ ድርጊቶች)

ከተለያዩ ሰዎች ጋር እንደሚኖረን ተሞክሮ አንፃር ባህርያችንም ያቀያይራል። ብዙ ጊዜ የሕይወታችን ማጣቀሻዎች አድርገን የምንጠቀመው ልምዶቻችንንና አጋጣሚዎቻችንን ነው። በጎ ተሞክሮ ካለን በጎ አመለካከት ይኖረናል፤ መጥፎ ተሞክሮ ካለንም እንደዚያው። ከዚህ በመነሳትም ለላ ወደፊቱ ሕይወታችን ድምዳሜ ላይ ለመድረስ ሁሉ እንወስናለን።

3. Education (ትምህርት)

ትምህርት ስንል መደበኛ በሆነ መልኩ ከትምህርት ቤት የምናገኛቸውንና ከነጋሪዎችን ልምድ የምንቀስመውን ያካትታል። በመረጃ ውቅያኖስ ውስጥ እየቀዘፍን ቢሆንም ቅሉ የዕውቀትና ጥበብ ጥማችን እስካሁን አልረከም። ባጭሩ ለመገንዘብ እንዲረዳን ዕውቀት የሚለው ቃል ሲተረጉም ጥበብ ማለት ሲሆን ጥበብ የሚለው ቃል ደግሞ ለኬትን ያመለክታል።

እዚህ ላይ ከምንም በላይ የመምህራን ሚና የጎላ ይሆናል። መምህራን በባህርያት ቀረፃ ላይ የሚያሳድሩት ተፅዕኖ የጎላ ነው።

ትምህርታችን ለመኖር ምን ማድረግ እንዳለብን ብቻ ሳይሆን እንዴት መኖር እንዳለብንም ሊያስተምረን ይገባል።

ለመሆኑ በጎ አመለካከቶችን እንዲት መለየት እንችላለን?

አለመታመም ብቻውን የጤናማነት መስፈርት እንደማይሆን ሁሉ፣ አንድ ለው መጥፎ አመለካከት ስላልያዘ ብቻ ጥሩ አመለካከት አለው ማለት አይደለም።

በጎ አመለካከት ያለው ሰው ከሌላው በቀላሉ የሚለይበት መለያ ባህርያት አሉት። እነዚህም በራስ መተማመኑ፣ አፍቃሪ መሆኑ፣ ትዕግስት ማሳየቱና ትህትናው ናቸው። ከራሱና ከሌላውም የሚጠብቀው ምርጡን ነው። ለራሱም ለሌላውም ከፍተኛ ግምት ይሰጣል፤ ሁሌም ቢሆን በጎውን ነው የሚመኘው።

በጎ አመለካከት ያለው ሰው ዓመቱን በሙሉ ፍሬ በሚያፈራ ተክል ይመስላል። ሁሌም ቢሆን ተቀባይነት አለው።

በጎ አመለካከትን የማዳበር ጥቅሞች

በጎ አመለካከትን ማዳበር ብዙ ጥቅሞች አሉት። እነዚህ ጥቅሞች ግልፅ ስለሆኑ ለመረዳትም ሆነ ለመለየት አያስቸግሩም። ግን ብዙውን ጊዜ በቀላሉ የምንገነዘባቸውን ነገሮች በቀላሉ እንዘነጋቸዋለን።

ከበጎ አመለካከት የምናገኛቸው ጥቅሞች፡-

- ❖ መስህብ ያለው ስብዕናን ያገናጽፋል፤
- ❖ ኃይላችንና ዓቅማችንን ያዳብርናል፤
- ❖ በሕይወት የመርካት አጋጣሚውን ያበዛልናል፤
- ❖ በሕክምናዊ ደረጃ ያሉትን ሰዎች ወደ እኛ እንዲሳቡ፣ በኛ እንዲነቃቁ ያደርጋቸዋል፤
- ❖ ለማንበረሰባችን አስተዋጽኦ የምናበረክት ምርጥ ዜጋ እንድንሆን ያደርገናል።

ድርጅታችን ከበጎ አመለካከት የሚያገኛቸው ጥቅሞች፡-

- ❖ ምርታማነቱ ይጨምራል፤
- ❖ በጋራ የመሥራትን ስሜት ያጥለብታል፤
- ❖ ችግሮችን የሚፈታ ይሆናል፤
- ❖ ጥራቱን ከጊዜ ወደጊዜ እያሻሻለ እንዲሄድ ያደርጋል፤
- ❖ አሠሪ ከባቢን ይፈጥራል፤
- ❖ ታማኝነትን፣ ተወዳጅነትን ያቀዳጃል።
- ❖ ትርፍን ያሳድጋል፤

- ❖ በቀጣሪዎች፣ ተቀጣሪዎችና በደንበኞች መሀከል ያለውን ግንኙነት የሰመረ እንዲሆን ያደርጋል፤
- ❖ ጭንቀትንና ውጥረትን ይቀንሳል።

የመጥፎ (የአሱታዊ) አመለካከት መዘዞች

ሕይወት በራሷ እስቸጋሪና ጠመዝማዛ የመሆኗን ያህል እኛ ደግሞ መጥፎ አመለካከትን ለንደርብሳት መዘጋጀት የከፋ ይሆናል። መጥፎ አመለካከት ያላቸው ሰዎች ሥራቸውን፣ ወዳጆቻቸውን፣ የትዳር ጓደኞቻቸውንና በአጠቃላይ ለብዓዊ ግንኙነቶቻቸውን ሰብቀው በቋሚነት ለመዝለቅ ሁሉም አንደተቸገሩ ነው። መጥፎ አመለካከት ወደሚከተሉት ሁኔታዎች ይመራል፡-

1. ምሬት (ንዴት)
2. ቅር መለኘት (አለመርካት)
3. ግብ የለሽ ህይወት መምራት
4. ጤና ማጣት
5. ከራስ አልፎ ተርፎም ለሌላው የሚተርፍ የጭንቀት፣ የውጥረት ድባብን መፍጠር

አሱታዊ አመለካከት በቤት ውስጥና በሥራ ቦታ ላይ አስደሳች ያልሆነ አካባቢያዊ ሁኔታን ስለሚፈጥር በማንበረሰቡ ላይ ከፍተኛ ጉዳት ያስከትላል። ሰዎች ይህን አሱታዊ አመለካከታቸውን ለቀጣዩ ትውልድም ሊያስተላልፉት ይችላሉ።

አሱታዊ አመለካከት እንዳለን ከተገነዘብን በኋላ ለምን አንቀየርም?

የለው ባህርይ በተፈጥሮው ለለውጥ የተመቻቸ አይደለም። ማናቸውም ሰውጦች አይመቹንም። ለበጎም ይሁን ለመጥፎ ሰውጦች ጊዜያዊ ውጥረትና ጫናን መፍጠሩ አይቀርም። ለበጎ ቢሆንም እንኳን አንዳንዴ የነበርንበትን ሁኔታ ከመውደዳችን የተነሳ መጥፎውን የምንመኝበት ጊዜ ይኖራል።

ቻርልስ ዲክንስ ባንድ ወቅት በደንጊዩን ውስጥ ለብዙ ዓመታት ታስሮ ለሰነበር እስረኛ የፃፈው ታሪክ አለ። የእስር ጊዜውን ሲጨርስ እስረኛው ያቺን በጨለማ የተዋጠች ከፍሉን ለቅቆ ወደፀሀያማው ቀን ይወጣ ዘንድ ተነገረው። እጆቹ በለንለለት መታሰርን፣ እይኖቹም ጨለማውን ከመልመዳቸው የተነሳ ያገኘው የነፃነት አየርና ብርሃን ምቹት ነሳው፤ ፀሃያማው ውብ ቀን እጅግ አስጠላው። በአጠቃላይ የተጎናጸፈውን አዲስ ሕይወት ለሰዓታት እንኳን መቋቋም አቅቶት በቀጥታ ወደነበረበት እስር ቤት

እንዲመልሱትና ዕድሜ ልኩን በዚያው እንዲቀር በብርቱ ተማፀናቸው። ለዚህ እስረኛ ነፃ ከሆነው ብርሃናማ ዓለም ያልቅ እጆቹን የሚጠፈንገውን ጨለማ የዋጠው ዓለም መምረጡ ዋነኛ ምክንያት ከዚህኛው ሁኔታ ጋር በመላመዱ እና ምቹት የሚሰጠው ይኸኛው በመሆኑ ሳቢያ ነው።

የዘመናችን እስረኞችም ተመላላይ ስሜት እንደሚሰማቸው የሚያመለክቱ ፍንጮችን እናያለን። ኃላፊነት የበዛበትን ይህን ዓለም መቋቋም ሲያቅታቸው ሆነ ብለው ሌላ ወንጀል ፈፅመው ወደለመዱት እስር ቤታቸው ይመለሳሉ። እዚያ ለመኖር የሚያደርጉት ትግል የለም፤ ስለዚህ ወህኒ ቤቱ ምርጫቸው ይሆንና ለእነሱ ትክክለኛ የሚመስለውን ነፃነት እዚያ ይጎናፀፋታል።

አመለካከታችን አሱታዊ ከሆነ ሕይወታችንም የተገደበ ይሆናል። የምናገኘው የስኬት ደረጃ፣ የጓደኞቻችን ብዛት፣ በህይወት የምናጣጥመው ደስታ ሁሉ የተገደበ ይሆናል።

በሚቀጥለው ምዕራፍ ላይ እንዴት በጎ አመለካከትን መገንባት እንደምትችሉ ሃሳቦቹን አጋራችኋለሁ። እንድታምኑኝ የምፈልገው በለውጡ ጊዜ የሚሰማችሁ የውጥረትና የጭንቀት ስሜት ተቋቁማችሁ ማለፍ ከቻላችሁ ይህ በጎ አመለካከት በማዳበር የምታገኙት ጥቅም የበለጠና አስደሳች እንደሚሆን ነው።

ተገባራዊ ዕቅድ

“ደርዘን ያህል ህልሞችን (ዕቅዶችን) ማግኘት ይቻላል።

የህልሞች ዋጋ የሚሰካው ገን ወደ ተገባር የተሰወጡ

እንደሆነ ነው።”

ቴዎዶር ረዝቢስት

1. ቢያንስ ሁለት ችግሮቻችሁን ከታች አስፍሩና ከሁለቱ ችግሮች ውስጥ ያገኛችኋቸውን ጠቃሚ ጉን ጥቀሱ። ቢያንስ ከሁለቱ አንድ አንድ አዎንታዊ ክስተቶችን ለዩ።

ማሳሰቢያ፡- ይህን ማድረግ ለብዙ ሰዎች ፈታኝ ተገባር ሊሆን ይችላል። ብዙዎቻችን ከችግሮች ውስጥ በጉ ክስተቶችን (ጠቃሚ ጉኖችን) ማስተዋልና ነቅሶ ማውጣት አልለመደብንም።

ችግር ቁ.1	ከችግሩ ያወጣችሁት በጉ ተስፋዎች
ችግር ቁ.2	ከችግሩ ያገኛችሁትን መልካም ዕድል/ዎች

2. ለወደፊት በሚገጥሟችሁ ችግሮችም ላይ ይህን ስልት ተጠቀሙበት።

- 2 -

በጉ አመለካከትን የሚገነቡ 8ቱ ደረጃዎች

“ስለኪታችንም ሆነ ለወደቀታችን ክፊት ለፊታችን

ከተጋረጡት ማናቸውም ጉዳዮች ጋር ለንፅፅር በማድቀርብ መልኩ አመለካከታችን ወሳኝን ሚና ይጫወታል”

ኖርማን ሺንሰንት ፒል

እስከ ዕድሜያችን ማብቂያ ይዘናቸው የምንጓዝቸውን አመለካከቶች ማዳበር የምንጀምረው ከህፃንነት ዕድሜያችን ጊዜ ጀምሮ ነው። በተለይ በእነዚህ የታዳጊነት ዕድሜ ዘመናችን በጉ አመለካከቶችን ማዳበሩ ቀላል እንደሚሆን አይጠረጠርም። አብሮን የሚወለደው የአፍላ ወቅት የመሻት ዝንባሌያችን፣ ከሕፃንነት ልምዶቻችን ጋር ተጣምረው በጉ አመለካከትን ፈጥረውልን ከሆነ ዕድሰኞች ነን ማለት ነው። ነገር ግን ከአፈጣጠራችንም ሆነ መጥፎ ልምዶች ካላደሩብን ተፅዕኖዎች በመነሳት አሉታዊ አመለካከት እያጉለበትን እዚህ ደርሰን ከሆነ፣ “መላውኑ እንችል ይሆን?” የሚል ፍርሃት ቢያድርብን አይገርምም። ምላሹ ግን “አዎን ትችላላችሁ!” የሚል ይሆናል።

“ግን የምንለወጠው በቀላሉ ነው ወይንስ በትግል?” ካላችሁ የኔ ምላሽ “ከፍተኛ ትግል ያስፈልጋል” የሚል ነው። “እንዲያ በመታገላችን የኋላ ኋላ አንቆጭም ወይ?” የምትሉ ካላችሁ ደግሞ ላረጋግጥላችሁ የምፈልገው በፍጹም እንደማትቆጩበት ነው።

በጉ አመለካከትን ማዳበር የሚቻለው፡-

- ❖ በጉ አመለካከት የሚገነቡትን መርሆዎች ጠንቅቆ በማወቅና መርሆዎቹን ለመተግበር ቁርጠኛ በመሆን
- ❖ አዎንታዊ ሰው መሆንን ከልብ በመሻት
- ❖ የቀና አመለካከት ዲሊፕሊኖችን በየዕለቱ ገቢራዊ ለማድረግ በመጣር

እንደ ዐዋቂ ሆነን ስናስበው አካባቢያችንን፣ ትምህርታችንንና ልምዶቻችንን ሳንጨምር ለአመለካከታችን ማንን ተጠያቂ ልናደርግ ይቻላል? ራሳችንን ካልሆነ ሰብተቀር ማንንም ተጠያቂ ልናደርግ አንችልም። ሁላችንም ለድርጊታችን የተጠያቂነት ስሜት ሊያድርብን ይገባል። አንዳንድ ሰዎች ከራሳቸው ውጪ እያንዳንዱን ሰው እና እያንዳንዱን ሁኔታ ተወቃሽ ያደርጋሉ። ነገር ግን ተጠያቂዎቹ ራሳቸው ናቸው። በየቀኑ ጠዋት ላይ የአመለካከታችንን አቅጣጫ ማስተካከል መቻሉ የእኛ ፋንታ ነው።

ጨለምተኛ አመለካከት ያላቸው ሰዎች ብዙውን ጊዜ ተጠያቂ የሚያደርጉት ጠቅላላውን ዓለም ነው። ወላጆቻቸውን፣ መምህራናቸውን፣ ጓደኞቻቸውን፣ አለቆቻቸውንና የትዳር ጓደኞቻቸውን በሙሉ ይወቅሳሉ። ከተቻለም ኮከቦቹን፣ መንግሥትንና የሀገሪቱን ኢኮኖሚ የውድቀታቸው ምክንያት አድርገው ከማቅረብ ወደ ጎሳ አይሉም።

እኛ ግን ራሳችንን ከትላንትናው ልማድ ማላቀቅ ይገባናል። የእግራችንን ትቢያ አራግፈን፣ ከዓላማ-የለሽ ወደ ዓላማ-መር የጉዞ መስመር መመለስ ይኖርብናል። ህልማችንን (ዕቅዳችንን) አደራጅተን ወደፊት መጓዛችንን እንቀጥል። ስለእውነት፣ ታማኝነትና መሰል ነገሮች ማሰብ፣ አመለካከታችንን ወደ በጉና አዎንታዊ ሁኔታ ሊቀይረው ስለሚችል ሁሉ በጉ በጉውን እናስብ።

የአመለካከት ሰውጥ ለማምጣት የሚረዱን ሰዎችን ደረጃዎች

በጉ አመለካከት እንዲኖረንና ይህን አመለካከት በዘላቂነት ጠብቆ ለማቆየት የሚከተሉትን ሰዎችን ደረጃዎች በጥንቃቄ መከተል ይኖርብናል።

ደረጃ - 1፡- ስትኩሮትን መቀየር፣ በጉ ነገሮችን መፈለግ፡-

ከውስጣችሁ ጥሩ ነገሮችን መፈለግ ይኖርባችኋል። ትኩረታችሁ በሕይወት በጉ ገፅታዎች ላይ ሊሆን ይገባል። በአንድ ሰው ላይ ወይም በሆነ ሁኔታ ላይ ስህተቶችን ለመንቀሳ ለመጣደፍ ይልቅ በጉውን ገፅታ ለመመልከት ሞክሩ። ብዙውን ጊዜ በዘልማዳዊ ተፈጥሮአችን የለመድነው

መጥፎውን ብቻ ነቅሶ ማውጣት ስለሆነ፣ በጉውን ላናይ የምናልፍበት ጊዜ ይበዛል።

አንድረው ካርኒጌ ከስኮትላንድ ጠፍቶ ወደ አሜሪካ ሊመጣ አፍላ ወጣት ነበር። ዝቅተኛ ሥራዎችን በመሥራት የጀመረው የአሜሪካ ሕይወቱ አሁን በአሜሪካ ውስጥ ካሉት ግዙፍ ብረት አምራቾች ሁሉ ቁንጮ ለመሆን አብቅቶታል። በአንድ ወቅት አብረውት የሚሠሩ አርባ ሶስት ሚሊየኖች ነበሩት። በአሁኑ ዘመን አንድ ሚሊየን ዶላር ብዙ ነው ብላችሁ የምታስቡ ከሆነ በ1920ዎቹ አንድ ሚሊየን ምን ያህል ብዙ ገንዘብ እንደነበር መገመት አይከብዳችሁም።

ባንድ ወቅት አንድ ሰው ሚስተር ካርኒጌን ከስዎች ጋር እንዴት እንደሚግባባ ጠይቆት ያገኘው ምላሽ የሚከተለው ነበር፡- "ከስዎች ጋር ተግባብቶ መሥራት ወርቅን ለማግኘት መሬት ከመቆፈር ጋር ይመሳሰላል። አንዲት ግራም ወርቅ ለማግኘት በሚልየን ቶኖች ከብደት ያለው አፈር ዝቀን እናወጣለን። ሆኖም የቁፋሮው ግብ ወርቁ እንጂ አፈሩ ስላልሆነ የአፈር ከምሩን ሳናስተውል ወርቁን ፍሰጋ እንቀጥላለን።"

የአንድረው ካርኒጌ ምላሽ ጠቃሚ መልዕክቶችን ያዘለ ነው። በሁሉም ሰው ላይ በእያንዳንዱ ሁኔታ ውስጥ በጉ ነገሮች አሉ - ጉልተው ስለማይታዩ እናስተውላቸውም እንጂ። ስለዚህ እነዚህ በጉ ነገሮች ጉልተው እስኪታዩን ድረስ ቁፋራችንን ማቆም አይገባንም።

የእናንተስ ግብ ምንድነው? ወርቁን ማግኘት አይደለምን? ከስዎች ስህተትን የምትፈልጉ ከሆነ የትየለሌ ስህተቶችን ልታገኙ ትችላላችሁ። ግን እኮ ግባችሁ ወርቁን ማግኘት እንጂ የአፈር ከምሩን አይደለም። ስህተት ነቃሾች ከገነት ውስጥ እንኳን ስህተት እንደማያጡ መወራረድ እንችላለን። ደግሞም ማንኛውም ሰው መጨረሻ ላይ የሚያገኘው አጥብቆ የፈለገውን፣ ትኩረት የሰጠውን ነገር ነው።

አሉታዊ አመለካከት ያላቸው ሰዎች ሁሉም ከመንቀፍና፣ ከመተቸት አይበዝጉም። አንዳንድ ሰዎች ምንም ይሁን ምን፣ አንድን ነገር ለማጣጣል ሁሉ አፋቸው እንደሾለ ነው። አንድ ነገር ምን ያህል በጥራት እንደተሠራ ከማስተዋል ይልቅ ምን ያህል ስህተቶች (ጉድለቶች) እንዳሉት ማሰባሰል ይቀናቸዋል። ማጣጣሉና ማንቋሽሽን ሙያዬ ብለው የያዙት ይመስላሉ። አስተውሎ ለተመሰከታቸው ይህን አድራጎታቸውን ሥራዬ ብለው የያዙት ልክ የሆነ ሽልማት እንደሚያገኙበት አድርገው ነው። በያንዳንዱ ሰውና በያንዳንዱ ሁኔታ ላይ የሚቀናቸው ስህተትን መንቀሳ ነው። እነዚህን ሰዎች በየቤተሰቡ፣ በየቢሮውና በማናቸውም ቦታዎች ታገጅቸዋላችሁ። በየቦታው ችግሮችን ሲለቃቅሙ ይውሉና ለሚያገኙት ሰው ሁሉ ሁኔታዎች እንዴት እየተባባሉ እንደሆነና ዓለም በመላ ስለነዚህ ችግሮች ተጠያቂ እንደሚሆን ይለፈልፋሉ። እነዚህ ሰዎች በአጭሩ ኃይል

መጣጦች፤ ውጥረት እንጋሾች ናቸው ብል ይቀሰኛል። ወደ አንዱ ካፍቴሪያ ሄደው 20 ሰከ ሱናና ሻይ ይጠጡና በላይ በላይ ሲገራ አከታትለው እያየነት ለመዝናናት እየጣሩ እንደሆነ አድርገው ይናገራሉ። እያደረጉ ያሉት ግን በተቃራኒው በራሳቸውና ባቅራቢያቸው በሚገኝ ሰው ላይ ጭንቀትንና ውጥረትን ማስፈን ነው። መጥፎ ዜናዎችን በማራባት መጥፎ ገፅታዎችን አጉልተው ለማሳየት ሲሞከሩ ውሳኔ ያመሻሉ።

ርበርት ፋልተን በእንፋሎት ኃይል የምትሰራ ጀልባ በፈለሰፈበት ወቅት ከእንደዚህ ዓይነቶቹ ሰዎች ጋር መጋፈጥ ግድ ሆኖበት ነበር። ጀልባዋን ለመክራ በሁድሰን ወንዝ ላይ ሲለቃት ሲል በዚያ የነበሩት ጨለሞተኞቹ ጀልባዋ መቼም ቢሆን በእንፋሎት ኃይል እንደማትሠራ ጉርሮዋቸው እስኪሰጠቅ ሲለፈልፉ ነበር። ሆኖም ምኞታቸው ከንቱ ቀርቶ ጀልባዋ ተነስታ ጉዞዋን ጀመረች። ይሄን ጊዜ ሃሳባቸውን በመቀየር ጀልባዋ ከእንግዲህ መቼም እንደማትቆም መለፍለፍ ያዙ። ታዲያ ይህን ዓይነቱን ለመሰከት ምን ትሉታላችሁ?

አንድ አዳኝ፤ እንደ ወፍ የሚያደርገው ውሻ ገዛ። ውሻው ጠቅላላ አፈጣጠሩ እንደማንኛውም ውሻ ቢሆንም ከሌሎች እንስሳት ሰየት የሚያደርገው በውሀ ላይ መራመድ መቻሉ ነበር። አዳኙ ታድያ ጓደኞቹ ውሻውን አይተው እንዲያደንቁለት ፈለገና አንድ ቀን አንድ ጓደኛውን ዳከዬ ለማጥመድ አብረው እንዲሄዱ ጋበዘው። ቀኑን መላ በሰለ ቀንቷቸው ዳከዬዎችን መተው በጣሉ ቁጥር አዳኙ ውሻውን በውሀው ላይ እየተራመደ ግዳያቸውን ይዞላቸው እንዲመጣ ያዘዋል። አዳኙ ጓደኛው ስለውሻው የሆነ የአድናቆት አስተያየት ይሰግለኛል ብሎ ቢጠብቅም ጓደኛው ግን ቀኑን መላ ምንም አስተያየት ሳይሰጥ ዋለ። በመጨረሻ በመልስ ጉዞ ላይ አዳኙ ጓደኛውን ከውሻው ያስተዋለው ያልተለመደ ነገር ካለ ይጠይቀዋል። ጓደኛው ትንሽ አሰብ አድርጎ፤ “አዎን ያልተለመደ ነገር አይቻለሁ... ታውቃለህ ያየሁት ያልተለመደና የገረመኝ ነገር... ውሻህ ዋና አለመቻሉን ነው” ሲል አስተያየቱን ሰጠው።

አንዳንድ ሰዎች ሁሉንም ነገር በትኩረት የሚያጤኑት በመጥፎ ጉነት ላይ ብቻ ነው። እንዲህ ዓይነት ሰዎች የሚታወቁባቸው የተለዩ ባህርያት እነዚህ ናቸው፡-

- ❖ የሚነቅፉት ነገር ሲያጡ ደስታ ይርቃቸዋል፤
- ❖ ጥሩ ስሜት ሲሰማቸው ከዚህ የባለ መጥፎ ስሜት ሊሰማኝ ይችላል በሚል ስጋት ፍርሃት ያድርባቸዋል፤
- ❖ አብዛኛውን የሕይወት ዘመናቸውን የሚያሳልፉት በመቃወምና ቅሬታ በማሰማት ነው፤
- ❖ ምን ያህል ጨለማ እንደሚሆን ለማየት ሊሉ መብራቱን ያጠፉታል፤

- ❖ በሕይወት መስተዋት ውስጥ ስንጥቅ ፍለጋ ሁሌም ይባዝናሉ፤
- ❖ ብዙ ሰዎች አልጋቸው ላይ መሞታቸውን ሊሰሙ በፍርሃት አልጋ ላይ መተኛትን ያቆማሉ፤
- ❖ ነገ እንታመም ይሆናል የሚል ከፍተኛ ስጋት ስለሚሰማቸው በዛሬው ጤንነታቸው ፍጹም ደስተኛ አይሆኑም፤
- ❖ እጅግ መጥፎ መፃፂ ነገሮች ይከሰታሉ ብለው ከማሰባቸውም በላይ የሁሉም ጥሩ ነገሮች ጅምር መጥፎ አጨራረስ ይኖረው ዘንድ ይተጋሉ።
- ❖ ከቦንቦሊኖው ላይ የሚታያቸው ቀዳዳው ነው፤
- ❖ ፀሀይዋ የምትወጣው ጥላ ለመፍጠር እንጂ ጨለማን ለመግፈፍ እንደሆነ አድርገው እያሰቡም፤
- ❖ ባገኙት ነገር ከመደሰት ይልቅ ያጡት ነገር ሲያብክክናቸው ይታያል፤
- ❖ ጠንክሮ መሥራት ማንንም እንደማይጉዳ ቢያውቁም፤ “ለምን የእርባ ቀን ዕድሌን አልጠብቅም?” በሚል ዕሳቤ ጥረት ሲያደርጉ አይስተዋሉም።

ማሳሰቢያ - በጉ ነገሮችን መመልከት ማለት ስህተቶችን መናቅና ቸል ማለት አይደለም።

ቅን አሳቢ ሁነ!

አንዴት ቅን አሳቢ ልንሆን እንችላለን? አንደሚከተለው ሲብራራ ይችላል። “የአዕምሮ ሰላማችሁን ማንም ሊያናውጠው እንዳይችል የሚያደርግ ጥንካሬ ይኑራችሁ። ለምታገኙት ሰው ሁሉ ጤንነትን፣ ብልፅግናን፣ ደስታን የሚፈጥር ነገር ብቻ አውሩ። ጓደኞቻችሁ መልካም ገፅታቸውንና ጥንካሬያቸውን የምታደንቁ መሆናችሁን ይወቁላችሁ። የሁሉም ነገር በጉ ገፅታው ይታያችሁ። የምታስቡትም ሆነ የምትሠሩት ለምርጥ ነገር ይሁን። ከሌሎችም የምትጠብቁት ምርጥ ምርጡን ብቻ ይሁን። በገዛ ራሳችሁ ስኬት እንደምትደሰቱ ሁሉ የሌሎችም ስኬት ያስደሰታችሁ። ያለፉ ጥቃቅን ስህተቶችን በመርላት አትኩሮታችሁን በቀጣይ ታላላቅ ድሎች ላይ አሳርፉ። ለሁሉም ሰው ፈገግታን ለገሉ። ያላችሁን ጊዜ በጠቅላላ ራሳችሁን በማሻሻል ላይ በማዋል የሌላውን ሥራ ለመንቀፍ ጊዜው እንዳይኖራችሁ አድርጉ። ለንዴት እና ለፍርሀት እጅ አትሰጡ!” *

“የበጉ ዕሳቤዎች መመሪያ” በሚል ርዕስ በክርስቲያን ዲ ላርሰን ክትባፈ መዕሐፍ የተወሰደ

† “እስከ ጨረቃ ወጪደት ድረስ ይተኛል፤ ቀን በፀሀይዋ ሙቀት ሲዘናና ይወሳል፤ ኑርውን በሙሉ “ነገ እሠራዋለሁ” ሲል ያሳልፈዋል፤ ምንም ነገር ሳይሠራም ይሞታል።”

ጀምሎ ስልበሪ

ሁላችንም ብንሆን አንድን ነገር ላለመሥራት ስንፈልግ ሌላ ጊዜ እንሠራዋለን ብለን የማዘግየት ልማድ አለን። ቢያንስ እኔ እንዲህ ዓይነቱ ልምድ እንዳለኝና ብዙ ጊዜ በኋላ ላይ እንደምፀፀት ለውቃለሁ። ነገሮችን ማዘግየት መጥፎ ወደሆኑ አስተሳሰቦች ይመራናል። ነገሮችን ማዘግየቱ ከመሥራቱ የባለ ውስብስብ ሰሜት ውስጥ ይከተናል።

የተጠናቀቀ ሥራ እርካታና ኃይልን የሚያጉናጽፍ ሲሆን ያልተጠናቀቀ ሥራ ግን ኃይልን ይመጥጣል፤ እርካታም ያላጣል።

በጉ አመለካከትን ለማዳበር ፍላጎት ካለን ዕቅዶቻችንን መጠናቀቅ በሚገባቸው በተገቢው ጊዜ እያጠናቀቅን ሕይወትን ዛሬን ብቻ እንደምንኖራት አድርገን አንኑራት።

“ትልቅ ልጅ ስሆን ይህንንና ያንን አደርጋለሁ”... ብሎ በሀገሪቱ ዕቅድ ያወጣ አንድ ሰውዬ ነበር። ትልቅ ልጅ ሲሆን ደስተኝነት የሚለማው የኮሌጅ ትምህርቱን ሲያጠናቅቅ እንደሆነ ተናገረ። የኮሌጅ ትምህርቱን አንዳጠናቀቀ ደግሞ የመጀመሪያውን ሥራ እስካላገኘ ድረስ ድረስ ደስታ እንደማይለማው ሲናገር ተደመጠ። ሥራ በያዘበት ቅፅበት ትዳር ካልያዘ በቀር እንዴት ደስተኛ እንደሚሆን እንቅፅልሽ እንደሆነበት አወጋ። ትዳር እንደያዘ ደግሞ ልጆቹ ትምህርታቸውን ሲጨርሱ ከማየት የበለጠ ደስታ እንደማይኖር መናገሩን ሰዎች ሰሙ። ልጆቹ ትምህርታቸውን ሲያጠናቅቁ ደስታ የሚያገኘው ጡረታ በወጣበት ቀን እንደሚሆን ተነበየ። ጡረታ የወጣ ጊዜስ ምን ይታየው ይሆን?

አንዳንድ ሰዎች ነገሮችን የማዘግየት መጥፎ ልምዳቸውን ኃይለኛና ጥልቅ በሆኑ ቃላት ጀርባ ሽሽገው ያዳብሩታል። ለምሳሌ “ጥናት እያደረሁበት ነው” በማለት ድክመታቸውን በውብ ቃል ይሸሽታሉ። እነዚህ ሰዎች ያልተረዱት ነገር ቢኖር በጥናት ተቀፅላ የመሆን በሽታ እየተለቃዩ እንደሆነ ነው።

ሌላም “እየተዘጋጀሁበት ነው!” የሚል ዓይነት አባባል አለላችሁ። ከአንድ ወር በኋላም እየተዘጋጀ ነው። ስድስት ወራት ካለፉ በኋላም ምላሹ

ያው “እየተዘጋጀሁ ነው!” የሚል ነው። ታዲያ እኚህ ሰዎች “ለበብ የመፍጠር” በሽታ ለለባ እንደሆኑ ሰው ካልነገራቸው በምን ማወቅ ይቻላል?

ሕይወትኮ የምትገዙትን ልብስ እንደመሞከር ዓይነት አይደለችም። ስለ ሕይወት የፈለጋችሁን ፍልስፍና ብትከተሉም ከዚህ “ሕይወት” በተለየው ጨዋታ ውስጥ ያለን ዕድል አንድና በድጋሚ የማይገኝ ስለመሆኑ አትከራከሩም። ያንን ዕድል ማባከን የሚፈጥረው መዘዝ ከባድና እስከ ቀጣዩ ትውልድም ሊጓዝ የሚችል ነው።

አሁን ስንት ሰዓት ነው? የት ነው ያለው? ለሚሉት ሁለት ጥያቄዎች ምላሾቹ አሁን እና እዚህ የሚሉት ቃላት ናቸው። ስለዚህ አሁኑኑ ያለንበትን ሁኔታ ምርጥና በጉ በማድረጉ ላይ እንትጋ። በነገራችን ላይ ስለ ወደፊቱ ማለብ የለብንም እያልኩኝ አይደለም። ግን የአሁኑን ጊዜያችንን ምርጥ ካደረግነው ለቀጣዩ ሕይወታችን ምርጥ ዘር እየዘራን ነው ማለት ይቻላል።

በጉ አመለካከትን የማዳበር ፅኑ ፍላጎት ካለን ነገሮችን በይደር የማዘግየት ልምዳችንን እርግፍ አድርገን በሙተው “አሁኑኑ የመሥራት!” ልምድ ማዳበር ይጠበቅብናል።

በሕይወት ውስጥ የመጨረሻዎቹ አላዛኝ ንግግሮች፡-

- ❖ “ቢሆን ኖሮ...”
- ❖ “ባላደርገው ኖሮ...”
- ❖ “ላደርገው እችል ነበርኩ...”
- ❖ “ባደርገው ጥሩ ነበር...”
- ❖ “ትንሽ ጠንቀቅ የማለቱን ዕድል አግኝቼው ቢሆን ኖሮ...”

† “ዛሬ ልትሠራው የምትችሉበትን በፍጹም ሰነገ ስታሳድረው!”

ቤንጃሚን ፍራንክሊን

እርግጠኛ ነኝ ሁሉም አሸናፊዎች ነገሮችን ለነገ ማስተላለፍ ይገደዱ ነበር። ግን በፍጹም ለዚያ ስንፍና አልተገባላቸውም።

ሰዎች “ከሚቀጥሉት ቀናቶች ውስጥ ባንዱ አደርገዋለሁ” ሲሉ ከለማችሁ በፍጹም እንደማያደርጉት እርግጠኛ መሆን ትችላላችሁ።

አንዳንድ ሰዎች ገና ከቤት ሳይወጡ መንገዱ ላይ ያሉት መብራቶች በሙሉ አረንጓዴ እንዲሆኑላቸው ይፈልጋሉ። ያ ደግሞ የሚሆን አይደለምና ገና ሳይጀምሩት ተሸናፊ ይሆናሉ። ተሸናፊነታቸው ገና ከመነሻው ላይ ነው።

“ሌላ ጊዜ አደርገዋለሁ” ማለትን አቁሙ! ነገሮችን ለሌላ ጊዜ ማስተላለፍን የምናቆምበት ትክክለኛው ወቅት አሁን ነው።

ደረጃ - 3:- አመስጋኝ የመሆን ልምድን ማዳበር

ካጣነው ነገር ይልቅ ያገኘውን እናስብ። ፅረዳ አበቦችን ለማሸቱም ጊዜ ይነረን። መቼም ሰዎች በድንገተኛ አደጋ ሽባ ሲሆኑ አሊያም ዓይናቸው ሲታወርና በካላ ክፍያ ሚሊዮን ዶላሮችን ሲፈረድላቸው መስማት የተለመደ ነው። ታዲያ ማናችን ነን በእነዚህ ሰዎች ምትክ ሆነን ለመገኘት የምንመኘው? እርግጠኛ ብዙዎቻችን እንደዚያ ዓይነት መሆንን እንመርጥም። ስለሌሉን ነገሮች በጣም ከማማረራችን የተነሳ ያሉንን ፀጋዎች እብዝተን ረስተናቸዋል ማለት ይቻላል። ብዙ ለማመስገን የሚያበቁ ፀጋዎች እንዳሉን እንገንዝብ።

ስለሌለን ነገር እናማርር ማለት፣ ባለን ተደስተን ይብቃን ብለን እጃችንን አጣምረን እንቀመጥ ማለት አይደለም። ስላለን ነገር ማመስገን፣ በቃን ብሎ ከመቀመጥ ጋር በፍጹም አይያያዝም። ምናልባት በቃኝ ብሎ እንደመቀመጥ እድርጋችሁ ተረድታችሁኝ ከሆነ ወይ እኔ ሃሳቤን በማስተላለፍ በኩል ደካማ ነኝ፣ አሊያም እናንተ መርጦ እዳማጭ ናችሁ።

የሚፈልጉትን ብቻ መርጠው ስለሚያዳምጡ (ስለሚረዱ) ሰዎች የለማሁትን የእንድ የህክምና ሀኪም ገጠመኝ ላስነብላችሁ። ሐኪሙ በመጠጥ ሱስ በተለከፉ ሰዎች መሀል ተገኝቶ ስለ መጠጥ እስከፊነት ትምህርታዊ ገለፃ እንዲሰጥ ይጋበዛል። በምሳሌ ለማስረዳት ይቀሰው ዘንድ ሁለት የፈላሽ መያዣ የቤተ-ሙከራ ጠርሙሶች እዘጋጀና በአንደኛው ንፁህ ውሃ በሌላኛው ደግሞ አልኮልነት ያለው ፈላሽ ጨመረበት። ከዚያም ሁለት የመሬት ትሎችን በማምጣት አንደኛው ንፁህ ውሃ በያዘው ጠርሙስ፣ ሌላኛው ደግሞ አልኮል ባለበት ጠርሙስ ውስጥ ከተታቸው። ንፁህ ውሃ ውስጥ ያስገባው ትል እየዋኝ ወደጠርሙሱ እናት ሲወጣ፣ አልኮሉ ውስጥ የከተተው ትል ግን ወዲያውኑ ተበጣጥሶ ሞተ። የትምህርቱ ዓላማ አልኮል ምን ያህል ለሰውነታችን ጉጂ እንደሆነ ግልፅ መልዕክት ማስተላለፍ ቢሆንም፣ ሐኪሙ ከዚህ ክስተት ምን እንደተገነዘቡ የጠየቃቸው ጊዜ ከአንደኛው ተማሪው ያገኘው መልስ ግን ያልጠበቀው ነበር።

"አልኮል ስንጠጣ ሆዳችን ውስጥ የሚገኙትን ትላትሎች ይገድልልናል" የሚል ነበር የተማሪው መልስ። ችግሩ ከትምህርቱ አሰጣጥ ይሆን እንዴ? በፍፁም! ችግሩ ያለው ልንለማው የምንፈልገውን ነገር ብቻ መርጠን ከማዳመጥ ዝንባሌያችን ላይ ነው።

እብዛኞቹ ድብቅ ፀጋዎቻችንን (ሀብቶቻችን) የምናገኛቸው ልናመለካቸው ከሚገቡንና ካሉን ነገሮች ውስጥ ነው። ስለዚህ የሌሉን ነገሮችን ማማረር ትተን ባሉን ነገሮች ሁሌም መደለትን እንወቅቡት።

ደረጃ - 4:- ሁሌም በተከታታይነት ለመማር መትጋት:-

እስቲ ዘወትር ከምናደርገው ከመደበኛው ክንዋኔ ወጣ እንበል። በመደበኛ ኮሌጆችና ትምህርት ቤቶች ውስጥ ትምህርት እንደሚለጥ አሌ የማይባል ሐቅ ነው። በተለያዩ ሀገሮች እየተዘዋወርኩ በየሌሚናሮቹ ላይ በምለጠው ገለፃ ላይ ለአድማጮቹ ደጋግሜ የማንላው ጥያቄ፡- "በኮሌጆችና ትምህርት ቤቶች ውስጥ ተገቢውን ትምህርት በርግጥ እያገኘን ነውን?" የሚል ነው። ለዚህ ጥያቄ ጥቂት ሰዎች አዎንታዊ ምላሽ ይነራቸው እንጂ የብዙዎቹ አምነት በተቃራኒው አሉታዊ ነው። እዚህ ጋር አሁንም በተላላተ መንገድ እንዳትረዱኝ አደራ አላችኋለሁ። በርግጥ በትምህርት ቤቶችና ኮሌጆች ብዙ መረጃዎችን እንደምናገኝ ዕሙን ነው። እነዚህ መረጃዎች የተማረ የለው ኃይል ለመሆን እጅግ ጠቃሚ ሲሆኑ ይቸላሉ። ይሁን እንጂ የዚያኑ ያህል የትምህርትን ትክክለኛ ትርጉም ጠንቅቀን ማወቅም የግድ ነው።

እመክንዮ ላይ የተመሰረተ ትምህርት በቀጥታ ከአዕምሮ ጋር የተገናኘ ሲሆን፣ ስብዕና ላይ የተመሰረተ ትምህርት ግን በቀጥታ የሚገናኘው ከልብ ጋር ነው። እዚህ ላይ ልብ ማለት ያለባችሁ ልብን ያላካተተ፣ ልብን የማያሰለጥን ትምህርት እደገኛ መሆኑን ነው። በየቤተሰቡ፣ በየሥራ መስኩ እና በጠቅላላ በማንበረሰቡ ውስጥ ሥነ-ምግባርን ማስፈን ከተፈለገ በሥርዓተ-ትምህርቱም ውስጥ ይህንን የማካተት ግዴታ አለብን። እንደ ታማኝነት፣ ልብ-ጥነት፣ ኃላፊነትን መቀበል፣ ትዕግስተኝነት እና ፈተናዎችን የመታሰብ ብቃት ዓይነቶችን መሰረታዊ ባህሪያትን ማነፅ የሚችል የትምህርት ድጋፍ መዘርጋት እጅግ ጠቃሚ ነው።

ከቀለም ትምህርቶች በተጨማሪ የመልካም ሥነ-ምግባር ትምህርት ማግኘት በጣም ወሳኝ ነው። በቀለም ትምህርት በቂ ዕውቀት አግኝቶ የሥነ-ምግባር ትምህርት ባለማግኘቱ ሳቢያ በግብረ-ገብነት ከላሸቀው ሰው ይልቅ፣ በመልካም ሥነ-ምግባር የታነፀው ሰው በተሻለ ሁኔታ በስኬት ጉዳና ላይ ለመራመድ በቂ ዝግጅት አድርጓል ማለት ይቻላል። ስኬታማ መሆን የሚችለውም እሱ ነው።

“የኒቨርስቲዎቻችን ኋላ ቀር ስዎችን የሚያፈልቁ ተቋማት ሆነዋል ማለት ይቻላል። ምክንያቱም ተማሪዎቹ አጥብቀው የሚፈልጉትን ስብዕናቸውን የሚገነባቸውን ትምህርት አደስተምሯቸውም።

የሚደስተምሯቸው ሌላ ሌላውን ብቻ ነው።”

ስቲቨን መሰር

የጃንስ ሆፕኪንስ የኒቨርሲቲ ፕሬዚዳንት

እውነተኛ ትምህርት አዕምሮንና ልብን ነው የሚያርቀው። ያልተማረ ሌባ ከባቡር ውስጥ ያገኘውን ሰርቆ ሊለወር ቢችልም የተማረ ሌባ ግን ባቡሩንና ጠቅላላውን የባቡር ሀዲድ ሰርቆ አብስ ሊል ይችላል። መታገል፣ መፎካከር ያለብን የትምህርት ደረጃችንን ለማሻሻል ሳይሆን ዕውቀትንና ጥበብን ለማግኘት መሆን አለበት። ዕውቀት እውነታዎችን መቃረም ሊሆን ጥበብ ደግሞ ነገሮችን ቀላል ማድረግ ነው። እንደ ሰው በክፍተኛ ነጥብ ዲግሪዎች ይዞ እንኳን በበቂ ሁኔታ የተማረ ሳይሆን የሚችልበት እንዲሁ ምክንያትም ይሸው ነው። ከምንማረው ነገር ሁሉ እጅግ ጠቃሚው (በለመማር መማር) ነው። ለዎች መማርን ከማስታወስ ወይ ከሽምደዳ ችሎታ ጋር ሲያምታቱት ይታያሉ። ያለ ሥነ-ምግባር በትምህርት ብቻ መጉበዝ የማከበረለብ ብሎም የሀገር ቀውስን ሊያስከትል ይችላል።

ዕውቀት ኃይል አይደለም!

ብዙ ጊዜ ሊነገር የምንለማው አባባል ዕውቀት ኃይል እንደሆነ ነው፤ እውነታው ግን የዚህ ተቃራኒ ነው። ዕውቀት መረጃ ነው፤ ዕውቀት የእምነት ኃይል ማቀጣጠያና መነሻ ነው። ይህ ኃይል ወደ ሙሉ ኃይልነት መቀየር የሚችለው ደግሞ ተግባር ላይ የዋለ እንደሆነ ብቻ ነው።

ማንበብ በማይችልና ለማንኛውም አዋቂ ሰነድ ለው መሀከል ያለው ልዩነት ምንድነው? መልሱ፡ “የራስክሊን እንዲህ ሊል ባጭሩ አስቀምጦታል። “ምንም!”

መማር ልክ እንደመመገብ ነው። ይሁንና ቁምነገሩ ምን ያህል መጠን ምግብ ተመግበናል አይደለም - የተመገብነው ምን ያህል ተዋህዶናል እንጂ።



ዕውቀት እምነት ኃይል ሲሆን ጥበብ እውነተኛው ተግባር ሳይ የዋለ ኃይል ነው።

ትምህርት ብዙ ደረጃዎችን ያካተተ ነው። ዝም ብሎ የክፍል ደረጃዎችን መቁጠር አሊያም ዲግሪዎችን መሰብሰብ ብቻ አይደለም። መማር ማለት፡-

1. ተሰጥኦን መንገባት፤
2. ሥነ - ምግባርን ማነፅ፤
3. የማዳመጥ ክህሎትን ማዳበር፤
4. ተዘውታሪ በሆነ መልኩ ለመማር መጓጓት ነው።

አዕምሮአችን ልክ እንደ ጡንቻዎቻችን ነው። ይላላል፤ ይወጣጠራል። ጥንካሬው የሚወለነው ባሠራው መጠን ያህል ነው።

የተማረ መሆን ጠቃሚ ውሳኔ የማሳለፍ ብቃትን አይገልፅም

መንገድ ዳር የሥጋ ሳንድዊችን ይሸጥ ስለነበር እንደ ሰውዬ የሚነገር ታሪክ አለ። ሰውዬው ያልተማረ መሀይም በመሆኑ ጋዜጦችን አያነብም። ጆሮዎቹ የመስማት፣ ዓይኖቹም የማየት ድክመት ስለነበረባቸው ከፊደሉና ቴሌቭዥን እጠገብ ደርሶ እያውቅም። ግን ብዙ የሥጋ ሳንድዊች ይሸጥ ነበር። የትርፉ መጠን እያደገ ሲሄድ የተሻለ ምድጃ ለመግዛትና የሥጋውን አቅርቦት ከፍ ለማድረግ ውሳኔ ላይ ደረሰ።

ይህ በእንዲህ እንዳለ በቅርቡ የኮሌጅ ትምህርቱን ያጠናቀቀው ልጁ ከአባቱ ጋር ለመስራት ፈልጎ ወደ ንግድ ሥራው ተቀላቀለ።

ከጥቂት ቀናት በኋላ ያልተጠበቀ ነገር ተከሰተ። ልጁ “አባይ፣ ለመሆኑ በሀገራችን እየተፈጠረ ያለውን የኢኮኖሚ ማሸቆልቆል ሲያስተዋልክው ነውን?” ሲል አባትየውን ጠየቀው። “አረ በፍፁም! እስቲ ንገረኝ?” አለው አባትየው። “ዓለማቀፉ ችግር እየተባባለ ነው። የሀገር ውስጡንም በጣም ተባብሷል። ስለዚህ ለሚመጣው ችግር በቂ መለካደ ማድረግ አለብን!” ሲል ልጁ አባቱን ያስጠነቅቀዋል። አባትየው፣ ልጁ የኮሌጅ ምሩቅ ስለሆነና ፊደሉና ቴሌቭዥንም ስለሚከታተል ምክሩን ችላ ማለት ተገቢ እንደሚሆን አምናበት ከሚቀጥለው ቀን ጀምሮ የሚያዘውን የሥጋ መጠን እንዲቀነስ አደረገ፤ ማስታወቂያውንም ግብር እንዳይከፍልበት ከተሰቀለበት አወረደው፤ በየሳንዱዊቹ የሚጨምረውን የሥጋ መጠንም ቀነሰው። በሥራ ተነሳሽነቱ መውደቅና በአቅርቦቱ ጥራት መጓደል ቅር የተሰኙት ደንበኞቹ ቀስ በቀስ ሸሸ።

እየዋለ እያደረ የደንበኞቹ ቁጥር በክፍተኛ ሁኔታ አሸቆለቀለ። የውድቀቱን ትክክለኛ መንስዔ በቅጡ መገምገም የተሳነው አባት ገበያው እየቀዘቀዘ እንደሚሄድ አስቀድሞ ለመክረውና ምክሩን ተከትሎ የሚያዘውን የሥጋ መጠን በመቀነስ ከብዙ ዚሳራ ላዳነው ልጅ፣ “ልጄ፣ ትክክል ብለሃል፤ ያ ያልከው መዓት እሁን የመጣ ይመስለኛል። አስቀድሜ እንድጠነቀቅ ስላሳወቅከኝ እመሰግናለሁ” አለው።

ከዚህ ታሪክ የምንቀስመው ቁም ነገር ምንድነው?

- ይሆናሉ ወይ ይከሰታሉ ብለን የምንጠብቃቸው ነገሮች የራሳችንን “ትንበያ” ሊያረኩ እንደሚችሉ፤
- ብዙ ጊዜ ዕውቀትን ጥሩ ውሳኔ መወለን ከመቻል ጋር እንደምናምታታው፤

- አንድ የተማሪ ሰው አሰሪና ጉብዝናና ዕውቀት ቢኖረውም፤ ደካማ ውሳኔ ሊወሰን እንደሚችል፤
- በጥንቃቄ አማካሪዎችን መምረጥ እንደሚኖርብን፤ ሆኖም ምክራቸውን አመዛዝኖ ለመቀበልም ሆነ ላለመቀበል ወሳኞቹ ራሳችን ብቻ መሆን እንደሚገባን፤
- መደበኛውን ትምህርት ተማሪም አልተማሪም አንድ ሰው የሚከተሉትን “አምሳክ ሳይሆን” የሚል ቅፅል ስም ያተረፉትን ለብዕናዎች ካሟሳ ስኬታማ ሊሆን እንደሚችል፤ እነዚህም፡-

- > Character - ባህርይ
- > Commitment - ቁርጠኝነት
- > Conviction - በነገሮች ፅኑ እቋምን መያዝ
- > Courtesy - ትህትና
- > Courage - ድፍረት (ወኔ) ናቸው፡፡

አሳዛኝ ነገር ከማንም በላይ ዕውቀትን የታደሉ፤ ነገር ግን በምስቅልቅል የነሮ አረንጃ ውስጥ የሚጻክሩ ሰዎች መኖራቸው ነው፡፡

ጉብዝና ዕውቀት-ተኮር ነገሮችን በፍጥነት የመረዳት ክህሎት ነው፡፡ ተሰጥኦ ችሎታ ነው፡፡ ፍላጎት፤ ጉጉትና ተሰጥኦ ያለውን ሰው ብቁና የተግባር ሰው ያደርገዋል፡፡ ችግሩ ብዙ ተሰጥኦ ያላቸው ሰዎች ብቁና የተግባር ሰው ሆነው አይገኙም፡፡ ችሎታ ወይም ተሰጥኦ ቢኖረን እንኳን ትክክለኛው አመለካከት ክሌሰን ትርጉም አይኖረውም፡፡

ማንን ነው የተማሪ ብሰን የምንጠራው?

የመጀመሪያው በየቀኑ የሚገጥሙትን መሰናክሎች ስገባብ ባስው መንገድ በመወጣት፤ ሁኔታዎችን አመዛዝኖ ውሳኔ በማስተላለፍ ተገቢውንና ትክክለኛውን ድርጊት በየዕለቱ የሚፈፅም ነው፡፡

ሁለተኛው የተማሪ ሰው ዓይነት ደግሞ ለሰዎች ያለው ክብርና ሰብዓዊ ገንኝነቶች መልካም የሆነና ማናቸውንም የሚገጥሙትን ስህተታዊ ነገሮች በማመዛዘንና በማስታረቅ ሊደረግ የሚገባውን ሁሉ ምክንያታዊ ሆኖ የሚያደርግ ነው፡፡ በተለይ የደሰታንም ሆነ የሐዘን ስሜቱን በመቀጣጠር ከስሜታዊነት የነሳ፤ በስህተት ሁኔታዎች የማይሸበር፤ በቅሬጥነት ተወዳዳሪ የሌለው ዓይነት የተማሪ ሰውም ስለላችሁ፡፡ በስኬታቸው ምክንያት ተኩራርተው ማራ መንካት የማይቃጠቸውና በተለይ በዕድል ካገኙት ስኬት ይልቅ በጥረታቸውና በማመዛዘን ችሎታቸው ስተጉናጸፉት ስኬት ቅድሚያ የሚለጡ ሰዎች ተፈጥሮዊ ክህሎትን ታደሰዋል ማለት ይቻላል፡፡

እኚህን ከላይ የተጠቀሱትን ባህርያት አማምረው ለመያዝ የታደሱ ናቸው እውነተኛውን ትምህርት ተምረዋል ወይም የተማሪ ሰዎች የሚባሉት፡፡

ከክርስቲስ ልደት በፊት ከ470-399 ዓ.ዓ የኖረው ሶቅራጥስ ስባዳ

በአጭሩ አንድ ሰው የተማሪና ብልህ መሆኑን የምናውቀው በማናቸውም ወቅቶች የብልህ ውሳኔዎችን ማሳለፍ ከቻለ ብቻ ነው፡፡ ከሞኝነት ዐዋቂነትን፤ ከመጥፎ ጥሩን፤ ከጋጠ-ወጥነት መልካም ሥነ-ምግባርን መምረጥ ከቻለ ምንም ዓይነት የቀለም ትምህርት ባይኖረውም ያ ሰው የተማሪ ነው፡፡

ሁሉን-ዓቀፍ ትምህርት ምን ማለት ነው?

በዱር ውስጥ ይኖሩ የነበሩ እንሰሳት ተሰባስበው ትምህርት ቤት ሊከፍቱ ወሰኑ፡፡ ተማሪዎቹም ዓላ፤ ጥንቸል፤ ውሻ፤ ወፍ፤ ቀንድ አውጣና የአዕምሮ ዝግመት ያለበት እባብ መላይ ዓላ ሆኑ፡፡ ትምህርቱ ሁሉን-ዓቀፍ እንዲሆን ከስምምነት ላይ በመደረሱ የመቆፈር፤ የመዋኘት፤ የመብረርና፤ ዛፍ የመውጣት ችሎታን ማካተት ከተማሪዎች የሚጠበቅ መስፈርት ነው፡፡ ሁሉም ተማሪ ሁሉንም የትምህርት ዓይነቶችን እንዲከታተል በቦርዱ ተወሰነ፡፡

በመብረሩ ረገድ የተዋጣለት ሆኖ የበረራ ትምህርትን “ኤ” ያገኘው ወፍ በቁፋሮ ትምህርቱ ላይ ግን መንቆሩና ክንፎቹ እየተሰበሩበት ስለተቸገረ በቂ ውጤት ማምጣት አልቻለም፡፡ ይባስ ብሎም በተከታዩ የበረራ ፈተና ውጤቱ አሽቆልቁሎ “ሲ” አገኘ፡፡ የዋናና ዛፍ መውጣት ትምህርቶች ላይ እንዲትም ነጥብ ሊያመጣ አልተቻለውምና “ኤፍ” ተሰጠው፡፡

ቀንድ-አውጣው ደግሞ በዛፍ መውጣት ትምህርት “ኤ” ሲያገኝ በዋናው ትምህርት ነጥብ ማምጣት ተስኖት ወደቀ፡፡ በአንፃሩ በዋና የሚስተካከለው ያጣው ዓላ ስሕይወቱ አስጊ በመሆኑ ከውሃ ውስጥ መውጣት አልቻለምና በሌሎች ትምህርቶች ጠቅላላ “ኤፍ” አገኘ፡፡ ውሻው ትምህርቱን ላለመማር ከማመፁም በላይ ግብር ባለመክፈል ተቃውሞውን ገለፀ፡፡ ከትምህርት ቤት የቦርድ አባላት በተገናኝባቸው መድረኮች ላይ ሁሉ መጮህን እንደ አንድ የትምህርት ዓይነት ይካተት ዘንድ መሟገቱን አልተወሰነም፡፡ ጥንቸሉ በቁፋሮ ትምህርት “ኤ” ሲያስመዘግብ የዛፍ መውጣቱ ጉዳይ ችግር ፈጠረበት፡፡ አንድ ጊዜ ያደረገው ሙከራ በጭንቅላቱ እንዲከለከስ እድርጉት የአዕምሮ መዛባት ጉዳት ስላደረሰበት የቁፋሮ ትምህርት ውጤቱም አሽቆልቆለ፡፡

የአዕምሮ ዘገምተኛ የሆነው እባብ መሰሉ ዓላ ግን ሁሉንም ትምህርቶች አማካይ በሚባል ውጤት በማለፍ የክፍሉ ቁንጮ ተማሪ ለመሆን በቃ፡፡ የትምህርት ቤቱ ቦርድም ተማሪዎቹ ሁሉን ዓቀፍ ትምህርት ማግኘት በመቻላቸው ተደሰተ፡፡

እውነተኛው ሁሉንም ያካተተ ትምህርት ተማሪዎቹ ቀድሞ የነበራቸውን ብቃት ሳይቀንስ፤ ቀድሞ የጨበጡትን ክህሎት ሳይለቁ ስተሻለ ብቃትና ክህሎት የሚያዘጋጅ ነው፡፡

ሁላችንም ተፈጥሮ የሰጠችን የራሳችን ጠንካራ ጉን አሰን!

ከብደቱ ከአንድ አሰሪኛ የማይበልጠው የህሚንን ወፍ፣ ተፈጥሮ ከሰጠችው ድንቅ ችሎታዎቹ መሀከል ከንፎቹን በሴኮንድ ውስጥ ለባ አምስት ጊዜ ማርገብን መቻል ይገኝበታል። ይህም በአየር ላይ እንዳለ ከአበቦች ኔክታር መቅለም ያስችለው እንጂ ከፍ ብሎ ሊበርበት፣ ሊዘልበት አሊያም ሊንሸራተትበት አይችልም። ሶስት መቶ ፓውንድ የሚመዝነው ሰጉን ከአዕዋፋት ሁሉ ግዙፍ ቢሆንም ለመብረር አልታደለም። ይሁን እንጂ በአነዚያ ቅልጥማም እግሮቹ በሰዓት ህምሳ ማይሎችን ከመሮጥና በአንድ እርምጃ ከ12-15 ሜሜዎችን ከመዝለል ማንም አላገደውም።



“አላዋቂነት፣ ነገሮችን በትክክለኛው መንገድ መተግበርን ለመማር ካለመፈለግ ጋር ሲነፃፀር ይህን ያህል አላፋፊ አይደለም”

ቤንጃሚን ፍራንክሊን

የተማረ መምሰል ዐዋቂነት አይደለም። ቂሎች ብዙ ጊዜ ከዐላዋቂነታቸው ብቻ የሚመነጭ በራስ መተማመን ይታይባቸዋል።

መሀይምነት በራሱ ብቻውን ስህተት የለውም፤ ግን በመሀይምነት ነገሮችን እያበለሻሹ መሄድ ትልቅ ስህተት ነው። አንዳንድ ሰዎች አሰማውቃቸውን ከማወቅ ጋር ሊያያይዙት ይታያል። አሰማውቃችሁ ደስተኛ እንድትሆኑ አያደርግም። በተቃራኒው የማጣት፣ የመከራ፣ የድህነትና፣ የስቃይን ስሜቶች ይፈጥራል። አሰማውቅ ደስታ ቢሆን ኖሮ ብዙ ሰዎች ደስተኛ ሆነው ለማየት በበቃ ነበር። ትንሽ ዕውቀት አደገኛ ከሆነ ብዙ አሰማውቅም ከዚያ በበለጠ አደገኛ ነው። አላዋቂነት ሊበዛ ወደ ግትርነት፣ ራስ ወዳድነት፣ ተፅዕኖ ፈጣሪነት ይመራናል። ጥበብ ማለት ከአላዋቂነት ከመራቅ የዘለለ ትርጉም የለውም።

የምንኖረው በመረጃ ዘመን ነው። የመረጃ ፍለቱ በየዓመቱ በዕጥፍ እየጨመረ ይሄዳል ተብሎ ይታሰባል። ታዲያ በእንዲህ ዓይነት የመረጃ ፍለት መጠን መሃይምነትን ማጥፋት ቀላል ሊሆን ይገባል። የሚያሳዝነው ግን የቀለም ትምህርቶቻችን የማንበብ፣ የመፃፍና ህሳብን የመግለፅ ትምህርቶችን በስፋት እየለጡ፣ ሰብዓዊ ብልፅግናን ለማጉልበት የሚረዱ የሥነ - ምግባር ትምህርቶችን አሰመስጠታቸው ያሳዝናል።

ትምህርት ቤቶችን የዕውቀት ውሃ የሚሸጡባቸው ተቋማት አድርገን ልንወስዳቸው እንችላለን። የተወሰኑት በእፍታ ለመቅመስ፤

የተወሰኑት ለመጠጣት ይመጣሉ። የተፋሩት ደግሞ ተጉመጥምጠው ይተፋታል።

ተፈጥሯዊ ስሜት

ሁላችንም አምስት የስሜት ህዋሳት እንዳሉን እናውቃለን፤ የመንካት፣ የማሸተት፣ የማየት፣ የመስማትና የመቅመስ ስሜቶች። ስኬታማ ሰዎች ግን ለድስተኛ የስሜት ህዋስ አላቸው። ይህ የተፈጥሮ ስሜት የምንለው ነገሮችን ባሉበት ሁኔታ መረዳትንና በዛም ሁኔታ መተግበርን ያሳያል። ያለ ተፈጥሯዊ ስሜት የትምህርትና የዕውቀት ክህሎቶቻችን ዋጋ አይኖራቸውም።

ተፈጥሯዊ ስሜት በትምህርት ላይገኝ ይችላል። ምርጥ የተባለው ትምህርት ተፈጥሯዊ ስሜትን ካላካተተ ዋጋ አይኖረውም። የተትረፈረፈ ተፈጥሯዊ ስሜት ደግሞ ጥበብ ይሰኛል።

ለአምስት ዓመታት በሚሠራበት ኩባንያ በዛፍ ቆራጭነት ሊያገለግል የነበረው ጆን ዕድገት አግኝቶ አያውቅም። በቅርቡ የተቀጠረው ቢል ግን ገና በዓመቱ ዕድገት ማግኘቱ ለጆን ቅር የሚያሰኝ ክስተት ነበር። ለለዚህ አለቃውን ማነጋገር ግድ ሆነበት። ከአለቃው ያገኘው ምላሽ ታዲያ “አንተ ከተቀጠርክበት ከዛሬ አምስት ዓመት ጊዜ ጀምሮ የምትቆርጠው የዛፍ ብዛት ተመሳሳይ ነው። ኩባንያችን ደግሞ ውጤት-ተኮር ነው፤ እናም ተጨማሪ ዛፎችን መቁረጥ ከቻልክ ዕድገት ልንሰጥህ ፈቃደኞች ነን” የሚል ነበር። ወደ ሥራው በመመለስ ከበፊቱ ጠንክሮ ቢሠራም፤ ምርቱ ሊጨምር አልቻለም። እናም በድጋሚ ወደ አለቃው ተመልሶ ችግሩን አጫወተው። አለቅዬው ቢልን እንዲያነጋግረው ጠቆመው። “ምናልባት ቢል እኔና አንተ ያለወቅነውን ዘዴ ያውቅ ይሆናል” የሚል አስተያየትም ጣል አደረገለት። ጆን ወደ ቢል አምርቶ ዘዴውን ጠየቀው። “ሁሉም እያንዳንዱን ዛፍ ገንድሼ ከጣልኩ በኋላ የሁለት ደቂቃዎች ዕረፍት በመውለድ መጥረቢያዬን እስለዋለሁ። ለመሆኑ መጥረቢያህን ከሳልከው ምን ያህል ጊዜ ሆኖሃል?” አለው።

እናንተስ መቼ ነበር ለመጨረሻ ጊዜ መጥረቢያችሁን የላላችሁት? የትናንት ክብርና ዕውቀት ለዛሬ ብዙም የሚፈይድልን ነገር የለውም። በየጊዜው መጥረቢያችንን መሳል ይጠበቅብናል።

አዕምሮን መመገብ፡-

ለውነታችን በየቀኑ ተመጣጣኝ ምግብ ማግኘት እንደሚያስፈልገው ሁሉ አዕምሮዎችንም በየጊዜው ገንቢ በሆኑ አስተሳሰቦች መገንባት ይኖርበታል። ከዚህኛው ዓረፍተ ነገር ውስጥ ሁለቱ ቁልፍ ቃላት ገንቢ ምግቦችና ገንቢ ሐሳቦች የሚሉት ናቸው። ለውነታችንን የማይረቡ ምግቦችን

ከመገባቸው እንደሚታመም ሁሉ፤ አዕምሮዎችንም መጥፎ ሐሳቦችን ካስተናገድንበት ይታመማል። በሕይወት ሩጫ በትክክለኛው መስመር ላይ ለመሮጥ ከፈለግን አዕምሮዎችንን ገንቢ ሐሳቦች ልንመግበው የግድ ነው።

ለምሳሌ የማያቋርጥ ገንቢ ትምህርት በጉ ወደ ማሰብ ሊመራን ይችላል። በጉ አሳቢዎች በልምምድ ወቅት ውስጣዊ በራስ መተማመንንና የማሸነፍ ስሜትን በሚገነቡ አትሌቶች ይመሰላሉ። ልምምድ ካልሰሩ በውድድሩ ወቅት ብቁ ተወዳጅ መሆን አይችሉም። በራስ መተማመናቸውንና የማሸነፍ ስሜታቸውን የሚጨምረው የሠሩት ብርቱ ልምምድ ነው።

እንደ አትሌቶቹ ሁሉ በጉ አሳቢዎችም በየቀኑ በጉ ተግባራትን በማሰብ እና በመተግበር በራስ መተማመናቸውን ያዳብሩታል። እንዳንዴ ሊያጋጥሙን የሚችሉትን መጥፎ አጋጣሚዎች ለመቋቋም የምንችለው ውስጣችን በበጉ ኃይል የተሞላ ክሆን ብቻ ነው። የዚያኔ መጥፎ አጋጣሚዎችን ተቋቁመን በድል እንወጣቸዋለን።

በጉ አሳቢዎች ሕይወታቸውን በዘፈቀደ የሚመሩ ሞኞች አይደሉም። ገደባቸውን በትክክል የሚያውቁና ለጠንካራ ጉናቸው ቀዳሚ ትኩረት ሰጥተው የሚንቀሳቀሱ ሰዎች ናቸው። ተሸናፊዎች ግን የሚያውቁት ጥንካሬያቸውን ሊሆን አትኩሮት ሰጥተው የሚንቀሳቀሱትም ደካማ ጉናቸው ላይ ነው።

ደረጃ-5:- ለራስ ከፍተኛ ግምት የመስጠትን ልምድ ማጉልበት

ለራስ ከፍ ያለ ግምት መስጠት ማለት ምን ማለት ነው?

ለራስ ከፍ ያለ ግምት መስጠት ስለ ራሳችን የሚኖረንን ስሜት ይገልፀዋል። ስለ ራሳችን ጥሩ ስሜት ሊሰማን ብቃታችን ከመሻሻሉም በላይ በቤተሰባችን እና አካባቢያችን የሚኖረን መልካም ግንኙነት ይዳብራል፤ ዓለማችን እያሚረክት ትሄዳለች። ታዲያ የዚህ ምክንያቱ ምንድነው? ዐቢይ ምክንያቱ በስሜታችንና በጠባያችን መሀከል ቀጥተኛ ግንኙነት መኖሩ ነው።

ለራስ ከፍ ያለ ግምት መስጠትንና ራስን በበጉ መልኩ መመልከትን እንዴት እናዳብረዋለን?

ለራስ ከፍ ያለ ግምት ሰጥቶ ራስን በበጉ መልኩ መመልከትን ለማዳበር ብቸኛው መንገድ ውለታን በምንም ዓይነት ሊመልሱልን ለማይችሉ ሰዎች ውለታ መዋል ነው።

ከጥቂት ዓመታት በፊት በበጉ ፍቃደኝነት ስለ አመለካከትና ለራስ ከፍ ያለ ግምት ስለመስጠት ትምህርት የምሰጣቸው እስረኞች ነበሩ።

የሚገርማችሁ ከነዚህ ሰዎች በጥቂት ሳምንታት ውስጥ የተማርኩት ትምህርት፤ በዓመታት ውስጥ ልማረው ከቻልኩት በላይ ነው።

ለሁለት ሳምንታት ያህል ትምህርቱን ከተከታተሉ በኋላ እንዳ እስረኛ ድንገት ንግግራን አስቆመኝና፤ “እኚ፤ ከጥቂት ሳምንታት በኋላ ልፈታክ ነው!” አለኝ። እኔም ከምሰጠው ትምህርት የቀሰመው ቁም ነገር ምን እንደሆነ ጠየቅሁት። ለጥቂት ደቂቃዎች በዝምታ ሊያሰብ ቆይቶ ስለራሱ ጥሩ ስሜት እየተሰማው እንደሆነ ነገረኝ። እኔ ግን “ጥሩ የሚለው ቃል በቂ አይደለም። ምን ዓይነት የባህሪ ለውጥ እንዳመጣህ በዝርዝር ንገረኝ!” አልኩት። (የባህሪው ለውጥ ማምጣት እስካልቻለ ድረስ ሥርዓተ ትምህርቱ ገቡን ይመታል ብዬ አሳምንንም)

ትምህርቱን መከታተል ከጀመርንበት ጊዜ ጀምሮ መፅሐፍ ቅዱስ ማንበብ እንደጀመርና በዚህም ከቀድሞው በተሻለ ሁኔታ ስለራሱ ጥሩ ስሜት እየተሰማው እንደሆነ ገለፀልኝ። “ከተፈታህ በኋላ ምንድነው የምታደርገው?” ስለ ጠየቅሁት። “ማንበረሰቡን የሚያገለግል ጥሩ ዜጋ ለመሆን እሞክራለሁ” አለኝ። ይህንን ጥያቄ በድጋሚ ሳቀርብለት አሁንም መልሱ ያንኑ ሆነ። ለሦስተኛ ጊዜ ስጠይቀው ግን “ማንበረሰቡን የሚያገለግል ጥሩ ዜጋ እሆናለሁ!” ሲል በቁጣ መለሰልኝ። እኔም በመጀመሪያውና በሦስተኛው ምላሹ መሀከል ልዩነት መኖሩን እንዲያጤን ጠቆምኩት። የመጀመሪያው ላይ ለመሆን እሞክራለሁ፤ እንዳለና በሦስተኛው ላይ ለመሆን እሞክራለሁ፤ እንዳለኝም አስታውስኩት። እንግዲህ ልዩነት የፈጠሩት ሁለቱ ቃላት ናቸው። የመጀመሪያው ቃል አርሱ ወደ አስር ቤት የመመለስ ዕድል እንዳለው ሲያመለክት ሁለተኛው ግን ለአሱ የአስር ቤት በር የተከረቸው መሆኑን ያሳያል።

በወቅቱ ውይይታችንን ሲከታተል የነበረ ሌላ ታራሚ “እኚ፤ ይህንን ሁሉ የምታደርገው ተከፍሎህ ነው እንዴ?” ሲል ጠየቀኝ። እዚህ ያገኘሁት ልምድና ጥበብ በገንዘብ የማይተመን መሆኑን ነገርኩት። “እዚህ የምትመጣው ለምንድነው?” ሲል አሁንም ጠየቀኝ። “የምመጣው ለራሴ ጥቅም ስል ነው። አየህ፤ ዓለማችንን የተሻለች መኖሪያ እንድትሆን ማድረግ እፈልጋለሁ።”

አያችሁ፤ ይህ ዓይነቱ ለራስ ከፍተኛ ግምት መስጠት ጤናማ ዕብደት ሊባል ይችላል። ሁልጊዜም ቢሆን ለማንበረሰቡ የምታበረክቱትን ያህል ነው መልሳችሁ የምታገኙት። (እንዲያውም እንዳንዴ የሚበልጥ ታገኛላችሁ)

ሌላ ታራሚ ደግሞ እንዲህ አለኝ፡- “ማንም ሰው እኮ ለራሱ የሚመለከት ነገር ነው የሚያደርገው። ለምሳሌ ዕፅ ተጠቃሚ መሆን ከፈለገ፤ ያ የእሱ ችግር ነው። አንተ ምን አገላህ?”

“በአባባልህ ባልሰማማም ሐሳብህን እቀበለዋለሁ። ግን ዕፅ ወስዶ መኪና የሚነዳ ሰው መኪናውን በትክክል እንደሚነዳት፤ በእኔ አሊያም በልጆቼ ላይ አደጋ ሊያደርስ እንደማይችል ዋስትና ልትሰጠኝ ትችላላህ? አይመስለኝም... ከዚህ አንፃር ካየኸው ጉዳዩ እኔንም ጭምር የሚመለከት ይሆናል። እንዲህ ዓይነቱን ሰው መኪና ከመንዳት ማገዱ የኔ ተግባር ሊሆን አይገባም ወይ?” አልኩት።

ይሄ “የኔ ሕይወት ነውና የፈለግሁትን አደርገዋለሁ” ዓይነት አስተሳሰብ ከመጠን በላይ ጉዳትን እያደረሰ ነው። ሰዎች እነርሱን ሊያሳምናቸው በቻለ ማናቸውም ጉዳዮች ላይ እንዳላወቁ በመምሰል በማን አለብኝነት የሚጓዙ ከሆነ ለማንም አደጋ መሆናቸው አይቀሬ ነው። እንዲህ ዓይነቶቹ ራስ ወዳድ ሰዎች በአካባቢያቸው ላይ አሉታዊ ተፅዕኖ መፍጠራቸው አይቀርም።

እነዚህ ሰዎች በኅብረት እንደምንኖር ረስተውታል ማለት ይቻላል። እኔ የማደርገው እያንዳንዱ ነገር እናንተን የመንከቱን ያህል፤ እናንተም የምታደርጉት ነገር እኔን ይነካኛል። ይህችን ፕላኔት በጋራ እየተጠቀምንባት አስከሆነ ድረስ የጋራ ኃላፊነት ሊሰማን ይገባል።

ዓለማችን ሁለት ዓይነት ሰዎችን ታስተናግዳለች፡- እነዚህም ለጪዎችና ተቀባዮች ናቸው። ተቀባዮች ጥሩ ምግብ ሲመገቡ (ለሆዳቸው ሲያድሩ) ሰጪዎች ጥሩ ዕንቅልፍ ይተኛሉ (የጎሊና ሰላም አላቸው)። ሰጪዎች ራሳቸውን በበጎ መልኩ በመመልከትና ለራሳቸው ከበሬታ በመሰጠት የተዋጣለት ስብዕና ባለቤቶች ከመሆንም አልፈው ኅብረተሰቡን ያገለግላሉ። እንዲህ ስል ታድያ ኅብረተሰቡን እገለግላለሁ እያለ ራሱን ስለሚያገለግል ፖለቲከኛ እያወራሁ እንዳልሆነ ልብ በሉልኝ።

የሰው ልጅ እንደመሆናችን መስጠትና መቀበል በተፈጥሮ የታደሰው ስጦታ ነው። ነገር ግን ለራሱ ከፍተኛ ስጦታ ስንት ማለት የሚችል ስብዕና ያለው ሰው መቀበል ብቻ ሳይሆን መስጠትም ይኖርበታል።

አንድ ሰው መኪናውን እያጠባበቀ ላለ ጉረቤቱ ብቅ ብሎ “እንዲህ ዓይነቱን መኪና ከየት አገኘህ ባክህ!” ሲል ባደናቅት ጠየቀው። ሰውዬው ኮራ ብሎ “ወንድሜ ነው የሰጠኝ” ሲል መሰሰሰ። ጉረቤቱም “እኔም እንዲህ ዓይነት መኪና እንደ ትኖረኝ እመኝ ነበር” ሲል ሰውዬው ቀበል አድርጎ፡ “መመኘት ያለብህ የኔን ዓይነት ወንድም እንዲኖርህ ነው እንጂ” ይሰዋል ይህን ጊዜ የጉረቤትየው ሚስት በመሰከት ብቅ ብላ “እኔ ግን ወንድምየውን መሆን ብቻል ደስ ይሰኛል” ሰትል ምኞቷን ገሰፀች።

ደረጃ - 6:- ከፀሐምተኛ አስተሳሰቦች መራቅ

በቀላሉ የሚታለል እዕምሮ በመገናኛ ብዙኃንና መሰል ተፅዕኖ ፈጣሪዎች ስር በቀላሉ የመውደቅ ዕድሉ የለፋ ነው። የዕድሜ እኩያነት

ተፅዕኖዎችም በሀፃናትና ታዲያዎች ላይ ብቻ ሳይሆን በዐዋቂዎችም ዘንድ ይንፀባረቃል። ለራስ ዝቅተኛ ግምት መስጠት የማንፈልገው ነገር ሲቀርብልን “አይ! ይቅርብኝ አመሰግናለሁ” ማለት እንዳንችልና ከጨለምተኛ አስተሳሰቦችም እንዳንርቅ ያደርገናል። ለመሆኑ ጨለምተኛ አስተሳሰቦች የምንላቸው ምንድን ናቸው?

የእንዲት ንስር ዕንቁላል በዶሮ ቤት ውስጥ ተገኘ። ዕንቁላሉ ሲፈለፈል ጫጩቱ የዶሮ ጫጩት ነኝ እያለ አደገ። መላ ሁኔታውም ልክ እንደ ሌሎቹ የዶሮ ጫጩቶች ነበርና ከፍ ብሎ ለመብረር አልታደለም። አንድ ቀን ንስር ከፍ ብሎ ሲበር ተመልክቶ “እንዴት የሚያምር ወፍ ነው?” ሲል ተደመጠ። የሌሎቹ ጫጩቶች ምላሽ ግን “ይህክ ንስር የተባለው ምርጥ ወፍ ነው። እንተ የዶሮ ጫጩት ስለሆንክ እንደ ንስር ልትበር አትችልም” የሚል ሆነ። ያለበታው የተገኘው የንስር ጫጩትም ዕድሜውን በሙሉ እንደ ዶሮ ኖሮ እንደ ዶሮ ሞተ። ያሳዝናል! የተወለደው አሸናፊ ሆኖ ቢሆንም አጋጣሚዎች ተሸናፊ አደረጉት።

በርካታ ሰዎችም ላይ የዚህ ዓይነቱ ተመሳሳይ ነገር ይስተዋላል። የሕይወት አሳዛኝ ገፅታን አሊቮር ዌንደል ሆልምስ እንዲህ በማለት ይገልፀዋል። “በርካታ ሰዎች በውስጣቸው ያለውን ዜማ አንድም ቀን ሳይዘፍኑት ወደ መቃብራቸው ይዘውት መጓዛቸው ያሳዝናል።” የወደፊቱን ለማየት የሚያስችለንን ብልጠት ባለመታደላችን ብቻ ስኬትን መጥናፍፍ ሲያቅተን ይታያል።

እንደ ንስር መብረር ስንፈልግ የንስርን የበረራ ቴክኒኮች ማጥናት ይጠበቅብናል። ስኬታማ ከሆኑ ሰዎች ጋር ኅብረትን ከፈጠርን በቀላሉ ሊሳካልን ይችላል። ከእሳቢዎች ጋር ስንወዳጅ እሳቢዎች፤ ከሰጪዎች ጋር ስንወል ደግሞ ሰጪዎች እንሆናለን። ከፀሐምተኞች ጋር ከተጣመርንም ፀሐምተኛ የመሆን ዕድላችንን እናሰፋዋለን።

ሰዎች ስኬታማ ሕይወትን ሲጉናፀፉ ብዙዎቹ ጉትተው ሲያወርዷቸው ይፈልጋሉ። ከነዚያ ሰዎች ጋር ካልታገላችሁ አሸናፊ ትሆናላችሁ። በማርሻል አርትስ ላይ አንድ ሰው ዱሳ ሲሰነዝርባችሁ ዞር በላችሁ እንድታሳልፉት ትመከራላችሁ። ይህ የሚሆነው መከላከል ኃይል ስለሚጠይቅ ነው። ለመከላከል የምታወጡትን ኃይል በሌላ ውጤታማ እንቅስቃሴ ላይ ልታውሉት ትችላላችሁ። ወደነርሱ ደረጃ ወርዳችሁ እንድትታዩ ከሚፈልጉ ሰዎች ጋር በታገላችሁ ቁጥር ወደነርሱ ደረጃ ትወርዳላችሁ። የዚያኔ ከነርሱ ጋር እኩል ስለምትሆኑ ማንም የሚቃወማችሁ፤ ማንም የሚታገላችሁ፤ ማንም የሚጉትታችሁ አይኖርም።

ስለዚህ ፀሐምተኞች ከደረጃችሁ ዝቅ ያደርጓችሁ ዘንድ አትፍቀዱላቸው። ምክንያቱም እነርሱ የሚፈልጉት የነሱን ምድብ እንድትቀላቀሉ ነው።

ማጨስ፣ ዕፅና መጠጥ



“የማጨጠጣበትን ስንድ ምክንያት ጥቀስ ካላችሁ ጥሪ ስሜት ሲሰማኝ እንዲታወቀኝ መፈሰጊ ሲጠቀስ ይችላል።”

ና

ሴድ ስስተር



“መጠጥ የአንድን ሰው ራሱን የመቆጣጠር ብቃት ስለሚያጠፋው ያን ሰው ትርጓሜ እንዲያሳይ ያደርገዋል።”

በተለያዩ ሐገራት ባደረግሁት ጉዞ መጠጥ የብዙዎቹ ጊዜ ማሳለፍያ እንደሆነ እንድረዳ እስችሉኛል። ካልጠጣችሁ የተለየ ነገር እንዳለባችሁ አድርገው ነው የሚያስቡት። መፈክራቸውም “ጥሩ ሰኮች አስከጠጣህ ድረስ እንግሊዘኛህ ቢወሰጋገድም ምንም አይደል!” የሚል ነው። አንድ የባንክ ሠራተኛ መጥቶ ሀብታቸውን ቢጠይቃቸው ግን ሁለት የሰኮች ዊስኪ ጠርሙሶችን ሊያሳዩት ይችላሉ።

መጠጣትና ማጨስ ዛሬ ዛሬ ተወዳጅ አየሆኑ የመጡ ይመስላሉ። ሰዎች ሰዎን እንደሚጠጡ አሊያም እንደሚያጨሉ ብትጠይቋቸው የተለያዩ ምክንያት ታገኛላችሁ። ለመዝናናት፣ ችግሮችን ለመርሳት፣ ለመሞከርና ከሌላው ለመመላለል ከምክንያቶቹ ጥቂቶቹ ናቸው። አንደ ፋሽን የሚከተሉት አሊያም የሚነግዱበትም አይታዩም።

ሰዎች ለአኩያ ግፊት በቀላሉ ይንበረከካሉ። ከሚያስገርሙኝ አባባሎች የተወሰኑትን ላጋራችሁ። “ጓደኛዬ አይደለህም እንዴ?”፣ “አንድ ለመንገድ!”፣ “ለጤንነቴ እንጠጣ...!”

ትክክለኛውን መጠጥ ጠጪ የሚገልፅ አንድ ግጥም ላስነብባችሁ። ገጣሚው አይታወቅም።

በመሸታ ቤት ስጤንነትህ ስጠጣ ስጠጣ

በቤቴም ሆኜ ስጤንነትህ ስጠጣ ስጠጣ

በብዛት በመጠጣቴ እያልክ “ጅርስ ስጤንነትህ”

ሳላውቀው የራሴን ጤንነት ገደልክልህ

ጠጥቶ መንዳት ብዙ ሕይወቶችን እየቀጠፈ ነው። ጆሪ ጆንስን “ልጆቻችንን አየገደለ ነው” በሚል ርዕስ ባሳተመው መፅሐፉ “ወደ ሆስፒታል ለመታከም የሚመጡ ሰዎች በጠቅላላ ማለት በሚቻልበት ሁኔታ ከአልኮል ጋር የተያያዙ ችግር አለባቸው። በ1989 የወጣው የአሜሪካ ብሔራዊ የደንገነት ተቋም መረጃ በየስድሳ ሰከንዱ አንድ ሰው ከመጠጥ ጋር በተያያዘ የመኪና አደጋ ሰለባ ይሆናል” ሲል ጠቅሷል።

ወሲባዊ ትዕይንቶች

ወሲባዊ ትዕይንቶች በቀላሉ በህፃናትና ሴቶች ላይ አደጋ እያደረሱ ያሉ መሣሪያዎች ልንላቸው እንችላለን።

የወሲባዊ ትዕይንቶች ተፅዕኖዎች፡-

ጸ የሴቶችን ክብር ይገፍፋል፤

ጸ ልጆች ላይ ጉዳት ያደርሳል፤

ጸ ትዳርን ያፈርሳል፤

ጸ ወሲባዊ ጥቃቶችን ያባብሳል፤

ጸ በሥነ-ምግባርና ሞራላዊ ተግባሮች ላይ እንዲሳለቁ ያደርጋል፤

ጸ ቤተሰብን፣ ግለሰቦችንና ማኅበረሰቦችን ያቃውሳል።

በየአርባ ስድስት ሌክንዶች እንዲት ሴት አሜሪካ ውስጥ ትደፈራለች። (የ1992 ብሔራዊ ተጠቂዎች/ የወንጀል ተጠቂዎች ማኅበር ያወጣው ጥናታዊ ጽሑፍ) ከእስገድዶ ደፋሪዎች ውስጥ ሰማንያ ስድስት በመቶው ወሲባዊ ፊልሞችን እንደተመለከቱ ሲያምኑ ከነዚያ ውስጥ ህምላ ሰባት በመቶው የሚሆኑት በወሲብ ፊልሞቹ ትዕይንት ላይ ያዩትን ተግባራዊ ለማድረግ ሲጣጣሩ እንደነበር አልካዱም። (ዶ/ር ዊልያም ማርሻል፡- 1983)

በነዚህ ወሲባዊ ትዕይንቶች የመተዳደሪያ ገቢያቸውን የመሰረቱ ሰዎችን ለማስቆም የሚታገሉ ሰዎች ቁጥር አናሳ መሆኑ ያሳዝናል።

ዛሬ ዛሬ ልጆች ሥነ - ምግባራቸውንና አመለካከታቸውን እየቀረፁ ያሉት ከቴሌቪዥኖችና ፊልሞች ነው ቢባል የተጋነነ አባባል አይሆንም። አሜሪካ ውስጥ አንድ ታዳጊ የከፍተኛ ሁለተኛ ደረጃ ትምህርቱን አስኪያጠናቅቅ ድረስ ወደ ህያ ሺህ ሰዓታት ያህል ቴሌቪዥን ይመለከታል ተብሎ ይገመታል። በነዚህ ሰዓታት ውስጥ ቢያንስ አስራ አምስት ሺህ ግድያዎችንና አንድ መቶ ሺህ ከመጠጥ ጋር የተቆራኙ ወንጀሎችን ይመለከታል። የቴሌቪዥን ፕሮግራሞች መጠጥ መጠጣት ደስታን እንደሚፈጥር፣ ማጨስ አርካታን እንደሚሰጥና ዕፅ መውሰድ ደግሞ ከሁሉም የተሻለ እንደሆነ የተዛባ መልዕክት ያስተላልፋሉ። ታዲያ ይህ ነባራዊ እውነታ እንዳለ ሆኖ የወንጀል ቁጥር ማሻቀብ ምን ያስገርማል?

የቴሌቪዥን አሜጭር ፊልሞችና የሆሊውድ ሲኒማዎች ከወንድና ሴት ግንኙነት ባለፈ የተለያዩ የወሲብ ትዕይንቶችን በሚሰብ ሁኔታ ያስተላልፋሉ። ፍቺዎችና በትዳር መሀል መተማመን አለመኖር ቢበዛ ታዲያ

ምኑ ያስደንቃል? በቀላሉ በሚሰብ ዕይታ የሚታለሉ ሰዎች ራሳቸውን የሚቀርቡት በቴሌቭዥንና በመገናኛ ብዙኃን በሚከታተሉት ዓይነት ነው። እነሱም በዛ ሁላችንም በተወሰነ ደረጃ ባእነዚህ ነገሮች መታለላችን አይቀርም።

ደረጃ 7:- መሠራት የሚገባቸውን ነገሮች በውደታ መሥራትን መማር

“የገደ መሠራት የሚገባቸውን ነገሮች በመሥራት ጀምሮ፤ ከዚያ የሚቻለውን ያህል መሥራት ጀምረ። የዚያን የማይቻለውን አየሠራችሁ እንደሆነ ትረዳላችሁ።”

የአባሊው ቅዱስ ፍራንሲስ

አንዳንድ ነገሮች ወደድንም ጠላንም ሊተገበሩ የገደ ነው። ለምሳሌ የአናት ልጇን ተንከባከባ ማሳደግ የማይቀር ሥራዋ ነው። ምናልባትም ሥራዋ አስደላች ላይሆንና በምትኩ ለቃይ ፈጣሪ ሊሆን ይችላል። ግን ተግባራዊ እያደረግነው ለንጄድ የማይቻለውን መቻል እንጀምራለን።

ደረጃ - 8:- ቀኑን በበጎ ነገር መጀመር

ጧት ገና ከእንቅልፋችሁ ለትነሱ በጉ የሆነ ነገር ለማንበብ አሊያም ከፊደሉ በጉ ዜና ለማድመጥ ሞክሩ። ለላማዊ እንቅልፍ አግኝተን ካደርን በኋላ አዕምሮዎችን የሰጡትን የሚቀበልና እንደፈለግነው ልንቀርጸው የምንችል ይሆንልናል። በበጎ ነገር ቀናችን መጀመር ውለዋችንም በጉ እንዲሆን ከፍተኛውን ሚና ይጫወታል። በአርግጥ በጉ ነገሮችን በንጊናችን መቅረፅና በበጎ ምግባሮች ላይ በተደጋጋሚ በመላተፍ የበጎ ልማድ ባለቤቶች መሆን ይኖርብናል። በየቀኑ የምናደርገው ልምምድም በጉ ሥነ-ምግባር የሕይወታችን አንድ አካል እንዲሆን መንገድ ይከፍታል።

የሐርቫርድ ዩኒቨርሲቲው ዊልያም ጀምስ ባንድ ወቅት፤ “ሕይወትህን ለመለወጥ ፍላጎቱ ካለህ በፍጥነት ተግባራዊ አድርገው” ብሏል።

ከላይ የተጠቀሱትን ስምንት ደረጃዎች በጥንቃቄ ከተገበሩችሁ አሸናፊ መሆን ትችላላችሁ።

አሸናፊና ተሸናፊ ሲነፃፀሩ

- አሸናፊ የመፍትሔ አካል ሲሆን፤ ተሸናፊ የችግሩ አካል ነው
- አሸናፊ ሁሉ በዕቅድ ሲንቀሳቀስ፤ ተሸናፊ ሰበብ ይደረደራል
- አሸናፊ “ልሠራው እችላለሁ” ሲል፤ ተሸናፊ “እኔን የሚመሰክት ሥራ አይደለም” ይላል
- አሸናፊ ለእያንዳንዱ ችግር መፍትሔ ሲታየው፤ ተሸናፊ ከእያንዳንዱ መፍትሔ ችግር ይነቅሳል
- አሸናፊ “ሲከብድ ይችላል ግን ይሠራል” ሲል፤ ተሸናፊ “ይሠራል ግን በጣም ይከብዳል” ይላል
- አሸናፊ ሲላሳት “ይቅርታ፤ ተሳስቼ ነው” ሲል፤ ተሸናፊ “የኔ ጥፋት አይደለም” ይላል
- አሸናፊ በቁርጠኝነት ሲነሳ፤ ተሸናፊ ቃል ሲገባ ይኖራል
- አሸናፊዎች ህልሞች ሲኖራቸው፤ ተሸናፊዎች ያላቸው ሐፍረቶች ዘታ ነው
- አሸናፊዎች “የሆነ ነገር ማደረግ አለብኝ” ሲል፤ ተሸናፊዎች “የሆነ ነገር መደረግ አለብኝ” ይላሉ
- አሸናፊዎች የቡድኑ አካል ሲሆኑ፤ ተሸናፊዎች ከቡድኑ ይሸሻሉ
- አሸናፊዎች የተገኘውን ደስ ሲመሰክቱ፤ ተሸናፊዎች የተከፈለውን መለዋዕትነት ይመሰክታሉ
- አሸናፊዎች መልካም ዕድልን ሲያማኑሩ፤ ተሸናፊዎች ችግሮች ላይ ይነጣጥራሉ
- አሸናፊዎች ሁሉም የህስትፎስ አሸናፊነትና ደል ሲታያቸው፤ ተሸናፊዎች እነርሱ እንዲያሸንፉ ሲላው መሰነፍ እንዳለባቸው ይምናሉ
- አሸናፊዎች ለተግባራዊነቱ ተንሳኝነት ሲኖራቸው፤ ተሸናፊዎች ለብሬውን ተግባር ብቻ ያስላክሳሉ
- አሸናፊዎች አስበውና መርጠው ሲናገሩ፤ ተሸናፊዎች የመጣላቸውን ይናገራሉ
- አሸናፊዎች ለሰለሰ ባሉ ቃላት ጠንካራ ሃሳቦችን ሲሰነዘሩ፤ ተሸናፊዎች ለማድረግ ጉዳይ ጠንካራ ቃላትን ይጠቀማሉ
- አሸናፊዎች በመሠረታዊ ጉዳዮች ላይ ፅኑ አቋማቸውን እንደጠበቁ በጥቃቅን ጉዳዮች ላይ ሲከራከሩ፤ ተሸናፊዎች ግን በጥቃቅን ጉዳዮች ላይ በዕናት ቅመው መሠረታዊ ነገሮች ላይ ይዋሰናሉ
- አሸናፊዎች “ባንታ ላይ እንዲደረግ የማትፈቀደውን ሲሰጡ ላይ አታደርግ” የሚል እምነት ሲኖራቸው፤ ተሸናፊዎች “እንታ ላይ ሳያደርግብኝ በፊት ቀደመህ አደርግባቸው” የሚል እምነትን ይከተላሉ
- አሸናፊዎች ነገሮችን ሲፈጥሩ፤ ተሸናፊዎች ነገሮችን በራሳቸው ጊዜ እንዲፈጠሩ ይጠብቃሉ
- አሸናፊዎች ለማሸነፍ አቅደውና ተዘጋጅተው ይንቀሳቀሳሉ። ቁርፍ የሆነው ቃላቸው መዘጋጀት የሚለው ነው።

ተግባራዊ ደረጃዎች



“ባደሳካልህ ቅር ሲልህ ይችላል። ካልሞክርክ ገን ትረገማለህ።”

ቢሸርሊ ሲልስ



ይህንን ምዕራፍ ከላይ በዝርዝር ባየናቸው ስምንቱ ተግባራዊ ደረጃዎች ልቋጩው፡-

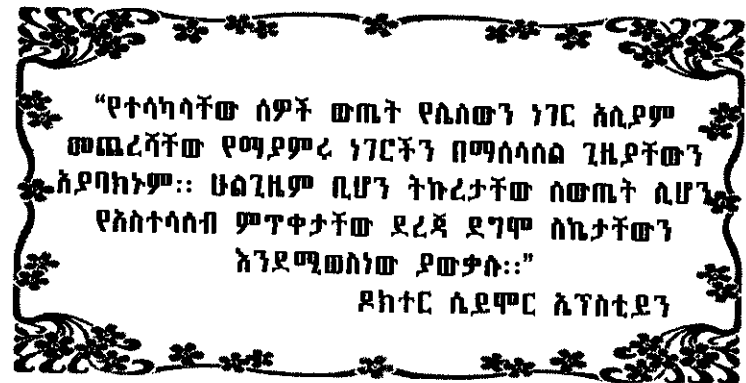
- ፩ አትኩሮትን መቀየር፤ በጉ ነገሮችን መፈለግ፤
- ፪ አሁኑኑ ተግባራዊ የማድረግ ልምድን ማዳበር፤
- ፫ አመሰጋኝ የመሆን ልምድን ማዳበር፤
- ፬ ሁሌም በተከታታይ ለመማር መትጋት፤
- ፭ ለራስ ክፍተኛ ግምት የመስጠትን ልምድ ማጥፋት፤
- ፮ ከፀለምተኛ እስተሳለቦች መራቅ፤
- ፯ መሠራት የሚገባቸውን ነገሮች በውዴታ መሥራትን መማር፤
- ፰ ቀኑን በበጎ ነገር መጀመር፤

ተግባራዊ ዕቅድ

1. እነዚህን ተግባራዊ ደረጃዎች ሶስት በአምስት ሊንች በሆነ ካርድ ላይ እስፍሯቸውና ለሚቀጥሉት ህያ አንድ ቀናት ቀን በቀን እንብቧቸው በሚቀጥሉት ሰላሳ ደቂቃዎች ውስጥ የሚከተሉትን ጥያቄዎች መልስ
2. እያንዳንዱን ደረጃዎች
→ በቤት ውስጥ → በሥራ ቦታ → በማኅበራዊ ግንኙነቶች እንዴት ልትጠቀሙባቸው ትችላላችሁ?
3. ልትቀይሯቸው የምትፈልጓቸውን ነገሮች በዝርዝር ጻፉ።
4. ከዚያም እያንዳንዱ ለውጥ ለእናንተና ለሌሎች ለምን እንደሚጠቅሙ በዝርዝር ግለፁ።
5. በመጨረሻ የጊዜ ሰሌዳ አዘጋጅታችሁ ለሰውጥ በቀርጠኝነት ተነሱ።

- 3 -

ስኬት



የአሸናፊነት አስርቱ ስትራቴጂዎች

አዕምሮአችሁ የሚጠቅማችሁን እንጂ የማይጠቅማችሁን ነገር በማሰብ እንዲጨናነቅ በጭራሽ መፍቀድ የለባችሁም።

ስኬት እንደ ድንገት በአጋጣሚ የሚመጣ ነገር ሳይሆን የአመለካከታችን ውጤት ነው። አመለካከታችንን ደግሞ መርጠን የምንይዘው ነገር ነው። ስለዚህ ስኬት የምርጫ እንጂ የዕድል ጉዳይ አይደለም ማለት ነው።

አንድ ቂስ መኪናቸውን ከከተማ ከልል ውጪ ሲያሸከረከሩ የተንጣለለ እጅግ ውብ ማሳ ይመለከቱና መኪናቸውን ዳር አስይዘው በማቆም ያንን የተትረፈረፈ ምርት የያዘውን ማሳ ያደንቁ ጀመር። በትራክተር ላይ ሆኖ ያርስ የነበረ የአርሻው ባለቤት ቂሱን እንዳየ አሳቸው ዘንድ መጣ። ቂሱም “እግዚአብሔር ምርጥ የሆነ እርሻ ባርክ ስለሰጠህ

በሰፊው ልታመሰግነው ይገባል" አሉት። ገበሬውም "አዎን፤ በርግጥ እግዚአብሔር የዚህ የተዋበ እርሻ ባለቤት ስላደረገኝ በጣም አመሰግንዋለሁ። ነገር ግን እግዚአብሔር የአርሻው ባለቤት በሚሆንበት ወቅት ይህን እርሻ መጥተው ቢያዩት እንዴት መልካም በሆነ" ሲል ምላሽ ሰጠ።

ብዙ ተሸናፊዎች ዕድልን የሙጥኝ ብለው ይጠብቃሉ። ቢሆንም ያ ጉዞ መድረሻው ስኬት የመሆኑ አጋጣሚ ኢምንት ነው። አሸናፊዎች ካላቸው ሌላ ሰመጩመር ሲተጉ፤ ተሸናፊዎች ደግሞ ያለኝን አታሳጣኝ በማለት ደህንነትን አጥብቀው ይሻሉ፤ ወይም ዕድሎችን ሲጠባበቁ ኑሮአቸውን ይገፉታል።

ግን ሰዎን ይሆን አንዳንዶቹ በስኬት ላይ ስኬትን እየደራረቡ ሲጓዙ ሌሎች ገና ከመነሻው ዕቅዳቸውን ሳያጠናቅቁ እጃቸውን አጣግረው የሚቀመጡት?

ሰዎንድነው አንዳንዶቹ የሚገጥሟቸውን መሰናከሎች በአግባቡ እየተወጡ ወደ ግቦቻቸው ሲቃረቡ፤ ሌሎች በትግሉ ተሸንፈው የሚወድቁት?

ስስኬት ስለምታደርጉት ጉዞ የምትወስዱት ትምህርት ላይ የእነዚህን ሁለት ጥያቄዎች መልስ ካካተታችሁ ሕይወታችሁን ባስገራሚ ሁኔታ እንደምትሰውጡ አትጠራጠሩ።

ስኬት ምንድነው?

“ስኬታማ የመሆን ከልባዊ ፍላጎት ካለን ተሸናፊዎች የማይደፍሯቸውን ሥራዎች መሥራትን መድፈር ይኖርብናል!”
ያልታወቀ

በስኬትና ውድቀት ምንነት ዙርያ በርካታ ጥናቶች ተካሂደዋል። የስኬት መንገዶችን ለማወቅ ስኬታማ የሆኑ ሰዎችን የሕይወት ተሞክሮ በማጥናት ትምህርት ማግኘት ይቻላል። ስኬታማ ሰዎች በየትኛውም ዘመን ቢኖሩ፤ በየትኛውም መስክ ቢሰማሩ የሚጋሯቸው ተመሳሳይ ባህሪያት አሏቸው።

ስኬት የሚታይ ነገር ነው። የስኬታማ ሰዎችን ባህሪያት ለይተን መረዳት ከቻልን እኛም ስኬታማ የማንሆንበት ምክንያት የለም። በተመሳሳይ ሁኔታ ስኬታማ ያልሆኑ ሰዎች የሚጋሯቸውን የጋራ ባህሪያት አጥንተን ከእኛ ካራቅናቸው ውድቀትን እናስተናግድም። ስኬታማነት ረቂቅ ሚስጥር አይደለም። የተወሰኑ መሠረታዊ መመሪያዎችን መተግበር የመቻል ውጤት ነው። በተቃራኒው ውድቀትም የተወሰኑ ስህተቶችን በተደጋጋሚ

የመሥራት ውጤት ነው። ለአነጋገር ቀላል ያበል አንጂ እውነታው ይህ ብቻ ነው። ደግሞም ብዙ እውነታዎች ለመቀበል ይከብዱ ይሆናል እንጂ ለመገንዘብ እጅግ ቀላል ናቸው።

ስኬትን እንዴት እንተረገጥለን?

አንድን ሰው “የተሳካለት” ለማለት መስፈርቱ ምንድነው? ለአንዳንዶቹ ስኬታማነት በሀብት ሊለካ የሚችል ሲሆን ለሌሎች ደግሞ ታዋቂነት፤ ጤናማነት፤ የመልካም ቤተሰብ፤ እርካታ፤ ደስታና የአዕምሮ ሰላም ባለቤትነት ሊሆን ይችላል። ይህ የሚያሳየን ሁሉም ሰው ስኬትን የሚመለከትበት የራሱ የሆነ የመመልከቻ መነፅር እንዳለው ነው። ስተለያዩ ሰዎች በተለያዩ ዕይታ የተለያዩ ትርጉም ይኖረዋል። እኔ ስኬትን እጅግ በተዋጣለት ሁኔታ ያብራራል የምለው ፍቺ የሚከተለው ነው።

“ስኬት ማለት ዋጋ ያለው ዓላማን በትክክል መረዳት መቻል ነው።”
- ጄርሳ ናይቲንጊል

እስቲ ትርጉሙን አፍታትተን እንመልከተው።

“ዓላማን በትክክል መረዳት መቻል” የሚለው ቃል ስኬት ጉዞ መሆኑን ያሳያል። ይህ ጉዞ ግን የመድረሻ ጣቢያ የሰውም። ከአንዱ ዓላማችን ስንደርስ ሌላ ዓላማ ሰንቀን ጉዞዎችንን እንቀጥላለንና።

“ዓላማን በትክክል መረዳት መቻል” የልምድ ጉዳይ ነው። ሌላ የውጪ ጋይል መጥቶ ስለግባችን ሊያስተምረን አይችልም። በገዛ ራሳችን የምንደርስበት ነገር ነው። ጉዳዩ ውስጣዊ እንጂ ውጫዊ አይደለምና። ለዚህም ነው፤ ስኬታማነት ብዙ ጊዜ ውስጣዊ እርካታን ሲያጉናፅፍ የሚታየው።

“ዋጋ ያለው” የሚለው ቃል እኛ በውስጣችን ለዓላማችን የምንሰጠውን ዋጋ የሚያመለክት ነው። ወደ የትኛው መስመር ነው የምናቀናው? ለበጎ ወይስ ለጉጂ ዓላማ ነው የምንሠራው? የዓላማችን “ዋጋ” የጉዟችን ጥራት ይወስነዋል። በርግጥም ጉዟችን ትርጉም ያለውና የተሟላ የሚሆነው እንዲህ ሊሆን ነው። የዓላማ መኖር የጉዟችንን አቅጣጫ እንድናውቅ ይረዳናል።

✠ “የሰኬትን ቁፍ በእርግጥ አሳውቅም። እኔ የማውቀው የወደቀት ቁፍ ሁሉንም ለማስደሰት መጣር እንደሆነ ነው።”
 ቢል ኮዘቢ

ስኬታማነትና ደስተኝነት እኛ ለእድ ተያይዘው የሚሄዱ ነገሮች ናቸው። ለኬት ማለት የምንፈልገውን ነገር ማግኘት ሊሆን ደስተኝነት ደግሞ የምናገኘውን ነገር መመኘት ማለት ነው።

ሕልውና በራሱ ብቻውን ሰኬት አይደለም፤ ተጨማሪ ነገሮች ያስፈልጋሉ። ስለዚህ

ከተራ ሕልውና ሻል ያለ ነገር አድርጉ - ኑሪ!
 ከመንካት ላቅ ያለ ነገር አድርጉ - ይሰማችሁ!
 ከመመወድ ሻል ያለ ነገር አድርጉ - አስተውሉ!
 ከማንበብ ያለፈ ነገር አድርጉ - ተረዳ!
 ከመስማት የተሻለ ነገር አድርጉ - አዳምጡ!
 ከማዳመጥም ሻል ያለ ነገር አድርጉ - ተገንዘቡ!
 - ጆን ኤች ሮድስ

በውንም ሆነ በሐሳብ ደረጃ ለሰኬት መስናክል የሚሆኑብን ነገሮች፡-

- * ለሰራሳችን ያለን ከመጠን ያለፈ አመለካከት (እኔነት)፤
- * የውድቀት ፍርሃት (የሰኬትም ሊሆን ይችላል)፤ በራሱ መተማመን ለሜት ማጣት፤
- * የዕቅድ አለመኖር፤
- * ግልጽ ዓላማ (ግብ) አለማስቀመጥ፤
- * በሕይወት የሚገጥሙ ለውጦች፤
- * ዕቅድን ማስተላለፍ /ማዘግየት (ነገ ከነገ ወዲያ ማለት)፤
- * የቤተሰብ ኃላፊነት፤
- * አስተማማኝ የገንዘብ አቅም ዕጦት፤
- * ትኩረት ማጣት፤
- * ገንዘብ የማግኘት ተስፋ የማጣት ስሜት፤

- * ብዙውን ነገር ለብቻ ለመሥራት መሞከር፤ (በሌሎች እምነት እስማሳደር)
- * በሥራው ላይ በቂ ስልጠና አለማግኘት፤
- * በነገሮች ለመግፋት ወኔ ማጣት፤
- * ቅድሚያ የሚለጣቸውን ጉዳዮች አለመለየት/ ቅደም ተከተል አለማስያዝ

የማሸነፊያው መስመር

ከማሸነፊያው መስመር ላይ ለመድረስ ከኛ የሚጠበቀው ፍጹም በሆነ መልኩ መሥራትን ሳይሆን ከጊዜ ወደጊዜ የተሻለ ነገር የመስራት ጥረትን ማሳየት ነው። ፍጹም አድርጎ መሥራትን ማስብ የሚያስከትለው የአዕምሮ ችግርን ነው። የተዋጣለት ነገር ለመሥራት የአቅምን ያህል መታገል ግን ዕድገት ነው - ምክንያቱም በዚህ ዓለም ላይ ሊሻሻል ወይም በድጋሚ ሊሠራ የማይችል ፍጹም ነገር የለምና።

የማሸነፊያውን መስመራችንን እጅግ ማራቅ የለብንም፤ በጥቂቱም ቢሆን ወደ መስመራችን ጠጋ ብለን መገኘት መቻል አለብን። በውድድሩ የተሸቀዳዳሚው ፈረሳችን የማሸነፍ ዕድል ከአምስት አንድ እጅ ወይም ከአስር አንድ እጅ ሊሆን ይችላል። ይህ ማለት ፈረሳችን ከሌሎች ፈረሶች በአምስት ወይም በአስር እጅ ይፈጥናል ማለት አይደለም። ምናልባት የሚፈጥነው በከፍልፋዮች እጅ ሊሆን ይችላል። የሚያገኘው ውጤት ግን ከአምስትና አስር እጅ በላይ መሆኑ አይቀርም።

እና ይሄ ተገቢ ነወይ? ተገቢ ሆነ አልሆነ ማን ያጨነቃል? እነዚህ የጨዋታው ሕጎች ስለሆኑ ማንም ግድ አይሰጣቸውም። በሕይወታችንም ላይ ተመሳሳይ የጨዋታ ሕጎች አሉ። ስኬታማ ሰዎች ከሌሎች አስር እጅ ይበልጥ ብልህ ናቸው ማለት አይደለም። ብልህነታቸው በከፍልፋዮች ደረጃ የሚበልጥ ቢሆንም፤ ውጤቱ ከአስር እጅ በላይ ነው።

በየትኛውም የሕይወት መስክ ላይ 1000 ከመቶ መሻሻል ማሳየት አይጠበቅብንም። ማድረግ ያለብን በሁሉም የህይወታችን መስኮች በአንድ ከመቶ የደረጃ መሻሻሎችን ማሳየት ነው። ከሁሉም ቀላል የሚለው ይህ መንገድ ከማሸነፊያው መስመር ያደርስናል።

✠ “ብዙ አሸናፊ ገለበጦች ለውጤት ከመብቃታቸው በፊት እጩን እስጨራሽ ትግሎችን ማሰፍ እንደነበረባቸው ታሪክ ዘግቦታል። ለአሸናፊነት የበቁት ሽንፈትንና ተስፋ መቀረጥን በፀጋ መቀበል ባስመረከባቸው ነው።”

ቢ.ሲ. ፎርብስ

የሕይወት ገጠመኞች እንደ እያያዛችን አስደላች ወይም እሳዛን ሊሆኑ ይችላሉ። አስደላች የሚሆኑልን ግን ጥረት ካደረግን ብቻ ነው።

የባዮሎጂ መምህሩ በቤተ-መ-ክራ ውስጥ ዕጭ እንዴት ወደ ቢራቢሮነት ሊቀየር እንደሚችል ስተማሪዎቹ በማሳየት ላይ ነበር። ዕጩ ወደ ቢራቢሮነት ከመቀየሩ በፊት የተሸፈነበትን ልባስ ሰብሮ ስመውጣት ስሰዓታት ያህል አልህ አስጨራሽ ትግል እንደሚያደርግ ከነገራቸው በኋላ፣ ማንም ተማሪ ቢራቢሮውን ከመርቅት ሊታቀብ እንደሚገባ አስጠንቅቋቸው ሄደ።

ካፍታ ቆይታ በኋላ መምህሩ እንደተናገረው ዕጩ ወደ ቢራቢሮነት ስመቀየር ከልባሱ ጋር ትንቅንቅ ያዘ። በዚያው ቅፅበት እንደኛው ተማሪ ሁኔታው በእጅጉ አሳዝኖት የመምህሩን ትዕዛዝ በመጣስ ከወንበሩ ላይ ተነስቶ የላይኛው ልባስ ሰበረሰት። እናም ዕጩ ያስምንም ትግል ከልባሉ ወጥቶ ቢራቢሮ መሆን ቻለ። ይሁን እንጂ ቢራቢሮው በሕይወት አልቆየም፤ ወዲያውኑ ሞተ።

መምህሩ ከጉዳዩ ተመልሶ ሲመጣ የተፈጠረው ነገር ተነገረውና እያዘነ፣ ዕጩ ወደ መ-ሉ ቢራቢሮነት ስመቀየር ከልባሱ ጋር የሚያደርገው ትግል ሰውነቱን የሚያጠነክርለት የተፈጥሮ ሕግ መሆኑን አብራራላቸው። በዚያ የትግል ወቅት ከንፎቹንና ጡንቻዎቹን ያጠነክራል። በዚህ ሁኔታ በገዛ ራሱ ልባሱን ሰብሮ ካልወጣ ግን የውጪውን ዓለም ሊቋቋመው አይችልም። በዚህም ምክንያት ተማሪው በሀዘኔታ ስቢቢሮው ያደረገለት ዕርዳታ መጥፊያው ሆኖ ሰሞት ሊዳረግ እንደቻለ አስረዳቸው።

በሕይወታችንም ላይ ይህ ዓይነቱ ሹነት የሚከሰትባቸው ወቅቶች አሉ። ሕይወት የትግል መድረክ እንደመሆኗ ሳንታገል አንዳች ነገር ማግኘት አንችልም። ወላጆች ብዙውን ጊዜ ልጆቻቸውን ለንካላ የሚያደርጉት ልጆቹ በራሳቸው ጥረትና ታግሰው የፈለጉትን እንዲያገኙ ዕድል ከመስጠት ይልቅ በሀዘኔታ ሁሉንም ነገር ስለሚያደርጉላቸው ነው።

መሰናክሎችን ማለፍ

መሰናክሎችን ታግሰው የሚያልፉ ሰዎች ጭራሹኑ መሰናክል ካልገጠማቸው ሰዎች በተሻለ ሁኔታ ጠንካሮች ናቸው። ሁላችንም ችግሮች ያጋጥሙናል። ተሸናፊዎች በችግሮች ተስፋ ሲቆርጡ አሸናፊዎች ግን ተስፋ ቆርጠው አይቀሩም - ልምድ ይቀስሙባቸዋል እንጂ።

የቆየ የእንግሊዞች አባባል ላጋራችሁ- "ፀጥተኛ ባሕር እንድን መርከበኛ ምርጥ ሊያደርገው አይችልም!" የትኛውንም ነገር መጀመሪያ ላይ ስንጋፈጠው የሁለተኛው ጊዜን ያህል አይቀስም። ስለዚህ ከሚያጋጥሙን ችግሮች መሸሸ አይኖርብንም። ተሸናፊዎች ብቻ ናቸው ተስፋ ቆርጠው እጃቸውን የሚሰጡት።



"ብዙ ሰዎች ተስፋ የሚቆርጡት ስኬታማ ስመሆን ጫፍ ላይ የደረሱ ጊዜ ነው። በቃ አንድ ሜትር ሲቀራቸው እጃቸውን ይሰጣሉ። በመጨረሻዎ ደቂቃ ከማሸነፊያው መለመር ባንድ እርምጃ ርቀት ላይ ሆነው ተስፋ ይቆርጣሉ።"

ሼቶ. ርስ ፒርት



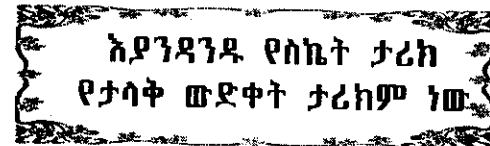
ስኬትን እንዴት እንለካዋለን?

እውነተኛ ስኬት የሚለካው ሥራውን በጥራት በመሥራታችን በሚሰማን ስሜትና ዓላማችን ከግብ ሲደርስ ነው።

ስኬት በሕይወት ውስጥ በደረሰንበት ደረጃ አይለካም። የሚለካው እዚያ ደረጃ ላይ ስመድረስ ባደረግነው ትግል ነው።

ስኬታችን የሚለካው እንድን ሥራ ከሌሎች ይልቅ ሰየት ባለ መንገድ እንደሠራነው በማነጻጸር ሳይሆን፣ እኛ ራሳችን መሥራት ከምንችልበት እቅም ጋር በማነጻጸር ነው። ስኬታማ ሰዎች የሚወዳደሩት ክራሳቸው ጋር ብቻ ነው። የራሳቸውን ውጤት ባሻሻሉ ቁጥር ስኬታቸውም እየተሻሻለ ይሄዳል።

በሕይወት ውጣ ውረድ ውስጥ የቱንም ያህል ሽቅብ ወደ ላይ ብንወጣ ይህ የስኬታችን መስኪያ አይሆንም። ስኬት የሚለካው ከላይ ቀልቀል ወርደን በወደቅን ቁጥር ለመነሳትና ተመልሰን ወደ ላይ ስመፈናጠር በምናደርገው ትግል ነው። ወድቆ የመነሳት ብቃት የስኬት መስኪያ ሊሆን ይችላል።



እያንዳንዱ የስኬት ታሪክ

የታላቅ ወድቀት ታሪክም ነው

ውድቀት የስኬታችን እቋራጭ መንገድ ሊሆን ይችላል። የአይ. በ. ኤመ. ስር ቶም ዋትሰን እንዲህ ብሏል። "ስኬታማ ስመሆን ከፈለጋችሁ የውድቀታችሁን መጠን በዕጥፍ አብዙት!"

ታሪክን ልብ ካልን የብዙዎቹ ስኬታማ ሰዎች ታሪኮች የታላቅ ወድቀት ታሪኮችም ናቸው። ግን ብዙ ሰዎች የውድቀቶችን ታሪክ ልብ አይሉም። እንዲሁ የመጨረሻውን ውጤት በማየት ብቻ ያ ስው እንዴት

ዕድላችን ሊሆን እንደቻለ ማለብን ይመርጣሉ። በደፈናው "በተገቢው ሰዓት እና በተገቢው ቦታ ላይ ስለተገኘ ነው ስኬታማ የሆነው" ማለት ይቀናቸዋል።

አንድ ዝነኛ የሆነ ታሪክን አስቲ ላካፍላችሁ... ይህ ሰው ገና በ21 ዓመቱ በንግዱ ዓለም ኪሳራ ደረሰበት። በ22 ዓመቱ ከሀገር ትምህርቱ ተሰናበተ። 24 ዓመት ሲሞላው ደግሞ ሁለተኛውን የንግድ ኪሳራ አስተናገደ። በ26 ዓመቱ ፍቅረኛው በሞት ተነጠቀ። 34 ዓመት ሲሆነው ለምክር ቤት ተወዳድሮ ሳይሳካለት ቀረ። በ45 ዓመቱ ለሴናተርነት ተወዳድሮ ተሸነፈ። በ47 ዓመቱ ምክትል ፕሬዚዳንት ለመሆን ያደረገውን ውድድር በሽንፈት አጠናቀቀ። 49 ዓመት ሲሞላው ለሴናተርነት በድጋሚ ተወዳድሮ አሁንም ተሸናፊ ሆነ። በመጨረሻ በ52 ዓመቱ ግን የአሜሪካ ፕሬዚዳንት ለመሆን በቃ። ይህንን ሰውዬ መቼም አታጡትም ብዬ አስባለሁ። ሰውዬው አብርሃም ሲንክን ነው።

እዚህ ጋ ሲንክንን የውድቀቶች ተምሳሌት ልናደርገው ይቻላልን? ገና በመጀመሪያው ውድቀቱ አንገቱን እንደ ደፋ ራሱን ከውድድሩ አግልሎ ወደ ሕግ ትምህርቱ መመለስ ይችላል ነበር። ግን ለሲንክን ሽንፈት የሰኬት መለሳል እንጂ የውድቀት መጨረሻ አልሆነውም።

በ1913 ሲ ዲ ፎርስት የተባለው የትሮይድ ቲዩብ ፈልሳራ በወረዳው ባለስልጣን ክስ ተመስርቶበት ነበር። የክሱ ጭብጥ የአትላንቲክ ውቅያኖስን አቅራቢ ድምፅ ሊያስተላልፍ የሚችል መሣሪያ አሠራለሁ ብሎ ለዎችን በማጭበርበር አክሲዮኖችን እንዲገዙ ለማድረግ ሞክሯል የሚል ነበር። በወቅቱ ሰውየው በጎብረተሰቡ ዘንድ ክፉኛ ተወግዞ ነበር። አስቲ አሁን ይሄ ቴክኖሎጂ ባይኖር ምን ይውጠን እንደነበር አስቡት?

የታህሳስ 10፣ 1903 የኒውዮርክ ታይምስ አትም በርዕሰ - አንቀጽ የራይት ወንድማማቾች በቀጣዩ ሳምንት ከአየር የሚከብድ ብረት ሆኖ ሳለ በአየር ላይ እንዲበር አቅደው ስለፈጠሩት ማሸን፣ "ፍጹም የማይሳካ የበረራ ሙከራ" የሚል ይዘት ያለው ዕሉፍ አውጥቶ ነበር። ከሳምንት በኋላ ግን የራይት ወንድማማቾች በኪቲ ህውክ ያንን መቼም የማይረሳ የተሳካ የበረራ ሙከራቸውን ለማድረግ በቅተዋል።

በ65 ዓመት ዕድሜው ኮሎኔል ሳንደርስ የነበረው አንጡራ ሀብት እንዲት የወላለቀች መኪናና ከጡረታ የተረፈ የአንድ መቶ ዶላር ቼክ ብቻ ነበር። ምን ሲሠራ እንደሚችል ሲያስብ የአናቱ ስጋ መጥበሻ ምድጃ ታወሰው። ያንን ከሠራ በኋላ የመጀመሪያውን ሽያጭ ለማካሄድ ግን በግምት ከአንድ ሺህ በላይ በሮችን እያንኳኳ ለለዎች የምድጃውን ጠቀሜታ ማስረዳት ነበረበት። እኛ ብንሆን ኖሮ ግን ምናልባትም ከሶስት ወይም ከአስር አሊያም ከመቶ ሙከራዎች በኋላ የምንችለውን ሁሉ አድርገናል ብለን እንተወው እንደነበር እናስብ።

ካርቱኒስቱ ዋልት ዲዝኒ ከብዙ ጋዜጣ አሳታሚዎች ምንም ተለጥኦ የለህም የሚሉ በርካታ ተስፋ አስቆራጭ ምላሾች ደርሰውታል። አንድ ቀን ከአንድ ቤተ-ክርስቲያን አቅራቢያ ቀለም በመቀባት ላይ ሳለ በቤተ-ክርስቲያኗ ቁስ የተወሰኑ የካርቶን ስዕሎችን ይሠራ ዘንድ ተጠየቀ። ያንን በመሥራት ላይ ሳለ ያጋጠመችው አስገራሚ ዓይጥ ለሚኒ ማውዝ ፈጠራ ክፍተኛውን እገዛ አድርጋለታለች።

ስኬታማ ሰዎች ታሳሳቅ ሥራዎችን እይዞረም፤ ትናንሽ ነገሮችን በታሳቅ መንገዶች ይሠሯቸዋል እንጂ

አንድ ቀን በከፊል መስማት የተሳነው የአራት ዓመት ህፃን ልጅ ከመምህሩ የተሰጠውን ማስታወሻ ዕሉፍ ይዞ ወደቤቱ ተመለለ። እናትየው ማስታወሻውን ገልጣ ስታነበው "ያንቺው ቶሚ ለመማር ብቁ ያልሆነ ደደብ ነውና ለምን ከትምህርት ቤቱ አታስወጪውም?" ይላል። እናትየውም ምላሽ ሰጠች። "የኒው ቶሚ ደደብ አይደለም። አኔው ራሴ አስተምረዋለሁ!" ከዚያን ቀን ጀምሮ ራሷ እያስተማረች አላደገችውና ዓለም ታላቁን ዝነኛ የፈጠራ ሰው ቶማስ ኤዲሰንን ለማግኘት በቃ። ቶማስ ኤዲሰን መደበኛ ትምህርት የተከታተለው ለሶስት ወራት ብቻ ነው።

ሄንሪ ፎርድ የዛሬን አያድርገውና በፈለሰሩት የመጀመሪያ መኪና ላይ ኩሼት ሲያስገባ ግጣሟን ረስቶ ሳያስገባ ቀርቷል።

ታዲያ የእነዚህን ሰዎች ውድቀቶች ታስተውሏቸዋል? የውድቀት አርአያ ትሏቸዋል? ስኬታማ መሆን የቻሉት ትግሮቻቸውን ተጋፍጠው ሊፈቷቸው በመቻላቸው ነው። ለፀለምተኛ ሰዎች ግን እነዚህ ሰዎች የተሳካላቸው... በቃ ዕድል ፈቷን ስላዘረችላቸው ነው።

ሁሉም የስኬት ታሪኮች የትላልቅ ውድቀት ታሪኮች ናቸው። ልዩነቱ ስኬታማ ሰዎች በወደቁ ቁጥር ነጥረው መነሳት መቻላቸው ብቻ ነው። ይህ ወደ ፊት መውደቅ ተብሎ ይጠራል፤ ወደ ኋላ ሳይሆን አንድ እርምጃ ወደፊት መውደቅ። ከውድቀት እየተማሩ ወደፊት መገስገስ።

በ1914 የ67 ዓመት የዕድሜ ባለፀጋ የነበረው ቶማስ ኤዲሰን ፋብሪካው በእሳት ቃጠሎ ባቢያ ወደመጣ። የኢንፎር-ነስ ክፍያው እዚህ ግባ የሚባል አልነዘረም። አዛውንቱ ኤዲሰን ዕድሜውን በሙሉ የሰሩበት ሀብት ንብረቱ ሲወድምበት የሰጠው ምላሽ አጅግ አስገራሚ ነበር። "በመከራም ውስጥ እንኳን ትልቅ ድል አለ። ሁሉም ስህተቶችን እዚህ ወድመውልናል። እግዚአብሔር ይመስገንና አሁን እንደ አዲስ መጀመር እንችላለን" ያለው ኤዲሰን ከሦስት ሳምንታት በኋላ ፎኖግራፍን ሊፈለስፍ በቅቷል። ቀኗ አመለካከት ማለት ይሄ ነው!

ከዚህ ለጥቆ ክብርካታ የወደቀ መነሳት ትግል በኋላ ስኬትን የተገኘች የሌሎች ሰዎች አጫጭር ምሳሌዎች ቀርበዋል።

- ቶማስ ኤዲሰን ብርሃን ሰጪ አምራች ከመፈለሱ በፊት ቢያንስ አንድ ሺህ ጊዜ መከራዎችን እድርጎ አልተላኩትም።
- ሄንሪ ፎርድ በአርባ ዓመት ዕድሜው መኖሪያውን ደህንነቱን።
- ሲ ኢየሱስ በህምሳ አራት ዓመቱ በሄንሪ ፎርድ ሁለተኛ ከሥራ የመባረር ዕጣ ገጥሞት ነበር።
- ቤትሆሽን ወጣት ሳለ የሙዚቃ ተሰጥኦ በጭራሽ እንደሌለው ተነግሮት ነበር። ሆኖም ሸዓለም አጅግ በጣም ምርጥ የሆኑ ሙዚቃዎችን ከማበርከት አልባከም።

ውድቀትን ማስቀረት አይቻልም። ነገር ግን እንደ መንደርደሪያ ኃይል ልንጠቀምበት እንችላለን። ትሁትነትንም ልንማርበት እንችላለን። በውድቀታችን ጊዜ ብርታትንና ችግርን የመቋቋም ታላቅ ፅናትን እናገኛለን። ስለዚህ እሸናፊዎች እንጂ ተሸናፊዎች ላለመሆን እንጣር። ፍርሃትና ጥርጣሬን እናስወግድ። ፍርሃትና ጥርጣሬ አዕምሯችን በሙሉ አቅሙ እንዳይሰራ እንቅፋት ሊሆኑበት ይችላሉና።

ከእያንዳንዱ ሽንፈታችሁ በኋላ ምን እንደተማራችሁ ራሳችሁን ጠይቁ። የዚያን ጊዜ ብቻ ነው በእንቅፋትነት የተጋረጡባችሁ ነገሮች እንደ ድንጋይ መወጣጫ መሰላል ልትጠቀሙባቸው የምትችሉት።

የምታስቡ ከሆነ፡-

- ▲ ተሸንፈዋል ብላችሁ የምታስቡ ከሆነ በርግጥም ተሸንፈናል።
- ▲ ሸጠኛዎች ብላችሁ የምታስቡ ከሆነ በርግጥም ሸጠኛዎች ናችሁ።
- ▲ ማሸነፍ ፈልጋችሁ እንደምትሸነፉ ማሰብ ከጀመራችሁ በርግጥም ከዚች ቅፅበት ጀምሮ መሸነፍ ጀምራችሁ።
- ▲ ምርጥ ነገር ብላችሁ የምታስቡ ከሆነ በርግጥም ምርጥ ነችሁ።

በዚህ ዓለም ስኬትን የምናገኘው ከሀሳባችን ውስጥ ስናመነጨው ነው፤ ስለዚህም፡-

- ▲ ትልቅ ከመሆናችሁ በፊት ትልቅ ስለመሆን ማሰብ ስለባችሁ።
- ▲ ስለራሳችሁ ዜግም ቢሆን እርግጠኛ ልትሆኑ ይገባል። የዚህን ነው የሸጠኛነቱን ሽልማት የምታገኙት።
- ▲ የሕይወት ትግል የሸጠኛነት ሽልማት ለጠንካራና ፈጣን ሰው ሳይደርሰው ይቻላል። ሆኖም ቀረ ሽልማቱን የሚጠስደዝ ፈጣንና ጠንካራ ነገር ብሎ የሚደሰበው ሰው ነው።

በዓለማችን ካሉ ፍጡራን በእጠቃላይ የሰው ልጆችን የሚያክል አካላዊ እፈጣጠሩ ያልተሟላ ፍጡር አይገኝም። የሰው ልጅ እንደ ወፍ መብረር አይችልም፤ በሩጫም ከነብር ጋር አይመጣጠንም፤ የእዞን ያህል መዋኘት፤ የጣጣን ያህል ዛፍ መውጣት አይችልም፤ የንስርን ዓይነት የዕይታ ችሎታ የሰውም። የሰው ልጅ ከየትኛውም ፍጡር የባለ ደካማ እንደመሆኑ ትንኝ እንኳ ነድፋ ለሞት ልታበቃው ትችላለች። ነገር ግን ተፈጥሮ ሚዛናዊ ናትና ለሰው ልጅ የማለብ ችሎታን ችራዋለች። ስለዚህ የሰው ልጅ አካባቢውን መፍጠር ሲችል እንስሳት ግን እካባቢያቸውን ተላምደው ለመኖር ይገደዳሉ።

ይህንን ታላቅ ስጦታ (የማለብ ኃይልን) ሙሉ በሙሉ የሚጠቀሙበት የሰው ልጆች ግን አጅግ በጣም ጥቂቶች ናቸው።

ውድቀት ሁለት ዓይነት ነው። እንደኛው ድርጊቶችን ያስምንም ጥልቅ ቅድመ - አላቤ በመከወን የሚከለት ውድቀት ሊሆን፤ ሁለተኛው መልካም ነገሮችን ለመከወን እለበው ሳይተገብሩት ሊቀሩ የሚከለት ውድቀት ነው። በሕይወት ጉዳና ላይ የማለብ ችሎታን ሳይጠቀሙ መንዝ ልክ ሳያነጣጥሩ እንደመተኮስ ይቆጠራል።

ሕይወት ልክ እንደ ምግብ ቤት ናት። ላህናችንን ይዘን ያሻንን የምግብ ዓይነት እንመርጥና በመጨረሻ እንከፍላለን። መክፈል እስከቻልን ድረስ በሕይወታችንም የፈለግነውን ነገር ማግኘት እንችላለን። ምግብ ቤቱ ካለንበት ድረስ እንዲመጣልን የምንጠበቅ ከሆነ ዕድሜ ልካችንን ሳንመግብ እንችላለን። በሕይወትም ላይ የምትፈልጉትን ከመረጣችሁ በኋላ ለሰኬት ለመብቃት ተገቢውን (ተመጣጣኝ) ዋጋ መክፈል ይኖርባችኋል።

ሕይወት የምርጫዎችና የስምምነቶች መድረክ ናት!



“የሕይወት ጉዳና የዕድል ጉዳይ ሳይሆን የምርጫ ጉዳይ ነው። መፃፊ ሕይወታችን ቅመን የምንጠብቀው ሳይሆን በትጋት የምናስመልመው ነው።”

ዊልያም ጂኒንግስ ብራያን



ይህ የዊልያም ጂኒንግስ ብራያን እባባል እርስ በርሱ የሚቃረን ይመስላል። ሕይወት የምርጫዎችና የስምምነቶች መድረክ መሆኗ የሚቃረን ይምስል እንጂ አይደለም። ሕይወት በምርጫ የተሞላች ከሆነች ስምምነቱ እስላላ የሚሆነው የቱ ላይ ነው? ግን ስምምነትም በራሱ ምርጫ ነው። እንደሚከተለው እናየዋለን፡-

ሕይወት በምርጫዎች የተሞላችው አንዲት ነው?

ምግብ አብዝተን ስንበላ ወፍራም የመሆንና ጤናን የማጣት ምርጫን መረጥን ማለት ነው፤ መጠጥ አብዝተን ስንጠጣ በነጋታው ጠዋት ራስ ምታት እንዲይዘንና ቀስ በቀስ የጤና መታወክ እንዲደርስብን መረጥን ማለት ነው፤ ጠጥተን ካሽከረከርን በሚፈጠረው አደጋ የመሞት አሊያም ለው የመግደል ምርጫን መረጥን ማለት ነው፤ ለዎችን በሕመማቸው ጊዜ ካስታመምናቸው አኛም ሰንታመም ተመሳሳዩን አገልግሎት ለማግኘት መረጥን ማለት ነው፤ ለሌሎች ለዎች ማሰብ ካቆምን ሌሎችም እንዳያስቡልን መረጥን ማለት ነው።

ምርጫዎች ሁሉ የራሳቸው ጣጣ አላቸው። ምርጫዎችን ለመምረጥ ነፃ ብንሆንም ቅሉ ከዚያ በኋላ ምርጫችን እኛን ይቆጣጠረናል። እኩል ያለመሆን እኩል ዕድል ነው ያለን። መምረጡ የእኛ ፋንታ ነው። ሕይወት የፈለገውን ዓይነት ቅርጽ እየሠራ ከሚኖር ሽክላ ሠሪ ጋር ትነፃፀራለች። አኛም ሕይወታችን የፈለገውን ቅርጽ እንዲይዝ መምረጥ እንችላለን።

ሕይወት በስምምነቶች የተሞላች የምትሆነው አንዲት ነው?

ሕይወት ደስታና ጭፈራ ብቻ አይደለችም፤ ሕመምና ስቃይም ጭምር ናት። ያልተጠበቁ ነገሮች በድንገት ይከሰታሉ። ሳይታለብ ሁሉም ነገር ግልብጥብጦ ይወጣል። መጥፎ ክስተቶች ጥሩ ለዎች ላይ ይከሰታሉ። በድንገት የሚከሰቱ አካላዊ ጉዳቶች እና የተፈጥሮ አደጋዎች ከአቅም በላይ የሆኑ ክስተቶች ናቸው። ወላጆቻችንን አሊያም የምንወለድበትን ሁኔታ መምረጥ እንችልም። ኳሷ ወደማትፈልጉት አቅጣጫ ተወርወራ ከሆነ ክልብ አዝናለሁ። ሆኖም አሁን ካላችሁበት ሁኔታ ተነስታችሁ ሕይወታችሁን እንዴት ለመቀጠል አስባችኋል? በማማረር ወይስ ኳሷን ካለችበት አንስታችሁ ወደ ምትፈልጉት አቅጣጫ በመወርወር ከኳሷ ጋር መሮጥ? ይህን የመወለን ምርጫው የናንተ ነው።

ቀኑ ፀሀፊያምና የጠራ ከሆነ ሀይቁ ላይ በተለያዩ አቅጣጫ የሚንሳፈሩ በመቶዎች የሚቆጠሩ መርከቦችን ማየት ይችላል። ምንም እንኳን ነፋሱ የሚነፍለው ወዳንድ አቅጣጫ ቢሆንም፤ መርከቦቹ የሚነጉዱት በተለያዩ አቅጣጫ ነው። አቅጣጫቸው የሚወለነው ደግሞ እንደ ሸራ አወጣጠራቸው ነው። በሕይወታችንም ላይ እንዲሁ። የነፋሱን አቅጣጫ መወለን ባንችልም፤ የምንሄድበትን አቅጣጫ የመወለኑ ምርጫ የራሳችን ነው።



“ጤና፣ ደስታና ሰኬት የሚገነቡት በእያንዳንዱ ሰው የመታገል ብቃት ላይ ነው። በሕይወታችን የሚገጥሙን ክስተቶች በራሳቸው ትስቅ እይባሉም- ትስቅ የሚሆኑት ስለሚገጥሙን ክስተቶች የምናደርጋቸው ነገሮች ናቸው።”

ጆርጅ ስለን

የሚያጋጥሙንን ክስተቶች መቆጣጠር ባንችልም እንኳን እመለካከታችንን መቆጣጠር (መወሰን) እንችላለን። ምርጫው ድል አድራጊ አሊያም ተጠቂ እንድንሆን የመምረጥ ጉዳይ ነው። ዕጣ-ፈንታችንን የሚወሰነው አሁን ያሰንበትን ሁኔታ ሳይሆን ከአሁን ወዲህ የምንወስዳቸው ሕይወታዊ እርምጃዎች ናቸው።

ቀስተ ደመናን ለመፍጠር የዝናብና የፀሀይ መኖር ግድ ነው። በሕይወታችንም ላይ ደስታና ሀዘን፣ ጥሩና መጥፎ ገጠመኞች መክሰታቸው አይቀሬ ነው። መጥፎውን ገጠመኞችን በጥሩ ሁኔታ ከተወጣነው ያጠነክረናል። በሕይወታችን ዙሪያ የሚከሰቱትን ክስተቶች መቆጣጠር ባንችልም፤ እነዚህን ክስተቶች እንዴት በአግባቡ ለመያዝ እንደምንችል መወሰን እንችላለን።

የሰው ልጆች ልክ እንደ የዝግባ ዛፍ ምርጫ የሌላቸው አይደሉም። የዝግባ ዛፍ ትልቅ ዛፍ የመሆን አሊያም የቀንድ አውጣ ምግብ ያለመሆን ምርጫ የለውም። የሰው ልጆች ግን ምርጫዎች አሏቸው። ለምሳሌ ተፈጥሮ ሉሚ ስትሰጠን ወይ ማማረር አሊያም የሉሚ ጭማቂ መሥራት ዓይነት ምርጫዎች ይኖረናል።

አንዳንዴ እንደሚከሰተው ነገሮች ሲበላሹ ኃላፊነት በተሞላበት መንገድ አግባብ የሆነ ነገር ማድረግ፤ አሊያም በዘፈቀደ የማስተናገድ ምርጫው የእናንተ ነው።

አንድን ሰው ስለኪታማነት የሚያበቁ መስዶ ባህሪያት

1. ልባዊ መሻት (ፍላጎት)

ስኬታማ ለመሆን ያለን ጉጉት አንድን ዓላማ ከግብ ለማድረስ ካለን ጠንካራ ፍላጎት ይመነጫል። ናፖልዮን ሃል እንዲህ በማለት ጽፏል፡- “የሰው ልጅ አዕምሮ አገኘዋለሁ ብሎ ያመነበትን ማንኛውም ነገር ያገኘዋል።”

በእንደ ወቅት እንደ ወጣት ሶቅራጥስን የሰከት ምስጢር ምን እንደሆነ እንዲነገረው ጠየቀው። ሶቅራጥስ ከወጣቱ ጋር በነጋጋው ወዋት ከወንዙ ዳርቻ ለመገናኘት ቀጠሮ ያዘ። በነጋጋው ሀሳብም እየተረመዱ ወደ ወንዙ ገቡ። ወግው እንገታቸው ላይ ሲደርስ በደንገት ሶቅራጥስ ልጁን ገዥ ወዘው ወስኖ ደፈቀው። ልጁ ለመመጣት ቢታገልም፣ ገልበቱ ከሶቅራጥስ ጋር ሲመጣጠን ስላልቻለ ጥረቱ አልተሳካለትም። በመጨረሻ ወጣቱ ራሱ ጠዋላዊነት መቀየር ሲጀምር ሰቀቀው። ልጁ አየር ስዋ ከተረጋጋ በኋላ ሶቅራጥስ ጥያቄውን አቀረበለት። “ለመሆኑ ውግ ወስኖ ሳለህ ከምንም ነገር ዘላይ አስፈልጉህ የነበረው ነገር ምንድነው?” ልጁ ሳያመታ “አየር!” ሲል መሰለለት። “የሰከትም ምስጢር ይህ ነው። ፍክ አየር የፈለግከውን ያህል ሰከትንም ፈልገውና ታገኝዋለህ። ሌላ ምስጢር የለውም” አለው ሶቅራጥስ። ትክክል ብሏል - ሌላ ምንም ምስጢር የለውም።

ክልብ መሻት የውጤታማ ጉዞ ዋነኛ መነሻ ነጥብ ነው። በፍንጣሪ አላት በቂ መቀት ማግኘት እንደማይቻል ሁሉ ደካማ ፍላጎትም ታላቅ ውጤትን ሊያስገኝ አይችልም።

2. መስዋዕትነት መክፈል:-



“ስኬታማ ለመሆን መጣረን ተውና ተፈላጊ እሴት ያለውን ለው ሁን!”

አልበርት አንስታይን



ቁርጠኝነትን ለመገንባት የሚያስፈልጉን ሁለት ቋሚ ምስላዎች ታማኝነትና ጥበብ ናቸው። ይህንን አባባል ይበልጥ ለማብራራት እንደ ሥራ እስኪያጅ ለበታች ሠራተኛው የተናገረውን እዚህ ጋር መጥቀስ ይኖርብናል። “ደኅንነት ማለት ኪሳራ እየደረሰብህም ቢሆን መስዋዕትነት መክፈል ሲሆን ጥበብ ደግሞ እንዲህ ዓይነቱን የሞኝነት ተግባር አለመፈፀም ነው።”

የተዋጣለትና ስኬታማ ለው መሆን የሚቻለው ከአስተሳሰባችንና ከምናደርጋቸው ውሳኔዎች በመነሳት ነው። ምን ዓይነት አስተሳሰብ ሕይወታችንን እንደሚለውጠው መወለኑ የእኛ ፋንታ ነው። ከላይ እንደተጠቀለው ስኬት በድንገት የሚከሰት ሳይሆን የአመለካከታችን ውጤት ነው።

ለማሸነፍ መጣር መስዋዕትነትን ይጠይቃል

ላለመሸነፍ መጫወትና ለአሸናፊነት መጫወት እጅግ የተለያዩ ነገሮች ናቸው። ለአሸናፊነት መጫወት የሚፈጥረው ጉጉትና በጨዋታው ወቅት የሚከፈለው መስዋዕትነት ለየት ያለ ነው። በተቃራኒው ላለመሸነፍ ስንጫወት የምንጫወተው ከደካማነት በመነሳት ይሆናል። ላለመሸነፍ ስንጫወት ዋነኛው ዓላማችን ውድቀትን መሸሽ ነው። ሁላችንም የምንፈልገው ማሸነፍን ይሁን እንጂ ለዚያ ቅድመ - ዝግጅት የሚከፈለውን መስዋዕትነት ለመክፈል የተዘጋጁ ጥቂቶች ናቸው። ለአሸናፊነት የምንጫወተው በልባዊ ቁርጠኝነትና በተነሳሽነት መንፈስ ሲሆን ላለመሸነፍ የምንጫወተው ግን በነገሩ ይህን ያህል ሳንመሰጥ (የግብር ይውጣ ዓይነት) ነው።

ህላባዊ መሰናክሎች እዚህ ላይ አይኖሩም፤ መቼም ቢሆን አይኖሩም። የጉዞዎችን መዳረሻ ነጥብ መልህቅን ጥሎ ጉዞን በማቆም እሊያም እንዲሁ በውሃ እየተነዱ በመጓዝ አይደረስበትም። መድረስ የምንችለው በነፋሱ አቅጣጫም ሆነ በተቃራኒው ጉዞዎችን ሳናቋርጥ በመጓዝ ብቻ ነው።

ማንኛውንም እስልጣኝ ስታገኙ በምርጥና ምርጥ ባልሆነ ቡድን መሀከል ያለውን ልዩነት ጠይቁት። በተጨማሪም እነሳዊ ብቃት፣ ተሰጥእና ችሎታ ላይ የሚኖረው ልዩነት በጣም ትንሽ እንደሆነ ይነግራችኋል። ትልቁ ልዩነት የሚከሰተው በተነሳሽነት ስሜት ላይ ነው። ምርጡ ቡድን ለማሸነፍ ማንኛውንም መስዋዕትነት ለመክፈል ቁርጠኛ መሆኑ ተጨማሪ ኃይል ሰጥቶታል። ለማሸነፍ ያላቸው ቁርጠኝነት ይህ ነው እይባልም። ለማሸነፍ ቁርጠኛ የሆነ ቡድን ግጥሚያው ከበድ ባለ ቁጥር፡-

- ✓ ለጨዋታው የሚሰጠው ግምትም ይበልጥ ይጨምራል፤
- ✓ የማሸነፍ ፍላጎቱ በዚያው ልክ ይንራል፤
- ✓ የቡድኑ ብቃትም በዚያው ልክ ከፍ ያላል
- ✓ በመጨረሻ ድሉም እጅግ ጣፋጭ ይሆናል

እዳዲስ መሰናክሎች (ፈተናዎች) እዳዲስ ብቃቶችን ይፈጥራሉ። የብዙ እትሌቶች ከፍተኛ ብቃት ጉልቶ የሚታየው የማሸነፍ ዕድላቸው እጅግ ጠባብና እዳጋች መስሎ በሚታይበትና ከባድ ፋክከር ባለበት ውድድር ላይ ነው። ያን ጊዜ ነው እትሌቶቹ ወደ ተከማቸው ውስጣዊ ኃይላቸው በጥልቀት የሚዘምቱት።

“ልምምዱ አዝሱን ሰማቆም ሲዳዳን በአዕምሮዬ ብልጥ የሚበወ ተጋጣሚዬ በዚህች ቅሬታ ምን እያደረገ እንደሆነ ነው። እርሱ ልምምዱን አጠናክሮ እየሠራ መሆኑን ሳስብ እኔም ጠንክረ ስመሥራት ወደ ልምምዱ እመሰላለሁ። ዕረፍት እያደረገና ሻወር እየወለደ ነው ብዬ ካሳብኩኝማ የበለጠ ጠንክረ ልምምዱን እሠራለሁ።”

ዳን ጋብሰ፤ በፈሰሰንገ (ነፃ ትግል)
የኦሎምፒክ ጃወርቅ ሚዳሊያ ተሸላሚ

ስኬት የደረጃ ዕድገት አይደለም። ግን በደረጃ ዕድገት ውስጥ ስኬት አለ። አንዳንድ ሰዎች የመሸነፍ ፍርሀት ስለሚያድርባቸው ቀድሞውንም መሞከሩን አይደፍሩም። እነዚህ ሰዎች ባሉበት ደረጃ መቆየትም አይፈልጉም። ምክንያቱም ከሌላው ወደ ጎሳ መቅረት ይመስላቸዋል። በሁለቱም በኩል ስጋቱ እንዳለ ነው። በገላጣው ባህር ላይ የሚጓዙ መርከቦች የማዕበል ስጋት እንዳለባቸው ይታወቃል። ሆኖም ይህን ስጋት በመፍራት ወደቡ ጋር እንደቆሙ ቢቆዩ መዛጋቸውና መበላሸታቸው አይቀርም። መጀመሪያውን መርከቦች የተሰሩት ለመቆም አይደለም። ለአሸናፊነት በመጫወትና ላለመሸነፍ በመጫወት መሀከል ያለው ልዩነት ተገቢውን መለዋዕትነት ከመክፈልና መፃፂ አደጋዎችን ከመጋፈጥ ጋር ይያያዛል። ለማሸነፍ የሚጫወቱት በተለያዩ ጫናዎች ውስጥ በማለፋቸው እየጠነከሩ ሲሄዱ፤ ላለመሸነፍ የሚጫወቱት ግን እንዴት ስኬታማ እንደሚሆኑ ላያውቁት ይቀራሉ።

የተለያዩ ጫናዎች (መለናከሎች) ለማሸነፍ የሚጫወቱ ሰዎችን ይበልጥ እንዲጠነክሩ ያደርጓቸዋል፤ ላለመሸነፍ የሚጫወቱትን ግን ጉልበታቸውን በመምጣጥ ደካማ (ብቃት የለሽ) ያደርጓቸዋል። ለማሸነፍ ፅኑ ፍላጎት ቢኖራቸውም እንኳን ብቃታቸውንና ኃይላቸውን አሟጠው እንዳይጨርሱ ይለጋሉ። ስለዚህ ለማሸነፍ በመጣጣር ላይ አትኩረታቸውን ከማሳሳብ ይልቅ በሚያጧቸው ነገሮች ስጋት የያዙትንም እያጡ ይሄዳሉ።

ተሸናፊዎች ሁሌም ቢሆን ደንገነቱ የተጠበቀ (ዋስትና ያለው) ነገር ላይ ሊያተኩሩ፤ አሸናፊዎች አጋጣሚዎች ላይ ያተኩራሉ። ተሸናፊዎችን ከሞት በላይ መኖር ያስፈራቸዋል።

መሸነፍ (መውደቅ) ወንጀል አይደለም፤ የማሸነፍ ብቃትን ማጣት ግን ወንጀል ሊሆን ይችላል።

“በየትኛውም የሙያ መስክ ላይ ቢሆን የሁሉም ሰው ሕይወታዊ ስኬት የሚወስነው ሰላቀ ምርጥ ሕይወት በሚከፍለው መስዋዕትነትና ባለው ቁርጠኝነት ላይ ተመስርቶ ነው።”

ቪንሰ ሱምባርዲ

በአቋም መፅናት ወደ ቁርጠኝነት ይመራል

በምርጫዎችና ግዴታዎች መሀከል ሰፊ ልዩነት አለ። ምርጫዎች ለድርድር ሊቀርቡ ይችላሉ፤ ግዴታዎች ግን አይቀርቡም። ምርጫዎች የራሳቸው የሆነ ጫና ቢኖራቸውም የግዴታዎች ጫና ግን ከፍተኛ ነው። ለዚህም ነው ግዴታዎች ዋጋ ይኖራቸው ዘንድ ጠንካራ የሆነ የእሴት ስርዓት የሚያስፈልገን። ግዴታዎች አቋሙ-ፅኑ ሲያደርጉን አቋሙ-ፅኑነታችን በተዘዋዋሪ ቁርጠኝነታችንን ይጨምራል።

3. ኃላፊነትን መቀበል፡-

“ክስብ በምንፈልገውና በምንወደው ተግባር ላይ ስንሰማራ ውጤታማነታችን በጣም የጉላ ነው።”

ጆርጅ ግሪተር

መልካም ሥነ-ምግባር ያላቸው ሰዎች ኃላፊነትን ይቀበላሉ። ጥሩ ጥሩ ውሳኔዎችን በመወሰንም ሕይወታቸውን በስርዓት ይመራሉ። ኃላፊነትን መቀበል መፃኢ አደጋን መጋፈጥና ተጠያቂነትን ስለሚያስከትል አንዳንድ ላይመችን ይችላል። ስለዚህ ብዙ ሰዎች ከኃላፊነት በመሸሽ በራሳቸው ምቹ ዓለም ውስጥ መኖሩን ይመርጣሉ። በሕይወታቸው ውስጥ ነገሮችን ከመፍጠር ያልቅ በራሳቸው ጊዜ እንዲከለቱ ይጠብቋቸዋል። ኃላፊነትን መቀበል ማለት በጥንቃቄ አስቀድሞ የታሰበባቸውን መፃፂ አደጋዎች በሞኝነት ላይሆን በብልህነት መጋፈጥ ማለት ነው። አስፈላጊውን ነገር ግራ-ቀኙን አይቶ በጥንቃቄ ከመዘነ በኋላ ውሳኔ መወሰንን አሊያም ወደ ተግባር መሸጋገርን ያመለክታል። ኃላፊነት የሚለማቸው ሰዎች ራሳቸውን የዓለማችን ባለዕዳ ወይም ሽክም አድርገው አይመለከቱም።

- ቀጠላን በማዳከም ብሰሰግናን ማምጣት አይቻልም።
- ደካማውን ለማዘንከር ወንጌራውን ማደከም መፍትሔ አይሆንም።
- በበታመን ደዘ ማደረግ ደዘውን በብታም አይደርገውም።
- ደሞዝ ክፋሪን በሚያረድ ደሞዝ ተቀባሪን ማሳደግ አይቻልም።
- የአንድን ሰው ፈጣሪነትንና ነፃነትን በመገደዝ መልካም ሥነ-ምግባርን ማስፈን አይቻልም።
- የመደዘ ልዩነትን በመስበክ የሰዎችን ወንጀማማችነት ማታወቅ አይቻልም።
- ሰዎች ራሳቸው ሲሠሩት የሚችሉትን ሥራ እና ስላሰሩት ላቸው ብቻ በቀሚነት እርዳታ አይሰጥባቸውም ማለት አይቻልም።

- አዘርህም ሲንከን

በበረዶ የተገነባ ተራራ እየወጣችሁ ወይም ጦርነት ውስጥ እያላችሁ የምትፈፀሙት ትንሽ ስህተት ለሞት ሊያበቃችሁ ይችላል። ነገር ግን ብዙዎቻችን ለምንስራቸው ስህተቶች የምንሰጣቸው እፀፈታዎች ከስህተቶቹ በላይ ጠቃሚ ናቸው። ጋላፊነት የሚሰማቸው ሰዎች ስህተታቸውን መቀበል ብቻ ሳይሆን ይማሩባቸዋል። እንዳንድ ሰዎች ግን ከስህተቶቻቸው አይማሩም። ስለስህተቶቻችን ልናደርግ የምንችላቸው ሦስት እማራጮች አሉ፡-

- እንቀበላቸዋለን፤
- እንክዳቸዋለን፤
- እንቀበላቸውና ከነርሱ በመማርም ዳግመኛ ላስመሳሳት እንጠነቀቃለን።

ለስተኛው እማራጭ ምንም እንኳን የሚከብድ ቢሆንም ውጤታማ መሆኑ እያጠራጥርም። ያለበለዚያ ድክመቶቻችንን የምንሸፋፍን ከሆነ እነሱን የሀይወታችን ዋና ማዕከል እናደርጋቸዋለን፤ ከማሸነፍ ይልቅ የድክመቶቻችን ጥገኛ እንሆናለን። ነገሮች በስህተት ሲከወኑ ፀለምተኞች የነቃፊነት ሥራቸውን ይጀምራሉ።

የአንድ ኩባንያ የቀድሞ ሥራ አስኪያጅ በጡረታ ሲገለሉ ለተተኪያቸው አዲሱ ሥራ አስኪያጅ ሁለት የታሸጉ ፖስታዎችን በስጦታ ያበረክቱለትና፤ “በጣም ከባድ የአስተዳደር ችግር ውስጥ እንደገባህ ከገመትክ ይህንን ቁ.1 የተሰኘውን ፖስታ ከፍተህ ውስጡ ያለውን አንብብ። እንደገና

ሌላ አጅግ በጣም ከባድ ችግር ከገጠመህ ደግሞ ይህንን ቁ.2 የተሰኘውን ፖስታ ክፈተው” ብለው ተሰናብተውት ሄዱ።

ከጥቂት ዓመታት በኋላ ሥራ አስኪያጁ ከበድ ያለ ችግር ገጠመውና በተመከረው መስረት ቁ.1 ፖስታን ከነዝናው አውጥቶ ክፈተው። በውስጡ ያገኘው ትንሽ ወረቀት ላይ “ስተፈጠረው ችግር የቀደሞውን ሥራ አስኪያጅ ተጠያቂ አድርገ!” የሚል ፅሁፍ ተጽፎበታል። እንደገና ጥቂት ዓመታት እንዳለፉ ሁለተኛው ከበድ ያለ ችግር ተከሰተና ቁ.2 ፖስታን ማንበቡ ገድሮ ሆነ። ፖስታው ውስጥ የተገኘው ፅሁፍ “ስቀጣዩ ተተኪህ የምታበረክትሰትን ሁለት ፖስታዎችን እዘጋጅ!” ይላል።

4. ጠንክር መሥራት



“ዕድል? ስለዕድል ቅንጣት ታህል አስቤ አሳውቅም።

በዕድል ላይ ጥገኛ ሆኜ አሳውቅም። እንዲያውም ስለ ዕድል

ለሚያስቡ ሰዎች እፈራባቸዋለሁ። ለእኔ ዕድል ጠንክር

መሥራት ይመስለኛል። ተጨማሪ ትርጉም ካለፈለገም መልካም

አጋጣሚንና መጥፎውን ሰይቶ ማወቅ ማለት ነው - ዕድል።”

- ሱሲል ቦል



በድጋሚ ስኬት በድንገት የሚከሰት አለመሆኑን ላስታውሳችሁ። በሥነ-ምግባርና ቅድመ-ዝግጅት የምናገኘው ነገር ነው። ሁሉም አሸናፊ መሆንን ቢፈልግም በቅድመ-ዝግጅቱ መሰናዶ ወቅት መስዋዕትነትን ለመክፈል ዝግጁ የሆኑት ጥቂቶቹ ብቻ ናቸው። ስኬት መልካም ሥነ-ምግባርንና መስዋዕትነትን ይጠይቃል። ጠንክር መሥራትን ሊተካ የሚችል አጭራጭ መንገድ በፍፁም የለም። ሄንሪ ፎርድ፣ “ጠንክረህ በሠራህ ቁጥር ዕድለኛነትህ እየጨመረ ይሄዳል” ብሏል።

ዓለማችን በምርጫዎች የተሞላች ናት። እንዳንዶቹ ጠንክረው ለመሥራት ሲፈቅዱ ሌሎች ደግሞ እነዚህን ሰዎች ዳር ሆነው ለማየት ብቻ ይፈቅዳሉ።



“በቀን ውስጥ አስራ ሁለት ሰዓታት ብቻ ብሠራ ደስ ይስኛል።

ነገር ግን የመጀመሪያዎቹን ደህን የመጨረሻዎቹን አስራ ሁለት

ሰዓታት ገድ የለኝም።”

ኬመንስ ዊልሰን

የሆሲዲዲ ሲን ሆቴል ሥራ አስኪያጅ



አንድ ሰው መዝገብ-ቃላት ስላለው ብቻ ጥሩ ቃላት ዐዋቂ እንደማይሆን ሁሉ ጠንክሮ ሳይሠራም ብቃት ሊኖር አይችልም። ባለሙያዎች ነገሮችን በቀላል መንገድ የሚሠሩበት ምክንያት የሚሠሩትን ማንኛውም ሥራ ስረ-መሠረቱን ጠንቅቅው በማወቃቸው ሳቢያ ነው።



“እንዲህ የተዋጣበት ሰዓሊኛስመሆን ምን ያህል ጠንክራ መሥራት እንደነበረብኝ ሰዎች ቢያውቁ ኖሮ ሥራዎች ይህን ያህል ባሳስደነቃቸው ነበር።”

ሚካኤል አንደሱ

“መካከለኛ ደረጃ ሳይ ያለ ሰው ካለው ኃይል፣ ጉልበት ወይም ትሉታ ሆኖ አምስት በመቶውን ብቻ ለሥራው ያውሳል። ከህምሳ በመቶ በላይ ኃይላቸውን ለሚያፈሱ ሰዎች ዓለም በሞላ ባርኔጣውን ያነሳላቸዋል። ለእነዚያ ጥቂት ሰዎችና መቶ በመቶ ኃይላቸውን ሥራቸው ሳይ ለሚያፈሱ ሰዎች ግን ሁሉም በጭንቅላቱ ይቆሙላቸዋል።”

አንድሪው ካርኒጊ



ሰኬታማ ሰዎች የሚጠይቁት ምን ያህል ብዙ ሥራ እንዳለ እንጂ ምን ያህል ጥቂት ሥራ እንደሆነ አይደለም። ደግሞም ብዙ ሰዓታትን ለመሥራት እንጂ ጥቂት ሰዓታትን ለመሥራት አይጓጉም። ምርጥ መብቀሾች በየቀኑ ሰብዙ ሰዓታት ልምምድ ያደርጋሉ። አሸናፊዎች ድሳቸውን ያገኙት ጠንክረው ለረዥም ጊዜ በመሥራታቸው እንደሆነ ያውቃሉ፤ በጥንካሬያቸውም ጥርጣሬ የላቸውም።

ማንኛውም የምንደሰትበት ነገር ሁሉ የረዥም ጊዜ ልፋትና የጠንካራ ሥራ ውጤት ነው። ሥራው የሚታይ ሆኖም ረቂቅ ጠቀሜታው አኩል ነው። ስለዚህ በሥራችን መከራት ብቻ ሳይሆን የሌሎችንም የሥራ ውጤት በአክብሮት እንመልከት። በርትተን በመሥራት የዕቅዳችንን እውን መሆን አሻግረን እንይ። አንዳንዴ በሥራችን ሌሎቹ ሊያደንቁን ቢችሉም አድናቆታቸው ተጨማሪ ደስታን ቢለግሰን እንጂ ዋነኛው ደስታችን የሚፈልቀው ከውስጥ ነው።

አንዳንድ ሰዎች መሥራት የሚያቆሙት ሥራ ባገኙበት ቅፅበት ነው። ስለ ሥራ አጦች የሚያትተውን አህዛዊ መረጃ ወደጉን እንተውና

ከልባቸው፣ በሙሉ አቅማቸው የሚሠሩ ጥሩ ሰዎችን ማግኘት በጣም አስቸጋሪ ነው።

ብዙ ሰዎች በባክነ ጊዜና በመዝናኛ ጊዜ መሀል ያለውን ልዩነት አያጤኑትም። የባክነ ጊዜ ማለት የተሰረቀ፣ የጠፋና ሥራ ላይ ያልዋለ ጊዜ ነው። የመዝናኛ ጊዜ ግን ከሥራ በኋላ የሚደረግ ጥቅም ያለው የዕረፍት ጊዜ ነው። የዕረፍት ጊዜ ኃይላችንን ሊያድሰው፣ የባክነ ጊዜ ኃይላችንን ይመጥጠዋል። ዛሬ ነገ ማለት በራሱ የባክነ ጊዜ ነው።

የተሳካ ሥራ በዕድል አይገኝም፤ የሚገኘው ጠንክሮ በመሥራት ብቻ ነው። ጠንክሮ በትጋት መሥራት በማንኛቸውም የሥራ መስኮች ውጤታማ ያደርገናል።



“ሁልጊዜም ቢሆን ሕይወት ልትሰጠን የምትችለው ድንቅ ሽልማት ዋጋ ሳለው ነገር ጠንክሮ የመሥራትን ፍላጎትና ዕድል ነው”

- ቲዎዶር ሩዝቬልት



ጠንክሮ መሥራት የነገሮች ጅማሬና ፍፃሜ ነው። ማንም ጠንክሮ የሚሠራ ሰው ጥሩ ስሜት ይሰማዋል። ጥሩ ስሜት የሚሰማው ሰው ደግሞ ጠንክሮ መሥራቱ አይቀሬ ነው። የቱንም ያህል ምርጥ ሐሳብ (ዕቅድ) ቢኖረን ካልተገበርነው በሀሳብነቱ ብቻ ይቀራል። የቱንም ያህል ምርጥ ትሉታ ብንታደልም የመሥራት ፍላጎት ከሌለን ዋጋ አይኖረውም።

ከተፈጥሮም መማር እንችላለን። ዳክዬ ከላይ ስትታይ ረጋ ባለ ሰላማዊ ሁኔታ የምትንሳፈፍ ትምሰል እንጂ ከውሀው ሥር እግሮቿ ያለማድረግ በትጋት እየቀዘፉ ናቸው።

በአንድ ወቅት ታዋቂው ታላቁ የባዮሊን ተጫዋች ፍሪትዝ ክሪስብር ኮንሰርቱን ሕቅርቦ ሲያጠናቅቅ ሕንዳ አደናቀው ተጠጋውና “አንተ እንደምትጣወቀው ባዮሊን ለመጣወት ሕይወቱን እሰጣለሁ!” አለው። የፍሪትዝ አጭር መልስ “እኔም እኮ የሰጠሁት ሕይወቱን ነው” የሚል ነበረ።

ለሰኬት ምንም ዓይነት አሰማታዊ ዘንግ አያስፈልግም። ሰኬት የሚገኘው በገህዱ ዓለም በርትተው ለሚሠሩቱ እንጂ ጥግ ሆነው ለሚታዘቡት አይደለም። ጋሪ የሚሰብ ፈረስ አይራገጥም። የሚራገጥ ፈረስም ጋሪ አይሰብም። ስለዚህ መራገጣችንን አቁመን ጋሪ መሳብ እንጀምር።

ጠንክረን እስካልሠራን ድረስ ስኬትን እንጉናፀፍም!

ተፈጥሮ ሰውፎች ምግባቸውን የምትለግሉ ቢሆንም ጎጆዋቸው ድረስ ሄዳ አታኖርላቸውም። ምግቡን ጉጆዋቸው ድረስ ለማምጣት ወፎቹ ጠንክረው መሥራት ይጠበቅባቸዋል። ምንም ነገር በላላው አይገኝም። ሚልተን “ፓራዳይዝ ሱሉት” የተሰኘውን ድርሰቱን ለመፃፍ በየቀኑ ከሌሊቱ አስር ሰዓት ላይ ከአንቅልፉ መነሳት ነበረበት። ኖህ ዌብስተር፣ የዌብስተር መዝገብ-ቃላትን አጠናቅቆ ለገበያ ለማብቃት ሠላሳ ስድስት ዓመታት ፈጅቶበታል።

ጥቃቅን ውጤቶች አንኳን ጠንክሮ መሥራትን ሲጠይቁ ይችላሉ። ጥቃቅን ውጤቶች ከታላላቅ ዲስኩርቶች/ይልቃሉ።

5. ሥነ-ምግባር

ሥነ-ምግባር የአንድ ሰው ዕምነት፣ ሰብዕናና አሴቶች ድምር ውጤት ነው። በባህርያችንና በተግባራችንም ይገለጻል። እጅግ ውድ ከሚባል ጌጥ በላይ ልንጠብቀው ይገባናል። አሸናፊ ለመሆን ሥነ-ምግባር ወላጅነት አለው። ጆርጅ ዋሽንግተን ባንድ ወቅት “የአንድ ታማኝ ሰው ጽናትና ሰናይ ምግባራት ይኖሩና ዘንድ ሁሌም እተጋለሁ” ብሏል።

የታሪክን እሽከርክሪት የሚቆጣጠረው የሕዝብ አስተያየት (ድምፅ) ሳይሆን የመሪው ሥነ - ምግባርና ባህርይ ነው። በታማኝነት ውስጥ ጥያቄን የሚጭር ምንም ነገር የለም። ወደ ስኬት የሚደረግ ጉዞ ብዙ አንቅፋቶች ቢኖሩት፣ በእነዚያ አንቅፋቶች ተሰናክሎ ላለመውደቅ ሰናይ ምግባርና ከፍተኛ ጥረት አስፈላጊ ናቸው። ተገቢ ባልሆነ ትችት ተሽመድምዶ ላለመውደቅ ጠንካራ ሆኖ መገኘትን ግድ ይላል።

ለምንድነው ብዙ ሰዎች ስኬትን ወደው ስኬታማ ሰዎችን የሚጠሉት? አንድ ሰው በሰኬት ከፍ፣ ከፍ ባለ ቁጥር አሉን ጉትቶ ለማውረድ የሚለለፉት ሰዎች ብዛት የትየለሌ ነው። በከፍተኛ ተራራ አናት ላይ የቆመ ሰው ሰናይ እዚያ የደረሰው እንዲሁ በድንገት (በዕድል) ሳይሆን፣ ተጋግጦና ታግሎ መሆኑ ትዝ ሊለን ይገባል። በየትኛውም የሙያ መስክ ውጤታማ የሆኑ ሰዎች ስኬታማ ባልሆኑ ሰዎች መንቋሽባቸው የተለመደ ነው። ማንኛውም ሥራ የማይሠሩ ሰነፍ ሰዎች ዋነኛ ባህሪ ነው። እጃቸውን አጣምረው በመቀመጥ የሚሠራውን ሰው ምንና እንዴት መሥራት እንዳለበት ሊነገሩት ይሞክራሉ።

ዘለፋዎች ከግባችሁ እንዲያደናቅፏችሁ እትፍቀዱ! ለዘለፋ፣ ለሃሏ እጅ አትሰጡ! ብዙ ሰዎች ወቀላን በመፍራት ምንም ነገር አይሠሩም። ካልሠሩ ደግሞ በእነዚያ ሰዎች እንዴት መሥራት እንዳለባቸው ወቀላ አይደርስባቸውም። የበለጠ እየሠራችሁ በሄላችሁ ቁጥር ግን ብዙ ጠላት፣ ብዙ ተቺና ወቃሽ በዚያው ልክ ያጋጥማችኋል።

ማንም ሰው መተቸትን አይወድም። ሆኖም ከቅን ሂስ ራሳችንን የምናሻሽልበትን ትልቅ ትምህርት ልናገኝ እንችላለን። በትችት ላለመጉዳት ጠንካራ ልብ እንደሚያስፈልግ ሁሉ ጠቃሚ ትችትን ተቀብሎ ተግባራዊ ማድረግም ጠንካራ ስብዕናን ይጠይቃል። ሆኖም ተብሎ በምቀኝነት የሚሰነዘር ትችትን ከቅን ትችት መለየት እጅግ አስፈላጊ ነገር ነው። የስኬታማ ሰው መለያም ይሄ ነው። የተቺን ሰው መነሻ ምክንያት መገምገም የዚህ ጥበብ አንደኛው አካል ነው። ሌላኛውና ዋነኛው አካል የራስ ግንዛቤ ነው። ስኬታማ ሰው ራሱን ጠንቅቆ ስለሚያውቅ ተገቢ የሆነውንና ያልሆነውን ትችት መለየት አያቅተውም።

እንደ ሌላው ሰው ሁሉ ስኬታማ ሰዎችም መተቸትን አይወዱም። ከሌላው ለየት የሚያደርጋቸው ትችቱ አግባብነት አለው ብለው ያመኑ ጊዜ ጆሮዋቸውን ከፍተው በሥርዓት ለማዳመጥ መሞከራቸው ነው። እንዴት ሊሻሻሉ እንደሚችሉም ራሳቸው አስተያየት ይጠይቃሉ። በተለይ በጣም ከሚተማመኑባቸው ሰዎች ጋር ከሆኑ አስተያየት በመጠየቅ የሚወዳደራቸው ሰው የለም። ሁሌም ቢሆን “እንዴት እያደረግሁ ነው?” አሊያም “እንዴት መሻሻል እችላለሁ?” በማለት ይጠይቃሉ።

ሥነ-ምግባር የባሕርያት ውህደት ነው

ሥነ-ምግባር የታማኝነት፣ ራስን ብቻ ያለመውደድ፣ መረዳት፣ መስዋዕትነት የመክፈል (ቁርጠኛ የመሆን) ብርታትና የአክብሮት ውህደት ነው።

ከሥነ-ምግባር ውስጥ መስህብ ያለው ስብዕና ምንድነው?

- በራሱ ምርጥ የሆነ፣
- እርጋታ የተሞላው፣
- ራሱን የሚቆጣጠርና በራሱ የሚተማመን፣
- አስቸጋሪ ሁኔታዎችን ተቋቁሞ የሚጓዝ፣
- ለሌሎች አላቢ፣ ሩህሩህና ሌሎችን ላለመጉዳት የሚጠነቀቅ፣
- ነገሮችን በይበልጥ የሚረዳ፣
- ለበብ የማይደረድር፣
- ጥሩ ባህርይ ያለው ሰው ለመሆን በየጊዜው ጥቂት ጥቂት መስዋዕትነትን መክፈል እንዳለበት የሚያውቅ፣
- ካለፈው ስህተቱ ትምህርት የሚወለድ፣
- ምርጥ ሰው፣ የባላባት ዘር ነኝ ብሎ የማይመካ፣ በህብቱ መጠን ጉራውን የማይነካ፣
- ሌላውን በመጉዳት ለመበልፀግ የማያስብ፣
- በቃሉ የሚገኝ ቁምነገረኛ፣

- ከቱንጋታ ጋር ቢመደብም ልዩ ነኝ ብሎ ሳይከፈስ ከሁሉም ጋር የሚጠማማ፤
- በንግግር ሰውን የማያስቀይም፤ ጥሩ አመለካከትና ውስጣዊ ፈገግታ የሚለግስ፤
- ከአምባገነናዊ ድርጊቶች የፀዳ፤
- ከራሱና ከሌሎች ጋር የተመቻቸ፤
- የማሸነፍያውን ገመድ በመጫወት የሚገኝን አርካታ የሚያጉናፀፍ፤
- ግርምትን መፍጠር የሚችል፤
- ተዐምራትን የሚቀዳጅ፤
- እሱን ማወቅ እንጂ መግለጽ የሚያዳግት፤
- ኃላፊነትን የሚቀበል፤
- ትሕትና የተላበሰ፤
- ሊያሸነፍም ሊሸነፍም ግርማ ሞገስ ያለው፤ ታላቅነቱን የማያጣ፤
- በታዋቂነትና በሀብት የማይለካ፤
- የግድግዳ ጌጥ ዓይነት ያልሆነ፤
- ረቂቅ፤ የማይዳለስ፤
- ለሁሉም አክብሮት ያለው፤
- ትህትና ባይጉድለውም የተጋነነ አክብሮት ማሳየት የማይችል፤
- ባለው የሚከተራራ ቢሆንም ትምክህተኝነት የማይታይበት፤
- መልካም ባህርይና ዕውቀትን የተላበሰ፤
- ራስን በመቻል የሚገለፅ፤
- አሸናፊነቱንም ተሸናፊነቱንም በልክ የሚቀበል፤ ከስህተቶች የሚማር፤ ተሸናፊዎችንም የሚረዳ ነው።

“ልክ ከሰኬት ሕፋፍ ላይ ስንደርስ የሚደዘን የሆነ ተፈጥሮአዊ ነገር ያስ ይመስሰኛል። ስኬታማ ሰው ስትሆን የማመዛዘን፤ መስዋዕት የመሆንና የተገባቢነትህን ምግባር ሳለማጣት መጠንቀቅ አስብህ።”
ኢፋርስ ፒርት

ስኬታማ ለመሆን ከምናደርገው ትግል በላይ ፈታኝ ስኬትን ጠብቆ ማቆየቱ ነው። ብዙ ሰዎች እንዴት ስኬታማ መሆን እንደሚችሉ ይወቁ እንጂ ስኬትን እንዴት ለዘለቂታው ማቆየት እንዳለባቸው አያውቁም። ለዚህም ነው ችሎታና ሥነ-ምግባር አይነጣጠሉም የሚባለው። ችሎታ

ስኬታማ ሲያደርግ ሥነ-ምግባር ደግሞ ስኬቱ ዘላቂነት ያለው እንዲሆን ያደርጋል።

ራሳችንን ፈልገን አናገኝም። ነገር ግን ራሳችንን በመገንባት ምን ዓይነት ሰው እንደምንሆን መወሰን እንችላለን።

ሥነ-ምግባርን ማጉልበት ከውልደት እስከሞት ድረስ የማያቋርጥ ሂደት ነው። ለዚህ ሂደት ስኬት አያስፈልገውም። በራሱ ስኬት ነው። አትክልተኛ የአትክልቱን ሕይወት የሚያጨልመውን አረም ነቅሎ ማስወገድ እንዳለበት ሁሉ፤ እኛም ከስኬት የሚገድቡንን መጥፎ ሥነ - ምግባር እንደ አረመ ነቅሎን መጣል ይጠበቅብናል።

ፈታኝ ክስተቶች ሥነ-ምግባርን ያንፃሉ

ፈታኝ በሆኑ ወቅቶችና በአስጨናቂ ክስተቶች ወቅት እንዳንድ ሰዎች አስደናቂ ውጤት ሲያስመዘግቡ ሌሎች ግን ወድቀው ይቀራሉ። ጆን ኤፍ ኬኔዲ ባንድ ወቅት “ሰዎች ፈታኝ በሆኑ ጊዜያት ውስጥ የሚያሳዩት ባህርይ የማንነታቸው መገለጫ ነው” በማለት ተናግሯል። ሁኔታዎች ቀና በሚሆኑበት ወቅት ምክንያታዊ፤ ትሁት፤ ደግና ታላቅ ሰው መሆን በጣም ቀላል ነው። ሁኔታዎች ፈታኝ በሚሆኑበት አስጨናቂ ጊዜያት ግን ሰዎች በትክክል ማሰብ ስለሚሳናቸው በሌላው ላይ በመመሥ ችግሮችን ያባብሳሉ። ሆኖም ስኬታማ ሰዎች በእነዚህ አስቸጋሪ ጊዜያትም አስተሳሰባቸው አይዛባም፤ አይርበቱም፤ አጠገባቸው ባለው ሰው ላይም አይመሁም፤ በተገቢ ሁኔታ በትሕትና ያስተናግዱታል እንጂ። በችግርና በፈታኝ ወቅት የሰው ባህሪ ፈጥሞ ይወጣል።

ሩሲያውያን “መደሻ የጋለ ብረትን ቀጥቅጦ ቅርፅ ያስይዘዋል፤ መስተዋትን ግን ይሰባብረዋል” የሚል አባባል አላቸው። ይህ አውነታን የሚያንፀባርቅ ታላቅ አባባል ነው። ታዲያ እኛ ብረት ነን ወይንስ መስተዋት? መደሻው እንደሆነ ያው መደሻ ነው።

በብረቱ ውስጥ ያለ ንጥረ ነገር የብረቱን ጥራት እንደሚገልፅ ሁሉ፤ ሥነ-ምግባርም (ፀባይም) የሰው ልጅን ማንነት ይገልፃል።

6. በቡ ነገር ማመን (በጎ ዕምነቶችን ማዳበር)

በጉ ነገር ማሰብና በጉ ነገር ማመን ልዩነታቸው ምንድነው? የምናስበው በመላ በጉ ነው ወይንስ አሉታዊ? አፅምሮአችንን የቃኘነው ለስኬት ነው ለውድቀት? የምናስብበት መንገድ ለስኬት አሊያም ለውድቀት ወላኝ ድርሻ አለው፤ በተግባራችንም ላይ ትልቅ ተፅዕኖ ያሳርፋል።

በጉ አመለካከትን ማዳበርና ለዚያም መነቃቃት በየፅሁፉ ልንመርጣቸው የምንችላቸው ምርጫዎቻችን ናቸው። በጉ የሆነ ሕይወትን

መምራት ቀላል ባይሆንም በተቃራኒው በአሉታዊነት ሕይወትን መምራት የበለጠ ይከብዳል። ይሁንና በጉ አስተሳሰብ ያለንን አቅም መሉ በመሉ እንድንጠቀም ያደርገናል።

በበጉ ነገር ማመን በጉ ነገር ከማሰብ የተሻለ ነው።
በጉ ነገር ማሰብ ሕንድን ነገር የሚያዋጣ መሆን ሕሰመሆኑን ማወቅ ማለት ነው። በበጉ ነገር ማመን ግን ከቅድመ-ዘግጅት በጠጥ የሚገኝ በራስ የመተማመን መንፈስ ነው

በጉ አመለካከትን ማዳበር ጥረት ካልታዘበበት ልክ ውብ ህልም አልሞ እንደመንቃት ይቆጠራል። የሚከተለው ታሪክ በጉ ነገር ማመንን በደንብ ያብራራዋል።

ከብዙ ዓመታት በፊት ሉክሂድ የተባለ አውሮፕላን አምራች ኩባንያ L-1011 የተባለ ትሪስታር አውሮፕላን ለገበያ አቅርቦ ነበር። አውሮፕላኗ ለገበያ ከመቅረቧ በፊት ጥንካሬዋንና አስተማማኝነቷን ለማረጋገጥ የህይድሮሊክ መስመር፣ ኤሌክትሮኒክ ሴንተርና ኮምፒውተር ተገጥሞላት ለአስራ ስምንት ወራት ያህል ተፈትሻለች። በዚህም ጊዜ 1.5 ቢሊዮን ዶላር ወጪ ወጥቶባታል። ይህም የአውሮፕላኗን የግልጋሎት ዘመን ወደ 35,000 በረራዎች (የአንድ መቶ ዓመታት አገልግሎት ማለት ነው) እንደሚያደርሰው በሺህ የሚቆጠሩ መ-ከራዎች በማረጋገጣቸው በመጨረሻ ለገበያ ልትቀርብ ችለች።

የሉክሂድ ኩባንያ በጉ እምነትን የያዘ ስለመሆኑ ትጠራጠራላችሁ እንዴ? በፍፁም! አሁን አውሮፕላኗ ላይ ለመላፈር የሚለማን ስጋት አይኖርም። ምክንያቱም የሉክሂድ ኩባንያ አውሮፕላኗን ሲፈበርክ አገልግሎት ከመጀመሩ በፊት ያደረገው መ-ከራና ከፍተኛ ጥንቃቄ አስተማማኝ ነውና። ይህም ከአዎንታዊ እምነቱ የመነጨ ነው።

7. ከምናገኘው በላይ መስጠት

ዛሬ ዛሬ ስኬት ቀላል አየሆነ ነው። ለመቅደም ከፈለጋችሁ ተጨማሪውን ማይል መጓዝ ይጠበቅባችኋል። በተጨማሪ ማይሉ ላይ ተፎካካሪ አይኖርባችሁም። ታዲያ ከሚከፈላችሁ ትንሽ በለጥ ያለ ሥራ ለመሥራት ዝግጁ ናችሁን? ከሚከፈላቸው ክፍያ በላይ ሥራ ለመሥራት ፈቃደኛ የሆኑ ሰዎች ታውቃላችሁን? አንደዚህ ዓይነቶቹን ሰዎች ማግኘቱ አግባብ ሳይሆን አይቀርም።

በርካታ ሰዎች የሚከፈላቸውን ያህል እንኳን ለመሥራት ፈቃደኛ አይሆኑም። ጥቂቶቹ ደግሞ ፈቃደኛ የሚሆኑት የሚከፈላቸውን ያህል ብቻ ለመሥራት ነው። ይህም ቢሆን ከሥራ ላለመባረር፣ በሥራቸው ላይ ለመቆየት ሊሉ ብቻ የሚያደርጉት ነው። ከሚከፈላቸው የበለጠ ለመሥራት ፈቃደኝነታቸውን የሚያሳዩት ጥቂት! አጅግ በጣም ጥቂት ሰዎች ብቻ ናቸው። ግን ለምን?

ከሚከፈላችሁ በላይ ስትሠሩ የሚከተሉትን ጥቅሞች ታገኛላችሁ፡-

- ❖ በየትም ቦታ ይሁን! ምንም ዓይነት ሥራን ሥሩ! ተፈላጊ ሠራተኛ ትሆናላችሁ!
 - ❖ በራስ መተማመንን ትገናኝላችሁ!
 - ❖ ሌሎች እናንተን እንደ መሪ ማየት ይጀምራሉ!
 - ❖ ሌሎች ሰዎች በእናንተ ላይ እምነትን ያሳድራሉ!
 - ❖ ከበላይ አለቆቻችሁ አክብሮትን ትቀዳጃላችሁ!
 - ❖ ከበታች ሠራተኞቻችሁም ሆነ ከበላይዎቻችሁ አለቆች ታማኝነትን ታተርፋላችሁ!
 - ❖ የትብብር ስሜትን ትፈጥራላችሁ!
 - ❖ ኩራትንና ውስጣዊ እርካታን ትቀዳጃላችሁ!
- ተጨማሪውን ማይል ለመጓዝ ስንፈቅድ ተወዳዳሪ አይኖርብንም!



“በሰው ተቀጥራችሁ የምትሠሩ ከሆነ ስለ እግዚአብሔር በላችሁ ቀጣሪዎችሁን በመሉ አቅምና ልብ አገልግሉ!”

ኪም ሀባርድ

ጠንካራ ሠራተኞች የዕድሜና የትምህርት ደረጃ ወይም በዘርፉ ያላቸው ልምድ ሳይገድባቸው የትም ቦታ ቢሆን ተፈላጊዎች ናቸው። ጠንካራ ሠራተኞች፡-

- ❖ ያለ ተቆጣጣሪ፣ በራስ ተነሳሽነት መሥራት አይላናቸውም!
- ❖ ሥርዓት ያላቸው፣ የሥራ ሰዓትን የሚያከብሩና ሚዛናዊ ናቸው!
- ❖ በጥንቃቄ ስለሚያዳምጡ መመሪያዎችን በትክክል ይተገብራሉ!
- ❖ እውነቱን ይናገራሉ!
- ❖ በድንገተኛ ጊዜ ሲፈለጉ ለበብ ሳይደረድሩ እቦታው ይገኛሉ!
- ❖ ሥራ ተኮር ሳይሆኑ ውጤት ተኮር ናቸው!
- ❖ ደስተኛ፣ ትሁቶችና ተግባቢዎች ናቸው።

ሁልጊዜም ቢሆን የትዳር ዓደኛችሁን፣ ደንበኞቻችሁን፣ ወላጆቻችሁንና ልጆቻችሁን ከሚጠበቅባቸው በላይ እንዲሰጡ ለማድረግ

ሞክሩ። ምንም ነገር ብታደርጉ ሁሌም ቢሆን “የምስራውን ሥራ ከዚህ አስበልጩ እንዴት ልሠራው እችላለሁ?” በማለት ማሰብ ይኖርባችኋል።

ወደ ስኬት የሚያንደረድራችሁ ቁልፍ በቀጣዮቹ ቃላት ሊገለፅ ይችላል። እሸናፊዎች ሁልጊዜ የሚጠበቅባቸውን አድርገው ካጠናቀቁ በኋላ በተጨማሪ ሌሎች ሥራዎችን በፈቃደኝነት ያከናውናሉ። እሸናፊዎች ሩህሩሆችና ደጉች ናቸው፤ ከዚያም በላይ ለመስጠት አያመነቱም።

በመልካም ሥነ-ምግባር ያልተደገፈ፣ ጋላፊነትን መሸከም የማይችልና ከጊዜው ጋር የማይጣጣም ችሎታ ዕዳ ነው።

ለምን ይሆን ጥሩ የትምህርት ደረጃ እያላቸው አንዳንድ ሰዎች መካከለኛ ወይም ከዚያ በታች የሆነ ኑሮ ሊኖሩ የሚችሉት? ምክንያቱም ነገሮችን እንዴት እንደሚሳኩ ሳይሆን ለምን እንደማይሳኩ ብቻ ጠንቅቀው ስለሚያውቁና ፀለምተኛ አስተሳሰብን ያዳበሩ በመሆናቸው ነው። የሚከፈላቸውን ያህል እንኳን አይሠሩም። “ሰኑሮ ያህል ከተገኘ በቂ ነው” የሚል አቋም አላቸው። ስለዚህ የውድቀት ምሳሌዎች መሆናቸው አያስገርምም። ከሚከፈሉ በላይ ለመሥራት ፈቃደኛ ስንሆን ፋክክሩን ከኛ አራቅነው ማሰት ነው። እንዲያውም የምንፎካከረው ራሳችን ከራሳችን ጋር ይሆናል። ይሄ ከምሁርነት አሊያም ከዲግሪ የበለጠ ጠቀሜታ ያለው ነገር ነው።

8. በአቋም መፅናት



“በአቋም መፅናትን ምንም ነገር አይተካውም፤ ተሰጥኦ እንኳን አይተካውም። ተሰጥኦ እየሳቸው ሰኬታማ ይልቁኑ ሰዎችን እንደ መመልከት የተሰመደ ሌላ ነገር የለም። ጠቢብነትም ቢሆን በአቋም መፅናትን አይተካውም። ተግባራዊ መሆን ይልቅ ጠቢብነት ከተረትነት አይዘልም። ትምህርት ራሱ በአቋም መፅናትን አይተካውም። ዓለማችን በተማሪ ጉዳና ተዳዳሪዎች የተሞላች ሆናለች። በአቋም መፅናት በተሰደ ቅርጽነት ሲታከልበት ምንም የማይሳነን ያደርገናል።”

ኬልቪን ኩሲጅ

ውጤታማ ለመሆን የሚደረገው ጉዞ አልጋ በአልጋ አይደለም። በመሰናክሶች የተሞላ አባጣ ጉርባጣ ጉዞ ነው። እሸናፊዎች ግን ከእያንዳንዱ

ውድቀታቸው በተደጋጋሚ በመነሳት ብቃታቸውን ጨምረው የመጓዝ ክህሎትን አዳብረዋል።

ተስፋ አትቀረጥ!

ሁሉም ነገር (እምቢ) አልሳካ ቢልህ፤

ጉዞህ ዳገት ብቻ አድካሚ ቢሆንብህ።

በችግር ሳይ ትገር

በዕዳ ሳይ ዕዳ

ተደራርበውብህ አይዞህ ዛይ ብታጣ፤

ለአፍታ ዕረፍት ስሮግ እንጂ መቼም አትቀረጥ ተስፋ

ህይወት ውጣ ውረዳ የበዛ መሆኑን ከትም አትዘንጋ።

ከጣፍ ተንደርደረህ ቁልቁል ብትወድቅም፤

ወድቀቱ የሰኬት መገሰጫ እንጂ ፍፁም ሌላ አይሆንም።

ርምጃህ ቢቀንስ ወደ ኋላ ብትጓዝ፤

ተስፋ እንዳትቀርጥ ከት መንገደህን ብቻ ያዝ፤

አንድ ቀን አይቀርምና በሰኬት ጉዳና መጓዝ።

ከሰኬት ጉዳና እጅግ የራቅክ መስሎ ቢሰማህም፤

ሰኬት የወድቀት ግልባጭ ነውና...

ምን ያህል እንደተቃረብክ እንኳን አይታወቅህም።

ለሰኬህ... ማን ያወቃል?... ከቸሰ ማን ያወቃል?

ወደዋናው የፍልሚያ ሚዳ ደርሰህኮ ይሆናል!

ታዲያ በዚህ ቅርበት ሳይ ሆነህ ለምን ትቆርጣለህ ተስፋ?

ሂድ፤ ገለገለ፤ ፍጠን...

አስደናቂ ሰኬትን እስከትጉናጸፍ በይፋ!

አዎን፤ ገለገለ፤ ሳትታክት ተጓዝ፤

ተስፋ መቀረጥ ገደለህ፤ ተስፋን ብቻ ያዝ

አንድ ቀን አይቀርምና በሰኬት ጉዳና መጓዝ።

ታዋቂው የቫዩሊን ተጨዋች ፍራትዝ ክሪስር በአንድ ወቅት፤ “እንዴት እንዲህ አሳምረህ ልትጫወት በቃህ? ዕድለኛ ነህን?” የሚል ጥያቄ ቀረበለት። እርሱም ሊመልስ “ያህ የዕድል ጉዳይ አይደለም፤ የልምምድ ውጤት ነው። ለምሳሌ አንድ ወር ያህል ሳልሰማመድ መድረክ ላይ ብወጣ አድማጩ ያውቅብኛል፤ አንድ ሳምንት ያህል ሳልሰማመድ ብቀር ሚስቴ ታውቅብኛለች። ለአንድ ቀን ሙሉ ሳልሰማመድ ከዋልኩ ደግሞ እኔ ራሴ ልዩነቱን አውቀዋለሁ” አለ።

በመትጋት የሚፈጠረው የአቋም ፅናት ቁርጠኝነትን ይወልዳል። በፅናት ውስጥ ሁሌም እርካታ አለ። አትሌቶች ለዓመታት ከፍተኛ ልምምድ

የሚያደርጉት ለጥቂት ደቂቃዎች ግፉ ቢል ለሁለት ሰዓታት ውድድር ሊሉ ነው። ይህን ያህል ከፍተኛ ጥረት የሚያደርጉትም ስኬትን በመሻት ነው።

በአቋም መፅናት የጀመርነውን የመጨረስ ውሳኔ ነው። ሲደክመን መተዉ ወይም ማቆሙ ቀላል ሆኖ እናገኘዋለን። አሸናፊዎች ግን በፅናታቸው ይቀጥላሉ። ጉበዝ አትሌትን ብትጠይቁ ድካሙን፣ ሕመሙንና ብርቱ ፍልሚያውን ተቋቁሞ ኔበፅናት ሩጫውን እንደሚጨርስ ይነገራችኋል። ብዙ ተሸናፊዎች አጀማመራቸው ያማረ ቢሆንም ፍፃሜው ላይ አይደርሱም። አቋሙ-ፅኑነት ያሟመነጨው ከዓላማ ነው። ያለ ዓላማ መኖር ከባድና አስቸጋሪ ነው። ዓላማ የሌለው ሰው ስብፅናው የተሟላ አይደለም።

9. በራስ ብቃት መከራት

በአሁኑ ዓለም በራስ ብቃት ለመከራት ጠንክሮ የመሥራት ብርቱ ፍላጎት አጅግ አስፈላጊ ነው። በርካታ ሰዎች ግን ይህ ብርታት ሲጉድላቸው አቋራጭ መንገዶችን መፈለጉ ይቀናቸዋል። ሆኖም ፊተናው የከፋ ሲሆን እንኳን ይህን አስተሳሰብ መተው ይጠበቅብናል። ኩራት የሚፈልቀው ከውስጥ ሲሆን ወደ ማሸነፍያው ጠርዝ የሚያደርሰን መሰላልም ነው።

በራስ ብቃት መከራት ስለራሳችን ያለንን አመለካከት አይገልፅም። የሚገልፀው ትህትናን የተላበሰ አርካታን ነው። ሥራ ሠራውና የሥራው ጥራት ተነጣጥለው የሚታዩ ነገሮች አይደሉም። በመጠራጠር መንፈስ በግማሽ ልብ የሚሠራ ሥራ ግማሽ ውጤትን አያስገኝልንም። የሚያስገኘው ባዶ ውጤትን ነው።

ሦስት ሰዎች ሸክላ በማምረት ተግባር ላይ ተሰማርተው ላለ አንድ ሰውዬ መጥቶ “ምን እያደረጋችሁ ነው?” ሲል ጠየቃቸው። የመጀመሪያው ሲመልስ “ለመተዳደሪያዬ እየሠራሁ እንደሆነ አይታይህም?” አለ በቁጣ። ሁለተኛው ደግሞ “ሸክላ እያመረትኩኝ መሆኑ አይታይህም?” አለ በተመላላይ ቁጣ። ሦስተኛው ሰው ግን “ታሪካዊ ሀውልት እየነገባሁኝ ነው” አለ በኩራት። እንግዲህ አዚህ ጋር ሦስት ተመላላይ ሥራ የሚሠሩ፣ ነገር ግን ስለሥራቸው ያላቸው አመለካከት ፍጹም የተለየ ሰዎችን እናገኛለን። ለመሆኑ ይህ አመለካከታቸው የሥራቸውን የአፈፃፀም ብቃት አይወስነውም ብላችሁ ታስባላችሁ? . . . አትጠራጠሩ!

ምርጥ ሥራ የሚሠራው ሠራው በሚሰራው ነገር ሲኮራና የቻለውን ያህል ሲተጋ ብቻ ነው። አያንዳንዱ ምርት የፈለገውን ዓይነት ቢሆን

የሠራውን ማንነት ይገልጻል። ስራው መኪና ማጠብም ይሁን ቤት መጥረግ አሊያም ቀለም መቀባት ለውጥ አያመጣም።

ሥራችሁን ከመጀመሪያው አንስቶ ሁሌም ቢሆን በደንብ ሥሩት። ስለ ነገው ስራችሁ ዋስትና የሚሆናችሁ ዛሬ የምትሰሩት ሥራ መሆኑን አትርሱ።

ሚካኤል አንጀሎ በአንድ ሐውልት ሥራ ላይ ብዙ ጊዜውን አውሎ ነበር። አያንዳንዱን ጥቃቅን ስህተት ለማስተካከል ብዙ ጊዜ ፈጅቶበታል። ቆሞ ሲመለከተው የነበረ አንድ አላፊ አግዳሚ ተመልካች ሚካኤል አንጀሎ ለነዚያ ጥቃቅን ስህተቶች ያጠፋውን ጊዜ በከንቱ እንዳባከነ አድርጎ አስተያየቱን ሲሰጥ ሚካኤል አንጀሎ “የጥቃቅን ስህተቶች መወገድ ሥራውን ምርጥ ያደርገዋል። ምርጥ ከሆነ ደግሞ በከንቱ የባከነ ጊዜ የለም ማለት ነው” ሲል መልሶለታል።

† “አንድ ሰው ሥራው ጉዳዮችን የመጥረግ ሥራ ከሆነ፣ መጥረግ የሚገባው ማይክል አንጀሎ ስዕል በሚሰጠበት ጥራት አሊያም ቤትሆሽን መዚቃዎችን በሚያቀናብርበት ዓይነት ወደንም ሽክለጥር ፅሁፍችን በሚፅፍበት መልኩ ቢሆን ይገባዋል። እንደዚህ በመጥረግም ስላፊ አግዳሚውም ሆነ በሰማየ ሰማዖት ያሉ ሰዎች «ባንድ ወቅት እዚህ ቦታ ምርጥ አድርጎ ይጠርግ የነበረ ታማኝ ሠራተኛ ይኖር ነበር» ብለው እንዲያስታውሱት ያደርገዋል።”
ማርቲን ሱተር ኪንግ ጁንየር

አንድ ሥራ በደንብ ስለመሠራቱ የሚሰማን ስሜት በራሱ ሽልማት ነው። ብዙ ነገሮችን አለባብሶ ከመሥራት ይልቅ ጥቂት ነገሮችን በጥራት ማከናወን ተመራጭ ነው።

10. ሁሌም ስመማር ዝግጁ መሆን - መምህር መፈለግ

አግዚብሔርና መምህር መንገድ ላይ አብረው ቆመው ተማሪ ቢያገኛቸው ቀድሞ ሰላምታ ማቅረብ ያለበት ለማን ይመስላችኋል? አንደ ህንዶች መልሱ ለመምህር የሚል ነው። ምክንያቱም መምህር ባያስተምረው ተማሪው አግዚብሔርን ሊያውቀው ባልቻለ ነበር።

መምህር የሚለው ቃል፣ አንድ በውስጡ ያዘላቸውን ዕውነታዎች ለአናንተ ቀጣይ ሕይወት ሊጠቅሙ በሚችሉበት ሁኔታ ሊያስተምሩችሁ

የሚችልን ሰው ይገልጻል። ስለዚህ ይህን ሊያስተምራችሁ የሚችል ሰው ማግኘት ይኖርባችኋል። ግን ይህንን ሰው መምረጥ ያለባችሁ በጥንቃቄ ነው። ጥሩ መምህር ጥሩ መንገድ እንደሚያስይዛችሁ ሁሉ ጥሩ ያልሆነ መምህርም አቅጣጫችሁን ሊያስታችሁ ይችላል። ለመምህራችሁ አክብሮትን አላዩ። ለመማር ፍላጎት ያለው ተማሪ መሆናችሁን በተግባር ግለጹለት። ለመማር ፍላጎት ያለው ተማሪ ከመምህሩ ምርጥ ምርጡን የማግኘት ዕድሉ የሰፋ ነው።

ምርጥ መምህራን ለነፍሳችሁ ጥማት ውሃ ማቅረብ ብቻ ሳይሆን ነፍሳችሁ በየጊዜው እንደተጠማች እንደትቅደሩ የማደረጉ ብቃት ስላችሁ። ሁሌም መፍትሔዎችንና ዕውነቶችን ፈላጊ እንደትሆኑ ያደርጋችኋል።

ስኬታማ ስመሆን የሚያስፈልገውን ስንቅ በሙሉ ይዛችኋል?

ሁላችንም ስኬታማ ለመሆን የሚያስፈልገውን የጥራት መስፈርት አሟልተን እንገኝ ይሆን? አንዳንድ ሰዎች መስፈርቱን የሚያሟሉ አይመስላቸውም። ባሉበት መርገጥን ይመርጣሉ። የሚወድቁትም ለዚህ ነው። ግን እንደዚያ ሊሆኑ አይገባቸውም። ሁላችንም በዚህ ምዕራፍ የተዘረዘሩት አስር የብቃት መስፈርቶችን ማሟላት እንችላለን። ምናልባት የጥራት መስፈርቶቹን እንደሚፈለገው መጠንና ደረጃ አላጉለበትናቸው ይሆናል እንጂ በውስጣችን አሉ። በውስጣችን ስለመኖራቸው እስካሁን ባናውቅም እንኳን ልክ ያወቅን ጊዜ ብቃታችን ይጨምራል።

ይሄ ማለት አንድ ሚሊዮን ዶላር ከጓሮአችን ተቀብሮ እኛ ስለጉዳዩ ምንም ሳናውቅ ስንቀር ማለት ነው። ካላወቅን ልንጠቀምበት አንችልም። ባወቅንበት ቅፅበት ግን አስተሳሰባችንና ባህርያችን ይቀየራሉ። ድብቅ ሀብት እንዳለንም እናውቃለን። የዚያኔ ማድረግ የሚገባን ድብቅ ሀብታችንን ይፋ አውጥተን በተገቢው መንገድ ሥራ ላይ ማዋል ነው።

ተግባራዊ ዕቅድ

“ስኬት ከተገባር ጋር የተያያዘ ነው። ስኬታማ ሰዎች ደግሞ የተገባር ሰዎች ናቸው፤ ሁሌም በተግባራዊነቱ እንደተገኘ ነው። ስህተት ይሠራ ይሆናል። ግን ጥሰው እይሸሽም።”

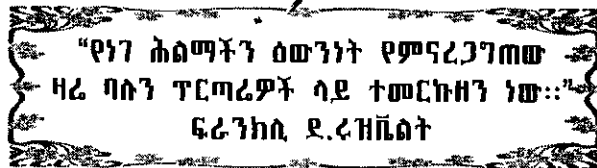
ኮንራድ ሂልተን

1. ስኬታማ ለመሆን ጠቃሚ ዓላማ ልትይዙ ይገባል። እስቲ ጠቃሚ ዓላማዎቻችሁን በዝርዝር ጻፋዋቸው።

2. ስኬትን ለመጥፋት ውድቀትን በአሸናፊነት መወጣት ይኖርባችኋል። እስቲ እስካሁን በአሸናፊነት የተወጣችኋቸውን ውድቀቶቻችሁን በዝርዝር ጻፏቸው።

3. ቤን ፍራንክሊን 13 ጠቃሚ ነጥቦችን ለይቶ በማውጣት ለአስራ ሶስት ሳምንታት ያህል ሊሠራባቸው ቆይቶ ባስራ አራተኛው ሳምንት ይህንን ሂደት እንደገና ሀ ብሎ ጀምሮታል። እስቲ እናንተ እነዚህ አስር የስኬት ቁልፍ ነጥቦችን እንዴት ተግባራዊ እንደምታደርግዋቸው ወስኑ?

- | | |
|--------------------|--------------------------------|
| * ልባዊ መሻት (ፍላጎት) | * በቡን ነገር ማመን |
| * ቁርጠኝነት (መስዋዕትነት) | * ከምናገኘው በላይ መስጠት |
| * ኃላፊነትን መቀበል | * በአቋም መፅናት |
| * ጠንክሮ መሥራት | * በራስ ብቃት መኮራት |
| * ሥነ - ምግባር | * ሁሌም ለመማር ዝግጁ መሆን (መምህር መፈለግ) |



ለሰኬት እንዳንበቃ የሚያግዱን 20 ምክንያቶች

ለመሆኑ የመኪናችሁን ፍሬን ግጥም አድርጋችሁ እንደረገጣችሁ ለመንዳት ብትሞክሩ ምን የሚፈጠር ይመስላችኋል? ፍሬኑ የመኪናችሁን ፍጥነት ስለሚገድበው በምትፈልጉት ፍጥነት ለመጓዝ ይቸግራችኋል። በዚያ ላይ መኪናችሁ እጅግ ግላ ከነጭራሹ ልትቆም ትችላላችሁ። ባትቆም እንኳ የፍሬኑ ግፊት ሞተሩ ላይ ጉዳት ማድረሱ አይቀርም። በሰዚህ አሁን ከምትፈልጉበት ቦታ ለመድረስ ከሁለት ምርጫዎች የግድ እንዱን መምረጥ ሊኖርባችሁ ነው። ወይ ፍሬኑን በጋይል እንደረገጣችሁ በመጓዝ የሚመጣውን አደጋ መጋፈጥ፤ አሊያም ፍሬኑን በመልቀቅ በምትፈልጉት ፍጥነት መጓዝ።

ይህ ከሀይወታችን ጋር በንጽጽር ማስቀመጡ ተገቢነት አለው። ምክንያቱም ብዙዎቻችን በሕይወት መስመር የምንጓዘው የስሜቶቻችንን ፍሬን እንደረገጥን ነው። ስኬታማ እንዳትሆኑ ሊገድቧችሁ የሚፈልጉ ብዙ የሕይወት ፍሬኖች አሉ። ለምሳሌ ፍርሃት፣ ሳን አደርገዋለሁ በማለት ሥራን ማዘግየት፣ ራስንና ችሎታን ዝቅ አድርጎ መመልከት የመሳሰሉት ተጠቃሾች ናቸው። እነዚህን የስሜት ፍሬኖቻችሁን በመልቀቅ በፍጥነት መጓዝ የምትችሉት - በጎ (አዎንታዊ) አመለካከትን፣ ኃላፊነት የመውሰድ ስሜትንና ለራስ ክፍተኛ ግምት መስጠትን ስታገለግሉ ነው።

“ህይወት ልክ እንደ ባለአሰር ማርሾች ብለክሌት ናት።
ብዙዎቻችን ከናካቴው የማንጠቀምባቸው በርካታ ማርሾች አሉን።”
ቻርልስ ሹልዝ

ለውድቀት ሊዳርጉዎችሁ የሚችሉ ሀያ ምክንያቶች አሉ። እነዚህን ውጤት የሰሽ የሚያደርጓችሁን ምክንያቶች ለማስወገድ ጠንክራችሁ ክሰራችሁ ለሰኬት እንቅፋት የሆኑትን የስሜት ፍሬኖቻችሁን በመልቀቅ በፍጥነት ውጤታማ መሆን ትችላላችሁ።

1. ከታሰበው ግብ ጋ ለመድረስ ሲባል የሚያጋጥሙ አደጋዎችን ለመጋፈጥ አስመድፈር፡-

ስኬታማ ከምንሆንላቸው መንገዶች አንደኛው አደጋዎችን መጋፈጥን ያካትታል። ከታሰበው ግብ ጋር ተያያዥ የሆኑ መጻኢ አደጋዎችን መጋፈጥ ማለት ግን ዝም ብሎ በሞኝነት ቁማር መጫወት አሊያም ኃላፊነት የማይሰማው ሰው መሆን ማለት አይደለም። ሰዎች እንዳንዴ ኃላፊነት የጉደለው ያልተጠና አጉል ርምጃ መውሰድ አደጋ መጋፈጥ ይመስላቸዋል። በዚህም ለአሉታዊ ውጤት ይዳረጉና በዕድሰ-ቢስነታቸው ያሳብባሉ።

አደጋን (እስኪ ሁኔታን) መጋፈጥ እንፃራዊ ነው። ይህን ሁኔታ በመገንዘብ ረገድ ክሰው ሰው እንደየልምዱ ይለያያል። ተራራ የመውጣት ልምድ ላለውም ሆነ ስለሌለው ሰው፣ ተራራ መውጣት ሁሉም አደጋን መጋፍጥ ነው። ነገር ግን ልምድ ያለው ሰው ተራራን የመውጣት አደጋ የሚጋፈጠው ኃላፊነት በጉደለው መልኩ አይደለም። ማንም ኃላፊነት የሚሰማው ሰው እስኪ ሁኔታን የሚጋፈጠው ልምዱን፣ ችሎታውን እና ለሁኔታው የሰጠውን ጥንቁቅ አትኩሮት ግምት ውስጥ በማስገባት ነው። በዚያ ላይ በራስ መተማመንና የብቃት ስሜት ሲታከሉበት ፍርሀትን ማሸነፍ የሚችልበትን ብርታት (ድፍረት) ይሰጡታል። እርግጥ አደጋዎችን ለመጋፈጥ የማይሞክር ሰው ስሕተት የመስራት ዕድል አይኖረውም። ይሁን እንጂ አለመሞከር ሞክሮ ከመውደቅ የላቀ ስሕተት ነው።

መሰን አለመቻል እያደር ልምድ የሚሆን ተጋቢ በሽታ ነው። ብዙ ዕድሉችና ሕይወትን የሚለውጡ አጋጣሚዎች የሚታጡት በዚህ በወላዋይነት የተነሳ ነው። ስለዚህ ለዓላማችሁ መሳካት ስትሉ እስኪ ሁኔታዎችን (አደጋዎችን) ተጋፈጡ! ሆኖም በፍጹም እትቆምሩ! ለሰኬት ሲባል አደጋን ለመጋፈጥ የሚደፍሩ ሰዎች ዓይናቸውን ከፍተው (በማገናከብ/ በጥንቃቄ) ዒላማቸው ላይ ሊያገኙላቸው፣ ቁማርተኞቹ ግን ዓይናቸውን ጨፍነው በነሊብ በጨለማ ይተኩሳሉ።

በአንድ ወቅት አንድ ገበሬ በዚህ የምርት ዘመን ስንዴ ዘርቶ እንደሆነ ተጠየቀ። “ጭራሽ ላይዘንብ ይችላል ብዬ በመስጋት አልዘራሁም” አለ ገበሬው።

“በቆሎስ ዘርቶሃል?”

“የለም፤ ነፍሳት በቆሎውን በልተው ይጨርሱብኛል የሚል ስጋት አድሮብኝ አልዘራሁም።”

“ምንድነው ታድያ የዘራሽው?”

“ምንም፤ ይህን ዓመት ያለ ኪሳራ ማሳለፍን መርጫ ያለ ሥራ ተቀምጫለሁ።”

- መሳቅ እንደ ሞኝ፤ ማልቀስ እንደ ስሜተ-ስስ፤ ተዘማሪ ነገር መፈለግ እንደ ስግብግብ የመታየት አደጋ አላቸው።

ግልጽ መሆን - ማንነትን አጋልጦ የመስጠት፤ ሃሳብን መግለጽ - የመቀደም ወይም የመበለጥ፤ መኖር - የመሞት፤ ተስፋ ማደረግ - የተስፋ መቀረጥ፤ መሞከር - የወደቀት አደጋዎች አላቸው።

እንደዚያም ሆኖ አደጋን መጋፈጥ ግድ ነው - ምክንያቱም በሕይወት ምንም አደጋን አስመጋፈጥን የመሰለ አስከሬ ነገር የለምና። አደጋን የማይጋፈጥ ሰው ምንም ነገር ካስመሰረተም በላይ ምንም የሌለው ምንም ፍጡር ነው።

ሰዎች አደጋን ባለመጋፈጥ ሀዘንና መብሰልሰልን ማስቀረት ይችሉ ይሆናል። ግን ልምድን፤ ማደግን፤ መስወጥን፤ ማፍቀርን . . . ሊያውቁ አይችሉም። በዚህ አመለካከታቸው የታሰሩ፤ የዚህ አመለካከታቸው ባሮች ናቸው። ነፃነታቸውን ሽጠውታል። ነፃነት ያለው፤ አደጋን የሚጋፈጥ ሰው ብቻ ነው።

2. አስከመጨረሻው በፅናት የመጋፈጥን ወኔ ማጣት

ችግሮች በርትተው የማንወጣቸው መስሎ የታየን ጊዜ እጅ መስጠት ቀላሉ መውጫ መንገድ ይመስለናል። ይህ በዕስታዊ ስራችን፤ በትዳር ህይወታችን፤ በማንኛውም የርስ በርስ ግንኙነታችን ላይ የሚገጸባረቅ ግልጽ እውነታ ነው። አሸናፊዎች ጊዜያዊ ሽንፈትን ያስተናግዳሉ እንጂ ሰውድቀት አጃቸውን አይሰጡም። ሁላችንም ሽንፈትን (ተደጋጋሚ ውጤት

አልባነትን) አስተናግደን እናውቃለን። ይህ ግን ተሸናፊዎች ሆነን እንድንቀር አያደርገንም። ስጊዜው ስኬታማ አለመሆን ማለት ውድቀት ማለት አይደለምና።

እስከ መጨረሻው በፅናት በመጋፈጥና በግትርነት መካከል ያለው ልዩነት ምንድነው? ሁለቱም የሚወክሉት ከፍተኛ የማድረግ (የመከወን) ፍላጎትን ነው። ይሁንና ልዩነታቸው ግትርነት የተመሰረተው አሉታዊ በሆነ ዕሳቤ ላይ መሆኑ ብቻ ነው።

አብዛኞቹ ሰዎች ሰውድቀት የሚዳረጉት ባለማወቅ አሲያም በችሎታ ማነስ ላይሆን ተስፋ ቆርጠው መሞከርን በማቋረጥ ነው። የስኬት ምስጢር ሙሉ ለሙሉ በፅናትና በቁጥብነት ላይ የተመሰረተ ነው። አንደኛው አደጋን (ኪሳራን) መጋፈጥ ሊሆን ሌላው ያልተገባ ድርጊት ላለማድረግ ራስን የመግታት ብቃት ነው። መደረግ ያለበትን እስከ መጨረሻው ማድረግ፤ መደረግ የሌለበትን ነገር ላለማድረግ ደግሞ ራስን የመቆጣጠር ብቃት ሊኖራቸው ይገባል።

✠ “አንድ ሰው ላቅ ያለ ጀግንነትን የሚቀዳጀው ከሌሎች በላይ ለሰጃገነ ሳይሆን ከሌሎች ጀግኖች የበለጠ ለአስር ደቂቃ ያህል ደፋር ሆኖ ለስቆየ ነው።”

ሬገፍ ዋልዶ አመርሰን

3. በፍጥነት ለመበልፀግ መሻት

ሰው ሁሉ በአንድ ሌሊት ሚሊየነር ስመሆን ያለው ፍላጎት የሉተሪ ቢዝነስ በእጅጉ እንዲስፋፋ አድርጓል። የምንኖርበት ዘመን በፍጥነት የመበልፀግ ምኞት የተንሰራፋበት ዘመን ነው። በዚህ በቀላሉ ርካታ በጠፋበት ዘመን እንቅልፍ ለመተኛትና ከእንቅልፍ ለመንቃት እንክብሎችን መውሰድ እየተሰመደ መጥቷል። ሰዎች ችግሮቻቸውንና ጭንቀቶቻቸውን ለመርሳት ከኒኖችን መዋጥ ልምድ አድርገውታል። የዚያኑ ያህል በፍጥነት ለመበልፀግ ካላቸው ጉጉት የተነሳ በትጋት የመስራት ፍላጎታቸው ተሟጦ ብዙ አቋራጭ መንገዶችን ሲጠቀሙ ይታያሉ።

አንድ ሰው በአቋራጭ ለመበልፀግ ሲነሳ፤ የሚያስበው ጊዜያዊ ደስታዎችን መሸመቱ እንጂ መሰናክሎችንና መጻኢ አደጋዎችን እንደማያስብ (እንደማያስተውል) አስታውሉ።

የዚህ ዘመን ትውልድ ሳይታክት በየቀኑ የአካል እንቅስቃሴ ከማድረግ ይልቅ በአንድ ቀን እንቅስቃሴ ወይም በምኞት ብቻ ከብደቱን ለመቀነስ የሚፈልግ ዓይነት ነው። ይህ ትውልድ የልደት በዓል ለማዘጋጀት

ወጪ ማውጣትን ባይፈልግም፤ የልደት ስጦታዎችን እንዲቀርቡት ግን አይሻም።

የአጭር ጊዜ ዕቅድን የምታቅዱ ከሆነ ራዕያችሁ ውስን ይሆናል። ራዕያችሁ ውስን ወይ የተገደበ ሊሆን ደግሞ ዘለቂታዊ ጠቀሜታ ያላቸው አጅግ ህይወትን ለዋጭ ግቦች አይኖሩዎቻችሁም ማለት ነው።

4. ቅድሚያ መስጠት ያለባቸውን ጉዳዮች በይቶ አስማወቅ

ለዎች ቅድሚያ ሊደረግ የሚገባውን ነገር በመተው ቅድሚያ መስጠት ለሌላበት ነገር ቅድሚያ ሊሰጡ ይስተዋላሉ። ለምሳሌ ለፍቅራዊ ግንኙነት ፍቅር በመስጠት ፈንታ ገንዘብና ስጦታዎችን ይለጣሉ። አንዳንድ ሰዎች ለትዳር አጋሮቻቸው ወይ ለልጆቻቸው በቂ ጊዜ በመስጠት ከነሱ ጋር በፍቅር ከማሳለፍ ይልቅ ለኑሮ የሚያስፈልጓቸውን ቁሳዊ ነገሮችን በማሟላት ከቤት የመቅረታቸውን ነገር ለማካካስ ሲሞከሩ ይታያሉ።

ቅድሚያ ሊሰጠው የሚገባውን ጉዳይ መለየት ካልቻልን ጊዜን ያለ አግባብ እናባከናለን። የባከነ ጊዜ ደግሞ የባከነ ህይወትን ያመላክታል። ቅድሚያ መስጠት አንደ ሁኔታውና ዓውዱ በደመናቸው የሚከወን ሳይሆን የራሱ የሆነ ጥብቅ ዲሸኻለን አለው። በአሁኑ ጊዜ ለስኬት ከፍተኛ ትኩረት ቢለጥም፤ ከስኬት ለመድረስ የሚያስፈልገውን ይህን መሰሉ ጥብቅ ዲሸኻለን የተዘነጋ ይመስለናል።

ለመሆኑ ችግሮችንና ውጤት አልባነትን የምትቋቋሟቸው እንዴት ነው? ለዚህ ጥያቄ የምትሰጡት ምላሽ ባህርያችሁን በሚገባ ያሳያል። የስኬት ምስጢር ቁልፍ ከሆነት ነገሮች አንዱ ቅድሚያ መስጠት ያለበትን ነገር በጥልቅት መረዳት ነው። አንዳንድ ሰዎች ለገንዘብ፣ ለስልጣን፣ ለዝና እና ለንብረት ቅድሚያ ይለጣሉ። እኛስ? በሕይወታችን ውስጥ ቅድሚያ የምንለጣቸውን ነገሮች ለይተን እናውቅ ይሆን? ስኬትን መጉናጸፍ የሚቻለው የስኬት ፅንሰ-ሀሳቦችን በማንበብና በማስታወስ ብቻ ሳይሆን ቅድሚያ መስጠት ላለባቸው ነገሮች ቅድሚያ በመስጠት ለተግባራዊነቱም በትጋት በመንቀሳቀስ ጭምር ነው።

5. አቋራጭ መንገዶችን መፈለግ

ንጉሱ ጠቢባኖቹን ስብሰቦ ለመጪው ትውልድ ሊተላለፍ የሚችል ካለፉት ትውልዶች የቀለሙትን የላቀ ጥበብ ፅፊው እንዲያመጡ አዘዛቸው። ከጥልቅ ምክክርና ከብዙ ልፋት በኋላ ጠቢባኖቹ ባለ ብዙ ቅፅ መጽሐፍ አዘጋጅተው ለንጉሱ አቀረቡ። ንጉሱ ሆዩ መጪው ትውልድ እነዚህን ሁሉ

ቅጾች ሊያነባቸው ስለማይችል አሳጥረው እንዲያቀርቡት ነገራቸው። ጠቢባኖቹም ከጥልቅ ምክክርና ከብዙ ትጋት በኋላ ባለ አንድ ቅፅ ምርጥ ዕውቀት ብቻ በመያዝ ንጉሱ ዘንድ ቀረቡ። ንጉሱ አሁንም ይሄ ቅፅ እንደረዘመ ስለነገራቸው አንድ ምዕራፍ ምርጥ ዕውቀትን ብቻ ፅፈው ንጉሱ ፊት ቀረቡ። ንጉሱ አንድ ገፅ እንኳን ይረዝማል በማለቱ በመጨረሻ ጠቢባኖቹ አንድ ዐረፍተ ነገር ብቻ ፅፈው አቀረቡለት። ንጉሱ አጅግ ደስ ብሎት የተቀበለውና ለመጪው ትውልድ የሚያስተላልፈው አንድ ከፍተኛ መልዕክት ያለውን ዕውቀት ገና አሁን እንዳገኘ የነገራቸው ይህ ዓረፍተ ነገር “ነፃ ምላ የሚባል ነገር የለም!” የሚል ነበር።

በመሰረቱ “ነፃ ምላ የለም!” ማለት ምንም ሳትጥሩና ሳትለጡ የምታገኙት ነገር የለም ማለት ነው። የምታገኙት የለጣችሁትን ያህል ነው። የማትተጉና መክፈል ያለባችሁ ዋጋ የማትከፍሉ ከሆነ የምታገኙት ነገር አይኖርም። በርግጥ በየማህበረሰቡ ውስጥ ምንም ሳይጥሩ ብዙ ነገሮችን ማግኘት የሚፈልጉ ሰዎች አሉ። እነዚህ የማህበረሰቡ ሽክሞች ናቸው።

እንዲት ጫካ ውስጥ የምትኖር ባለ ብዙ ላባዎች ዘማሪ ወፍ ነበረች። አንድ ቀን አንድ ገበሬ ሳጥን ሙሉ ትላትሉችን እንደያዘ ዘማሪዋ ወፍ ፊት ቀረበ። ወፍም ገበሬውን “ሳጥንክ ውስጥ የያዝክው ነገር ምንድ ነው?” ብላ ጠየቀችው። ገበሬው ትላትሉችን እንደያዘ ከነገራት በኋላ እነዚህን ትላትሉች በወፍ ላባዎች ለመለወጥ ወደ ገበያ ሊሄድ እንደሆነ ገለፀላት። ወፍ አፍታም ሳትቆይ “እኔ ብዙ ላባዎች አሉኝ። አንዱን ላባ ስለጥህ በቂ ትላትሉችን ከሰጠኸኝ ቀለቤን ለማግኘት ከመልፋት ዳንኩ ማለት ነው” አለችው። ገበሬው በሃሳቧ በመስማማት ዘማሪዋ ወፍ እንዳለችው አደረገ። በየቀኑም እየመጣ ገበያ መሄድ ሳያስፈልገው የተወለኑ ትላትሉችን ለዘማሪዋ ወፍ በመስጠት የዘማሪዋ ወፍን ላባዎች መውለዱን ተያያዘው። ከተወለኑ ጊዜ በኋላ ዘማሪዋ ወፍ ያለምንም ላባ ቀረች። የንግድ ልውውጡም ቀረ። ያ ውብ ሰውነቷ አስቀያሚ ከመሆኑም በላይ መብረር ተስኗት ትላትሉችን ለቅማ መብላት ስላልቻለች ከቀናት በኋላ በረሀብ ሞተች።

የዚህ ታሪክ ጭብጥ ግልፅ ነው። ዘማሪዋ ወፍ “ምግብ ለማግኘት ቀላልና እድካሚ ያልሆነ አጋጣሚን አግኝቻለሁ” ብላ በማለብ የከወነችው ተግባር ለከፍተኛ ጉስቆልናና ሕልፈት ዳርጓታል።

ይህ ዓይነቱ አጋጣሚ በሕይወታችን ውስጥ ተከስቶ አያውቅ ይሆን? ቀላልና አቋራጭ መንገዶችን በማስብ በተደጋጋሚ ለአደጋ የተጋለጥንባቸው አጋጣሚዎች የሉምን? አንዳንድ ጊዜ ቀላል መስሎ የሚታሰብ ነገር የኋላ ኋላ ከባድና የማይወጡት ማጥ ሆኖ ይገኛል።

ተሸናፊዎች ቅፅበታዊ መፍትሔን ይሻሉ

በአትክልት ስፍራችሁ ላይ ያሉትን አረሞች ለማስወገድ ሁለት አማራጮች አሏችሁ። አንደኛው አማራጭ አረምና ሳር መከርከሚያ መሳሪያን በመጠቀም የሚከወን ቀላሉ መንገድ ነው። በዚህ ዘዴ የአትክልት ስፍራው ሰተወሰነ ጊዜ መፍትሔ ያገኘ ቢመስልም መፍትሔው ዘላቂነት አይደለም። ሁለተኛው አማራጭ በአትክልት ስፍራው ውስጥ የሚገኘውን እያንዳንዱን አረም ያለ መታከትና ሕሰልቶች ከስር መሰረቱ በእጅ መንቀልን ይጠይቃል። ይህ መንገድ ከባድነቱና አድካሚነቱ እንዳለ ሆኖ ዘላቂነት መፍትሔን በመስጠት ረገድ ግን የተዋጣለት ነው።

ይህ በእኛም ህይወት ላይ ይንፀባረቃል። አንዳንድ ሰዎች በሕይወታቸው የምራትና የቅሬታ አመለካከቶችን ሲያንፀባርቁ ይቆዩና መልሰው የሚያጭዱት እነዚያን አመለካከቶቻቸው ይሆናል።

የዛሬ ሰዎች አቢይ ችግር ለሁሉም ነገር ቅፅበታዊ መልሶችንና መፍትሔዎችን መፈለግ ነው። ለሁሉም ነገር በደቂቃ ውስጥ መፍትሔን ይሻሉ። አንዴ ፉት እንደሚሉት ቡና በቅፅበት ደስታን ለማግኘት ይፈልጋሉ። ይህ አመለካከታቸው አውን ሳይሆን ሲቀር ብርቱ የመከፋት ስሜት ይወርሳቸዋል።

6. ራስ - ወዳድነትና ስስታምነት

የራስ ወዳድነት አመለካከት ያላቸው ግለሰቦችና ድርጅቶች ዕድገትን መጠበቅ የለባቸውም። ምክንያቱም ለሌሎች ደህንነትና ውስጣዊ ስሜት ሳይጨነቁ የሚፈልጉትን የማግኘት አባዜ ተጠናቷቸዋል። ስስት ሁልጊዜም አትጠረቃም። ፍላጎቶች ሊሟሉ በችሉም ስስታዊ ፍላጎት ማርካት አይቻልም። ስላባዊ ግንኙነቶችን ያበላሻል።

የስስታምነት መንስዔ በውሽት ኩራትና በማስመሰል የጉለበተ ዝቅተኛ የራስ ግምት ነው። ከስስታምነት መላቀቅ የሚቻለው ያለን ነገር መብቃቃትን በመልመድ ነው። ባለ ነገር መብቃቃት ማለት ግን አለመጓጓዣና ምኞተ-ቢስ መሆን ወይም የበለጠ ለማግኘት አለመጣርን ማለት አይደለም።

አንድ ሀብታም ገበሬ ጉህ ስትቀድ ጀምሮ በእርምጃ ወይም በሩጫ ያካሰለው የመሬት ወሰን እንደሚሰጠው ተነገረው። ሆኖም ልክ ፀሃይ ስትጠልቅ የተነሳበት ቦታ ላይ መመለስ እንዳለበት ተነግሮታል። ገበሬው ያገኘውን ዕድል በማመስገን ጥዋት ጉህ እንደቀደደ ሰፊ መሬትን ለማግኘት በማቀድ ወደፊት በሩጫ ገሰገሰ። አጅግ ደክሞት የነበረ ቢሆንም ምንም ዕረፍት ሳይወስድ ከሰዓት በኋላም ወደፊት መርጡን ቀጠለ። እንደአሉ አስተሳሰብ ይህ ዓይነቱ ዕድል ተመልሶ ስለማይገኝ የቻለውን ያህል መሬት አካሉ ከፍተኛ ሀብትን ማጋበስ አለበት።

እመሻሽ ላይ ይህን ያካለውን መሬት ሊያገኝ የሚችለው ፀሀይ ከመጥለቁ በፊት የተነሳበት ቦታ ላይ ሲገኝ አንደሆነ አስታወሰ። አጅግ ሰፊ መሬት የማግኘት ስስቱ ከተነሳበት ቦታ አጅግ አርቆታል። ዓይኑን እያዘቀዘቀች ያለችው ፀሃይ ላይ በማድረግ የመልስ ሩጫውን በጥድፈያ ተያያዘው። ፀሀይዋ ባዘቀዘቀች ቁጥር ገበሬው ፍጥነቱን እየጨመረ ወደ ተነሳበት አቅጣጫ ገሰገሰ። አጅግ ትንፋሽ እያጠረው ልክ ፀሀይ ከመጥለቁ በፊት የተነሳበት ቦታ ላይ እንደደረሰ ተዝላፍልፎ ወደቀ። ድካሙ አጅግ በርትቶበትና በትንፋሽ እጥረት ሳቢያ ጧት የተነሳበት ቦታ ላይ ለሕልልት ባቃ። ገበሬው ሰፊ መሬት አካልሎ በተሰጠው ጊዜ ገደብ ውስጥ ወደ ነበረበት ቦታ መመለስ ቢችልም፣ ያ ሁሉ ያካለው መሬት የግሉ ለማድረግ አልቻለም - የግሉ ማድረግ የቻለው የተቀበረበት ሶስት ከንድ የመሬት ስፋት (በሰውነቱ ልክ) ብቻ ሆነና አረፈው።

ይህ አስረጅ ብዙ ጠቃሚ መልዕክቶች አሉት። ታሪኩን በአግባቡ ከተረዳነው የምንማረው ብዙ ነገር አለ። የትኛውም ስስታም ሰው መጨረሻ የሚያገኘው ምንም (ባዶ) ነው።

7. አቋሙ-ቢስነት

አቋሙ ቢስ ሰዎች መሃል መንገድ ላይ ይቀራሉ። መሃል መንገድ ላይ የቀረ ሰዎች ደግሞ ከኋላ በሚመጡት ይቀደማሉ

በሚያደርጉት ነገር ፅኑ እምነት የሌላቸው ሰዎች የራሳቸው አቋም የላቸውም። በራስ መተማመንና ውስጣዊ ብርታት ስለሌላቸው ሌሎች የሚያደርጉት ስህተት አንደሆነ እያወቁም ቢሆን ተቀባይነትን ለማግኘት የሌሎችን አስተሳሰብና ድርጊት ይደግፋሉ።

አንዳንድ ሰዎች ስህተት አንደተሰራ እያወቁ ስሉት ድርጊቱን ለመቃወም ስለማይደፍሩ እነዚያ ሰዎች ራሳቸውን የተሻሻለ አድርገው በመቁጠር አስተሳሰባቸውን ይገፉበታል። አንድን ድርጊት ስህተት አንደሆነ እያወቃችሁ ካልተቃወማችሁት ድርጊቱን እየደገፋችሁት እንደሆነ ልታውቁ ይገባል።

የስኬት ምስጢር ከሚባሉት ነገሮች አንዱ፣ አንድን ነገር በቀጥታ ከመቃወም ይልቅ የሌላ ነገር ደጋፊ ሁን፣ የችግር አካል ከመሆን የመፍትሔ አካል ሁን ቢባልም በዚህ ቅኝት መሄዱ አግባብነት የለውም። የራስ የሆነ ፅኑ አቋም ሁሌም ያስፈልጋል። ታዲያ ይሄም ቢሆን ጥበብን ይሻል።

ደካማ አቋም አምነትን ያጠፋል

✠ “አምነት ያለ ተግባር ፋይዳ ቢሰ ነው። አምነት ተዓምራትን ይፈጥራል እንጂ አስኪፈጠራ አይጠብቅም። እችላለሁም አልችልም ብላችሁ ካስባችሁ በሁለቱም በኩል ትክክል ናችሁ!”
- ሄንሪ ፎርድ

ሁላችንም ሽንፈት የቀመስንባቸው ቅፅበቶች አሉን። በነዚያ ቅፅበቶች የሰሜት ጉዳት ደርሶብናል። ራሳችንን የምንጠራጠርበትንና በድርጊቶቻችን የምናዘንበትን በርካታ አጋጣሚዎች አሳልፈናል። ዋናው ቁም ነገር እነዚህን አሉታዊ ስሜቶች አሸንፎ እንደገና አምነትን ማጠናከሩ ነው።

በዚህ ዓለም ሶስት ዓይነት ሰዎች አሉ፡-

1. ነገሮችን የሚከውኑና የሚያሳኩ ሰዎች
2. ነገሮችን ሲከውኑና ሲሳኩ የሚታዘቡ ሰዎች
3. ምን እየተከናወነ (እየተከሰተ) እንደሆነ ጥራሽ የማያውቁ ሰዎች

እናንተ የምትገኙት በየትኛው ምድብ ውስጥ ነው?

8. የተፈጥሮ ሕግጋትን አስመረዳት

✠ “ቢንጃሚን ፍራንክሊን ለመብረቅ ዘላቂ መፍትሔን ከመስጠቱ በፊት መብረቅ ስንት ጊዜ ታይቶ ይሆን? ኒውተን ትክክለኛ የመሬት ስበት ስለተ-መፍትሔን ከማወቁ በፊት ከዛፍ ላይ የወደቀ ስንት ፍሬዎች ስምን ያህል ጊዜ ጥንቅቅን መተውት ይሆን? ተፈጥሮ ሁሉም መንደርደሪያ (መነሻ) ዕውቀቶችን እንደጠቅመችን ነው። እናም ይህን ዕውቀት በአንድ አጋጣሚ ድንገት ይከሰትልናል።”
- ሮበርት ፍርስት

ስኬት የተፈጥሮን ሕግጋት በተገቢው መንገድ የመረዳትና የመተግበር ጉዳይ ነው። ለውጥ የተፈጥሮ ሕግ ነው። ሁሉም ወደፊት እሊያም የጌሊት እየተጓዘን ነው፤ እየገነባን እሊያም እያፈረስን ነው። ቀናናዊ ነገር የለም።

ለውጥ ሁሉም ይኖራል። ሁሉም ዓይነት መሻሻል ለውጥ ሊሆን ሁሉም ዓይነት ለውጥ ግን መሻሻልን አያመለክትም። ለውጡን ምክንያታዊ በሆነ መልኩ ከመዘንን በኋላ ገንቢ ከሆነ በዚያው መቀጠል ይኖርብናል። ያለ ምክንያታዊ ምዘና የምንቀበለው ለውጥ፣ በራስ የመተማመን ስሜት እጠትና ዝቅተኛ የራስ ግምት ምልክት ነው።

ስለዘልማድ ብዙ ማለት ይቻላል። ለዕድገት ሲባል ብቻ ማደግ የካንሰር ሕዋስ ፍልስፍና ነው፤ ለጥፋት የመስፋፋትና የማደግ እሳቤ ነው። ይህ ዕድገት ሳይሆን ጥፋት ነው። ዕድገት ትርጉም እንዲኖረው አዎንታዊና ገንቢ ሊሆን ይገባል።

ስኬት ሕግጋትን ጠብቆ የመንዘ እንጂ የአድል ጉዳይ አይደለም

የመንስኤና የውጤት ሕግ

ስኬታማ ለመሆን የመንስኤና የውጤት ሕግን እንዲሁም በድርጊቶችና ውጤቶች መካከል ያለውን ዝምድና መረዳት ይኖርብናል።

ለአያንዳንዱ ውጤት አንድ መንስኤ ይኖረዋል። የመንስኤና የውጤት ሕግ ከዘርቶ ማጫድ ሕግ ጋር ተመሳሳይ ነው። ዘርቶ የማጫድ ሕግጋት ተከታዮቹ ናቸው።

1. የመዝራት ፍላጎት ሊኖራችሁ ይገባል። ፍላጎት መነሻው ነጥብ ነው።
2. የምታጭዱት የምትዘሩትን ነው። ድንቾችን ከዘራችሁ የምታጭዱት ድንቾችን እንጂ ተማቲሞችን አይደለም።
3. ከማጫዳችሁ በፊት መዝራት ይኖርባችኋል - መዝራት ከማጫድ ይቀድማልና። ከመቀበላችሁ በፊት መስጠት አለባችሁ። አላት ማንደሻ ውስጥ እንጨቶችን ሳትጫምሩ አላቱ እንዲቀጣጠል መጠበቅ የለባችሁም። አንዳንድ ሰዎች ከመስጠታቸው በፊት መቀበልን ይፈልጋሉ። ሆኖም ይህ አይለራም።
4. መልካም ዘሮችን ከዘራችሁ አለይላችና አመርቂ ምርት ይኖራችኋል። ከተፈጥሮ ሕግጋት ውጪ የሚጓዙ ለዎችን መመልከት ያልተለመደ አይደለም።

5. ገበሬው በአንድ ቀን ዘርቶ አንደማያጭድ ያውቃል - ለሁሉም ተገቢ ጊዜ አለውና።

6. ጥቂት ዘሮችን ከዘራችሁ ጥቂት ምርት ታገኛላችሁ፤ አብዝታችሁ ከዘራችሁ ደግሞ ብዙ ምርት ታፍሳላችሁ።

ይህ ልክ እንደ ፊዚክስ ሕግ ነው። ለእያንዳንዱ ድርጊት አንድ ተመጣጣኝና ተፃራሪ አፀፌታ አለው። አንዳንድ ሰዎች ድርጊቶቻቸውን ምንም ሳይለውጡ የተለየ ውጤትን ዲማግገኝ ሲታገሉ ይስተዋላሉ።

ስታደርጉት የነበረውን ነገር ያሰ ምንም ሰውጥ የምታደርጉ ከሆነ ስታገኙ የነበረውን ታገኛላችሁ። እዕምሯችሁን አስታዊ ወይም አዎንታዊ ነገሮችን ስትመግቡት በመገባችሁት ነገር ይሞሳል

ዋሻ ውስጥ የኖሩ በርካታ ሰዎች ጀምሰው አለን መፅሐፉ ውስጥ ያስቀመጠውን አባባል አስቀድመው ብለውታል፤ “በወ እንደ ሐሳቡ ነው።” የሰው አዕምሮ እንደ አትክልት ስፍራ ነው። ጥሩ ዘሮችን ከዘራንበት መልካም ምርትን የሚሰጥ የአትክልት ስፍራ በአዕምሯችን ውስጥ ይኖረናል። ሆኖም በአዕምሮአችን የአትክልት እፀድ ውስጥ ምንም ዘር ካልዘራን አረም አናፈራለን። ይህ የተፈጥሮ ሕግ ነው።

በሕይወታችንም ተመሳሳይ እውነት አለ። እንደውም እኔ እንድ ነጥብ ማክል አፈልጋለሁ። መልካም ዘሮችን ብንዘራ እንኳን አረሞች ከመሃል መብቀላቸው አይቀርም። አረምን የማረሙ ሂደት ለዘለቂታው መቀጠል አለበት።

ብርጭቆ ውስጥ ያለን ውሃ ከዜሮ ዲግሪ በታች በሆነ የሙቀት መጠን ውስጥ ብናስቀምጠው ይቀዘቅዛል። ይህ የተፈጥሮ የማያለወጥ ሕግ ነው።

ሐሳቦቻችን መንስኤዎች ናቸው
ሐሳብን ስትዘራ ድርጊትን ታዋቂላችሁ
ድርጊትን ስትዘራ ልማድን ታዋቂላችሁ
ልማድን ስትዘራ ቋሚ ጠባቂን ታዋቂላችሁ
ቋሚ ጠባቂን ስትዘራ ዕውቀትን ታዋቂላችሁ
ሁሉም ነገር የሚጀምረው ግን ከሐሳብ ነው።

የመሳሳብ ሕጎች

ወደኛ የምንሰበው የምንፈልገውን ሳይሆን የሆነውን ነው። “አንድ ዓይነት ላባ ያላቸው ወፎች አንድ ላይ ይበራሉ” የሚለው ጥንታዊ አባባል ዘላቂ እውነትነት አለው።

መጥፎ አሳቢዎች አደገኛ ናቸው። ሌሎች መጥፎ አሳቢዎችን ይሰባሉ። በሚያገኙት መጥፎ ውጤትም ምንም ዓይነት የመከፋት ስሜት አያድርባቸውም።

በአንድ ማህበረሰባዊ ንግግራም ላይ ስኬታማ ሰዎች እንዴት ስኬታማ ሰዎችን እንደሚሰቡ ታውቃላችሁ? ስኬታማ ያልሆኑ ሰዎች አቻዎቻቸውን በመሰብሰብ በጋራ ለውድቀታቸው ለበብን ያበዛሉ።

“ንደኞቻችን እንደምንፈልገው አይሆኑልንም -
እኛ የሆነውን እንጂ”

9. ሰማቀድና ለመዘጋጀት አስመፈለግ



“እያንዳንዱ ሰው የአሸናፊነት ፍላጎት አለው።
ሆኖም ለአሸናፊነት የሚዘጋጁትና ቅድመ-ዝግጅት
የሚያደርጉት ጥቂቶች ብቻ ናቸው።”
- ቪንስ ሱምባርዲ

በርካታ ሰዎች ስለመፃኢ ሕይወታቸው ከማቀድ በበለጠ ፈሽታን፤ መዝናኛ ስፍራዎችንና ፓርቲዎችን በማቀድ ጊዜያቸውን ያባክናሉ።

ይሁንና በራስ መተማመን የሚመጣው ከማቀድና ከመተግበር በሚጉሰብተው የዝግጁነት ስሜት ነው። አሸናፊዎች ራሳቸው ላይ ጫና ይፈጥራሉ። ይህ ጫና የተፈጠረው ለማሸነፍ ከሚኖር ብርቱ ፍላጎት ነው።

በትንሹ ከተዘጋጀን በራስ መተማመናችንም እናሳ ይሆናል። በሰኬትና በውድቀት መካከል ያለው ልዩነት ለሰኬት የሚያበቁ ነገሮችን በፍፁምነት ወይም በተቀራረቢ ትክክለኝነት መፈፀም ነው።

አዕምሯዊና አካላዊ ቅደመ-ዝግጅት የተሟላ የሚሆነው መስዋዕትነትን በመክፈልና በገንዘብ ስነ-ምግባር በመክወን ነው። እማካይ ሰው

መሆን ቀላል ቢሆንም ምርጥ ወይም ከሁሉም የላቀ ለመሆን ከፍተኛ ጥረትን ይጠይቃል። እማካይ ሰዎች ሁሉም ቀላሉን መንገድ ሊመርጡ ይስተዋላሉ።

በየትኛውም የሕይወት መስክ ስኬታማ ለመሆን ቅድመ-ዝግጅት አጀግ አስፈላጊ ነው።

ዝግጁነት = ዓላማ + ፅንሰ-ሐሳብ + ዕቅድ + ተግባር + ትዕግስት + ኩራት

ና

ዝግጁነት በራስ ወደ መተማመን ይመራል

ዝግጁነት ማለት ሽንፈትን ባይቀበሉትም በራስ ላይ ሊደርስ መቻል (መቀበል) ማለት ነው። ዝግጁነት ማለት ምንም የተሸናፊነት ስሜት ሳይኖር ሽንፈትን መቀበል ማለት ነው።

ዝግጁነት ከሰራነው ስሕተት መማር ማለት ነው። ለሁለት መስራት ከፋት አይደለም። ሁላችንም እንላለን። ግን ሞኝ ሰው የሰራውን ስህተት ደጋግሞ ይፈፅማል። ለሁለት ሰርቶ ለሁለቱን የማያስተካክል ሰው በበኩሉ የላቀ ስህተትን ሰርቷል።

- ለህተትን ለገንቢ ፋይዳ ለማዋል፡-

- ለህተት መሰራትን ፈጥሮ በማመን
- ለህተቶች ላይ የሙጥኝ ብሉ ባለመብልክስክ (ለህተቶችን መርሳት)
- ከሰህተቶች በመማር
- የሰራትን ለህተት በፍጹም ባለመደገም
- ለሰህተቶች ለበዞችን ባለመደርደር

ጫና የሚፈጠረው ቅድመ-ዝግጅት ባለማድረግ ነው። ዝግጁነትን፣ ተግባርንና ታታሪነትን የሚተካ አንድም ነገር የለም። ፍላጎትና አጉል ምኞት ምትክ አይሆኑም። ቅድመ-ዝግጅት ባለማድረጉ ጫና የበዛበት ሰው ለከፍተኛ አደጋ ይጋለጣል፤ ጫናው አሽመድምዶ ሽባ ሊያደርገው ይችላል።

ወሃ የተቀደደበትን ቦይ እንደሚከተል ሁሉ ስኬትም የሚከተለው ስኬታማ ለመሆን ዝግጁ የሆኑ ሰዎችን ነው

ፅናት ተከታዮቹን ነገሮች ይወክላል፡-

- | | |
|--------------------------|--------------|
| - ግብ | - ዕቅድ |
| - ዝግጁነት | - ኩራት (በብቃት) |
| - ትዕግስት | - ተግባር |
| - ፅንሰ-ሐሳባዊ የሕይወት አመለካከቶች | - መስዋዕትነት |
| - ቀና አስተሳሰብ | |

ተከታዮቹን ጥያቄዎች ለራሳችሁ መልሱ

- በግልፅ የተቀመጡ ግቦች አሏችሁ?
- ለዚህ ግብ መላካት የመርሃ-ድርጊት ዕቅድ አዘጋጅታችኋል?
- ዝግጁ ለመሆን ምን ዓይነት ጥረቶችን አያደረጋችሁ ነው?
- ምን ያህል መስዋዕትነትን ለመክፈል ተዘጋጅታችኋል? አስፈላጊውን ዋጋ አየክፈላችሁሉ ምን ያህል ትቀጥላላችሁ?
- ግቡ አስኪላካ ድረስ የመቆየት ፅናትን አዳብራችኋል?
- ምርጥ ውጤት ለማስመዝገብና የላቀ ደስታን ለመጥፋፍብ ብርቱ ፍላጎት አላችሁ?
- በፅኑ የምትቆሙበት የሕይወት አመለካከት አላችሁ?
- በብቃታችሁ ትተማመናላችሁ?
- ሕችላለሁ የሚለው ቋሚ አመለካከት አላችሁ?

10. ምክንያት መደርደር

ለውድቀቶች ምክንያቶችን በማቅረብ ለሰበሰቡ ማብዛት የአሸናፊዎች ባሕሪ አይደለም። ተሸናፊዎች ለምን ለስኬት እንዳልበቁ ሲጠየቁ መፅሀፍ ሙሉ ለሰበሰቡ ሊደረድሩ ይችላሉ። ተከታዮቹን ለሰበሰቡ ተዘውታሪ በሆነ መልኩ ከተሸናፊዎች አንደበት የሚደመጡ ናቸው፡-

- ዕድሰኛ ባልሆን ነው
- ኮከቤ ስኬትን የሚጋብዝ አይደለም
- ዕድሜዬ ገፍቷል
- አካል ጉዳተኛ ነኝ
- ብልህ አይደለሁም
- አልተማርኩም
- ጥሩ ቁመና (መልክ) የለኝም
- ሰዎችን አላውቅም (ከሰዎች ጋር አልቀራረብም)
- በቂ ገንዘብ የለኝም
- የአገሪቱ ኢኮኖሚያዊ ሁኔታ የተንከታከተ ነው
- አጋጣሚውን ባገኝ ኖሮ . . .
- ቤተሰብ ባይኖረኝ ኖሮ . . .
- ደጋፊ የትዳር አጋር ባገኝ ኖሮ . . .

የሰብብ ዝርዝር በዚህ መልኩ ይቀጥላል። ስኬትን የሚወስኑ ሁለት ነገሮች ለበቦችና ውጤቶች ናቸው። ሆኖም ለስኬት የሚያስፈልገው ሁለተኛው ነው።

በሕንድ ዝንጀሮ አዳኞች ከላይ የዝንጀሮ እጅን እንዲያስገባ በዝንጀሮው እጅ መጠን የተዘጋጀ ከፍተኛ ያለውን ወጥመድ ያዘጋጃና ወጥመዱ ውስጥ ኦቾሎኒዎችን ያስቀምጣሉ። ዝንጀሮው ኦቾሎኒዎችን ፍለጋ እጁን በወጥመዱ የሳይኖጂ ከፍተኛ ሲያሸልክ ወጥመዱ ተዘግቶ ዝንጀሮውን ወደየትም እንዳይንቀሳቀስ ያደርገዋል። ዝንጀሮው ሁለት ምርጫ አለው - ወጥመዱ ውስጥ የተቀመጡትን ኦቾሎኒዎች በመተው ከወጥመዱ መራቅ ወይም ኦቾሎኒዎቹን ለማግኘት እጁን ወደ ወጥመዱ የሳይኖው ከፍተኛ መስደድ። ዝንጀሮው አብዛኛውን ጊዜ የትኛውን የሚመርጥ ይመስላችኋል? ዝንጀሮው ብዙ ጊዜ የሚመርጠው ሁለተኛውን አማራጭ ስለሆነ አዳኞቹ በተላላይ ይይዙታል።

እኛም በዚህ ረገድ ከዝንጀሮዎች ብዙ አንለይም። በሕይወት ጉዳና ወደፊት ከሚያራምዱን ይልቅ የኋሊት የሚገኙትን «ኦቾሎኒ ወጥመዶች» እንመርጣለን። “ይህን ማድረግ አልቻልንም። ምክንያቱም . . .” በማለት የሚጠበቅብንን በመከወን ፈንታ ለበቦችን እንደረድራለን። “ምክንያቱም . . .” በማለት የምንጀምራቸው አላስፈላጊ ዝባዝነኬዎች ወደ ኋላ የሚገኙትን ኦቾሎኒዎች ናቸው።

ስኬታማ ሰዎች ለበብ እያበዙም። ለመውደቅ ቀላሉ ምክር፡- ምንም አትጠይቁ! አታስቡ! አታዳምጡ! ዝም ብላችሁ ብቻ ለበቦችን ደርድሩ!

11. ካሰፋ ስህተቶች አስመማር



“አንዱ ሰው በበታችነት ስሜትና ባለመሳሳት ማድረግ ያለበትን ተግባር ከመክወን ሲወሳወስ ሲሳኛው ስህተቶችን አብዝቶ በመስራት የበላይነትን ይቀዳጃል።”

- ሔንሪ ሲ.ሲንክ

ከታሪክ ትምህርት የማይቀሰሙ ሰዎች የተረገሙ ናቸው። ትክክለኛው አመለካከት ካለን ከስህተቶቻችን እንማራለን። ውድቀት የሁሉ ነገር ማብቂያ አይደለም። ልምድ ለስህተቶቻችን የምንሰጠው ስያሜ ነው።

አንዳንድ ሰዎች ከሕይወት ልምዳቸው ሲማሩ ሌሎቹ ዝም ብለው እንዲሁ ይኖራሉ። ብልሆች ከራሳቸው ስህተቶች ይማራሉ። ብልህ ልሂቃን

ደግሞ ከሌሎች ሰዎች ስህተቶች ይማራሉ። ከራሳችን ስህተቶች ብቻ መማርን ተፈጥሮ አትፈልግም።

12. መልካም አጋጣሚዎችን አስማጢን

ሕይወትን ለዘሰቂታው የሚለውጡ መልካም አጋጣሚዎች የሚመጡት በመሰናከልና በችግር መልክ ነው። ለዚህም ነው እብዛኞቹ ሰዎች እነዚህን መልካም አጋጣሚዎች በዋዛ ፈዛዛ ሳያጤኗቸው የሚቀሩት። መሰናክሉ በበረታ ቁጥር ሕይወት የሚለውጠው አጋጣሚም እየለፋ እንደሚሄድ አስታውሱ!

13. ፍርሃት

ፍርሃት እውን (ተጨባጭ) ወይም ምናባዊ (ሃሳባዊ) ሊሆን ይችላል። ፍርሃት ሰዎች እንግዳ የሆነ ነገርን እንዲከውኑ ያደርጋቸዋል። ፍርሃት የሚመነጨው ነገሮችን በተገቢው መንገድ ከመረዳት ችግር ነው። በፍርሃት መኖር ማለት በስሜት እስር ቤት ውስጥ መኖር ማለት ነው።

ፍርሃት በራስ የመተማመንና የደህንነት ስሜትን ከማሳጣቱም በላይ በውሳኔ ላይ ወሳዩ ያደርጋል። ፍርሃት እምቅ ብቃትንና ክህሎትን ያጠፋል። ፍርሃት ከተሰማን በተገቢው መንገድ ማሰብ ይላካል። ፍርሃት ጤናችንን ያቃውሳል! ከሰዎች ጋር ያለን ግንኙነቶችንም ያበላሻል።

አንዳንድ ዘልማዳዊ ፍርሃቶች፡-

- የውድቀት ፍርሃት
- የማይታወቅ ነገር ፍርሃት
- ዝግጁ የመሆን ፍርሃት
- የተሳሳተ ውሳኔን የመወሰን ፍርሃት
- የተቃውሞ ፍርሃት

አንዳንድ ፍርሃቶችን መግለፅ ሲቻል አንዳንዶቹ ውስጣዊ ስሜትን ብቻ ይፈጥራሉ። ፍርሃት ጭንቀትን በማስከተል ምክንያታዊ ወዳልሆነ አስተሳሰብ ይመራል። ይህ ደግሞ ለችግሮች ምክንያታዊ መፍትሔ የምናቀርብበትን ክህሎት ያዳምናል። ለፍርሃት ጤናማው አፅፊታ ሽሽት ነው። ሽሽት የፍርሃት ስሜትን ለጊዜው አስወግዶ የምቻት ቀጠና ውስጥ ያስቀምጣል። በሃሳብ የተፈጠሩ ፍርሃቶች እውነተኛውን ችግር ያገዝፋሉ። ፍርሃት ከቁጥጥር ውጪ ከሆነ ደስታንና መልካም ግንኙነቶችን የማንከታተል ዓቅም አለው።

ውድቀትን መፍራት ከራሱ ከውድቀት ይከፋል። ፍርሃት በአንድ ሰው ላይ ሊደርስ ከሚችል መጥፎ ነገር እጅግ የከፋው ነገር አይደለም።

የማይሞክሩ ሰዎች ከመሞከራቸው በፊት ወድቀዋል። ሕፃናት ቆመው ለመራመድ ሊፈልጉ በተደጋጋሚ ይወድቃሉ። ሆኖም ይህ ለነሱ ትምህርት እንጂ ውድቀት አይደለም። በመውደቃቸው የሞራል ጉዳት ቢደርስባቸው ኖሮ ለመራመድ ባልቻሉ ነበር።

14. ተሰጥኞች መጠቀም አስመቻል

አልበርት እንስታይን በአንድ ወቅት “በሕይወት ዘመን ቆይታዬ ከብቃቴ 25 ከመቶውን የተጠቀምኩ ይመስለኛል” ብሏል።

እንደ ዊልያም ጀምስ አሙላካክት “የሰው ልጆች ከብቃታቸው ውስጥ የሚጠቀሙት ከ10-12 በመቶውን ብቻ ነው።”

የእነዚህ ሰዎች ሕይወት እሳዛኙ ነገር እምቅ ብቃታቸውን ሳይጠቀሙበት ለህልፈት መብቃታቸው ነው። በሕይወት እየኖሩ አልኖሩም ማለቱ ይቀላል። አልቀው አልፈዋል በማለት ፈንታ ዝገዋል ማለቱ ሳይቻል አይቀርም። በሕይወት እሳዛኙ ነገር ለሞት በሚቀርቡበት ወቅት “ይኼን ማድረግ ነበረብኝ” የሚሉበት ቅፅበት ነው።

መዛግ ከመታገስ ጋር በመያያዝ ሊያምታታን አይገባም። ትዕግስት ፅናትንና እይባገሬነትን የሚያካትት ፖሊስ ግብዓት ነው። መዛግ ሥራ ፈትነትና ጌላ-ቀርነትን የሚወክል አፍራሽ ሁኔታ ነው።

እንደ ሰው በዕድሜ የገፋ እዛውንትን “የሕይወት ከባዱ ሽክም ምንድ ነው?” ብሉ ጠየቃቸው። እዛውንቱ ሰው በማዘን “ምንም ነገር አለመሸክም” አሉት።

15. የዲሲካሊን ጉድለት

“ሕይወት ውስጥ ምርጫዎች አሏችሁ። በሥነ-ምግባር የታነፀ ለመሆን ተገቢውን ዋጋ መክፈል ወይም በፀፀት መኖር።”
- ቲም ኮነር

እንዳንድ ሰዎች ከግባቸው ለምን እንደማይደርሱ ለማወቅ ትፈልጋላችሁ? ሰዎች ችግሮችና አለመግባባቶች ሊገጥሟቸው ለምን ይበላጫሉ? አንዳንድ ሰዎችን ውድቀት በተደጋጋሚ ሲገባቸው ሌሎች ለምን ስኬታማ እንደሆኑ ለረጅም ጊዜ ይዘልቃሉ? በሰፖርቱ፣ በትምህርቱ፣ በንግዱም ሆነ በማንኛውም የሕይወት ዘርፍ ለሰኬት የበቃ ሰው ለዚህ የበቃው ያለ ዲሲካሊን አይደለም።

ዲሲካሊን የሌላቸው ሰዎች ማንኛውንም ነገር ቢሞክሩም ጠብ የሚልላቸው ሰኬት አይኖርም። እንዳንድ ነፃ ሐሳባዊያን ነን የሚሉ ሰዎች የዲሲካሊን ጉድለትን እንደ ነፃነት መገለጫ አድርገው ተርጉመውታል። በእውሮፕላን ስበር እሱ ማድረግ የሚፈልገውን ሳይሆን ማድረግ የሚጠበቅበትን በመልካም ሥነ-ምግባር የሚከውን ፓይሎትን አፈልጋለሁ። “እኔ ነፃ አብራሪ ነኝ። ማንም ሰው ከመቆጣጠሪያው ክፍል ሆኖ እንዲያዘኝ አልፈልገም” የሚል ፓይሎትን አልፈልገም።

አንድ ተግባርን በተደጋጋሚ በኃላፊነት ለሜት አለማከናወን የዲሲካሊን ጉድለት ነው። ዲሲካሊን መስዋዕትነትን፣ ራስን መቆጣጠርንና ውስጣዊ አሉታዊ ስሜቶችን በቁጥጥር ስር ማዋልን ይጠይቃል። ዲሲካሊን ማለት በተግባር ላይ ሳሉ ተግባሩ ላይ በሙሉ ትኩረት መቆየት ማለት ነው። እንፋሱን በጠባብ ማለፊያ ውስጥ እንዲያልፍና እንዲታመቅ እስካልተደረገ ድረስ ሞተሩን አያንቀሳቅስም። የኒያግራ ፏፏቴ በተገቢው መንገድ ባይገደብ ኖሮ የኤሌክትሪክ ኃይልን ማመንጫት ባልቻለ ነበር።

ሁላችንም የዴሊዋንና የጥንቸላን ታሪክ እናስታውሳለን። ጥንቸላ በፍጥነቷ ተማምና ጉራ በመንዛት ኤሊዋን ሰውድድር ትጋብዛታለች። ኤሊዋ ለመወዳደር ተስማማች። ሁለቱም ቀበሮን በዳኝነት ሾሙ። ውድድሩ ሲጀመር ኤሊዋ ተፈጥሮአዊ እንቅስቃሴዋን ቀጠለች። ጥንቸላዋ ረጅም ርቀትን በፍጥነት በመጓዝ ዴሊዋን በብዙ ርቀት እንደቀደመቻት ስታውቅ ትንሽ ለመተኛት በማሰብ ጋደም አለች። ዴሊዋ ውድድሩን በመቀጠል በተቻላት ተፈጥሮአዊ ፍጥነት “መርጧን” ተያያዘችው። ጥንቸላዋ እንቅልፏን ለጥጣ፣ ለጥጣ ድንገት ስትነቃ ውድድር ላይ እንደሆነች ታወሳትና መርጡን ቀጠለችው። ሆኖም ዴሊዋ ላይ ልትደርስባት አልቻለችም - ዴሊዋ ውድድሩን በእሸናፊነት አጠናቅቃው ኖራለችና!

በያንዳንዱ ተግባር ላይ በሙሉ ትኩረትና በፅናት መጓዝ መልካም ዲሲካሊን እንደመሆኑ በጣም ጠቃሚ ነው።

ዲሲካሊንና ፀፀት ምቹ ለሜትን የማይፈጥሩ ነገሮች ናቸው። ለዎች ከሁለቱ እንዴን መምረጥ ይችላሉ። የትኛው የበለጠ ምቹትን እንደማይፈጥር እስኪ ገምቱ?

መረን በለቀቀ ልቅ ነፃነት ያደጉ ህፃናት ወላጆቻቸውንና ማህበረሰቡን ባለማክበር የዲሲካሊን ጉድለትን ያሳያሉ። በዚህም ኃላፊነትን ለመቀበል ይከብዳቸዋል።

16. ስራስ የሚሰጥ ዝቅተኛ ግምት

ለራስ የሚሰጥ ዝቅተኛ ግምት የሚመጣው ራስን ካለማክበርና ራስን እንደ እርባና-ቢስ ሰብአዊ ፍጡር ከመመልከት ነው። ራስን ማክበር (ለራስ ክፍተኛ ግምት መስጠት) ሁሌም የመሪነቱን ሚና ያጫወታል።

በተለይ ውሳኔዎች የሚወለኑት ከሚያስገኙት ጠቀሚታ አንፃር ሳይሆን ራስን የማክበር ስሜትን ከማርካት አንፃር ነው። ለራሳቸው ዝቅተኛ ግምት ያላቸው ሰዎች በአብዛኛው የማንነት (የስብዕና) ቀውስ ያለባቸው ናቸው። ራሳቸውን ለማግኘት ብርቱ ፍለጋ ላይ ናቸው። የራስ ማንነት ደግሞ የሚፈጠር እንጂ የሚገኝ ነገር አይደለም።

ሥራ-ፈትነት፤ ለንፍናና ለበቦችን ማብዛት ለራስ ከሚኖር ዝቅተኛ ግምትና ራስን ካለማክበር የሚመነጩ ነገሮች ናቸው። ሥራ-ፈትነት ጠንካራ ብረትን ቀስ በቀስ በልቶ እንደሚጨርስ ዝግት ነው።

17. የዕውቀት አጥረት

“ከስልሳ ዓመታት በፊት ሁሉንም ነገር አውቅ ነበር፤ አሁን ገን ምንም አላውቅም። ትምህርት ሂደት በሂደት መሃደም ነታችንን የምናውቅበት ረጅም ጉዞ ነው።”
- ዊል ዳሪንት

የዕውቀት የመጀመሪያው እርከናዊ እርምጃ የማናውቃቸውን ነገሮች መገንዘብ ነው። አንድ ሰው ዕውቀቱ እየጨመረ በሄደ ቁጥር የት የት መስኮች ላይ ዕውቀት እንደሚያንለው መለየት ይቻለዋል። ሁሉንም ነገር እንደሚያውቅ የሚያስብ ሰው ገና እጅግ ብዙ መማር የሚያስፈልገው ሰው ነው።

መሃደም ሰዎች መሃደማን እንደሆኑ አያውቁም፤ አለማውቃቸውን አያውቁም። ከመሃደምነት የከፋው ነገር ደግሞ እያወቁ የዕውቀትን ብዙ ተጠቂ መሆን ነው። ይህ ዓይነቱ ሰው የሕይወት ውሳኔዎቹ እርስ በርሳቸው የሚጣረሱ ይሆናሉ።

18. ጉጂ/ገዳይ አመለካከት

አጉል የሕይወት አመለካከት ሰዎች መፃፂ እደጋዎችን በመፍራት ጋላፊነትን እንዳይቀበሉ ያደርጋቸዋል። ጉጂ አመለካከት ያላቸው ሰዎች በኬትንና ውድቀትን ከዕድል ጋር ያያይዛሉ፤ በሰጣቸውን ያላከከሉ። በሥነ-ክዋክብት ኮከባዊ ትንበያ ላይ ተመርኩዞ የተነገራቸውን መፃፂ ሕይወታቸውን ‘አሜን’ ብለው ይቀበላሉ። ይህ እምነታቸው ለሕይወታቸው ስኬት ምንም ዓይነት ጥረትና ትጋት እንዳያደርጉ የምትችሉ ተጠናን ይፈጥራቸዋል። ነገሮችን ለማሳካት ከመጣር ይልቅ ነገሮች በራሳቸው ጊዜ

ሲላኩ ማየትን ይናፍቃሉ። ስኬት የዕድል ጉዳይ እንደሆነ ለማወቅ ውድቀትን ጠይቁት።

ደካማ አስተሳሰብ ያላቸው ሰዎች የኮከብ ቆጣሪዎችን፣ የዕድል ነጋሪዎችንና ‘ፈጣሪ ነን’ የሚሉ አካላትን አመለካከት በጭፍንነት ይቀበላሉ። በጥንቆላ የሚያምኑ ይሆናሉ። (አንዳንድ ሰዎች የጥንቅቅ እግርን እንደ ገድ ይመለከታሉ። ሆኖም ለጥንቅቅ ግድ አልሆኑትም። ሆኖላታል አንዴ?)

ስኬታማ ላለመሆን ከፈለጋችሁ በዕድል እመኑ! ስኬታማ ለመሆን ከፈለጋችሁ በመንስዔና መፍትሔ ፅንሰ-ሐሳባዊ ሕግጋት በማመን ሕይወታችሁን ለዘለቂታው የሚቀይር ‘ዕድልን’ ፍጠሩ። ሳሙኤል ጉልድዊን እንዳለው “በትጋት በሰራሁ ቁጥር ዕድሉኝን እጨምራለሁ!”

አንዳንድ ሰዎች በተፈጥሮአቸው ዕድሉና እንዳልሆኑ ያስባሉ

አንድን ድርጊት በግማሽ ልባቸው የሚከውኑ ሰዎች እንዲህ ይላሉ፡-

- እስቲ ልሞክረው
- የሚላካ ከሆነ አያለሁ
- አስብበታለሁ
- ምንም የማጣው ነገር አይኖርም
- ለማንኛውም ብዙ ጉልበትና ብዙ ገንዘብ አላፈለሰትም...

እንደዚህ የምታስቡ ከሆነ ለድርጊቱ ቁርጠኝነትና ፍላጎት ስለማይኖራችሁ ከመነሻው ውድቀትን አስተናገዳችሁ ማለት ነው። ይህ ዓይነቱ አስተሳሰብ ብርታት፤ ቁርጠኝነትና በራስ መተማመን ስሜቶች አለመኖራቸውን ያሳያል።

በግማሽ ልብ ነገሮችን ማከናወን ውድቀትን እየጠበቁ ውድቀትን ማግኘት ነው

ሰውየው የውድድር ፈረስ ገዝቶ ጋጣው አስገባውና በፈረሱ ላይ ‘በዓለም እጅግ ፈጣኑ ፈረስ!’ የሚል ምልክት ሰጠ። እናም ፈረሱን ምንም ሳያለማምደውና ሳያለለጥነው ለውድድር አቀረበውና የመጨረሻውን ደረጃ አገኘ። የዚያኔ ሰውየው የመጀመሪያውን ምልክት በማንሳት በምትኩ ‘ለፈረሱ እጅግ ፈጣኑ ዓለም’ የሚል ምልክት አጠላቀበት።

ያለብርታት፤ ራዕይና ፅናት የሚነዳ ህይወትም በጭፍን የሚጓዝ ነው። ለንፍና ደካማ የሆነ አዕምሮ ሁሌም ብዙ ድካም የማይጠይቀውን ቀላሉን መንገድ ይመርጣል።

አትሌቶች ለደቂቃዎች ለሚያደርጉት ሩጫ የዓመታት ልምምድ ያደርጋሉ። እልህ አስጨራሽ ልምምድ ያደረገ አትሌት ከልምምድ በኋላ ምን እንደሚሰማው ጠይቁት። በኃይል መሞላቱን ይነግራችኋል። ይህ ዓይነቱ ስሜት ካልተሰማው ግን በጥሩ ሁኔታ ልምምድ አላደረገም ማለት ነው።

ተሸናፊዎች ህይወት በራሷ አድሎአዊ እንደሆነች ያስባሉ። ዘወትር የሚያለቡት ስለሚያጋጥማቸው ውድቀት ነው። እነዚህ ውድቀቶች (እንቅፋቶች) በበቂ ቅድመ ዝግጅትና ተግባራዊ ድርጊት የኋላ ኋላ ስኬታማ ለሆነም ሰው አጋጥመውት እንደነበርና ድባቅ መትቶ እንዳሸነፋቸው አይረዱም። ልዩነታቸው ይህ ነው። እንቅፋቶች፣ ችግሮች ወይም ውድቀቶች በማንም ላይ ይደርሳሉ። ይሁን እንጂ አሸናፊዎች ሩቅ አላሚዎች ስለሆኑ በቀላሉ ተቋቁሟቸው ያልፋሉ።

ዕድል የምትረዳው ራሳችውን የሚረዳትን ነው

ከተማዋ የወሃ መጥሰቅለቅ ስጋት ላይ ጠድቃሰችና ዘላለማዊ ሰው መጠለያ ፍሰጋ ይራወጣል። ሕንድ ሰው ግን “እምሳኪ ያደነኛል። ዕምነት አለኝ!” ብሎ ከመኖሪያ ቤቱ ሳይወጣ ቀረ። ደራሽ ውሃው ምድረን ሸፍኖ የቤቱን ግድግዳ ማዕበስ ሲጀመር ሕንድ ጂኒ መኪና ሲያደነው ሰው፣ የሰውየው ምሳሽ ግን አይንም “በእምሳኪ ላይ የበና እምነት አለኝ፣ እሱ ያደነኛል” የሚል ሆነ። ውሃው ከሕንድኛው ፎቅ አልፎ ወደ ሁለተኛው ፎቅ ሲወጣ ሕንድንና ሕንድ ደስዛ ሲያደነው ወደቤቱ ተጠጋ። ሰውየው አይንም እምሳኪ ብቻ እንደሚያደነው በመግለጽ ዕርዳታውን ተቃወመ። ውሃው ሁለተኛውንም ፎቅ ሙሉ ሰውሎ ያስበሰው ጊዜ ሰውየው ሸሽቶ ወደ ቤቱ ማራ መወጣት ግደ ሆነበት። ይሄኔ ሕንድ ሄሊክኖተር ሲረዳው ተጠጋ። እሱ ግን አይንም “በእምነቱ እምሳኪ ያደነኛል!” በማለት እርዳታውን ተከላከለ። በመጨረሻ ከቤቱ ጋር አብሮ ሰመጠ።

እምሳኪ ጋር እንደደረሰም “ዛንተ ላይ ፍፁም የሆነ እምነት ነበረኝ። እንዴት እንዲህ ገደ ትሰራኛለህ?” ሲል ጠየቀው። እምሳኪም “ሰውሆኑ ጂኒ መኪናዎን፣ ደስዛውንና ሄሊክኖተሩን የላከልህ ማን ይመስልሃል?” ሲል ጥያቄውን በጥያቄ መሰለሰ።

ዕድሉ ነው እያሉ ከማማረር መዳን የሚቻለው ኃላፊነትን በመቀበልና ከዕድል ይልቅ በመንስዔና ውጤት በማመን ነው። ከመጠበቅ፣ ከመመኘትና ከማማረር ምንም ጠብ የሚል ነገር የለም። ግቦችን ለማሳካት ተመራጩ መንገድ ማቀድ፣ መዘጋጀትና መተግበር ነው።

ዕድል የምታደሳው ለሚገባቸው ሰዎች ብቻ ነው!

አሌክሳንደር ግራህም ቤል በክፊል መስማት ስተላናት ውድ ባለቤቱ የማዳመጫ መሳሪያ ለመስራት በአያሌው ጥር ነበር። ይህ ዓላማው አይላካለት እንጂ ስልክን የመሰለ የቴክኖሎጂ ውጤት ለዓለም ለማበርከት ችሏል። ታዲያ እንዲህ ዓይነቱን ሰው ዕድሉኛ ትሉታላችሁ?

ጥሩ ዕድል የሚገኘው ዝግጅትና አጋጣሚ የተገጣጠሙ ጊዜ ነው። ያለ ጥረትና ቅድመ-ዝግጅት ጥሩ የሆኑ አጋጣሚዎችን እንዲያገኙ ማግኘት ይከብዳል።

ዕድል

ቀን ከሌት ያስዕረፍት

ይስራል ያስመታከት ያስመስልችት።

መዝናኛትን አቀዋ

ምችትን ቀንሶ

ከመጠበቅ፣ መመኘት፣ መመረር

ማቀድን፣ መዘጋጀትን፣ መተግበርን መርጦ

ይስራል - ይጥራል ታትር

ደረቅ መዳህፍትን ያነባል

አዳዲስ ክስተቶችን ይማራል

ሰኪትን ፍሰጋ ሁሉ ወደፊት ይጓዛል።

በዚህ ሁኔታ ኑሮውን ለማሸነፍ ጥር ግር

ገቡንም ለማሳካት ጽናትን እንገቦ

እንዲህ እንዲህ እያለ ተገባሩን ሲከውን ጠንክር

የኋላ ኋላ ያሸነፈ እንደሆነ ዕድል ለእሱ አድልታ

ሰዎች “ይሄማ ዕድል ነው፣ ዕድሉኛ ነው” አሉታ!

19. የግብ እስመኖር

ታላላቅ እስምሮዎች ግብ ሲኖራቸው የተቀረቱ ምኞት ይኖራቸዋል።
- ዋሽንግተን አርቪንግ

አስከፊ የአካል ጉዳት ደርሶባቸው ችግራቸውን ለማሸነፍ የበቁ ሰዎችን ታሪክ ስናነብ ሰዎች ለዚህ ለኬት ያበቃቸው ከዚያ ስቃይ የመላቀቅ ልባዊ መሻታቸው መሆኑን እንረዳለን። ለሰኬት ያበቃቸው “አትችሉም!” የተባሉትን ነገር በማድረግ በእርግጥም እንደሚችሉ ለማሳየት የነበራቸው ፅኑ ፍላጎት ነው። ይህ ፅኑ ፍላጎት (ዓላማ) ነው የአካል ጉዳተኛዎን ዊልማ ሩዶልፍን በሩጫው መስክ በ1960 ኦሎምፒክ ላይ የሶስት የወርቅ ሜዳሊያ ተሸላሚ እንድትሆን ያደረጋት።

ሰዎች ግብና አቅጣጫ ስሌላቸው ምንም ዓይነት አጋጣሚ አይኖራቸውም። አንድ ሰው መድረስ ያሚፈልግበት ዓላማ ካለውና ወደዚያ የሚያደርሰውን አቅጣጫ ካወቀ እንዲሁም በፅናት ለመጓዝ ፍላጎትና ጥሩ ስነ-ምግባር (ዲሲፕሊን) ካለው ጠንክር በመስራት ሰኬትን ሊጎናፀፍ ይችላል። አቅጣጫና ግብ ከሌለው ግን ሌላ የፈለገ ነገር ቢኖረው ከሰኬት አይደርስም።

20. ወኔ ማጣት

ሰኬታማ ሰዎች ተዓምራትን አይጠብቁም። ቀላሉን አቋራጭ መንገድም አይጠብቁም። ፍላጎታቸው ዕንቅፋቶቻቸውን የሚወጡበት ብርታትና ጥንካሬ ነው። የሚያዩት ምን ያህል እንደቀራቸው እንጂ ምን ያህል እንዳጡ አይደለም። ምኞቶች ብቻቸውን ዕውን አይሆኑም። ምኞቶች ዕውን የሚሆኑት ወይም ለውጤት የሚበቁት ከፅናትና ጥረት ጋር ነው። ፀሎት ተሰሚነት የሚኖረው ወኔ በተሞላበት ድርጊት ሲታጀብ ነው። ወኔና ሥነ-ምግባር (ዲሲፕሊን) ለሰኬት አስፈላጊ ቅመሞች ናቸው። ልዩና ተራ በሚባሉ ሰዎች መካከል ያለው ልዩነትም ይህ ነው።

አዕምሮአችን በወኔ (በብርታት) ሊሞላ ፍርሀታችንን ረስተን መሰናክሎችን ተጋፍጠን እናልፋለን። ወኔ ፍርሃትን ማስወገድ ማለት አይደለም - ፍርሃትን ማሸነፍ እንጂ። ባህርይ (ፍትህዊነትና ሐቀኛነት) ያለ ወኔ ብቻውን ውጤታማ አይሆንም! ወኔም እንዲሁ ያለ ባህርይ ከግብ አያደርስም!

ለሰኬት የሚያስፈልጉ ዋነኛ ነገሮች

ሰኬት ልክ ኬክ እንደመጋገር ነው። አስፈላጊውን ጥሬ ዕቃ ሁሉ አስካላሟላን ድረስ የምንፈልገውን ጣፋጭ ኬክ አናገኝም። ጥሬ ዕቃዎች ትክክለኛና የተመጠኑ ሊሆኑ ይገባል - መብዛትም ማነስም የሰባቸውም። ምክንያቱም ሊጋገር አንዴ ክተበላሽ የተበላሸውን በድጋሚ ለመጋገር ዕድሉን

አናገኝም። ትክክለኛውን ጥሬ ዕቃ በተፈላጊው መጠን ካዘጋጀን በኋላ ከበቁ ልምምድና በየጊዜው ከሚገጥሙን ገጠመኞች በመነሳት በመጨረሻ በአግባቡ ልንጋግረው እንችላለን።

ጥሬ ዕቃው እንደሆነ አለን። ነገር ግን የመጠቀሙና ያለመጠቀሙ ምርጫ የእኛ ነው።

ለሰኬት የሚረዱ ጥቅል ነጥቦች

- ለአሸናፊነት እንጂ ለተሸናፊነትም ጭምር አለመጫወት
- ከሌሎች ሰዎች ለህተት መማር
- መልካም ሥነ-ምግባር ካላቸው ሰዎች ጋር መወዳጀት
- ከምናገኘው በላይ መስጠት
- ያለ ጥረት ውጤትን አለመጠበቅ
- ሁሌም በትልቁ ማቀድ
- ጠንካራ ጐንን ይበልጥ ማጎልበት
- ከመወሰን በፊት ለዚያ ጉዳይ በአዕምሮ ትልቅ ምስልን መያዝ
- በትጋት ከመስራት አስመላክን፤ አቋራጭ መንገድ አለማማተር

ተግባራዊ ዕቅድ

1) ስራችሁን በብቃት፣ በፍጥነትና በውጤታማነት ለመከወን ማድረግ የሚገባችሁን ሶስት ነገሮች ጥቀሱ?

1. _____
2. _____
3. _____

2) የስኬት መርሆችን በያንዳንዱ የህይወታችሁ ክፍል እንዴት ተግባራዊ ልታደርጓቸው እንደምትችሉ ሶስት ምሳሌዎችን ዘርዝሩ?

1. በስራ ቦታ _____
2. በቤተሰብ _____
3. በማህበረሰብ _____

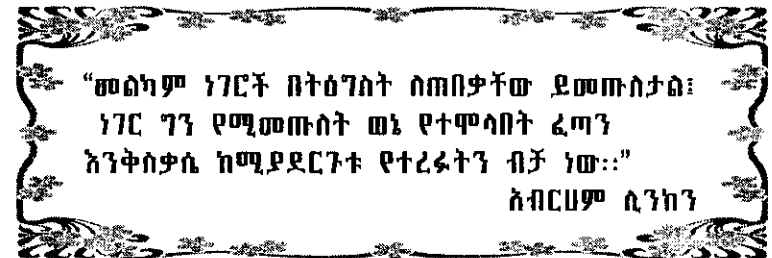
3) በዲሲፕሊን ጉድለት ተጉድታችሁ ከሆነ በየትኛው የህይወታችሁ ክፍል ላይ ምን ጉዳት እንዳደረሰባችሁና ያጣችሁትን ነገር ግለፁ?

4) በቀጣዩ ጊዜ ሽንፈት ሲያጋጥማችሁ ቆም ብላችሁ ተከታዮቹን ሁለት ጥያቄዎች ራሳችሁን ጠይቁ።

ሀ. ከዚህ ፊት ምን እማራለሁ?

ለ. ይህንን ሽንፈት ወደ መልካም አጋጣሚ ልቀይረው የምችለው እንዴት ነው?

- 5 -



ራስንና ሌሎችን በየዕለቱ ማበረታታት

በቀጣዮቹ ሁለት አስተሳሰቦች የፀና ዕምነት አለኝ። ሀ) ብዙ ሰዎች ጥሩ ቢሆኑም ከዚህ የተሻለም ጥሩ መሆን ይችላሉ። ለ) ብዙ ሰዎች ህይወታቸውን ለማሻሻል ምን ማድረግ እንደሚገባቸው ያውቃሉ፤ ጥያቄው "ታድያ ለምን አያደርጉትም?" የሚል ነው።

እነዚህ ሰዎች በዋነኝነት የሚጉድላቸው ተነሳሽነት ነው። አንዳንድ ራስን ለማሻሻል የሚያግዙ መፅሐፍት ለንባብ የሚበቁት፤ ምን ማድረግ እንደሚገባን በሚጠቁም አቀራረብ ነው። እኔ ግን ከዚያ የተለየ አቀራረብ በመምረጥ ለምን አታደርጉትም? እያልኩ እጠይቃቸኋለሁ። በየጉዳዩ የምታገኛቸውን ሰዎች ምን ማድረግ እንደሚገባቸው ብትጠይቋቸው ሁሉም ትክክለኛውን መልስ ይሰጡዎቸኋል። ነገር ግን በተግባር እየፈፀሙት እንደሆነ ብትጠይቋቸው መልሳቸው አሉታዊ ሆኖ ታገኙታላችሁ። የጉደላቸው ምንድነው ብትሉ መልሱ «ተነሳሽነት» ነው።

ጠንካራው የተነሳሽነት ስሜት የሚፈጠረው ከውስጣችን ከሚመነጭ ዕምነት ነው። አንድን ነገር ለማድረግ ቀድሞውኑም በዚያ በምናደርገው ነገር ላይ ዕምነት ሊኖረን ይገባል። ስለህይወታችንም ኃላፊነትን መውሰድ መቻል አለብን። ለባህሪያቶቻችንና ድርጊቶቻችን እኛው ራሳችን ኃላፊነትን መውሰድ ስንጀምር ስለህይወት ያለን አመለካከትም የተሻለ (በጎ) ይሆናል። በግል ህይወታችንም ሆነ በሙያችን የበለጠ ውጤታማ እንሆናለን፤ ቤትም ሆነ

ቢሮ ውስጥ ከሰዎች ጋር ያለን ግንኙነት ይሻሻላል፤ በአጠቃላይ ህይወት ትርጉም ያለውና የተሟላ ይሆናል።

የሰው ልጅ ቁሳዊ ፍላጎቱን ቢያሟላም ስሜታዊ ፍላጎቶቹ ዋነኛ አነሳሽ ኃይሎች ሆነው ይገኛሉ። አያንዳንዱ የተነሳሽነት ባህሪ የሚመነጨው ከህመም ወይም ትርፍ መርህ አንፃር ነው። ህመሙ ከሚገኘው ትርፍ ልቆ ከተገኘ መቀጣጫ ይሆንና እንማርበታለን፤ ትርፉ ከህመሙ የላቀ ከሆነ ደግሞ ያ በራሱ ተነሳሽነትን ይፈጥርናል። ትርፍ ሊባል እንደ የገንዘብ ሽልማት፣ የፆረፍት ሽርሽር፣ ሰጠታዎችና ሌሎች ሊጨበጡ (በዓይን ሊታዩ) የሚችሉ መሰል ነገሮች፤ ወይም እንደ ዕውቅና ማግኘት፣ እድናቆት፣ የሰኬታማነት ስሜት፣ ዕድገት፣ አርካታ፣ ለራስ ዋጋ መስጠትና ዕምነት ያሉ በዓይን የማይታዩ ነገሮች ሁሉ ሊያጠቃልል ይችላል።

ተነሳሽነት ምንድ ነው?

ተነሳሽነት ለድርጊት የሚያነሳሳ፣ አሊያም ስሜትን የሚቀሰቅስ ገፋፊ ኃይል ተደርጎ ሲገለፅ ይችላል። ተነሳሽነት መነቃቃት (መጓጓት) ወይም መበረታታት ማለት ነው። ተነሳሽነት ጭል ጭል የምትል ብርሃንን ፋ ብላ እንድታበራ ማድረግ መቻል ነው።

ተነሳሽነት እኛን በማሳመንና ወደ ድርጊት በመገፋፋት ህይወታችን ላይ ለውጥ ሊፈጥር የሚችል ታላቅ ገፋፊ ኃይል ነው።

ተነሳሽነት ስምን ያስፈልገናል?

ተነሳሽነት የሚያስፈልገን የህይወታችን ዋነኛ አንቀሳቃሽ ኃይል በመሆኑ ነው። የሚመሰረተውም ለሰኬት ባለን ፍላጎት ላይ ነው። ያለሰኬት በህይወት እምብዛም ደስተኛ አንሆንም። በሥራም ሆነ በቤታችን አርካታ አይኖረንም። የዚያኔ ህይወታችን በአባጣ ጉርባጣ (ኮሮኮንቸ) መንገድ ላይ እንደሚሽከረከር ገጣጣ መኪና መንገጫገጭ ዕጣፈንታው ይሆናል።

የተነሳሽነት ዋነኛ ጠላት ባለ (በሆንከው) ነገር ረከቶ መቀመጥ ነው። ባለው ረከቶ የሚቀመጥ ሰው ጥረቱ የተገደበ ነው። በዚህም ዕድገት አይኖረውም - አይሻሻልም። ምክንያቱም ሰሕይወቱ ይበልጥ ጠቃሚ የሆነውን ነገር (ይበልጥ ህይወቱን የሚያሻሽልለትና ሁነኛ መንገድ) ለይቶ ማወቅ ስለማይችል ነው።

ተነሳሽነትን እንዴት ተግባር ላይ ማዋል ይቻላል?

ተነሳሽነትን የሚፈጥርልን ምን እንደሆነ አንዴ ካወቅን ራሳችንን በማነሳሳት ግባችንን ማሳካት ይቻላል። በዚያው ሌሎችንም እንዲነሳሱ መገፋፋት (ማበረታታት) እንችላለን - ተነሳሽነት በቀላሉ ከሰው ሰው የሚጋባ ነገር ነውና።

ውስጣዊ ተነሳሽነታችን የሚመራልን አመለካከታችን ነው። ከሌሎች ማግኘት ለምንፈልገው ምላሽ ዋነኛው ቁልፍ አመለካከታችን ነው።

ታዲያ አንድ ሰው አትኩሮቱን ለብለበና ተነሳሽነቱን ጠብቆ መዝለቅ የሚችለው እንዴት ነው? ዋነኛው ተመራጩ መንገድ በየቀኑ ራስን በራስ ማስታወስ ነው። በሌላ አገላለጽ በበጎ መልኩ ሁሉ ከራስ ጋር መነጋገር ማለት ነው። ለምሳሌ በሆነ ድርጅት ውስጥ ተቀጥረን ገና ጀማሪ ሰራተኛ ብንሆን በየቀኑ "በራስ የመተማመን ስሜቴ ዕለት ተዕለት እየዳበረ ነው" በማለት የገዛ ራሳችንን ልናስታውሰው እንችላለን። ወይም ደግሞ ለምሳሌ ነገረ-ሰራው ሁሉ የሚያበሳጭ አፍላ ታዳጊ ልጅ ቢኖረን "ልጄን ሳናግር መረጋጋትና ትዕግስተኛ መሆን ይጠበቅብኛል" በማለት በተደጋጋሚ ራሳችንን ልናሳስብ እንችላለን።

በተነሳሽነትና በድርጊቶች መማረክ (መገፋፋት) መሀል ያለ ልዩነት

ዓለም አቀፍ የሆኑ ወይይቶችን በምመራበት ወቅት ከተሳታፊዎች በተደጋጋሚ የሚቀርብልኝ ጥያቄ፣ "ሌሎችን ማነሳሳት ትችላለህ ወይ?" የሚል ነው። የኔም ተዘውታሪ መልስ "አልችልም" የሚል ነው - ምክንያቱም ለዎች ተነሳሽነትን የሚፈጥሩት ራሳቸው ነው፤ ሌላ ማንም አይፈጥሩባቸውም። አርግጥ ራሳቸውን ማነሳሳት እንዲችሉ መገፋፋት ይቻላል - ሰዎች ተነሳሽነትን የሚፈጥር እካባቢያዊ ሁኔታን መፍጠር አይሳናቸውምና። ለምሳሌ እኔ በማከናወናቸው ውጤታማ ድርጊቶች ወይም በደረሰኩበት ስኬት አማካይነት ሌሎች ለዎች ተነሳሽነትን ያድርባቸው ዘንድ ልማርካቸው (ልገፋፋቸው) እችላለሁ።

ሰዎች ገንዘብ ለማግኘት ይሯሯጣሉ፤ ለልጣን ላይ ለመቆናጠጥ ወይም ኃይል ለማግኘት ደግሞ ይበልጥ ይማሰናሉ። ከሁሉም በላይ እጅግ የሚተጉት ግን ሳመነበት ነገር (ለዕምነታቸው) ነው። ሰዎች ሳመነበት ነገር ህይወታቸው እስከመስጠት ሊደርሱ ይችላሉ።

ተነሳሽነት ልክ እንደ እሳት ነው፤ ከሰር ስር ተቀጣጣይ ነገር ካልጨመርንለት ይከሰማል። የእኛም ነዳጅ የሚወሰነው በውስጣዊ እሴታችንና እምነታችን ልክ ነው። ለውስጣዊ እሴታችን በምንሰጠው ዋጋ እምነታችን እየፀና የሚሄድ ከሆነ፣ ተነሳሽነታችንም ሁሉ እንደተቀጣጠለ ይዘልቃል።

ውስጣዊና ውጫዊ ተነሳሽነት

ተነሳሽነት ውስጣዊና ውጫዊ ተብሎ በሁለት ይከፈላል።

1. ውጫዊ የተነሳሽነት ኃይል፡-

ይህ ከውጭ ሊመጣ የሚችል ተነሳሽነት ሊሆን፣ ከውጫዊ አነሳሽ ኃይሎች መካከል ገንዘብ፣ የማህበረሰብ ድጋፍ፣ ዝና፣ ፍርሃት (በወላጆች

የመቀጣት አሊያም ክስራ የመባረር ስጋት) እና የመሳሰሉት ተጠቃሾች ናቸው።

ከፍርሃት የሚመነጭ ተነሳሽነት

አንድ ኩባንያ የሰራተኞች የጡረታ አበል ዕቅድ ነደረ። ዕቅዱ ተፈጻሚ የሚሆነው ሁሉም ሰራተኞች ተስማምቶበት ፈርማውን ያኖረበት እንደሆነ ነው። የረቀቀው ዕቅድ የሁሉንም ሰራተኛ ቀልብ የማረከና ጥቅማቸውንም የሚያስከብር በመሆኑ፤ ከጆን በስተቀር ሁሉም ሰራተኛ ተስማምቶበት በአባልነት ፈርሞበታል። ይሁንና ዕቅዱ ተግባራዊ ሊሆን የሚችለው የግድ ጆንም ሲፈርምበት ነውና የጆን የቅርብ አለቃን ጨምሮ ሁሉም ሰራተኞች ሊያግቡበት በእጅጉ ጣሩ። ጆን በሃሳቡ ፀንቶ አልፈርምም በማለቱ ግን ጥረታቸው ፍሬ አልያዘም።

የኩባንያው ባለቤት ይህንን እንደሰማ ወዲያውኑ ጆንን ወደ ቢሮው አስጠርቶ፤ “ጆን፤ የጡረታ አበል የክፍያ ዕቅድ የያዙት ወረቀቶች እና እስኪብረቱ ይኸው እዚህ ቀርበውልሃል። ሁሉም ፈርሞ የቀረኸው አንተ ብቻ ነህ። አሁን የግድ መፈረም አለብህ፤ ካልፈረምክ ከዚች ደቂቃ ጀምሮ ክስራ እንደተባረርክ እውቀው” አለው።

ጆን አንዲትም ቃል ሳይተነፍስ ከመቅዕበት እስኪብረቱውን አንስቶ ፈረመ። የኩባንያው ባለቤት በእጅጉ ተገረመ፤ ለምን ቀደም ብሎ እንዳልፈረመም ጠየቀው። “ምክንያቱም . . .” አለ ጆን ሲመልስ። “ማንም ሰው ልክ እንደ አንተ የዕቅዱን ጠቀሜታ ግልጽ አድርጉ ያብራራልኝ ሰው እስካሁን ባለማግኘቴ ነዋ!”

ደን ውስጥ አዳኝና ታዳኝ እንስሳት ሊሯሯጡ ማየት የተለመደ ነው። የሁለቱም ሩጫ ተመሳሳይ ነው። ልዩነታቸው የሩጫው ዓላማ ነው። አዳኝ የሚሮጠው ምግቡን ፍለጋ ሊሆን፤ ታዳኝ ግን የሚሸመጥጠው ሀይወቱን ለማትረፍ ነው።

ከፍርሃት የሚመነጭ ተነሳሽነት ጠቀሜታዎች፡-

- ሥራው በፍጥነት እንዲከወን ያደርጋል።
- ቀነ - ገደብን (ቀጠርን) በመተላለፍ የሚከሰት ኪሳራን ያስቀራል።
- ባጭር ጊዜ ውስጥ የሰራተኛውን ብቃት ያሳድጋል።

ከፍርሃት የሚመነጭ ተነሳሽነት ጉጂ ገፅታዎች፡-

- ተነሳሽነቱ ውጫዊ ነው። ይህ ማለት ተነሳሽነቱ የሚቀጥለው አነሳሹ እስካለ ድረስ ብቻ ነው። አነሳሹ ክሌለ ተነሳሽነቱም የለም።
- ጊዜ በረዘመ ቁጥር ብቃትም እየወረደ ይሄዳል።

- ውጥረትን ያሰፍናል።
- ብቃት የሚወሰነው፤ አነሳሹ እንዲሰራለት በሚፈልገው መጠን ወይም አሰሪው እስከሚረከበት ልኬት ድረስ ነው።
- ፈጠራን ያቀጭጫል።
- ሰዎች (ዱሳውን) ወይም (ግላዊውን) ይለማመዱትና ከዚያ የበረታ ፍርሃት የሚለቅባቸው ነገር ካላገኙ በስተቀር መስራት ሊያዳግታቸው ይችላል።

ከሥራ ሳለመባረር ሊሉ ብቻ ሥራቸውን የሚከውኑ ለዎች ራሳቸውንም ሆነ ሀብረተሰቡን አይጠቅሙም!

አንድ ደንበኛ ሰራተኛውን “ለመሆኑ መቼ ነው እንዲህ ጠንክረህ መስራት የጀመርክው?” ሲል ጠየቀው።

“እንደሚያባርሩኝ ካስፈራሩኝ ወዲህ!”

በማበረታቻዎች የሚፈጠር ተነሳሽነት

ከውጫዊ አነሳሽ ኃይሉች መሀከል ማበረታቻዎች፤ ጉርሻዎች፤ ዕውቅና ማግኘትና የመሳሰሉት ተጠቃሾች ናቸው። የዚህ አነሳሽ ኃይል ጠቀሜታ ማበረታቻው በቂ ሆኖ እስከተገኘ ድረስ ጥሩ ውጤት ማስገኘት መቻሉ ነው። እስኪ ከፊት ለፊቱ የተንጠለጠለ የሳር ክምር እያየ ጋሪን የሚጉትት አህያ አሰቡ። እዚህ ላይ ማበረታቻው በቂ የተነሳሽነት ኃይል ሊፈጥር የሚችለው አህያው በበቂ ሁኔታ የተራበና ጭነቱም ቀላል የሆነ እንደሆነ ነው። እዚህ ላይ አህያው ጋሪውን መጉተቱን እንዲቀጥል በየተወሰነ ጊዜ ከሳሩ በትንሽ ትንሽ እየተቆነጠረ እንዲቀምስ ማድረግ ያስፈልጋል - አለዚያ ተስፋ ቆርጦ አልንቀሳቀስ በማለት ቆሞ ሊቀር ይችላል። በአንፃሩ ከሳሩ በዛ ተደርጎ ከተለጠው ሆዱ ይሞላና ጋሪውን ለማንቀሳቀስ ግፊት የሚፈጥርለትን ሌላ አነሳሽ ኃይል (ዱላም ሊሆን ይችላል) ማቅረብን ወይም እንደገና እስኪራብ ድረስ መጠበቅን የግድ ይላል።

በንግዱ ዓለምም የሚታየው ተመሳሳይ ክስተት ነው። የሽያጭ ሰራተኞች የሚበቃቸውን ያህል ኮሚሽን ያገኙ እንደሆነ ሰራ ያቆማሉ። የዚህ ዋነኛ ምክንያት ተነሳሽነትን የሚፈጥሩላቸው ኮሚሽን የማግኘት ፍላጎታቸው በመሆኑ ነው። ኮሚሽን ደግሞ ውጪያዊ አነሳሽ ኃይል እንጂ ዘላቂነት ያለው ውስጣዊ አነሳሽ ኃይል አይደለም።

2. ውስጣዊ የተነሳሽነት ኃይል፡-

ውስጣዊ የተነሳሽነት የሚመነጨው ከውስጣችን ነው። የራስ ክብር፤ የኃላፊነት ስሜት፤ ዕምነትና ስኬታማነት ተጠቃሽ ናቸው።

ውስጣዊ ተነሳሽነት የሚገልፀው ውስጣዊ እርካታን ነው። ይህ እርካታ የሚገኘው ከነገሮች ስኬትና አሸናፊነት ይልቅ በድል ከመፈፀም ውስጣዊ እርካታ ነው። የጉላ ጠቀሜታ ወይም ቀጣይነት የሌለውን አንድን ግብ ማሳካት ውስጣዊ ሙሉነትንና እርካታን አይፈጥርም። ውስጣዊ ተነሳሽነት ከውስጥ የሚመነጭ ነውና በውስን ስኬት ተገድቦ አይቀርም - ዘላቂነት ይኖረዋል።

ታዲያ ተነሳሽነቱ ዘላቂነት እንዲኖረው፣ በውስጣችን በግልጽ ተለይቶ የሚታወቅና ስኬታማነትን ያሳያል። በተከታታይነት ሊጻፍ የሚችል ሊሆን ይገባል።

ከውስጣዊ እነሳሽ ጋይሎች መሀል ወላጆቹ ዕውቅና ማግኘትና የኃላፊነት ስሜት ናቸው። ዕውቅና ማግኘት ማለት መደነቅን፣ በክብር የመታየት ፍላጎትን እንዲሁም የባለቤትነትን ስሜት ይገልጻል። ዕውቅና ከሌሎች የምናገኘው ነገር እንደመሆኑ ውጫዊ እነሳሽ ጋይሎች ይሁን እንጂ መገለጫ ስሜቶች ውስጣዊ ናቸው። የኃላፊነት ስሜት ግን ሙሉ ለሙሉ ከውስጥ የሚመነጭ እነሳሽ ጋይሎች ነው።

የኃላፊነት ስሜት እንደ ዕውቅና ማግኘት ሁሉ ከባለቤትነት ስሜት ጋር የተያያዘ ነው። አንድን ነገር እንደራሳችን ንብረት በመቀጠር ስንንከባከበው የኃላፊነት ስሜት ተሰምቶናል ማለት ነው። ይህ ስሜት ከሌላ ተነሳሽነቱም አይኖርም።

አስቲ የጂልን ታሪክ በምሳሌነት አንውሰድ። የአንድ ኩባንያ የደንበኞች አገልግሎት ሰራተኛ በመሆን ለስድስት ዓመታት ያህል አገልግላለች። ሥራው አሰልፎ ከመሆኑ አንፃር ለበርካታ ሰራተኞች እንደ ጂል ለስድስት ዓመታት ያህል ሥራው ላይ መቆየት የማይታሰብ ነው። ጂልም ይህን ያህል ጊዜ የቆየችው ደንበኞችን ማስተናገድና ችግራቸውን መፍታት ስለሚያስደስታት ነው። አንድ ቅር ያሰኛት ነገር ቢኖር ከሁለት ዓመት ያነሰ የሥራ ልምድ ያላቸው ሰራተኞች ጋር አኩል የሰራ ደረጃ (እርካታ) ያላት መሆኑ ነው። ከዚህ ሌላ ብዙዎቹ ጀማሪ ሰራተኞች ከእርሷ ልምድ ለመቅሰም ፍላጎት የሌላቸው መሆኑ እጅግ ያበላጫታል። ምንም እንኳ እሷ በቀላሉ ልትፈታላቸው ዝግጁና ፈቃደኛ ብትሆንም እነሱ ግን አስቸጋሪ ጉዳይ ሲገጥማቸው እርዳታ የሚጠይቁት የሷን ያህል ልምድ የሌለውን አለቃቸውን ነው።

አለቃቸው የሰራ ብቃቷ ከቀደሙት ዓመታት አየወረደ መምጣቱንና በስራዋም ደስተኛ አለመሆኗን ለመረዳት ጊዜ አልፈጀበትም። እንደሷ ያለውን ልምድ ያከበተ ሰራተኛ ማጣት ባለመፈለጉም ዕድገት እንድታገኝ አደረገ። ነገር ግን እሁንም የጂል የቀድሞ የሥራ ብቃት ሊመለስ አልቻለም። ጠቀም ያለ ደሞዝ ማግኘት ጥሩ ነገር ቢሆንም የጂል ዋነኛ ፍላጎት ግን ከበራታ ማግኘትን ነበር። አለቃዋ አነጋግሯት በግልጽም ባይሆን በተዘዋዋሪ መንገድ

ይህንን ፍላጎቷን ከተገነዘበ በኋላ የሰራተኞቹ የበላይ አለቃ አድርጎ ሾማት። በተጨማሪም ከእንግዲህ ሰራተኞቹ በሥራ የሚያጋጥሟቸው ማናቸውንም ችግሮች ለጂል በማሳወቅ መፍታት እንደሚኖርባቸው የሚደነግግ መመሪያ አወጣ። ጂል እሁን ከበራታ የማግኘት ዋነኛ ፍላጎቷ በመሟላቱና በተሰጣት ተጨማሪ ኃላፊነት የተነሳ የተነሳሽነት ጋይላ ይበልጥ ተቀጣጥሎ የሰራ ብቃቷም ከበራቱ እጅግ በላቀ ሁኔታ ተሻሻለ፤ ትጋቷም ጨመረ።

የገንዘብ ሽልማቶች ጊዜያዊና የአጭር ጊዜ እነሳሽ ጋይሎች ናቸው። የረዥም ጊዜ የመንፈስ እርካታን እናገኛቸውም። ባንፃሩ አንድን ነገር ለፍፃሜ በቅቶ ማየት በራሱ ስሜታዊ እርካታን ያጉናፅፋል። ምክንያቱም ትክክለኛውን ነገር የማድረግ ሽልማት በራሱ እነሳሽ ጋይሎች ነውና።

ቶርንቶ እያለሁ የሁለት ወንድማማቾችን ታሪክ ሰምቼ ነበር። አንዱ የዕዕ ሱሰኛና ጠጪ ሲሆን ቤተሰቡንም በዱላ ያስቃያል። ሌላኛው ደግሞ በማህበረሰቡ ዘንድ የተከበረና የሚያስቀና ፍቅር ያለው ቤተሰብ የመሰረተ ግለሰብ ነው። ለመሆኑ ሁለቱ ወንድማማቾች በአንድ ቤተሰብና አካባቢያዊ ሁኔታ ውስጥ እድገው ሲያበቁ እንዴት በዚህ መልኩ የተለያየ ባህሪያና አኗኗር ሊኖራቸው ቻለ?

አንደኛው ወንድም፣ "ለምን እንደዚህ ታደርጋለህ? እንዲህ እንድትሆን ያስገደደህ ነገር ምንድነው? በነጋ በጠባ ቤተሰብህን ትደበድባለህ! በዚያ ላይ የዕዕ ሱሰኛና ጠጪ ነው። ለዚህ ያነሳሳህ ምክንያት ምንድነው?" ተብሎ ተጠየቀ። "ምክንያቱም . . ." አለ። "እባኬ የዕዕ ሱሰኛ እና ጠጪ ስለነበር ነው፤ ቤተሰቡንም ያስቃይ ነበር። ታዲያ ይህንን እያየ በዚህ ሁኔታ ውስጥ ያደገ ልጅ ምን እንዲሆን ትጠብቃላችሁ? በቃ እኔም የሆንኩት ልክ እንደ ለስተዳደጌ ነው።"

ሌላኛው ወንድም ተጠየቀ። "በባህሪም ሆነ በሥራ እንዴት እንዲህ የተዋጣልህ ልትሆን ቻልክ? የዚህ ምክንያት ምን ይመስልህ?"

"የዚህ ምክንያቱ አባቴ ነው" አለ ሁለተኛው ወንድም። ልጅ ሳለሁ እባቴ እኔን ጨምሮ ቤተሰቡን በጠቅላላ ሊያስቃይ እመለከት ነበር። ጠጪና የዕዕ ሱሰኛ ነበር። ስለዚህ ሳድግ እንደዚያ በመሆን እንደ አሉ ራሴንም ሆነ ቤተሰቤን ማስቃየት እንደሌለብኝ በመወሰን ራሴን አሳመንኩት።"

ሁለቱም ወንድማማቾች ተነሳሽነቱን ያገኙት ከአንድ ምንጭ ቢሆንም እንደኛው እንደ መጥፎኑ እንዳለ ተግባር ላይ ሲያውለው፣ ሁለተኛው በተቃራኒው መልኩ ለበጎ ተግባር እውሎታል። አፍራሽ ሚና የሚጫወት ተነሳሽነት ሲጀመር ቀላል ቢመስልም ለማቆም እጅግ ከባድ ነው። መውጫ ከሌለው ማጥ ውስጥ ሊዘፍቀን ይችላል።

በስራ ላይ ተነሳሽነትን የሚያመክኑ አራት ደረጃዎች

ስዎች ብዙውን ጊዜ ሥራ የሚጀምሩት በተነሳሽነትና ተወዳዳሪነት ስሜት ነው።

1. ውጤት የሰሸ ተነሳሽነት

ሰመሆኑ አንድ ተቀጣሪ በስራ ዓለም ክፍተኛ ተነሳሽነት የሚታይበት መቼ ይመስላችኋል? ምላሹ ገና ሲቀጠር የሚል ነው። ሰቀጣሪው እርሱን በመቅጠሩ ትክክለኛ ውሳኔ እንደወሰነ ሊያረጋግጥሰት ስለሚፈልግ የተቀጠረ ሰሞን ክፍተኛ ተነሳሽነትና ትጋት ይታይበታል። ይሁንና ለስራውና አካባቢው አዲስ እንደመሆኑ ውጤታማነቱ ያን ያህል የጉላ አይሆንም።

ስለዚህ አንድ አዲስ ተቀጣሪ ሰራተኛ አዳዲስ ነገሮችን ለመቀበል ፈጣን ስለሆነና በስራውም ትጋት ስለሚያሳይ ከተቀጠረበት ድርጅት የአስራር ሁኔታ ለመላመድ የሚያደርገው ስልጠና ትኩረት ሊደረግበት ይገባል። በዚያ ወቅት የሚያገኛቸው ስልጠናዎችና ልምምዶች እጅግ ውጤታማ ይሆናሉ።

ብዙዎቹ ልምድ የሌላቸው ድርጅቶች በሰራተኛ ቅጥር ወቅት ስለሰራው በቂ ማብራሪያና ስልጠና አይሰጡም! ቢሰጡም ስልጠናው እጅግ ደካማ ስለሚሆን በቂ አይሆንም። የመጀመሪያው የሥራ ቀን ላይ ተቀጣጣሪው የአዲሱን ሰራተኛ የስራ ቦታ እሳይቶት እንዴት መስራት እንዳለበት በአጭሩ ከነገረው በኋላ ጥሎት ይሄዳል። ስለዚህ ተቀጣሪው መጥፎውንም ጥሩውንም ክስተት በራሱ ጊዜ በሂደት መማርና መላመድ ይጠበቅበታል። ተቀጣጣሪው የሰለጠነው በዚያ ዓይነት ሁኔታ ስለሆነ አይፈረድበትም። ስለዚህም ድርጅቱ ሰራተኛውን ወደሚፈለገው ብቃት የማድረስ ዕድሉን ያጣል ማለት ነው።

ልምድ ያለው ድርጅት ግን አዳዲስ ተቀጣሪዎቹን በጥንቃቄ በማሰልጠንና ስለሥራው ሁኔታ በቂ ማብራሪያ በመስጠት የሰራተኞቹን ብቃት ያሳድጋል። በመጀመሪያው ቀን ላይ ለተቀጣሪዎቹ ከሚያብራሩላቸው ነገሮች መሀል የሰራተኞችን የስልጣን ተዋረድ፣ ከእያንዳንዱ ሰራተኛ የሚጠበቅ ውጤት፣ በድርጅቱ ውስጥ መደረግና መደረግ ስለሌላላቸው ነገሮች፣ እስከምን መጓዝና እንዴት መጓዝ እንደሚቻል፣ ለስራው የሚያገለግሉ ምንጮችና ሌሎች ተያያዥ ነገሮች ይገኙባቸዋል።

ሰመሆኑ አንድ ሰው የሚጠበቅበትን በዝርዝር እስካሳወቀ ድረስ እንዴት ለሥራ ተነቃቅቶ በሙሉ እቅሙ ብቃቱን ማስመስከር ይችላል? በቅጥር ወቅት ስልጠናዎችና ማብራሪያዎች በተገቢው መንገድ የሚከናወኑ ከሆነ የችሎታ (የብቃት) ጉዳይ መቼም ቢሆን አጀንዳ አይሆንም።

2. ውጤታማ ተነሳሽነት

ይህ ደረጃ ተቀጣሪው ምን ማድረግ እንዳለበትና እንዴት እንደሚደረግ የሚያውቅበትና በኃይል ተሞልቶ የሚነቃቃበት ወቅት ነው። አሁን የንግድ ስርዓቱን ስላወቀው ሥራው ላይ ብቃቱ ጉልቶ ይንፀባረቅ ይጀምራል። ከዚያ ወደ ቀጣዩ ደረጃ ይሸጋገራል።

3. ተነሳሽነት የጉደለው ውጤታማነት

ከተወሰነ ጊዜ በኋላ የተቀጣሪው ተነሳሽነት እየቀዘቀዘ ይሄዳል። ምክንያቱም አሁን የንግዱን ባህርያትና ዘዴዎች ተክኖባቸዋል። ይሄ ሰራተኛው ያለ ተነሳሽነት ውጤታማ ሆኖ የሚጓዝበት ወቅት ነው። አሁን የሚሰራው ቀጣሪው እንዳያባርረው የሚያበቃ ያህል ነው። ለዚህ ደግሞ ተነሳሽነት አያሻውም።

ይህ ደረጃ የዕድገት እንቅፋት ነው ብዙ ሰዎች የሚወድቁት እዚህኛው ደረጃ ላይ ሲደርሱ ነው። ተነሳሽነት ያለው ሰራተኛ የንግዱን ስርዓት ተክኖ ሌላውን የማጭበርበር ስልት ለአጭብርባሪዎቹ ይተውላቸዋል። ተነሳሽነት የጉደለው ሰራተኛ ግን ኩባንያውን ለመበዝበዝ አሻጥሮ መስራት ይጀምራል። የሚያረካ ስራ ካለመስራቱም በተጨማሪ በሌሎች ብቁ ሰራተኞች ላይ ያሸፋል፤ አዳዲስ ሃሳቦችን ያጣጥሳል። ጨለምተኛ ሃሳቦችን ግን አፈቀላጤ በመሆን ያሰራጫል።

ዋነኛው ዓላማችን ሰራተኞቻችንን ከሦስተኛው ደረጃ ወደ ሁለተኛው መመለስ ነው። ያለበለዚያ ሰራተኞቻችንን በሶስተኛው ደረጃ ላይ ረዘም ላለ ጊዜ እንዲቆዩ ካደረግን ውጤታማ ወደሚሆኑበት ሁለተኛው ደረጃ ከመመለስ ይልቅ ወደ ቀጣዩ አራተኛ ደረጃ ማሰፍ የሚችሉበትን ሰፊ ዕድል እናመቻችላቸዋለን።

4. ውጤታማ ያልሆነና ተነሳሽነትም የጉደለው

በዚህ ወቅት ቀጣሪው ተቀጣሪውን ከማባረር የዘለለ ብዙም ምርጫ አይኖረውም። በዚህ ደረጃ ላይ ላለ ሰራተኛ ደግሞ እርምጃው ተገቢ ነው።

ቀጣሪዎችም እንደተቀጣሪዎች የራሳቸው ፍላጎት እንዳላቸው አትርሱ። እነሱም ንግዳቸውን ማሳደግና ማሻሻልን ይፈልጋሉ። በዚህም ራሳቸውን ተፈላጊ ያደረጉ ብቁ ሰራተኞችን ከጉናቸው በማሳሰፍ የራሳቸውን ስኬት ይቀዳጃሉ።

ተነሳሽነትን የሚገድሉ ምክንያቶች

- ❖ ተገቢ ያልሆነ ወቀሳ
- ❖ ገንቢ ያልሆነ ትችት
- ❖ በህዝብ ፊት መዋረድ

- ❖ የሥራ ብቃትም ሆነ ችሎታ የሌላቸውን ወይም አልማጮችን መሸለም (ይሄ ችሎታና ብቃት ኖሯቸው በትጋት ስሜስሪ ሰዎች እንደ ስድብ ሲቆጠር ይቻላል)
- ❖ ውድቀት አሊያም የውድቀት ስጋት
- ❖ ስኬት (ያስኝ ይብቃኝ ወደሚል አስተሳሰብ ከመራን)
- ❖ አቅጣጫን መሳት
- ❖ ዋጋ ያላቸው ግልጽ ግቦች እስመኖር
- ❖ ስለ ራስ በጉ አመለካከትን አሰማዳበር
- ❖ ቅድሚያ የሚሰጣቸውን ጉዳዮች አለማወቅ
- ❖ ራስን መውቀስ
- ❖ የቢሮ ውስጥ የስልጣን ሽኩቻ
- ❖ ቸል መባል
- ❖ ግብዝነት/መመዓደቅ
- ❖ ዝቅተኛ ግምት
- ❖ ፈጣን ለውጦች
- ❖ ስልጣን (ጥቅም) አልባ ኃላፊነት . . . የመሳሰሉት ናቸው።

አርካታ የተጉናፀፈ ለው ሁሉ ተነሳሽነት አለው ማለት አይደለም። አንዳንድ ሰዎች በትንሹ ይረካሉና። ተነሳሽነት የሚገኘው ከጠንካራ ጉጉት ነው። ጠንካራ ጉጉት የሚገኘው ደግሞ ሙሉ ጊዜን በመለዋትና በአደርገዋለሁ ቁርጠኝነት የታገዘ እንደሆነ ነው።

ተነሳሽነትን የሚገድሉ ምክንያቶች አስከፊተወገዱ ድረስ ተነሳሽነትን ለመፍጠር የምንጠቀምባቸው ዘዴዎች ሁሉ ውጤታማ አይሆኑም። ተነሳሽነትን የሚገድሉ ምክንያቶችን ማስወገድ ግን ብቻውን ብዙውን ጊዜ ተነሳሽነትን ይፈጥራል።

አነሳሽ ምክንያቶች

ከምንም በላይ የራስ ተነሳሽነት ከግባችን ሊያደርሰን የሚችል መንገዳችን ሊሆን ይገባዋል። ለዎች ለአኖ ሳይሆን ለገዛ ጥቅማቸው ሲሉ የሚሰሩ ከሆነ ውጤታማ ይሆናሉ፤ ተነሳሽነታቸውም ዘላቂነት ይኖረዋል።

ከሁሉም የላቀው አነሳሽ ኃይል ዕምነት መሆኑን አትዘንጉ። ለባህርያቶቻችንና ድርጊቶቻችን የተጠያቂነት መንፈስን ማዳበር ይኖርብናል። ለዎች ኃላፊነትን መቀበል ሲጀምሩ ሁሉም ነገር መስተካከል ይጀምራል። ጥራት፣ ምርታማነት፣ የለመረ ግንኙነትና የቡድን ስራ የተጠናከረ ይሆናል።

ሲቡችን ለማነሳሳት የሚረዱ አንዳንድ ነጥቦች

- ❖ ዕውቅና መስጠት
- ❖ አክብሮት ማሳየት
- ❖ በውዴታ አንዲለሩ ሁኔታዎችን ማመቻቸት
- ❖ ጥሩ አድማጭ መሆን
- ❖ ግቦቻቸውን ለይተው እንዲያውቁ ማበረታታት
- ❖ የዕድገት ዕድሎችን መፍጠር
- ❖ ማለልጠን
- ❖ የውድድር ስሜትን ማሳደር
- ❖ ሰዎችን መርዳት (ነገር ግን ራሳቸው ሊያደርጉት የሚችሉትን ነገር አስማድረግ)

ማጠቃለያ

«ሰዎች አንድን ነገር የሚያደርጉት በራሳቸው ሲሉ አንጂ ለሌላ ለው ብለው አይደሉም።» ይህ አባባል ከራልፍ ዋልዶ ኤመርሰን ታሪክ ጋር ይዛመዳል። ባንድ ወቅት ራልፍ ዋልዶ ኤመርሰን ከልጁ ጋር በመሆን አንዲትን ጥጃ ወደ በረት ውስጥ ለማስገባት ትግል ጀመሩ። ጥጃዋ የፊት አግሮቿን ተክላ ንቅንቅ አልፈ በማለቷ ግን ሁለቱም አባትና ልጅ ከድካም በቀር ውጤት ላይ መድረስ አቃታቸው። ይኸኔ ባጠገባቸው ስታልፍ የነበረች አንዲት ህፃን ልጅ ልትረዳቸው ጠጋ አለችና ጣቷን ጥጃዋ አፍ ውስጥ ከተተችው። ልክ ጥጃዋ ጣቷን መጥባት ስትጀምር ልጅቷ በዝግታ ወደበረቱ ማቅናት ጀመረች። ጥጃዋም ተከትላት ገባች።

ተግባራዊ ዕቅድ

“መታጠቢያ ቤት (ጽንት ቤት) ውስጥ ሆኖ የማይሰብ

ሰው መቼም ሸይናርም፡፡ ነገር ግን ሰውጥን

የሚፈጥረው የራስ ፀጉሩን አደራረቅና ልብሱን

ሰባብሶ ከዚያ ከወጣ በኋላ ሃሳቡን

ለመተግበር በቁርጠኝነት የሚንቀሳቀሰው

ሰው ብቻ ነው”

ናሳን ቡሽኔል

- ✓ በስልጠና በሥራ መከራትን አዳብሩ
- ✓ አመርቂ ብቃትን አድንቁ/ሸልሙ
- ✓ ግልፅና በዝርዝር የተቀመጠ ግብ ይኑራችሁ
- ✓ ትልቅ ነገርን ጠብቁ
- ✓ እያንዳንዱ እንቅስቃሴያችሁ የተለካና የተጠና ይሁን
- ✓ የሌሎችንም ፍላጎት አስተውሉ
- ✓ ሌሎችንም የእናንተ ትልቅ ሐሳብ ተጋሪ አድርጓቸው
- ✓ አርዳያ በመሆን ተጨባጭ ምሳሌ ሁኑ፡፡
- ✓ ሌሎች ለራሳቸው ክፍተኛ ግምት እንዲሰጡ የራሳቸውን ክብር ገንቡላቸው፡፡

-6-

ራስን ማክበር

“የአንድ ሰው የወደፊት ዕጣ-ፈንታ የሚወሰነው

ለስራሱ በሚናፈት ዕቅዶች ነው”

ሃንሪ ዲቪድ ቶር

አንድ ለማንኛውም ክፍት ለፊቱ እርሳሶች የተሞላበት ሳህን አስቀምጦ ይለምናል፡፡ አንድ ወጣት ሥራ አስኪያጅ በአጠገቡ ሲያልፍ አንድ ዶላር ጣል አደረገለትና ወደ ባቡር ጣቢያው እየተጣደፈ ሄዶ ተሳፈረ፡፡ ባቡሩ ሲንቀሳቀስ ሌኮንዶች ሲቀሩት ግን በድንገት ከባቡሩ ዘልሎ በመውረድ ወደ ለማኑ ተመለሰና ከሳህኑ ላይ እርሳሶችን አነሳ፡፡ “ጥቂት እርሳሶችን አወስዳለሁ፡፡ ዋጋው ቅድም ከሰጠሁ ዶላር ጋር እኩል ነው፡፡ ይመስለኛል፤ አንተም እንደኔው የንግድ ሰው ነህ፡፡” ይህን ካለው በኋላ ወደ ባቡሩ ተመልሶ ተሳፈረ፡፡

ከስድስት ዓመታት በኋላ ለማኑና ስራ አስኪያጁ ባንድ ግብዣ ላይ ተገናኙ፡፡ አሁን የለማኑ አለባበስ ተቀይሮ መሉ ሱፉን ከነክረባቱ ግጥም አድርጎ ሰብሷል፡፡ ሥራ አስኪያጁን እንዳየው በቀጥታ ወደርሱ አመራና “ምናልባት አታስታውሰኝ ይሆናል፤ እኔ ግን አስታውስሃለሁ” ብሎ የባቡር ጣቢያውን ገጠመኛቸውን አወጋው፡፡ ወጣቱ ሥራ አስኪያጅ በመደነቅ “ታዲያ ከባቡር ካስታወስኩኝ የዚያን ጊዜ እየለመንክ ነበር፡፡ አሁን እዚህ ምን ታደርጋለህ?” ሲል ጠየቀው፡፡ የቀድሞው ለማኑም “የዚያን ቀን ያደረግክልኝን ብታውቅ ትደነቅ ነበር፡፡ የቸርታ ገንዘብ ከመስጠት ይልቅ ክብርን ለጠኸኝ፡፡ ጥቂት እርሳሶችን እንስተህ ቀድሞ ከሰጠሁ ዶላር ጋር ዋጋቸው እኩል ነው፡፡ ይመስለኛል፤ እንደኔ የንግድ ሰው ነህ ብለኸኝ ስትሄድ ወዲያውኑ ከራሴ ጋር መግት ገጠምኩ፡፡ ሕዚም ምን እያደረግሁ ነው? ለምንስ እለምናለሁ? ስል ደጋግሜ ራሴን ጠየቅኩ፡፡ እናም የዚያኑ ዕለት ሕይወቴን በተሻለ ሁኔታ እንደገና መገንባት አለብኝ ብዬ በመወለን በዛችው ቅፅበት በርሳዬን እንግቢ በመነሳት ጉዞ ጀመርኩኝ፡፡ በዚህም ይኸው

ዛሬ እዚህ ሰመገኘት በቅቻለሁ" ሲል መለለሰትና ንግግሩን በመቀጠል "በዚያን ወቅት ክብራን መልህ ስለሰጠኝ እጅግ አመሰግናለሁ። ባታውቀውም ቅሉ ሕይወቴን ቀይረህልኛል" አለው።

ለመሆኑ የሰማችን ሕይወት የቀየረው ምንድነው? የሰማችን ሕይወት የተቀየረው ስለ ራሱ ያለው አመለካከት ከፍ በማለቱ ነው። ራስን በበጎ መልኩ ከፍ አድርጎ መመልከት እንዲህ ዓይነት ተዐምር ሊሰራ ይችላል።

ራስን በበጎ መልኩ ከፍ አድርጎ መመልከት ስለ ራሳችን ከሚሰሙን ስሜቶች እጅግ የተሻለው ነው። ስለ ራሳችን ያለን አመለካከት ከሰራ ብቃታችን ጀምሮ በሰብዓዊ ግንኙነቶቻችንና ቤተሰባዊ ኃላፊነቶቻችን ላይ ከፍተኛ ሚና ይኖረዋል፤ ስኬታችንም ሆነ ውድቀታችንን ሊወሰነው ይችላል። ለሰራሳችን ያለን አመለካከት ጤናማና ቀና ከሆነ ደስተኛ፣ ውጤታማና ዓላማ ያለው ሕይወት ይኖረናል። ዋጋ ያለው ሰው ስለ መሆናችን ዕምነቱ ከሌለን ሰራሳችን ጥሩ አመለካከት የለንም ማለት ነው። ስለ ራሳችን በጎ አመለካከትን ስናዳብር ውስጣዊ የመነቃቃት ኃይል ይኖረናል። የዓለማችን ታላላቅ መሪዎችና ጠቢባን "እንደ ሰው ስኬታማ የሆነ ሕይወትን ለዘለቄታው እንዲመራ ውስጣዊ ተነሳሽነት ሊኖረው ይገባል" በሚለው ሐሳብ ይስማማሉ።

ለዎች ስለ እኛ የሚኖራቸው ግምት እኛ ስለ ራሳችን ከሚኖረን ግምት ይመነጫል። በታዲያነታቸው ስለሰራሳቸው በጎ አመለካከት የሚያዳብሩ ለዎች አቋሙ፣ ብቁ ተወዳዳሪና የትኛውንም ኃላፊነት ለመቀበል የማያመነቱ ናቸው። ሕይወትን በጥሩ መንገድ የሚኖሩ ከመሆናቸውም ባሻገር ከለዎች ጋር ያላቸው ግንኙነት የሰመረ ነው። ለሕይወታዊ ክስተቶችም ስሜታዊ ናቸው። የሥራና ከሥራ ጋር ተያያዥ የሆነ መፃሄ እደጋን የመጋፈጥ ብቃታቸውም ከጊዜ ወደጊዜ እየጨመረ ይሄዳል። ለአዳዲስ ሀሳቦችና ፈተናዎች ዝግጁ ናቸው። ሊተቹም ሆነ ትችትን ሊቀበሉ በሥርዓት ማስተናገድ ይችሉበታል።

ራሱን በበጎ መልኩ ከፍ አድርጎ መመልከት መልካም ነገሮችን ከመገንዘብና ከመተግበር የሚመጣ ክስተት ነው።

ራስን በበጎ መልኩ መመልከት ራስን ማወቅ ነው

ይህ በእርሻው ላይ ዱባ ያበቃል የነበረው የአንድ ገበሬ ታሪክ ነው። ባንድ ወቅት ያላንዳች ምክንያት አንድን የዱባ ዘር በትንሹ ብርጭቆ ውስጥ አኖረ። በምርት ስብሰባ ወቅት ብርጭቆውን አስታውሶ ሲያየው ዱባው መፍራቱን ተመለከተ። ነገር ግን የዱባው መጠን ከትንሹ የብርጭቆ ልክ አላለፈም። እኛም ለሰራሳችን በሚኖሩን ማናቸውም አስተሳሰቦች ታጥረን ከተቀመጥን የኑሮ ልኬታችንም ከዚህ አጥር አይወጣም።

ራስን በቀና መልኩ መመልከት ያሉት ጠቀሜታዎች

በለዎች ዘንድ በውስጣዊ ስሜቶቻቸውና በምርታማነታቸው መሀከል ቀጥተኛ ግንኙነት አለ። ራሳችንን በተመለከተ በጎ አመለካከት ሲኖረን የሌሎች ግለሰቦችን ንብረት፣ ሕግጋት፣ ወላጆችና ሀገርን ማክበር እንጀምራለን። የተገላበጠሹም ቢሆን ውጤቱ እንደዚያው ተቃራኒ ይሆናል።

ራስን በበጎ መልኩ ከፍ አድርጎ መመልከት ካሉት ጠቀሜታዎች፡-

- ፅኑ አቋም ለመያዝ ይረዳል
- ኃላፊነትን ለመቀበል በጎ ፈቃደኝነትን እንዲኖር ያደርጋል
- ለሕይወት-ነክ ነገሮችና ተፈጥሮ በጎ አመለካከት እንዲኖረን ያደርጋል
- ወደ አዎንታዊ ሰብዓዊ ግንኙነቶችና የተሟላ ሕይወት ይመራል
- ስለ ለዎች እንድናስብና እንድንጨነቅ ያደርገናል
- ተነሳሽነትንና ዓላማዎችን ከግብ የማድረስ ብርቱ ፍላጎትን ይገነባል
- መልካም አጋጣሚዎችንና አዳዲስ መለናክሎችን እንድንጋፈጥ ይረዳናል
- ብቃትን በማሳደግ መፃሄ የተሰላ እደጋን ለመጋፈጥ እንድንችል ያደርጋል
- ትችትንና ተቃውሞን በእግባቡ ለመግለፅም ሆነ ለመቀበል ይጠቅማል
- ከንዋያዊ ኪሳራና የታማኝ ወዳጅ ዕጦት የመጀመሪያውን እንድንመርጥ ያደርገናል። ምክንያቱም ታማኝ ሰው በምንም ያህል ገንዘብ ሊተመን አይችልም።

ዝቅተኛ የራስ አመለካከት

ስለ ራሳቸው ዝቅተኛ አመለካከት ያላቸው ለዎችን እንዴት እንለያቸዋለን? እነዚህ ለዎች ምን ዓይነት ባህርያት አሏቸው? ካሏቸው ባህርያት ውስጥ በጣም ጥቂቶቹ እንደሚከተለው ተዘርዝረዋል፡-

- ህሜተኞች ናቸው
- መተቸት ያበሃሉ። ሊተቹትም ልክ የትችት ውድድር ላይ ያሉ በሚያስመስልባቸው አካላት ነው።
- ለለዎች አስተያየት ከፍተኛ ግምት ይሰጣሉ። ጉረኞች ከመሆናቸውም በላይ ሁሉን ነገር እንደሚያውቁ መስለው ለመታየት ይሞክራሉ። ከእነዚህ ለዎች ጋር በአብሮነትም ሆነ ለነርሱ ተቀጥሮ መለራት ይከብዳል። የበላይነት ስሜታቸውን ለመጠበቅ ሊሉ ሌሎችን ይጨቁናሉ።
- ጠባብ አስተሳሰብ አላቸው፤ ራሳቸውን ያለማክስ ነገር አይጥማቸውም።

- ለውድቀታቸው ሁልጊዜም ለበብ እንደረደሩ ነው
- ኃላፊነትን መቀበል አይችሉም። በምትኩ ለሚሰሩት ስህተትና ጥፋት ሌሎችን ተጠያቂ ያደርጋሉ
- በዕድል አጥብቀው ስለሚያምኑ ነገሮች በራሳቸው ጊዜ እስኪፈጠሩ መጠበቅን ይመርጣሉ
- በተፈጥሯቸው ምቀሾች ናቸው
- ገንቢ ትችት ፍፁም አፂጥማቸውም። ራሳቸውን መከላከል ያዘወትራሉ
- ብቻቸውን ሊሆኑ ስለሚደብራቸው አይመቻቸውም
- ፀባያቸው እያደር እየተበላሸ ይሄዳል። እንዲህ ዓይነት ሰዎች በጥሩና በመጥፎ ጠባይ መሃከል ያለውን ልዩነት አያውቁትም። ሰዎች ለጨዋታ ብለው መጠጥ ሲጉነጩ ቀልዶች መሰንዘራቸው አይቀርም። ሆኖም ይበልጥ በጠጡና ወደ ስካር ባመሩ ቁጥር ቀልዶቻቸውም የበለጠ አስቀያሚ እየሆኑ ይሄዳሉ
- ራሳቸው ታማኝ ስላልሆኑ ታማኝ ጓደኛ ማፍራት አይሳካላቸውም
- እንደማይፈፀሙት አያውቁ ቃል መግባት ያዘወትራሉ። እንዲህ ዓይነቱ ሰው ጨረቃን ለሽያጭ አቀርባለሁ ሊል ይችላል። የማይጠበቁ ቃል-ኪዳኖች ታማኝነትን ያጠፋሉ
- ባህርያቸው የማይጥምና ለዛብሉ ነው። ካንዱ ጫፍ ወደ ሌላው ጫፍ የመዋለል ሁኔታም ይታይባቸዋል። ዛሬ ማርና ስካር ሆነውላችሁ ይውሉና በነጋታው ጉሮሮአችሁን ለመቁረጥ ሊመጡ ይችላሉ። ሚዛናዊነት ይጉድላቸዋል
- በራሳቸው ጊዜ ክስዎች ይነጠሉና በብቸኝነታቸው ያማርራሉ
- በተፈጥሮ ስሜተ-ሰሉ ናቸው። አንድ ሰው ማንኛውንም ነገር የተናገረ እንደሆነ ንግግሩን ከራሳቸው ጋር ስለሚያይዙት ስሜታቸው ወድያው ይነካና ይከፋሉ
- በነገራችን ላይ በስሜታዊነትና የስሜት በቀላሉ መነካት መሆኑን ያስወግዳሉ? ስሜታዊነት ልክ እንደ እሾህ ነው። ስትነኩት ትጉዳላችሁ። ሰብዓዊ ቢሆን መልኩ የስሜት መነካት ማለት ግን ሰብዓዊ ማዘን ማለት ነው። ይህ በጉ አመሰካክት ነው። ነገር ግን ብዙውን ጊዜ ሰዎች ሁለቱን ደባቂቀው ይመስክቷቸዋል። በንግግራቸው መሆኑን «ስለበበት!» ሲሉ ስሜታቸው ተነክተ ሳይሆን ስሜታዊ ሆነው ነው። ስሜታቸው ተነክተ ሰው ሲያዝን ግን በትክክል ሰው እየሰሰ ነው።
- ስለራሳቸውም ሆነ ስለሌሎች ያላቸው ግምት መጥፎ ነው። ብዙውን ጊዜ ይህ አስተሳሰባቸው ቅር ያሰኛቸዋል።
- በራስ-መተማመን ይጉድላቸዋል።

1. ሁልጊዜም የሌሎችን ማረጋገጫ ይሻሉ። (ማረጋገጫ መፈለግና ሸስተያዩት መጠየቅ ስለያም ማማከር ይስያዩ።)
 2. ስለራሳቸው ክልክ ባለፈ ብዙ ያውራሉ። ይህም የሆነበት ምክንያት በራስ መተማመን ስለሌላቸው ነው።
 3. ብርታት ይጉድላቸዋል። ለአሉታዊ ነገሮች በቀላሉ እጃቸውን ይሰጣሉ። ስለ አፈጣጠራቸው እንኳን ለበብ ከመደርደር ወደኋላ አይሉም። ሁሌም ቢሆን ራሳቸውን ዝቅ አድርገው እንደተመለከቱ ነው። ይህ ከራስ የመተማመን ስሜት ጉድለት ከሚመነጨው የበታችነት ስሜት ይለያል። ይህ በራስ የመተማመን ስሜት ጉድለቱ በቀላሉ ይታወቀና ከሌሎች አክብሮትን ይነፍጋል።
 4. ገንቢ ንግግር ማድረግ አይችሉበትም። ለዕምነታቸው ጠንክረው መከራከር አይሆንላቸውም። በሌላ በኩል ደግሞ የሌላውን ሐሳብ በማንገጠጥ ተወዳዳሪ አይገኝላቸውም። በእርጋታ መነጋገር ተገቢ በሚሆንበት ቦታ ላይ ማንገጠጡ አስፈላጊ አይደለም።
 5. በራስ መተማመን ጉድለታቸው ይበልጥ የሚንፀባረቀው ከሌሎች ማረጋገጫ በሚፈልጉበት ቅፅበት ነው። «ሌላው ሁሉ የሚያደርገው ከሆነ እኔም አደርገዋለሁ» የሚል አስተሳሰብ አላቸው። በዕለት ተዕለት ኑሮዋችን፤ በእኩያ ግፊት ብቻ ተቀባይነትን ለማግኘት ሲሉ ሌሎች የሚያደርጉትን ድርጊት ሆነ ብለው የሚከውኑ ሰዎችን እናያለን። «ከሰው መቀላቀል» የሚል አባባል አላቸው። በራሳቸው ምርጫ ስለማይተማመኑ የሌላ የውጭ ሰው ማረጋገጫ ይፈልጋሉ።
 6. ይህ «ከሰው ማነስ የለብኝም» የሚለው እሳቤያቸው ያለ አቅማቸው እስከሚፈፀሙት ድርጊት ሊቀጥል ይችላል። ሰዎች መኖሪያ ቤት፣ መኪና፣ ልብሶች የመሳሰሉትን ሊገዙ ያዩ እንደሆነ ገንዘብ ባይኖራቸውም ተበድረው ይገዛሉ። ይህ አድራጎታቸው ብዙውን ጊዜ አይወደድላቸውም።
 7. «እየኝ እየኝ» ያበዛሉ። አትኩሮትን ለመሳብ ሲሉ ብቻ ተገቢ ያልሆነ ድርጊት ሊፈፀሙ ይችላሉ። ብዙውን ጊዜም ሰዎች በተሳሳተ ሁኔታ ይረዷቸዋል። አንዳንዶቹም አትኩሮትን ለመሳብና ከሰው የተለየ ሆኖ ለመቅረብ ሲሉ የተሳሳተ ድርጊት ይፈፀማሉ። ከመጠን በላይ የሚጉርሩ እና ትንግርታዊ አለባበስ የሚሰጡ ሰዎች ለዚህ ጥሩ ምሳሌዎች ናቸው።
- ውሳኔ ለጪነትንና ኃላፊነትን ይሸሻሉ። ብርታት ማጣትና ሂስን መፍራት ለዚህ ዋነኛ መንስኤዎች ናቸው።
 - ከፍ ያለ ስልጣን ባላቸው ሰዎች ላይ ሁሌም ተቃውሞቻቸውን ያሰማሉ። በነገራችን ላይ ለሰማዊ ተቃውሞና ከበታችነት ስሜት የሚመነጭ ተቃውሞ ይለያያሉ። ብዙ የዓለማችን ታላላቅ መሪዎች በአንድ ወቅት ተቃዋሚዎች ነበሩ። ማርቲን ሉተር ኪንግን፤

ማህተመ ጋንዲንና አብርሃም ሊንከንን መጥቀስ ይቻላል። ሁሉም ከፅኑ ዓላማቸው ተነስተው ነው ተቃውሞዎቻቸውን የገለፁት። የበታችነት ስሜት ያላቸው ሰዎች ግን ባለስልጣኑ ትክክል ቢሆን አንኳን ባለስልጣን ስለሆነ ብቻ ይቃወሙታል።

- ማኅበራዊ ተሳትፏቸው አናሳ ነው። ብዙውን ጊዜ ይገለጻሉ
- አቅጣጫቸውን አያውቁትም። የማን-አለብኝነት አመለካከት በባህሪያቸው ላይ ይንፀባረቃል።
- ሌላውን ማድነቅም ሆነ የሌላውን አድናቆት መቀበል አይሆንላቸውም። አድናቆታቸውን የማይገልፁበት ምክንያት ሰዎች በትክክል የሚረዱባቸው ስለማይመስላቸው ነው። ከሌላው አድናቆት ሲሰጣቸው አድናቆቱ የሚገባቸው አይመስላቸውም። የእርባና ቢስነትና ዋጋ-የለሽነት ስሜት ትህትና አይደለም።
- አስተሳሰባቸው ቁላዊ ነው ቢባል ይቀላል። ማንኛውንም ሰው የሚመዝነት ባለው ንብረት ላይ ተመርኩዘው ነው እንጂ በሰውነቱ አይደለም። የሚያዩት ምን አይነት መኪና እንደምትነዱ፣ ምን ዓይነት ቤት አንዳላችሁና ምን ዓይነት ልብስ እንደምትለብሱ ነው። ቁላዊ ነገሮችን ሁሉ የፈጠሩት ሰዎች እንደሆኑ አይታሰባቸውም። ቁላዊ ነገሮች ሰዎችን የፈጠሯቸው ይመስላቸዋል። ለራሳቸው ዝቅተኛ አመለካከት ያላቸው ሰዎች ከስብዕና ይልቅ ገንዘብ ለሚገዛው ነገር አፅንኦት ይሰጣሉ። ለቁላዊ ነገሮች ቀዳሚ ትኩረት መስጠት የሕይወት ፍልስፍናቸው ነው። ያላቸውን ንብረቶች ከወሰዳችሁባቸው በሐፍረት ብቻ ሊሞቱ ይችላሉ። ኑሯቸው በአጠቃላይ ቁሳ-ተኮር ነው። ሊሊ ቶምሊን አንዲህ ብላለች "የአይወች ውድድር ላይ አሸናፊ ልትሆን ብትችልም ችግሩ አሁንም አይጥ ከመሆንህ ላይ ነው።"
- በራሳቸው መልካም ተግባር ኩራት አይሰማቸውም። አንደበታቸው ያልታረመ ነው።
- ተቀባዮች አንጂ ለጨዎች አይደሉም።

ለራስ የሚኖር ዝቅተኛና አሉታዊ አመለካከት ሌሎች የተለያዩ መገለጫ ባህርያትም አሉት። ሆኖም ለራሱ በጉ አመለካከት ያለው ሰው እነዚህ ከላይ የተጠቀሱት ባህርያት በጭራሽ የሉበትም ማለት አይደለም። ነገር ግን በተለያዩ አጋጣሚዎች አንዳንዶቹን ባህርያት ሊያሳይ ይችላል። ለምሳሌ ለመነጠል ሊል ብቻ ብቸኝነትን ሊመርጥ ይችላል። ስለ ራሱ ዝቅተኛ አመለካከት ያለው ሰው ግን ብቸኝነትን የሚመርጠው የኅብረት ስራ ስለማይጥመው ብቻ ነው።

እስቲ ሁሉቱን ተቃራኒ ባህሪያት ለንፅፅር እናቅርባቸው

ስለ ራሱ ስምንታዊ አመለካከት ያለው ሰው

- ስለ ሐሳቦች ያወራል
- ሰዎችን ይንከባከባል
- ትሁት ነው
- ባለስልጣኖችን ያከብራል
- ፅኑና ብርቱ ነው
- በራስ መተማመኑ የዳበረ ነው
- ለሥነ-ምግባሩ ይጨነቃል
- ለዕምነቱ ቀናኢ ነው
- ኃላፊነትን ይቀበላል
- የራሱን ፍላጎት ያስቀድማል
- ተሰራኛ ነው
- ሰውን ይረዳል
- ለመማር (ለመሻሻል) ፍላጎት አለው
- ስሜቱ በቀላሉ ይነካል
- ማኅበራዊ ተሳትፎው አመርቂ ነው
- በውይይት ያምናል
- ለራሱ የሚያስቀምጠው እስተ-ዋጋ ጤናማ ነው
- የሚጓዝበትን አቅጣጫ ያውቃል
- ባለ-መልካም ሥነ-ምግባር ነው
- ውስጣዊ ተነሳሽነት አለው
- ሌሎችን ያከብራል
- መልካም ጠባይ አለው
- ገደቡ የት ድረስ እንደሆነ ያውቃል
- ለጨ ነው

ስለ ራሱ ዝቅተኛ አመለካከት ያለው ሰው

- ስለ ሰዎች ያወራል
- ትችት ያበዛል
- ጉረኛ ነው
- ባለስልጣኖችን ይቃወማል
- ተቀባይነትን ለማግኘት ይወላ ውላል
- ግራ የገባው ነው
- ሰዎች ምን ይሉኝ ይሆን? በማለት ይጨነቃል
- ማንንምጥ ዓይነተኛ ችሎታው ነው
- ዓለሙን በጠቅላላ ተጠያቂ ያደርጋል
- እጅግ ራሱ-ወዳድ ነው
- ፀለምተኛ ነው
- ለስታም ነው
- ሁሉን አውቃለሁ ባይ ነው
- ስሜታዊ ነው
- ብቸኛ ነው
- ይጨቃጨቃል
- ለገንዘብ እንጂ ለሰብዓዊ እሴቶች ደንታ የለውም
- የሚጓዝበትን አቅጣጫ አያውቅም
- ምግባረ-በልሹ ነው፣ እንደ ልቡ በመናገሩ ነፃ የሆነ ይመስለዋል
- ከውጭ የሚገፋውን ኃይል ይፈልጋል
- ሌሎቹን ዝቅ አድርጎ ይመለከታል
- መጥፎ ጠባይ አለው
- ገደቡን አያውቅም፤ እንዳሻውና ለክት-የለሽ ነው
- ይቀበላል እንጂ አይሰጥም

የዚህ ዝርዝር ዋነኛ ግብ የጥፋተኝነት ስሜትን መፍጠር ላይሆን ራሳችንን የምንመዝገበትን መሰረታዊ ግንዛቤን ለማስጨበጥ ነው። ራሱን በቀና መልኩ የሚያይን ሰው ሁሉንም ባህሪያት ማሟላቱ የግድ አስፈላጊ አይደለም። አንዳንድ ባህሪያት ደረጃቸው ያነሰ ወይም የጉላ ሆነው ሊገኙ ይችላሉ። ዓላማዎቻችንን የምናውቅ አስከሆንን ድረስ ለመሻሻል የምናደርገው ጥረት ምንጊዜም ለኬታማ ይሆናል።

ለምን ጥንብቃ እናጠልቃለን?

አንድ ስለ ራሱ ዝቅተኛ አመለካከት ያለው ሥራ አስኪያጅ የደረጃ ዕድገት እግኞቹ ወደሌላ የተሻለ ቢሮ ቢዛወርም አዲሱን ቢሮውን ሊላመደው አልቻለም። ቢሮው ተቀምጦ ሳለ በሩ ተንኳኒ። ይህን ጊዜ በሥራ የተጠመደ ለመምለል ስልኩን አንስቶ መቀበጣጠር ጀመረ። የአንግዳውን መቆም ምንም ሳይመስለውም የስልኩን እጅታ ከጆሮው እንደለጠፈ በተደጋጋሚ “ምንም ችግር የለም! በእኔ ይተማመኑ” ሊል ቆየና በመጨረሻ “ደህና ይሁኑ!” በማለት የሰንብት ቃል አለምቶ ስልኩን ከዘጋ በኋላ አንግዳውን “ምን ልታዘዝ?” አለው። አንግዳውም “እኔ እንኳን የመጣሁት ስልኩን ለመስራት ነው” ብሎት ቀጥታ ወደ ስራው ገባ።

ከዚህ ምን እንማራለን? ማስመለሱ ለምን አስፈለገ? ምን ለማሳየት ወይም ምን ለማግኘት ብለን ነው እንዲህ የሆነው? መዋሸት ምን ይጠቅመናል? በሀሰት ጠቃሚ ሰው ብንመስል ምን እናተርፋለን? ሁሉም እንደዚህ ዓይነት ስሜቶች የሚመነጩት ራስን ዝቅ አድርጎ ከመመልከት ነው።

ለምን እናስመለከት?

ባህሪያቶቻችን የሚመዘኑት በምናደርጋቸውና በማናደርገቸው ነገሮች አሊያም በምንወዳቸውና በማንወዳቸው ነገሮች ናቸው። ለምሳሌ፦

- አብረውን በሚውሉ ሰዎች
- ለሌሎች ባለን አመለካከትና አያያዝ - በተለይ ታላላቆቻችንን፤ አለቆቻችንንና አካለ ስንኩሳንን በምናስተናግድበት ሁኔታ
- በመፅሐፍት፤ ፊልሞችና ሙዚቃዎች ምርጫዎቻችን
- በምንስቅባቸው ቀልዶች. . . ባህሪያችን ይመዘናል።

በአያንዳንዱ አንቅስቃሴያችን ማንነታችንን መገለፁ ላይቀር ማስመለሱ ለምን አስፈለገ? እኔ እንደማምነው አንድ ሰው ስሜቱ የሚነካ፤ ተባባሪና አቋመ ጽኑ ከሆነ ሌሎችን በጥረቱ ማሳካት ይችላል። የዚህ ሰው ስብዕና የተገነባው ለራሱ ባለው አክብሮት ነውና።

ስራስ የሚሰጥ አዎንታዊ ያላቸው

1. ራሳቸውን ያከብራሉ
2. በራስ መተማመን አላቸው
3. ስራሳቸው ዋጋ ይሰጣሉ
4. ማንነታቸውን ይቀበላሉ
5. ራሳቸውን ይወዳሉ
6. ራሳቸውን ይወቃሉ
7. መልካም ሥነ-ምግባር አላቸው

ስራስ የሚኖር አሉታዊ አመለካከት አላቸው

1. ራሳቸውን ይንቃሉ
2. ራሳቸውን ይጠራጠራሉ
3. ራሳቸውን እንደ አርባና-ቢስ ይቅጥራሉ
4. ራሳቸውን ይክዳሉ
5. ከራሳቸው ወጪ ሌላው አይታዩቸውም
6. ራሳቸውን ይታልባሉ
7. መጥፎ ሥነ-ምግባር አላቸው

በበጎ መልኩ ራስን ከፍ አድርጎ መመልከት፤ ስለ ራሳችን የሚሰማን ስሜት ነው። ወደ ራስ መመልከት ከዚህ ይለያል። በጎ ስሜት ሊሰማን ዓለማችን አምራና የተሻለች ሆና ትታያለች። ሰብዓዊ ግንኙነቶቻችንም ይሻሻላሉ። በተቃራኒው መጥፎ ስሜት ሊሰማን ተቃራኒ ነገሮች ይታያናል።

ራስን በበጎ መልኩ መመልከት ከጥሩና መጥፎ ስሜት ጋር አይዛመድም። አንድ ሰው ውስጣዊ ሰላም ከሌለው ከሌሎች ጋር ሰላም ሊፈጥር አይችልም። የሌለንን ነገር ለሌሎች ልንሰጥ አይቻለንም። ስለዚህ ለራሳችን አዎንታዊ (በጎ) አመለካከት ከሌለን ሌሎችን በበጎ አመለካከት ልንቀርብ አንችልም፤ ወይም ይህን የሌለንን አመለካከት ከሌሎች ጋር ልንጋራው አንችልም። በቅድሚያ ይህንን አመለካከት ገምግመን ራሳችንን በዚህ አመለካከት ልናደራጀው ይገባል።

የአውሮፕላን የአደጋ መከላከል ስርዓት የሚያስተምረን በአደጋ ጊዜ የራሳችንን የአየር መተንፈሻ ሳናጠልቅ ለልጆቻችን እንኳን ለማጥለቅ እንዳንሞክር ነው። እናም ለሌሎች አካላዊም ሆነ አዕምሯዊ ዕርዳታን ከማበርከታችን በፊት የራሳችንን ማስተካከል ይጠበቅብናል።

የዝቅተኝነትና የበታችነት ስሜት ከምን ይመነጣል?

ከራሳችን ጋር በተከታዩ መልክ ስንነጋገር የዝቅተኝነት ስሜት ይሰማናል ማለት ነው።

- የማስታወስ ችሎታዬ ደካማ ነው
- በሂሳብ ጥሩ ውጤት አምጥፄ አላውቅም
- እኔኮ ሯጭ አይደለሁም
- ደካሞኛል

እንዲህ ዓይነቶቹ አባባሎች የመሥራት ብቃታችንን ይቀንሳሉ። ብዙም ሳይቆይ እዕምሮአችን ይቀበላቸውና ባህሪያቸውንም በዚያው አንፃር ይቃኛሉ። ለራስ ጊዜያዊ ደስታን የሚያገናፅፉ ተራ ግብዓቶች ይሆናሉ።

አካባቢ/ ቤት

ወላጆች ለልጆቻቸው ሲሰጧቸው ከሚችሉት ስጦታዎች ምርጡ ጤናማ አስተዳደግ ነው። የቤተሰብ ጥሩ ስራ-መሠረት አስተዳደግ ነው። እንደ መምህር የትንሿን ልጅ ብርቱነት እና ትህትና አይቶ አደነቀና “ለመሆኑ ማን ነው ያስተማረሽ?” ብሎ ቢጠይቃት “ማንም... ይህ በቤተሰባችን የተለመደ ነው” ስትል መልሷለች።

ግልፅነት



“የተወደዳችሁ ዜጎች! ገን ስምንድ ነው ሀብት ንብረት ለማፍራት እያንዳንዳችን ድንጋይ ስትፈነቅሉ ይህን የምታፈራችን ሐብት ስምትተወሳቸው ልጆች ስብዓዊ ብልፅግናና ዕድገት ተገቢውን ጥንቃቄ የማታደርጉት?”

ሶቅራጥስ



ልጆቻችንን በጥሩ ሥነ-ምግባር ታንፀው ያድጉ ዘንድ ጊዜያችንን፣ ገንዘባችንንና ጉልበታችንን በከፍተኛ ሁኔታ መስዋዕት ማድረግ ይኖርብናል። በዐዋቂነት የዕድሜ ክልል ውስጥ ካለ መሀይም ይልቅ ለእንደ ታዲያ መማር ይቀለዋልና።

ወላጆች ስለ ራሳቸው ቀናና አዎንታዊ አመለካከት ካላቸው ልጆቻቸውን በጉ አመለካከት፣ ዕምነትንና መልካም ሥነ-ምግባሮችን እያስተማሩ ያሳድጋሉ። በተቃራኒው የሚገኙትም ወላጆች ተቃራኒውን እያስተማሩ ያሳድጓቸዋል።

ታማኝ የሆኑ ወላጆች ቅርሶች ናቸው። በማጭበርበር ተግባር ተለማርተው የሚገኙ ወላጆችም ልጆቻቸውን ወደ ተመሳሳይ መጥፎ ሁኔታዎች ይመሯቸዋል።

መምህራችን እሊያም ተምሳሌት አድርገን የምንወስደው ሰው በራሱ ወላጅ፣ ዘመድ አሊያም መምህር/ አስተማሪ ሊሆን ይችላል። በታዲያነት የዕድሜ ክልል የሚገኙ ህፃናት ዐዋቂዎችን ተምሳሌቶቻቸው ያደርጓቸዋል። በዐዋቂነት የዕድሜ ክልልም ሆነን በስልጣን የሚበልጡንን ለዎች ተምሳሌት ስናደርጋቸው እንታያለን።

አንድ ታዲያን ረብሽኛ የሚያደርጉት ክስተቶች

- ሁሉም ነገር ላይ የዋጋ ተመን እንዲያኖር ከነገርነው ስብዕናውን ለሽያጭ ያቀርባል፤
- ፅኑ አለመሆንን ካስተማርነው በሁሉም ነገር ይወድቃል፤
- ብቸኛው ተፈላጊ ነገር ማሸነፍ መሆኑን ከነገርነው አጭበርብሮም ቢሆን ለማሸነፍ ይሟሟታል፤
- ከሀፃንነቱ ጀምሮ የሚፈልገው በሞላ እያሟላን ካሳደገው ዓለም ባለዕዳው እንደሆነችና ሁሉም የሚፈልገውን በቀላሉ እንደሚያገኝ እያሰበ ያድጋል፤
- መጥፎ ቃላቶችን ሲጠቀም ከላቅንለት ጥሩ የሰራ ይመስለዋል፤
- ምንም ዓይነት ሥነ-ምግባር እናስተምረውና ህያ አንድ ዓመት ሲሞላው አስተሳሰቡን እንጠይቀው፤
- አቅጣጫዎችን ላንጠቁም ምርጫዎችን ከሰጠነው፣ እያንዳንዱ ምርጫ የራሱ የሆነ ውጤት እንዳለው ካላሳወቅነው፣ ስህተት ሊሠራ እንዳጠፋ ካልነገርነው ምናልባትም ካደገ በኋላ የሆነ ጥፋት አጥፍቶ ቢታሰር ኅብረተሰቡን በሞላ በርሱ ላይ ያደመ ይመስለው ይሆናል፤
- የሚያዝረክርካቸውን ነገሮች በሞላ እንለቃቅምለት፤ ጥሏቸው የሚሄደውን ጫማዎችና መፅሐፍት የመሳሰሉትን እንሰብስብለት፤ የዚያኔ ኃላፊነትን ለሰዎች ማስተላለፍን እየተለማመደ ይሄዳል፤
- ያሻውን ሁሉ እንዲያነብና እንዲያይ እንፍቀድለት። አዕምሮው በማይረቡ ዝባዝንኬ ነገሮች ሲሞላም በዝምታ እንመልከት፤
- በእኩዮቹ ተወዳጅ ይሆን ዘንድ እነርሱ የሆኑትን እንዲሆን፤ ያደረጉትን እንዲያደርግ እንፍቀድለት፤
- በእርሱ ፊት ሁሉም እንጣላ። በዚህ መንገድ ለወደፊቱ እኬት ውስጥ ፀብ ሲኖር እንዳይደነብር እናለማምደዋለን፤
- የፈለገውን ያህል ገንዘብ እንስጠው እንጂ የገንዘብን ዋጋ እናስተምረው። ገንዘብ ለማግኘት እንደኛ መልፋት እንደሌለበትም እናሳየው፤
- በተቻለን መጠን የምግብ፣ መጠጥና ምቹት መጓደል እንዳይኖር እናድርግ። ይህ ሁኔታ ወደ ብለጭት ሊመራው ይችላል፤
- ከመምህራኖቹና ከጉረቤቶቹ ጋር ሲጣላ ሁሉም እርሱን እየደገፍን እንከራከር፤
- ትልቅ ችግር ውስጥ ሲገባ “የተቻለኝን ያህል ብጣጣርም ከእርሱ ጋር ምንም ነገር መከወን አልቻልኩም” ብለን ራሳችን እናጽናናው፤
- ጥገኝነትን ለማስተማር የቴሌቪዥን የርቀት መቆጣጠርያውን ከወላጅ ቁጥጥር ጋር እየገፀርን እናስረዳው፤

ልጆች የሚማሩት ኑሮዎቻቸውን ነው

- ከነቃፊዎች ጋር የሚኖር ልጅ ነቃፊ ይሆናል፤
 - ከአመስጋኞች ጋር የሚኖር ልጅ አመስጋኝና አድናቂ ይሆናል፤
 - በፀብ ዓለም የሚኖር ልጅ ተደባዳቢ ይሆናል፤
 - ከታጋሾች ጋር የሚኖር ልጅ ትዕግስተኛ ይሆናል፤
 - በዓይናፋሮች ዓለም የሚኖር ልጅ ዓይናፋር ይሆናል፤
 - በሚያበረታታ ዓለም የሚኖር ልጅ በራስ መተማመኑ ይጎለብታል፤
 - በዕፍረት ዓለም ውስጥ የሚኖር ልጅ የጥፋተኝነት ስሜት የሚለማው ይሆናል፤
 - ከአስተዋዮችና ተስፋኞች ጋር የሚኖር ልጅ ስለራሱ ጥሩ ስሜት የሚለማው ይሆናል፤
 - በፍትሃዊ ዓለም የሚኖር ልጅ ፍትህን ይማራል፤
 - ደህንነቱ በተጠበቀ ዓለም የሚኖር ልጅ ዕምነት ያድርበታል፤
 - ተቀባይና ወዳጃዊ ዓለም ውስጥ የሚኖር ልጅ ፍቅርን ያገኛል፤
- ልጆች የሚያገኙትን ለማሳበረሰቡ መልሰው ይለጣሉ።

ትምህርት

መዘይምነት አያሳፍርም። የሚያሳፍረው ለመማር ፈቃደኛ አለመሆን ነው። አርአያ የሆኑ ሰዎች ምሳሌ በመሆን ሊያስተምሩ ይችላሉ። በታዳጊነት ዕድሜያቸው ስለትጋት የሚማሩ ህፃናት ትምህርቱን በቀላሉ ከመረዳታቸውም በላይ የዕድሜ ልክ ሀብታቸው ይሆናል። በየትኛውም የሙያ መስክ ለምሳሌ በምሕንድስና፣ በጥበቃ፣ በሒሳብ መዝገብ አያያዝ፣ በፖለቲካ፣ በጥበቅናም ሆነ ዳኝነት ትጉህነት በአቢይነት ይፈለጋል። የታማኝነት ስነ-መለረትም ነው።

ታዳጊዎች የስሜታቸው ተገዢዎች ናቸው። እንደ ሞዴል የሚመለከቷቸው ወላጆች ወይም መምህራን አሊያም የፖለቲካ መሪዎች ሲያታልሉና ስለማጭበርበራቸው ሲደለኩሩ (ለምሳሌ ከሆቴል ፎጣ፣ አሊያም ከምግብ ቤት ቢላዋ እንደ መሰረቅ ያለ ነገር) ሲለሙ ከሚከተሉት ውስጥ አንዱ ሲፈጠር ይችላል፡-

1. ቅር ይለኛሉ
2. ለተምሳሌቶቻቸው ያላቸው አክብሮት ይገፋፋል
3. ከዚያ ወዲህ ተምሳሌቶች በነርሱ ዘንድ ተቀባይነት አይኖራቸውም

ደካማ አርዳኝነት ያላቸው ሰዎች

የክፍል አስተማሪ አንድ ትንሽ ልጅን አባቱ ምን እየሠራ እንደሚተዳደር ጠየቀው። ልጁም፣ “አላውቅም፣ ግን እንደኔ ግምት ብዕሮቼን፣ እርሳሳችን፣ የአምሯል ማቀፍያዎችን እና የሽንት ቤት ወረቀቶችን

የሚያመርት ይመስለኛል። ምክንያቱም ሁሌ ማታ ማታ በምሳ ሳህኑ ውስጥ ይዟቸው ይመጣልና” አለ።

ተገቢ ያልሆነ ንፅፅር

ተገቢ የሆኑ ንፅፅሮች መልካም ናቸው። ነገር ግን የማይመጣጡ ነገሮችን ማወዳደር አንድን ሰው የበታችነት ስሜት እንዲያድርበት ያደርጋል። ራስን ከሌላው ጋር ማነፃፀር ሌላውን ለው ለመብለጥ ውድድር ውስጥ መግባትን ይፈጥራል። ራሳቸውን በበጎ መልኩ ከፍ አድርገው የሚመለከቱ ሰዎች የሚወዳደሩት ከራሳቸው ጋር ስለሆነ የሚተጉት ብቃታቸውን ለማሻሻል ነው። ብቃታቸውን ከመስራት አቅማቸው ጋር ያወዳደሩታል።

ስኬት ወይንም ውድቀት፡- ወላጅ ጥርጊያ መንገድ

“ስኬት ስኬትን፣ ውድቀትም ውድቀትን ይወልዳል” የሚለው አባባል እውነታን ያዘለ ነው። ለምሳሌ በስፖርት ዓለም የአንድ ቡድን ሞራል ዝቅተኛ ሲሆን አለልጣኙ በፍፁም ከጋይለኛ ቡድን ጋር ለግጥሚያ አያለልፈውም። ምክንያቱም ሽንፈትን ከቀመለ የቡድኑ ሞራል ከፋኛ ስለሚያሸቆለቁል ነው። እንዲያውም በራስ መተማመናቸውን ይበልጥ ይዳብር ዘንድ አለልጣኙ በመጀመሪያ ቡድኑን ለግጥሚያ የሚያለልፈው ዝቅተኛ ብቃት ካለው ቡድን ጋር ነው። ሲያሸንፉ በራስ መተማመናቸው ይጎለብታሉና። እንዲህ እንዲህ እያለ ደረጃ በደረጃ ትንሽ ጠንከር ከሚል ቡድን ጋር እያጋጠመ የቡድኑን ሞራል በደንብ ከገነባ በኋላ ነው ቡድኑ ከጋይለኛው ቡድን ጋር እንዲጫወት የሚያደርገው።

ከእያንዳንዱ ስኬት በኋላ በራስ መተማመንም ስለሚጎለብት ቀጣዩ ስኬት በቀላሉ የሚገኝ ይሆናል። ለዚህም ነው ብዙውን ጊዜ ወላጆች፣ መምህራን፣ ወይም አለልጣኞች ሲያለማምዱ ቀለል ካለው ነገር የሚጀምሩት። ህፃን ልጅ እያንዳንዱን ቀለል ያለ ተግባር በፊፀመ ቁጥር ለቀጣዩ ከበድ ያለ ድርጊት ዝግጁ ይሆናል። በራስ መተማመንም ይጎለብታል። በዚያው ላይ ወላጅ በጉ አመለካከትንና ብርታትን ካስተማረው ያ ታዳጊ ራሱን በቀና መልኩ መመልከትን ያዳብራል። ጋላፊነታችን የውድቀትን ለንሰለት መጠጣጠስና ከልጆቻችን ጋር በስኬት ጉዳና እንድንራመድ ማለቻል መሆን ይኖርበታል።

በሽንፈትና ውድቀት መሀከል ያለው ልዩነት



“ሰኬት ዘጠና ዘጠኝ በመቶ የተገነባው ከሽንፈት ነው”

ሶይቺር ሆንዳ

(የሆንዳ ሞተር ኮርፕረሽን መሥራች)



በርካታ ሰዎች ጊዜያዊ ሽንፈትን ሊያስተናግዱ ልባቸው ይነካና ራሳቸውን እንደ ተሸናፊ ይቆጥሩታል። ምክንያቱም ሽንፈት ውድቀት እንዳልሆነ አይገነዘቡም። “ሰኬት ሽንፈት ገጥሞኝ ሊሆን ይችላል እንጂ ተሸናፊ አይደለሁም። ሰጊዜው ልሞኝ እችላለሁ እንጂ ሞኝ አይደለሁም” ተስፋ ስትቆርጡ ብቻ ነው ተሸናፊ የምትሆኑት።

አንድ ህፃን በሰርተፊኬቱ ላይ በአምስት የትምህርት ዓይነት መቶ አምጥቶ በአንድ ትምህርት ዓይነት ብቻ ዘጠና ነጥብ ቢያገኝ፤ መጀመሪያ ወላጆቹ የሚሰጡት አስተያየት፤ “ምነው ይህንን ዘጠና አመጣህ?” የሚል ይሆናል። እንደ እውነቱ ከሆነ ወላጆቹ ይህንን ከመጠየቅ ይልቅ መጀመሪያ ከፍተኛ ነጥብ ያስመዘገበባቸውን የትምህርት ዓይነቶች ማድነቅ አይገባቸውም ነበር?

በአምስት የትምህርት ዓይነቶች መቶ ነጥብ ያመጣን ልጅ የሚያስፈልገው ነገር አድናቆትና ማበረታታትን ብቻ ነው። ምናልባት ወላጆቹ ስለ አምስቱ የትምህርት ዓይነቶች አድናቆታቸውን ከገለጹለት በኋላ ለወደፊቱ በስድስተኛው የትምህርት ዓይነትም መቶ እንዲያመጣ አስፈላጊውን እገዛ እንደሚያበረክቱለት ቃል መግባት ነው የሚኖርባቸው። የምዘና ደረጃችንን ዝቅ ካደረግን በሚቀጥለው ጊዜ ዝቅ ያለ ብቃት የማግኘት ዕድላችን የሰፋ ነው።

በሥራም ቦታ ቢሆን አንድ ተቀጣሪ መቶ ነገሮችን በትክክል ሠርቶ አንድ ነገር ሊያበላሽ ይችላል። አለቃው ታድያ ስለ ሠራው ሳይሆን ስለጠፋው ነገር ነው የሚወቅሰው? ይህ ተገቢ ነው? ስለዚህ የምዘና ደረጃችንን ዝቅ ሳናደርግ ጥረቶችን እናድንቅ።

የሥነ-ምግባር ጉድለት

ሥነ-ምግባር ምንድን ነው?

ለመሆኑ ሥነ-ምግባር ማለት የሆነ ችግር ከተፈጠረ በኋላ የምናደርገው ርትዐዊ የሆነ ወይም ያልሆነ ድርጊት ነውን? የግድ የሚጫን ነገር ነው? ጥቃት ነውን? ነፃነትን ይጋፋልን?

ለሁሉም ጥያቄዎች ምላሹ አሉታዊ ነው። ሥነ-ምግባር አንድ ለው ቀበቶ እንስቶ ልጆችን ሲገርፍ ማለት አይደለም። ይህ ዕብደት ነው። ሥነ-ምግባር በፅኑነት ማፍቀር መቻል ነው። ሥነ-ምግባር አቅጣጫን ማሳየት ነው። ሥነ-ምግባር ችግር ከመፈጠሩ በፊት መከላከል መቻል ነው። ሥነ-ምግባር እምቅ ኃይልን ለተሻለ ምርጥ ብቃት ማዘጋጀት መቻል ነው። ሥነ-ምግባርን ለማንም የምንለጠው ሳይሆን ለምናስብላቸው ሰዎች የምናበረክተው ውድ ስጦታ ነው።

ሥነ-ምግባር ፍቅርን ይገልጻል። አንዳንዴ ደግ ለመሆን ስንል ከፋ እንሆናለን። አብዛኞቹ መድኃኒቶች መራር ቢሆኑም ይፈውሱናል። አብዛኞቹ የቀዶ ህክምናዎች ከፍተኛ ህመም ያለባቸው ቢሆኑም ፈዋሽ ናቸው። ከተፈጥሮ ልንማር ይገባናል። መቼም ቀጭኔን የማያውቅ የለም። እናትየው ቀጭኔ ልጄን የምትገላገለው እንደቆመች ነው። ህፃኑ ቀጭኔ ከእናቱ ማህፀን እንደወጣ መሬቱ ላይ ይወድቃል። የዚያኔ እናት ቀጭኔ ከኋላው ትዞርና አንዴ በእርግጫ ትመታዋለች። ልጄ ለመነሳት ቢሞክርም እግሮቹ ስላልጠነከሩ ተውተርትሮ ተመልሶ ይወድቃል። እናትየው አሁንም ጠንክር አድርጋ ትረግጠዋለች። ልጄ እንደገና ይሞክርና አሁንም ይወድቃል። በዚህ ሁኔታ እርግጫው ሲበዛበት እንደምንም መራመድ ይጀምራል። እናት ቀጭኔ ልጄ እርሱን ለማጥቃት ከሚፈልጉ አዳኝ እንስሶች ተርፎ በሕይወት ሲቆይ የሚችለው ጠንካራ እግሮች ኖረውት ሮጦ ማምለጥ ሲችል እንደሆነ ታውቃለች። አለበለዚያ መጨረሻው የአዳኞቹ የርሃብ ማስታገሻ መሆን ነው።

አሁን “ይህ ፍቅር ይባላል?” የሚል ጥያቄ ብጠይቃችሁ ምን ትላላችሁ? እንዴታ እንደምትሉኝ አልጠራጠርም።

“ልጆች በጥሩ ሥነ-ምግባር ታንፃው ፍቅር በተሞላበት ቤተሰብ ካደጉ ወደፊት ወላጆቻቸውን የሚያከብሩና የሚኖሩበትን ህገር ሕግ የሚያስከብሩ ዜጎች ይሆናሉ። በተቃራኒው ካደኑ ደግሞ ውጤቱም ተቃራኒ ይሆናል።”

ሥነ-ምግባር ነፃነት ይሰጣል

ብዙ ጊዜ እኛ የምናስበው ውጤቱ ምንም ይሁን ምንፈልገውን ነገር ማግኘታችን ነው። አንድ ታዳጊ ካርቶን ሙሉ ፔክሌት እንዲበላ ስንፈቅድለት ልጄ ከዚያ በኋላ እንደሚታመም አስቀድመን ልናውቅ ይገባል። በየጊዜው አንድ ወይም ሁለት ፔክሌቶችን እንዲበላ ካደረግን ግን በጣፋጨነቱ የሚያገኘውን ደስታ ለረዥም ጊዜ እንዲያጣጥመው አደረግን ማለት ነው።



“ነፃነት ማለት ምኞትህን መብ በመብ በማሳካት መደሰት ሳይሆን ለምኞትህ ገደብ ማበጀት ነው”

አፒክቲተስ



“ነፃነት ማለት የፈለግከውን ማድረግ ነው” ብለው በማለብ የሚሳሳቱ ሰዎች አሉ። ሁሌም የምንመኘውን ማግኘት አይቻለንም። በጥሩ ሞራሎችና ሥነ-ምግባሮች የሚገኙ ጥቅሞችን ብዙውን ጊዜ አንረዳቸውም። እንዲያውም በተቃራኒው መሥራት የበለጠ አሳማኝ፣ አትራፊና አስደሳች ይመስለናል። ማድረግ ያለብን የሥነ-ምግባር ጉድለት ብዙ ሰዎችን ለስኬት እንዳይበቁ እንዳደረገ የሚያረጋግጡ አስረጃችን መመልከት ነው።

የስነ-ምግባር ጉድለት ከስኬት ተራራ ጫፍ እንደሚወርደን ሁሉ መልካም ሥነ-ምግባርም ወደ ስኬት ተራራው ጫፍ እንድንደርስ ይደርገናል።

እንደ ልጅ ከአባቱ ጋር ሆኖ ተንሳፋፊ ፊኛ በገመድ አስሮ ወደ ላይ በማንሳፈፍ እየተጫወተ ሳለ አባቱን እንዲህ ሊል ጠየቀው። “ምንድን ነው ይህን ፊኛ የሚያንሳፍፈው?”

“ገመዱ ነው” አለው አባትየው።

“ገመዱማ ፊኛውን ወደታች እየጉተተው ነው” በማለት ልጁ ተቃውሞውን ገለፅ። አባትየው ግን በተግባር ለማሳየት ስለፈለገ “አሁን ገመዱን ስቆርጠው ተመልከት” አለውና ገመዱን ቆረጠው። ምን የተፈጠረ ይመስላችኋል? ፊኛው ወደታች ወረደ። እንዳንድ ጊዜ ወደታች ደጉትቱናል ብለን የምናስባቸው ነገሮች ወደ ላይ እየገፉን ሊሆን ይችላል። ሥነ-ምግባር ማለት ይህንን ይመስላል።

ነፃ መሆን አፈልጋለሁ

ይህን ዐረፍተ-ነገር በተደጋጋሚ እንለማለን። “ነፃ መሆን አፈልጋለሁ!” ባቡርን ከሀዲዱ ብናለቅቀው ነፃ ይሆናል። ግን ወዴት ይሄዳል? ሁሉም እሽከርካሪ የራሱን ሕግ ፈጥሮ በየራሱ መንገድ ቢያሽከረከር መንገድ ላይ ምን ይፈጠር ይመስላችኋል? ያንን ምስቅልቅል ነው ነፃነት ብላችሁ የምትጠሩት? ነፃነትን የምናገኘው በመልካም ሥነ-ምግባር ህግጋቱን በመጠበቅ ነው።

ሥነ-ምግባር መልካም ባሕሪዎችን መውደድ ነው

ይህንን ጥያቄ በበርካታ ውይይቶችና ገለፃዎች ላይ አንስቼዋለሁ። “ልጃችሁ መቀቱ 105°F (ዲግሪ ፋራናይት) የሆነ ትኩሳት ቢደዘውና ሀኪም ቤት መሄድ ባይፈልግ ምን ታደርጋላችሁ?” አብዛኞቹ “ባይፈልግም የግድ እንወስደዋለን” ሊሉ ነበር የመለሱልኝ። ለምን ቢሉ ለሀፃኑ የሚበጅ ተግባር ስለሆነ ነዋ!

እንደ ዳኛ በስርቆት ተጠርጥሮ የተያዘ ሰው ላይ የአስራት ብይን ካሳለፈ በኋላ በመጨረሻ የሚናገረው ነገር እንዳለ ጠየቀው። “እባክዎን ክቡር

ዳኛ፣ ወላጆቼም ከእኔ ጋር እስር ቤት ይታሰሩልኝ?” ሊል ጠየቀ - ግለሰቡ። “ለምን?” በማለት ዳኛው ሊጠይቁት፣ “ህፃን እያለሁ ለመጀመሪያ ጊዜ ከትምህርት ቤት እርሳስ ሰርቄ ወደቤት ይገዜ ስሄድ እያወቁ ዝም ስላሉኝ። በተደጋጋሚ ከጉረቤትና ሌሎች ቦታዎች እየሰረቅሁ መምጣቴን ስቀጥል አሁንም በዝምታ ሰለተመለከቱኝ። ስለዚህ አሁን ከእኔ ጋር እስር ቤት መግባት የሚገባቸው ሰዎች ካሉ ዋንኞቹ ወላጆቹ ናቸው” በማለት አብራራ።

ግለሰቡ ትክክል ነው። በእርግጥ ስለ ራሱ ሊሰማው ይገባው የነበረው ኃላፊነት እንዳለ ሆኖ ወላጆቹ ግን ግዳጃቸውን በእግባቡ አልተወጡም።

ለልጆች ምርጫዎችን መስጠት ተገቢ ቢሆንም አቅጣጫ አለማሳየት ግን ወደ ችግር ይመራቸዋል። የተሟላ አካላዊና እዕምሯዊ ቅድመ-ዝግጅት በቀጥታ ወደ መስዋዕትነት እና ሥነ-ምግባር ይመራናል።



“ወላጆች በላምንት ጊዜ ውስጥ ከስጅቻቸው ጋር ጠቃሚ ወይደት የሚያደርጉት ገፋ ቢል ለስሰራ ስምስት ደቂቃዎች ያህል ነው። በተረፈ እነዚህ ስጅች ሥነ-ምግባራቸውንና ሞራላቸውን ከቲሴቭዥንና ከሴሶች እኩዮቻቸው እንዲማሩ ሆነዋል።”

የአሜሪካው ቤተሰብ ማህበር ጋዜጣ

እስቲ ራሳችሁን እንዲህ በማለት ጠይቁ። ያለ መልካም ሥነ-ምግባር፡-

1. እንደ ካፒቴን መርከብን በጥሩ ሁኔታ ሊነዳ ይችላል?
2. እንደ ሯጭ ውድድርን ሊያሸንፍ ይችላል?
3. እንደ ቫየሊኒስት የመ-ዚቃ ዝግጅት ላይ ጥሩ ሊጫወት ይችላል?

ለእያንዳንዱ ጥያቄ መልሱ “በፍፁም አይችልም!” የሚል ይሆናል። ታዲያ መልካም ሥነ-ምግባር ለጥሩ ባህርይ አሊያም ጥሩ ደረጃ ለማግኘት ወሳኝ ስለመሆኑ ለምን ጥያቄ እናነሳለን? ብናነሳም መልሱ “አዎን ወሳኝ ነው!” የሚል ይሆናል።

የዘመናችን ፍልስፍና “ጥሩ መስሎ ከተሰማህ እድርገው!” የሚል ነው። እኔ በርካታ ወላጆች “ልጆቼ በሚሰሩት ነገር ሁሉ ደስተኛ እስከሆንኩ ድረስ የሚሰሩት ነገር አያስጨንቀኝም” ሊሉ ለምቻለሁ። ታዲያ “ምን እንደሚያስደስታቸው ለማወቅ አትፈልጉም?” ብዬ እጠይቃቸዋለሁ። ለዎችን መንገድ ላይ ማጅራታቸውን እየተመቱ ንብረታቸውን መዘረፍ

ከሆነ የሚያስደስታቸው ወላጆቻቸው ለዚህ እኩይ ተግባር ድጋፍ መስጠት የለባቸውም።

ደስታን የምናገኝባቸው መንገዶች ክራሱ ከደስታችን የማይተናከስ ጠቀሜታ አላቸው። ባህሪያችንን፣ ሥነ-ምግባራችንንና ኃላፊነታችንን ይገልፁታል።

"የፈለግከውን አድርግ" የሚለውን አባባል በተደጋጋሚ እንሰማለን። ተቃራኒው አባባልም አውነታን ያዘል ነው። "የምትሰራውን ነገር ውደደው" ብዙውን ጊዜ መሠራት የሚገባቸውን ነገሮች ለመሥራት የምንገደድበት ጊዜ ይበዛል።

አንድ እናት በሥራ ዝላ ወደ ቤቷ ስትመጣ ሌላ ሥራ ይጠብቃታል። የቤቷን ሥራ መከወንና ልጆችን መንከባከብ አለባት። ለሰዚህ ወደ መኝታ ያበልጥ ተዳከማ ትሄዳለች። እንደገና በደረቅ ሌሊት የህፃን ልጅ ለቅሶ ሊቀሰቅላት ይችላል። እናትየው መነሳት ባትፈልግም የግደን ተነስታ ልጇን ታባብላለች። ለምን?

* ፍቅር * ግዴታ * ኃላፊነት

ሕይወታችንን በስሜት ብቻ ልንኖረው እንችልም። መልካም ሥነ-ምግባርን ልናክልበት ይገባናል። ይህ የትኛውም የዕድሜ ክልል ላይ ብንሆን የግድ ነው። አሸናፊነትን የምናገኘው የምንፈልገውን ሁሉ በማድረግ ሳይሆን መደረግ የሚገባውን በማድረግ ነው። ይሄ ደግሞ መልካም ምግባርን የሚጠይቅ ሁኔታ ነው።

ትክክለኛውን ሞራል መገንባት

ብዙውን ጊዜ ሳናውቀው በየዋህነት ትክክል ያልሆኑ መረጃዎችን ለልጆቻችን፣ ቤተሰቦቻችንና ማኅበረሰቦቻችን እናደርጋለን። ለምሳሌ ልጆቻችንን አሊያም ተቀጣሪዎቻችንን ለእኛ እንዲዋሹልን እናደርጋለን።

▪ እዚህ እንደሌለሁ ንገራቸው...

▪ ቼኩ ፖስታው ውስጥ ነው ...

ሁላችንም ወላጆቻችን፣ መምህራኖቻችንና አለቆቻችን ትጉህነትን እንዲያስተምሩን እንጠብቃለን። ግን ብዙውን ጊዜ ቅር እንሰኝባቸዋለን። እነዚህን ጥቃቅን ውሸቶች ስንደማምራቸው ደንበኛ ውሸታም ያደርጉናል። ሌሎች ለዎችን እንዲዋሹልን ስናደርግ ለዎቹ ነገ እኛንም ይዋሹናል። ለምሳሌ ለእኛ ጉዳይ ስትዋሽ የከረመች ፀሀፊ ለራሷ ጉዳይ ገበያ መሄድ ስትፈልግ ሳትታመም እንደታመመች ሆና ፍቃድ ትጠይቃለች። ውሸትን

በደንብ ስናለለጥናት ከርመናልና ለእኛው ለራሳችን ብትዋሽን የሚያስገርም እይታንም።

በራስ የሚኖርን አዎንታዊ አመለካከት ለመገንባት የሚረዱ እርከኖች

እስኪ መጥፎውን ሁኔታ ወደጥሩ፣ ችግርን ወደ ጥቅም፣ አደናቃፊ ድንጋዮች ወደ መወጣጫ ደረጃዎች ስለቀየሩ ለዎች ታሪክ እንብቡ። እነኚህ ለዎች ለሽንፈትና ጊዜያዊ ውድቀት ተስፋ በመቁረጥ ለሜት እጅ ስላልሰጡ ስኬታማ ለመሆን በቅተዋል።

ምርጥ ተብለው ከሚታወቁ የሙዚቃ ስራዎች የተወሰኑ የቤትሆሽን ናቸው። ታድያ ይህ ሰውኮ ደንቆሮ ነበር። በዓለማችን ምርጥ ከተባሉት ግጥሞች የተወሰኑትን የፃፋቸው ሚልተንም ዓይነ ሰውር ነበር። ከዓለማችን ታላላቅ መሪዎች አንዱ የሆነው ፍራንዝሊን ዲ ሩዝቬልት በዊልቸር የሚንቀሳቀስ የአካል ጉዳተኛ ነበር።

ዊልማ ሩዶልፍ በቴነሊ ግዛት ውስጥ በምትገኝ የደህ ጉጆ ውስጥ ነበር የተወለደችው። በአራት ዓመት ዕድሜዋ የስካርሌት ትኩሳትና የፖሊዮ ተጠቂ ሆነችና በውጤቱም እግሮቿ ሽባ ሆኑ። እግሮቿ ላይ ሽቦ ከማጥለቁም ባሻገር ሐኪሙ ዕድሜ ልኳን መራመድ እንደማትችል ተንብዮ ነበር። ይህ አባባል ያልተዋጠላት እናት ግን ልጇን እግዚአብሔር በሰጣት ችሎታ ዕኑ አቋም ከያዘችና ዕምነት ካላት ማድረግ የምትፈልገውን ሁሉ ከማድረግ የሚገድባት ነገር እንደሌለ ትመክራት ጀመር። ዊልማም "በዓለም ፈጣኗ ሯጭ መሆን እፈልጋለሁ" በማለት ፍላጎቷን ገለፅታለች። ዘጠኝ ዓመት ሲሆናት የሀኪሙን መመሪያ በመጣስ ሽቦውን አውልቃ መቼም መሬት አይነካም የተባለውን እግሯን ከመሬት አሳረፈችው። አለራ ሶስት ዓመት ሲሞላት ለመጀመሪያ ጊዜ በሩጫ ውድድር ተሳትፋ የመጨረሻውን ደረጃ አገኘች። ከዚያም በየጊዜው ባደረገቻቸው ውድድሮች ደረጃዋን በማሻሻል በመጨረሻ የአንደኛነትን ደረጃ ልታገኝ በቃች።

በአለራ አምስት ዓመቷ ቴነሊ ዩኒቨርሲቲ ስትገባ ኤድ ቴምፕል ከተባለ አሰልጣኝ ጋር ተዋወቀችና "በዓለም ፈጣኗ ሯጭ ልሆን እፈልጋለሁ" ስትል ድብቅ ምኞቷን አካፈለችው። እርሱም "ታላቁላለህ! ማንም ሊያቆምሽ አይቻለውም። በተጨማሪም እኔ እረዳሻለሁ" አላት።

ከጊዜ በኋላ ዊልማ የምርጦች ሁሉ ምርጥ ከሚወዳደርበት የኦሎምፒክ መንደር ልትገኝ በቃች። የእርሷ ሌላኛዋ ተወዳዳሪ የሆነችው ጁታ ሂይን ከዚህ ቀደም ተሸንፋ የማታውቅ ምርጥ ሯጭ ነበረች። በመጀመሪያው የ100 ሜትር ሩጫ ላይ ጁታ እሸንፋ የመጀመሪያዋን የወርቅ ሜዳሊያ አጠለቀች። በ200 ሜትር ሩጫ ላይ የአሸናፊነቱ ተራ የዊልማ ሆነና እርሷም የወርቅ ሜዳሊያውን አጠለቀች። ቀጣዩ ውድድር የ400

ሚትር የዱላ ቅብብል ነበር። በዚያ ውድድር ላይ የመጨረሻውን መቶ ሚትር የሚርጡት የየቡድኑ ምርጥ ሯጮች ነበሩ። እንደምትገምቱት ጁታና ዊልማ የየቡድናቸው ምርጥ ሆነው ተመረጡ። በውድድሩም የመጀመሪያ ዎቹ ሦስት ተወዳዳሪዎች ግዳጃቸውን ተወጥተው ዱላው ለዊልማ ደረሰት። እርሷ ግን ዱላውን ጥላ ጁታ የእርሷ ቡድን ሯጮች እስኪደርሱላት መጠባበቅ ጀመረች። ልክ ጁታ የራሷን ዱላ ተቀብላ መርጥ ለትጀምር ዊልማም ዱላውን ከጣለችበት በማሳሳት እንደ ማሽን ሮጣ ቀደመቻትና ለሁለተኛ ጊዜ አሸንፋ የወርቅ ሜዳሊያዋን በማጥለቅ ታሪክ አስመዘገበች። ያቺ ሽባ ልጅ በ1960 አሉም፣ርክ የወርቅ ሜዳሊያዎች ባለቤት መሆን ቻለች።

ከዊልማ ምን እንማራለን? የምንማረው ዋነኛው ነገር ስኬታማ ሰዎች ለስኬት የሚበቁት በርካታ ችግሮችን በፅናት ከተጋፈጡና ከብርቱ ትጋት በኋላ መሆኑን ነው።

ችግሮችንና ጉዳቶችን ወደ ተዋጣለት ስኬት የቀየሩ ሰዎችን ታሪክ ስንለማ እኛም እንደነርሱ እንሆን ዘንድ ተነሳሽነትን አይፈጥርብንም? እንደነዚህ ዓይነት ግሉታሪኮችን በማንበቡ ረገድ ከበረታን ተነሳሽነታችን ለዘለቄታው አብሮን ሊቆይ ይችላል።

ጉብዝና ሳይ የተመሰረተ መሃደምነትን እንማር

ትምህርት ማድረግ የምንችለውን ብቻ ሳይሆን ማድረግ የማንችለውንም ያስተምረናል።

“ገቢራዊ መደረግ የማይችሉ በርካታ ነገሮችን በማወቁ ረገድ የትዩስሊ ክሕሎት ያሳቸውን ሰዎች እየፈለግኩኝ ነው”
ሄንሪ ፎርድ

ሄንሪ ፎርድ ለዚህ ዓለም ቪ. 8 ሞተርን አበርክቷል። ነገር ግን መደበኛ ትምህርቱን በተገቢው ሁኔታ አልተከታተለም። እንዲያውም ከአስራ አራት ዓመቱ ወዲህ የትምህርት ቤትን ደጃፍ ረግጦ አያውቅም። ቪ. 8 ሞተር ለኩባንያው ከፍተኛ እመርታ እንደሚሆን ቢያውቅም እንዴት እንደሚገነባ አያውቅም ነበር። ስለዚህ ያሉትን የተማሩ ሰዎች ሰብስቦ እንዲገነቡለት ጠየቃቸው። እንደርሱ ምላሽ ከሆነ ቪ. 8 ሞተር የሚሠራ ቀርቶ የሚታሰብ አልሆነም። ነገር ግን ሄንሪ ፎርድ ሀሳቡን ሲቀይር ስላልቻለ የሙከራ ተግባሩ ተጀመረ። ከጥቂት ወራት በኋላ ምን ሳይ እንደደረሱ ሲጠይቃቸው “እኛኮ የሚሠራንና የማይሠራን ለይተን የምናውቅ

ለዎች ነን። ቪ. 8 ሞተር ደግሞ ከማይሰራው ይመደባል” አሉት። ለተከታታይ ወራቶች የነርሱ ምላሽ ይህ ቢሆንም ሄንሪ ፎርድ “ቪ. 8 ሞተር እፈልጋለሁ” ከሚለው አቋሙ ፍንክች ሳይል ቀረ። ከዚያ በኋላ በመጡት ጥቂት ወራቶች ውስጥ ግን ቪ. 8 ሞተር ተሠርቶ ለመጠናቀቅ በቃ።

ለምን? እነርሱ የመሥራት መጠነ-ልኬት የቀለም ትምህርታቸው ገደቦታል። የቀለም ትምህርት ማድረግ የምንችለውን እንደሚያስተምረን ሁሉ አልፎ አልፎም መደረግ ለሚችሉ ነገሮች “ሊደረጉ አይችሉም” የሚል ገደብን ይጭንብናል።

አንዳንዴም ከተፈጥሮ ልንማር ይገባል። ፀጉራማ ንብን ያየን እንደሆነ ከንፎቹ በጣም ትንሽ ሆነው ከበድ ያለው ሰውነቱን ተሽከመው ለመብረር የሚችሉ አይደሉም። እርሱ ግን ይሄን ሳያውቅ ይበራል።

ለላው ያስቀመጣችሁን ገደብ ሳታውቁ ስትቀሩ አልፋችሁ የትና የት ትጓዙና በመጨረሻ ትደነቃሳችሁ። ከዚያ ከመነሻውም ገደብ ያስፈልጋችሁ እንደሆነ ራሳችሁን መጠየቅ ትጀምራላችሁ። አንድ ሰው በራሱ ገደብ ያስፈልገኛል እስካላለ ድረስ ለማናቸውም ድርጊት ገደብ አይኖረውም። አባዛችሁ የቀለም ትምህርት እንዲገድባችሁ አትፍቀዱለት።

ውስታን መመሰስ ለማይችሉ ሰዎች ውስታ እንዋልሳቸው

በዓለም ታዋቂ የሆነው ሳይካትሪስቱ (የእዕምሮ ጠበቡ) ዶክተር ካርል ሜኒንግር ባንድ ወቅት እንዲህ ተብሎ ተጠየቀ “አንድ ሰው ከፍተኛ የመንፈስ ጭንቀት ሊያድርበት ከሆነ ምን ትመክረዋለህ?” እርሱም እንዲህ በማለት መልስ ሰጠ። “እኔ ያንን ሰው ከሚኖርበት መንደር ራቅ ብሎ በመሄድ የተቸገረ ሌላ ሰውን እንዲረዳ እመክረዋለሁ። ያንን በማድረግ ውስጣዊ ሰላምን እንቀዳጃለን።”

አብዛኛውን ጊዜ ሙሉ ትኩረታችን በራሳችን ሕይወት ላይ ብቻ እንደመሆኑ ሌሎች የኛ እገዛ የሚያስፈልጋቸውን ሰዎች እንዘነጋለን።

በጉ ፈቃደኞች ብንሆን ለራሳችን ያለን ዋጋ ከፍ ይላል። ሌሎች እንዲረዱት እንደምትፈልጉ እናንተም ሌሎችን ስትረዱ ከፍተኛ የሆነ የጎረቤት እርካታን ትጉናፀፋላችሁ። በምላሹ ምንም ነገርን ሳይጠብቁ ሌሎች መልካም ማድረግ ለራስ የሚኖርን አዎንታዊ አመለካከት ያጉለብታል።

ጤናማ ስብዕና የመቀበልን ብቻ ሳይሆን የመስጠትንም ክህሎት ያጣመረ ነው።

አድናቆት መለገስና መቀበልን ልመዳ

አድናቆት መለገስ ተገቢ በሆነበት አጋጣሚ ሁሉ እድናቆታችሁን ለግሱ! አስታውሱ! ቁልፉ ቃል አክብሮት የሚለው ነው። ሌሎችም እንደዚሁ ከክብር የመነጨ አድናቆትን ሲቸሯችሁ በሚከተለው ቃል ተቀበሏቸው። «አመሰግናለሁ!» ይሄ የትህትና ምልክት ነው።

ኃላፊነትን መቀበል

ለድርጊታችንም ሆነ ለምናሳየው ባህርይ ኃላፊነትን መውሰድ ይገባል። ልክ ትምህርቱን የወደቀው መምህሩን ስላልወደደው እንደሆነ አድርጎ እንደሚያስበው ተማሪ ዓይነት አስተሳሰብ ሊኖረን አይገባም። ይሄ ተማሪ ማንን እየጉዳ ይመስላችኋል? ለእኛ ጥፋት ሌሎችን ተወቃሽ ማድረግ የለብንም። ራሳችንን ተወቃሽ ስናደርግ ነው ሕይወታችን የሚሻሻለውና ውጤታማነታችን የሚጨምረው።



“መብቶቻችን ከግዴታዎቻችን አይበልጡም።

መብቶቻችን ሲጠበቁ የሚችሉት ግዴታዎቻችን ስማሚሳት

በሚኖረን ብቃት ሳይ ተመርኩዘው ነው።”

ጆን ኢፍ ኬኒዲ



ለበብ መደርደር ችግሮችን የበለጠ ያባብሳል። ኃላፊነት ሊኖረን የሚገባው

- ሰራሳችን
- ለማኅበረሰባችን
- ለቤተሰባችን
- አካባቢያችን
- ለስራችን

ሰተፈጥሮ አረንጓዴነት ዛፎችን በመትከል ወይንም አፈር እንዳይሸረሸር ጊዜያዊና ዘላቂታዊ ብልሃቶችን በመቀየሥ የበኩላችንን አስተዋፅኦ ማድረግ እንችላለን።

ልክ ይህ፣ ዓለም ሊበቃት የምንሄድበት ሌላ ዓለም እንዳለ አስበን መኖር አንችልም። በዕለት ተዕለት ሕይወታችን ዓለማችንን የተሻለች የሚያደርግ ተግባር ልንክውን ይገባል። ለሚቀጥለው ትውልድ የሰመረ ዓለምን የማስረከብ ኃላፊነት አለብን። ታዲያ ኃላፊነት ካልተለማን የሚቀጥለው ትውልድ እንዴት ይቅር ሊለን ይችላል?

የአንድ ሰው አማካይ የዕድሜ ዘመን ሰባ አምስት ዓመት ቢሆንና አሁን የዚህ ሰው ዕድሜ አርባ ዓመት ቢሆን ለውየው ከእንግዲህ 365X35 ቀናቶችን በዚህ ምድር ላይ ያሳልፋል። እስቲ ራሳችሁን “በዚህ ሁሉ ጊዜ ምን እሠራለሁ?” ብላችሁ ጠይቁት። የኃላፊነት ስሜት የሚሰማን ከሆነ የተሻለና ዋጋ ያለው ሰው እንሆናለን።

መልካም ሥነ-ምግባርን ገቢራዊ እናድርግ

ሥነ-ምግባር ደስታችንን ከማጥፋት ይልቅ ይጨምረዋል። አንዳንድ ሰዎች ከሀሎቱ እያላቸው ሰኬታማ መሆን ሊያቅታቸው ታያላችሁ። በዚህ ስለሚበሳጩ ይህ ባህሪያቸው በንግዳቸው፣ ጤናቸውና ሰብዓዊ ግንኙነቶቻቸው ላይ አሉታዊ ተፅዕኖን ሲያሳድር ይስተዋላል። ደስተኛ ስለማይሆኑም ይህ ሁሉ በዕድላቸው ሳቢያ እንደመጣቸው ያስባሉ። ነገር ግን የሰነ-ምግባር ጉድለት ብዙ ችግሮችን ሊፈጥርባቸው እንደሚችል ውል አይልባቸውም።

ግቦችን በግልፅ እናስቀምጥ

በግልፅ የተቀመጡ ግቦች ካሉን የመንገዳችንን አቅጣጫ በደንብ እናውቃለን ማለት ነው። ከግባችን ሰንደርስም ድልን ለንቀዳጅ የሚሰማን ዓይነት የደለታ ስሜት ይሰማናል። ከግባችን በላይ ግን የምንኖርለት ዓላማ እንዲሁም ራዕይ መኖሩ የበለጠ ጠቃሚ ነው። የነዚህ ነገሮች መኖር ሕይወትን የተሟላ ያደርገዋል።

ዓላማዎቻችንን ከማሳካቱ የበለጠ ዋናው ነጥብ ግን የምንሆነው ነገር ነው። የምንፈልገውን ለመሆን የምንጓዝበት ጉዳዩ ላይ ስንሆን ጥሩ ስሜት ይሰማናል። ስለራስ በጉ ስሜት ተሰማን የሚባለውም የዚህን ጊዜ ነው።

ግቦችን ስንተልም ከእውነታው ጋር መራራቅ የለብንም። ከእውነታው የራቀ ግብ ኖሮን ድልን ልንቀዳጅ አይቻለንም። እንዲያውም ስለራሳችን መጥፎ ስሜት ይሰማናል። ከእውነታው ጋር ተጣጥመን ግባችንን ስንተልም ግን ብርታትን ከማግኘታችን ባሻገር ስለራሳችን የሚሰማንም ስሜት በጉ ይሆናል።

ከፍተኛ ሞራል ካላቸው ሰዎች ጋር ጥምረትን እንፍጠር



“ሰዎች ከፍተኛ ግምት እንዲሰጡህ ከፈለግክ

መልካም ሥነ-ምግባር ካላቸው ሰዎች ጋር ጥምረትን

ፍጠር። ከመጥፎ ሰዎች ጋር ከመጉዳነት ይልቅ

ብቸኝነት የተሻለ ነው።”

ጆርጅ ዋሽንግተን



መጥፎ ተፅዕኖዎች ብዙውን ጊዜ የሚመጡት ከእኩያ ግፊት ነው። ሰዎች ብዙ ጊዜ “ጓደኛዬ አይደለህም እንዴ?” ሲሉ ይደመጣሉ። ግን ማስታወስ ያለባችሁ መልካም ጓደኛችሁ እናንተ እንድትጉዱበት በፍፁም የማይፈልግ መሆኑን ነው።

እኔ ጓደኛ ቢኖረኝ ይህ ጓደኛዬ ከመጠን በላይ ጠጥቶ ሳለ መኪና ለማሽከርከር ሲሞክር ካየሁት፤ ያለኝን ኃይል ሁሉ ተጠቅሜ እንዳይነዳ እከለከለዋለሁ - ምክንያቱም ጓደኛዬን በሞት ወይም በሌላ አደጋ ሲጉዳ ከማይ ጓደኝነቱን ባጣው ይሻለኛል።

ብዙውን ጊዜ ሰዎች የተሳሳተ ድርጊት እየፈፀሙ “ምንም አይደለም” በማለት ራሳቸውን ሲያፅናኑ ይታያሉ። ችግሩ ግን እየፈፀሙት ያለው ለሁለት ክምንም የበለጠ መሆኑ ነው።

የእኩያ ግፊት እየበዛ ሲሄድ የጓደኝነት መለኪያ እስከመሆን ያደርሳል። ለመሆኑ ችግር ውስጥ ለትዘፈቁ እነርሱ የት ይሆናሉ? እናንተን ለመርዳት እስከምን ድረስ ሲሄዱ ይችላሉ? ከሁሉ የሚበልጠው ዋነኛው ጥያቄ ግን ዛሬ እናንተን የመርዳቱን እዝማሚያ ካላሳዩ ነገ እንዴት ሲረዱዎችሁ ይችላሉ? የሚል ነው። መልካም ሥነ-ምግባር ካላቸው ሰዎች ጋር መጉዳት ግን ለራሳችሁ የሚለማችሁት በጉ ስሜት ይበልጥ ያሻሽለዋል።

የእኩያ ግፊት

ለምታምኑበት ዓላማ በፅናት ከመቆም ይልቅ ከለው ጋር የመቀላቀል ፍላጎታችሁ የበለጠ ሲሆን ጥሩ ሥነ-ምግባርና ብርታት ይጉድላችኋል ማለት ነው። ለው እንደሆነው ሆኖ መጓዝ በእርግጥ ለጊዜው ተመራጭ መንገድ ሲሆን የማንም መጠቋቋሚያና መሳቂያ ከመሆን ያድናል። ነገር ግን ስለ ራሳቸው ጥሩ ስሜት የሚለማቸውን ሰዎች የሚለየው መስመር የሚለመረው እዚህ ላይ ይሆናል። ይሄ ነው እዋቂዎችንና ልጆችን የሚለያቸው።

ምሳሌዎች

- ተማሪዎች በሌሎች ተማሪዎች እንዲሳቅባቸውና መጠቋቋሚያ እንዲሆኑ አይፈልጉም።
- ምናልባት በሌሎች እንዳይሳቅባቸው ሲሉ ጥያቄዎችን መመለስ ይፈራሉ።
- የፋብሪካ ሠራተኞች የሥራ ብቃታቸውን የሚለኩት ሌላው ለራተኛን ባስደለቱበት ልክ ነው።

ብዙ ሰዎች “ሁሉንም ማየት/መምከር ጥሩ ነው። ትንሽ ልየውና እተወዋለሁ” ሲሉ ለምታችሁ ይሆናል። አሁን ዋናው ጥያቄ ‘መምከር’ በእርግጥ ተገቢ ነው? የሚል ይሆናል። ለምሳሌ ማጭበርበርን ልንሞክረው ይገባል? መዋሸትን፤ ስርቆትን፤ አደንዛዥ ዕፅ መጠቀምን፤ በፍቅረኛ ላይ ሌላ መደረብን... በርግጥ ልንሞክረው ይገባል?

አንዳንድ ሰዎች ለብብ ሲፈጥሩ “በፊልግ ልተወው እችላለሁኩ” ይላሉ። አንድ ያላወቁት ነገር ቢኖር አሉታዊ ተፅዕኖዎች ‘አደርገዋለሁ’ ከሚለው ውስጣዊ ኃይል በላይ ጉልበት ያላቸው መሆኑን ነው።

ውስጣዊ ተነሳሽነት ይነረን! በውጫዊ ኃይል አንመራ!

እንበል አንድ ቀን የሆነ ሰው ከመኝታው በቀኝ ጉኑ ተነስቶ ወደኔ ስልክ በመደወል “እንተ በጣም ታላቅ ሰው ነህ። ታላቅ ተግባርን እየከወንክ ስለሆነም እንተን ጓደኛዬ ብዬ በመጥራቴ ክብር ይለማኛል” ቢለኝ ለዚያ ሰው ያለኝ አክብሮትና ለሰራሴ የሚለማኝ ስሜት ይበልጥ ይጨምራል። ነገር ግን ይኸው ሰውዬ በሌላ ቀን ከመኝታው በግራ ጉኑ ተነስቶ ስልክ ቢደውልልኝና “እንተ ከሀዲ፤ እጭበርባሪ፤ ሌባ! በከተማው እንዳንተ ባለፈ በፍፁም የለም!” ቢለኝ ስለ ራሴ ምን ይለማኛል ብላችሁ ትገምታላችሁ? መጥፎ ስሜት ነዋ!

እንግዲህ የመጀመሪያው ቀን ላይ ሲያወድሰኝ ጥሩ ስሜት የተለማኝ ሰውዬ ሁለተኛው ቀን ከፍና ዝቅ እድርጉ ሲያዋርደኝ ስሜቴ በአንድው ካሽቆለቆስ እሁን የኔን ስሜት የሚቆጣጠረው ማነው ማለት ነው? በእርግጠኝነት መልሳችሁ እርሱ ነዋ! የሚል ይሆናል። ግን ይህ ህይወቴን ልመራበት የምፈልገው መንገድ ነው እንዴ?... በፍፁም ሊሆን እይችልም። በውጫዊ ግፊት መመራት እይኖርብኝም።

መመራት የምፈልገው ከውስጤ በሚመነጭ ግፊት ነው። ሰውዬው ደውሎ መልካም ሰው እንደሆንኩ ክንገረኝ መደሰቴም አይቀር። ይሁንና ሰውዬው በተቃራኒው ስለኔ መጥፎ ቢኖር ስለራሴ ያለኝ አመለካከት ጥሩ ስለሆነ ደስታዬን ሊነጥቀኝ እይገባም። ሰዎች “ታበላጩኛለህ” የሚሉና መሰል አባባሎችን ሲናገሩ ግፊቱ ውጫዊ መሆኑን በቀላሉ መረዳት ይቻላል። ነገር ግን በዚያ ፋንታ “ተበላጭኛለሁ” ካሉ ብስጭቱ በውስጣዊ ግፊት የተፈጠረ ነው። “መበላጩትን መርጫለሁ” ካሉም ይህም ከውስጣዊ ግፊት የሚመነጭ አባባል ነው።



“እንተ እስካልተፈቀደክለት ድረስ ማንም ሰው የበታችነት ስሜት እንዲሰማህ ሲያደርግ አይችልም!”

ኢቢያኖር ሩዝቬልት



በአንድ ወቅት አንድ መንገደኛ በአፀያፊ ስም የሚጠራው አንድ ሕንጻዊ ጠቢብ ሰው ነበር። ይህ መንገደኛ የሚችለውን ያህል ተሳደቦ ቃላቶች እስኪያልቁበት ድረስ ጠቢቡ ምንም ሳይረበሽ አዳመጠው። በመጨረሻም መንገደኛው ስድብ ሊያልቅበት ጠቢቡ አንድ ጥያቄ አቀረበለት። “ለመሆኑ አንድ ነገር ሲለጥ ተቀባዩ ካልፈለገው ያ ነገር የማን ይሆናል?” መንገደኛውም “ያው የሰጪው ይሆናል” ሲል መለሰ። “እንግዲያውስ አንተ የሰጠኸኝን በሙሉ አልፈልገውም” አሸናፊ ጠቢቡ ትቶት ሄደ። መንገደኛውም የሰደበው አፀያፊ ስድብ ተመልሶ ለራሱ እንደሚሆን በአንደበቱ መመስከሩን አያስበ ተደነቀ። ጠቢብ ሰውስጣዊ እምነቱ ቅድሚያ ትኩረት ሰጠ እንጂ በመንገደኛው የሰድብ ውርጅብኝ (ውጫዊ ግፊት) ቅንጣት ስሜት አልተሰማውም።

ለውድቀቶቻችን እንደ ለበብ የምንጠቀመው ውጫዊ ግፊቶችን ከሆነ ረዳት የለሽ እስከምሆን ድረስ ውድቀታችን ይቀጥላል። ሰራሳችን ድክመቶች እኛኑ ተጠያቂ እስካሳደረግን ድረስ መሰወጥ አንችልም። ስመሰወጥ የመጀመሪያው ደረጃ ራስን የሚከተሉትን ጥያቄዎች መጠየቅ ነው፡-

- ቀድሞውንስ ምን አበላጩኝ?
- ስምን ተናደድኩኝ?
- ስምንድነው የምጨነቀው?

ከዚያ ችግሮቻችንን ለይተን ስናውቅ መፍትሄያቸውም አብሮ ይገለፅናል። ደስታ የሚመነጨው በጉ ስሜትን ለራሳችን ከማዳበር ነው። ብዙ ሰዎችን ምን ያስደስታችኋል? በማለት ብትጠይቁቸው ከወሲብ ጀምሮ የተለያዩ ምሳሾቻቸውን ታገኛላችሁ። ነገር ግን እውነታው ደስታ የሚመነጨው በምንሆነው ነገር እንጂ ባለን ነገር አለመሆኑ ነው። ብዙ ሀብት ያከማቹ፣ ነገር ግን ደስተኛ ያልሆኑ በርካታ ሰዎች አሉ። በተቃራኒው ምንም ሳይኖራቸው ደስተኛ ሕይወት የሚመሩ ሰዎች አሉ።

ደስታ የሚመነጨው ከውስጥ ነው። ደስታና ቢራቢሮ ይመሳሰላሉ። ከኋላቸው የምንሮጥ ከሆነ በርረው ይጠፋብናል። ቀጥ ብስን ከቆምን ግን መጥተው ትከሻችን ላይ ያርፋሉ።

ደስታን የሚፈጥር አመለካከት ይኑረን

ምሬት በስሜት መሸነፋችሁን የሚያሳይ ነገር ነው። መልካም ነገር የመስራት አቅማችሁን ስንካሳ ያደርገዋል። ለራሳችሁ ጥሩ መመዘኛዎችን አውጡ። ለራሳችሁ ታማኝ ሁኑ። የምትወዳደሩትም ከራሳችሁ ጋር ይሁን። የሚከተሉትን ገቢራዊ አድርጉ፡-

- በእያንዳንዱ ሰውና ሁኔታ ላይ በጉ ነገሮችን ብቻ ፈልጉ።
- ደስተኛ ሁኑ
- ሚዛናዊ በሆነ መልኩ ራሳችሁን የምትገመግሙበትን ስልት ፍጠሩ

- መጥፎ ትችቶችን የምትቋቋሙበትን ብቃት አዳብሩ
- በእያንዳንዱ ጥቃቅን ነገር ደስታን ለመፍጠር ሞክሩ
- ሁሌም ተመሳሳይ ነገርን አትጠብቁ። ውጣ ውረድ የሕይወት አንድ ክፍል ነው።
- እያንዳንዱ ሁኔታ ምርጥ ይሆን ዘንድ የተቻላችሁን አድርጉ።
- ጊዜያችሁን ገንቢ በሆነ ተግባራት ላይ ብቻ አሳልፉ። በሥራ ብዛት ስላሳስፈላጊ ነገሮች ጊዜ እንዳይኖራችሁ አድርጉ!
- ከናንተ ያነሰ ሕይወት የሚመሩ ሰዎችን የመርዳቱ ልምድ ይኑራችሁ
- ነገሮችን በጊዜ የማጠናቀቅ ልምድን አዳብሩ። ለራዎችን ለነገ በማለት አታሳድሩ
- ራሳችሁንም ሆነ ሌሎችን ይቅር የማለት ልምዱ ይኑራችሁ። ባለፉ ጠባላዎች ላይ መብክንክኑ ዋጋ የለውም።

በየጊዜው ስለ ራሳችሁ በጉ የሆኑ አስተያየቶችን ሰንዝሩ

በየጊዜው ራሳችሁን በጉ በሆነ መልኩ የማነጋገር ልምድ ይኑራችሁ። ለራሳችሁ የምትሰጡት መልካም አስተያየት ተዘውታሪ በሆነ መልኩ ሲተገበር የአዕምሮአችንን ልቡሰ-ጥላ ሕይወታዊ አመለካከት በጊዜ ሂደት ይቀራል።

ባሕሪያችሁ እምነታችሁን ያንፀባርቃሉ። ለራሳችሁ የምትሰጡት ገንቢ አስተያየት አሉታዊ እምነቶቻችሁን በመሞረድ ባህርያችሁን ያስተካክለዋል። ራሳችሁን ምሉዕ የምታደርጉበትን መንገድም ትፈጥሩበታላችሁ።

ለምሳሌ - እችላለሁ፣ አደርገዋለሁ፣ በሂሳብ ጉበዝ ነኝክ፣ ጥሩ የማስታወስ ብቃት አለኝ፣... የመሳሰሉት ይገኙበታል።

ዋነኛው ጥንካሬያችን ዋነኛው ድክመታችን ሆኖ ሲገኝ ይችላል

መጠኑን ያስፈ ማንኛውም ጥንካሬ ድክመት ይሆናል። ስምሳሌ በሽያጭ ዓለም እንደበተ-ርቱሪነት ዋነኛው መስፈርት ሊሆን ይችላል። ግን በርካታ ሰዎች ብዙ በማውራታቸው ምክንያት የተላካ ሽያጭ መፈፀም ሲያቅታቸው የምናይባቸው አጋጣሚዎች አሉ። ዋነኛው ጥንካሬያቸው መጠኑን ስላስፈ ድክመታቸው ሆኖ ይገኛል።

ማድመጥ አንደኛው የጥሩ ብቃት መገለጫ ቢሆንም በበቂ ሁኔታ ሳይናገር በዝምታ ለሚያዳምጥ ሰው ግን ይህ ድክመቱ ተደርጎ ሲቆጠር ይችላል።

በቢይ ድክመታችን ዋነኛ ጥንካሬዎችን ሆኖ ሲገኝ ይችላል

ንዴት ትልቅ ድክመት ነው። ይህንን እንዴት ወደ ጥንካሬ መቀየር እንችላለን? እንዲት ሴት እጅግ በመናደድ እስደናቂ ጥንካሬን ፈጥራለች። ይህች ሴት አንድ ሰክሮ መኪና ያሽከረከር የነበረ እሽከርካሪ ልጇን ሲገጭባት እና ሲገድልባት በጋይል ከመናደዱ የተነሳ አንደርሱ ዓይነቶቹን እሽከርካሪዎች እስከወዲያኛው ለጭዋጋት ለክረው የሚያሽከረክሩ ባለመኪናዎችን የሚቃወሙ የእናቶች ማኅበር አቋቋመች። የአሜሪካ ሕዝብ በጠቅላላ የዚህ ማህበር አባል ሆኖ ለክረው የሚያሽከረክሩ ሹፌሮችን እስከመጨረሻው እንዲቃወም ከፍተኛ ጥረት አድርጋለች። የማኅበሩ አባላት ቁጥርም በሺዎች መቆጠር ሲጀምር ማኅበሩ በምክር ቤቶች ውስጥ ከፍተኛ ተፅዕኖ በመፍጠር ሕግጋትን እስከማሻሻልና ረቂቶችን እስከማስቀየር የሚደርስ ጉልበትን ለመቀዳጀት በቅቷል። ይሄ እንግዲህ ንዴትን ወደ በጥንካሬ በመቀየር በጉ ተግባራትን መከወን እንደሚቻል የሚያሳይ ጥሩ ምሳሌ ነው።

ትዕግስት ይኑራችሁ

“ትዕግስት በራስ መተማመንን፣ ወሳኝነትንና ሚዛናዊነትን በመፍጠር ወደ ለኬት ይመራናል”

ብሪያን አዳምስ

አንዳንድ ሰዎች ከጥሩም ይሁን መጥፎ ድርጊቶች ጋር ተቆራኝተው ተፅዕኖ እንደማይፈጥርባቸው ሲናገሩ ይደመጣሉ። ይሄ ግን ትክክል አይደለም። ማንኛውም ነገር በዓይን የሚታይ አሲያም ረቂቅ ተፅዕኖ በኛ ላይ ይኖረዋል።

በቻይና የሚገኝ አንድ ባምቡ የተሰኘ ዛፍ አለ። ይህ ዛፍ የመጀመሪያዎቹን እራት ዓመታት ውሃ እየጠጡና እየተንከባከቡ ሲያቆዩት ምንም ዓይነት የዕድገት ምልክት እንኳን አያሳይም። ነገር ግን አምስተኛው ዓመት ላይ ይህ ዛፍ በሰድስት ሳምንታት ጊዜ ውስጥ ብቻ ወደ ዘጠና ጫማ ያህል ባንዴ ያድጋል። አሁን ይህ ዛፍ ሰማደግ ስድስት ሳምንታት ነው እምስት ዓመታት የፈጀበት? ይህ የባምቡ ዛፍ ለእራት ዓመታት ያህል

ዕድገት ባያሳይም ቅሉ ሊለማና ውሀ ሊጠጣ ባይቆይ ኖሮ አሁን በስድስት ሳምንታት ጊዜ ይህን ያህል ሊያድግ ይቻለው ኖሯል? በፍፁም! እንዲያውም ለሞት ይዳረግ ነበር።

የዚህን ምሳሌ ውስጠ-ቁምነገር መረዳቱ አስፈላጊ ነው። ትዕግስትና ዕምነቱ ኖሯችሁ ትክክለኛውን ድርጊት ስትከውኑ ከቆያችሁ ውጤቱ የሚታይም ይሁን የማይታይ ካንድ ውጤት መድረሳችሁ እይቀርም።

ማላሰቢያ - ትዕግስትንና ስንፍናን ለይተን ማወቅ ይገባናል። አንዳንድ ሰዎችን ማከናወን የሚገባቸውን ድርጊት ሳይፈፅሙ ይቀሩና ስንፍናቸውን ትዕግስት በሚል ለበብ ለመሸፋፈን ይሞክራሉ።

“ጥሩ አጀማመር ያለው ነገር
ጥሩ ፍፃሜ ይኖረዋል”
የእንግሊዞች አባባል

የመመዝገብ ልማድ ይኑራችሁ!

ጥንካሬዎቻችሁንና ድክመቶቻችሁን ስይታችሁ መዝገቡ

ስኬታማ ሰዎች ገደባቸውን ስለሚያውቁ በጥንካሬዎቻቸው ላይ ነው ራሳቸውን የሚገነቡት። እነዚህን ጥንካሬዎቻችንን ለይተን አስከላወቅናቸው እንዴት ራሳችንን በነሱ ላይ መገንባት ይቻላል? መሆን የምትፈልጉትንና ማድረግ የምትፈልጉትን በዝርዝር በማስፈር በነርሱ ላይ አተኩሩ!

ጥንካሬዎቻችሁ

ድክመቶቻችሁ

ራሳችሁን በበጎ መልኩ ለማየት ዕንቅፋት የሚሆኑባችሁን ነገሮች በይበልጥ የሚገልጹቸው የአብርሃም ሊንከን ቀጣይ ቃላቶች ናቸው።

“ዓለም ይህ! ሰዲ ዛሬ መማር ይጀምራል!

“ዓለም ይህ ዛሬ የሰዲን እድል ተቀበልና ያዘልኝ። ሰዲ መማር ይጀምራል።

“ሰመጅመሪያ ገዜ ስዲስና እንግዳ እንደሚሆንበት ስለመረጠርም። ስለዚህም ዘና የሚያደርግ አቀባበል ስታደርግህት ይገባል። እያችሁ፤ እስከ ዛሬ የዜቱና የዓርሮው ንጉስ ይኖሩ ነው የቆየው። ቀስሱችን ሰማሰታመምና እንፈቅቅን ስመጠን ከስራ ከሰር ተሰደፍው አሳውቅም።

“ዛሬ ግን ነገሮች ሲቀያየሩ ነው። በጠዋቱ የዜቱን መግቢያ ደረጃዎች ወርዶ አጆችን በማዛወዝ ይሰናበቱና የሕይወቱን ታላቅ የጅብዳ ጉዞ ይጀምራል። እርግጠኛ ነኝ፤ ይህ ጉዞው ጦርነትን እንዲይዝም ስለቃዊና ስለሳሳት ክስተቶችን ያዘል ነው።

“በዚያኛው ዓለም ለመኖር የግድ ፍቅርን፤ ሰማኝነትና ብርታትን ሲሰንቅ ይገባዋል። ስለዚህ ዓለም ይህ! እዲን ይዛችሁ ስትመረት እኚህን ሲያውቃችሁ የሚገባችሁን ነገሮችን ዘደንብ እንደታሰቱም ራት አደራ አሳችኋለሁ። ስታስተምሩትም ዘና ባለ መልኩ ይሁን።

“መጅም ዜሰም ሰው፤ ዜሰም ጠንደና ሴት አውነተኛ ስለመሆኑን ማወቅ ይገባዋል ብዬ እምናለሁ። እሳሳችሁ ስለሆንዳንዱ ሕይወቱ ዜሰም ሰው የየራሱ ጅግና እንዳለው አስተምሩት። ስለሆንዳንዱ ጠላት የየራሱ ዓደኛ እንዳለውም አስተምሩት።

“መልሐፎች ውስጥ ያለውን ድንቅ ዓለም አስጉበኝነት። በሰማይ የሚበረትን ወፎች፤ አበባ የሚቀስሙትን ንቦችና በአረንጓዴ መልክ ሰላሳት አበቦች ምስጢር ገልጸውሰት። ከማግኘቱ ይልቅ እንፈት በጣም የተከበረ መሆኑን አስረዳት። ዜሰም ሰው መሳሳቱን በነገረውም ቅሱ በራሱ አስተሳሰብ ሳይ ስኑ እምነት እንዲያደርግበት አስተምሩት።

“ሰዲ ሰው ዜሰ በተንጋጋበት አብር እንዳይነገድ ጥንካሬን አሳብሰት። ሲሳውን እንዲያደምጥ፤ ነገር ግን የሰማውን ዜሰ ሳያጣራ እንዳይቀበል ምክረት። ማጣራት የሚገባውም ከእውነት አንፃር መሆኑንና ጥሩ ነገር የሚገኘውም ከዚያ አንፃር ብቻ መሆኑን አስጠንቅቀት።

“በፍጹም ሲሳ ሰው በገንዘብ እንዲገባው መፍቀድ እንደሌለበት ንገረት። ለመጥፎ ትችቶች ጆሮውን መደረግ እንዳለበትና ሳመነበት ነገር መዋደቅ እንደሚኖርበት አስተምሩት። ስታስተምሩት ግን ዘና ባለ መልኩ ይሁን ምክንያቱም ብረትን ብረት የሚያደርገው አሳት ነውና።

“ይሂ ትልቅ ትሰዛዝ ነው። ዓለም ይህ! ምን ማድረግ እንደምትችል በጥንቃቄ አስተውሉ! እያችሁ! ሰዲ በጣም ጥሩ ሰው ነው።”

አብርሃም ሲንከን

ተግባራዊ ዕቅድ

1. መጥፎ ገጠመኝን ወደ መልካም ሕይወት የቀየሩ ለዎችን ታሪክ አንብቡ። እንደነዚህ ዓይነት ጥሩ ታሪኮችን ማንበብና መስማት የዕለት ተዕለት ክንዋኔያችሁ ይሁን!
2. ምንም ዓይነት የገንዘብ ክፍያ ሳትጠይቁ ለበጎ አድራጉት ተግባሮች የተወለነ የእረፍት ጊዜያችሁን መድቡ!
3. ከመጥፎ ተፅዕኖዎች ሁሉም ራቁ! በእኩያ ግፊት አትነዱ!
4. ክልባዊ ክብር የመነጨ አድናቆትን የመለገስና የመቀበል ልምድ ይኑራችሁ!
5. ለሁሉም ድርጊታችሁና ባህሪያችሁ ኃላፊነቱን ውሰዱ! ለናንተ ስህተትና ጥፋት ሌሎችን ተጠያቂ አታድርጉ!
6. ምቹ የማይሆንበት አጋጣሚ ቢኖርም ሁሉም የመልካም ሥነ-ምግባር ባለቤት ለመሆን ትጉ!
7. ከመልካም የሞራል ለዎች ጋር ዘለቂታዊ ጓደኝነትን ፈጠሩ!
8. ድክመታችሁን ወደ ጥንካሬ ለመቀየር የሚያስችል የፈጠራ ክህሎት ይኑራችሁ!
9. ውጤቱ የሚታይ ባይሆንም እንኳን ትዕግለት ይኑራችሁ!

የእርስ በርስ ግንኙነት ክህሎቶች አስፈላጊነት

“ከፀሃይ በታች ከየትኛውም ችሎታ ይልቅ ከሰዎች ጋር ለመገባበት የሚያስችሉን ችሎታ ለመቀዳጀት ስለ የቱንም ያህል ገንዘብ አከፍላለሁ።”
ጆን. ዲ. ፎክራር

ማራኪ ስብዕናን ማጉልበት

አብዛኞቹ የንግድ ሥራ እንቅስቃሴ ችግሮች በእርስ በርስ ግንኙነት የሚፈጠሩ ችግሮች ናቸው። ከሰዎች ጋር ያሉንን ችግሮች ለንፈታ፣ የሰራ ችግሮቻችን ተጨባጭ መፍትሔ ያገኛሉ። ሰዎችን ጠንቅቆ ማወቅ ዕቃዎች እንዴት እንደሚመረቱና እንደሚሸጡ ከማወቅ የበለጠ አስፈላጊ ነው። ለዚህም ነው ስኬታማ ሰዎች አስደላች ማራኪ ስብዕና የተላበሱ ሆነው የምናገኛቸው። ግርማ ሞገስ የሚያላብላቸው ይኸው ስብዕናቸው ሊሆን፣ ከሌሎች ዘንድ ቀና ትብብር ለማግኘትም ይረዳቸዋል።

ማራኪ ስብዕና በአንድ ሰው አነጋገር፣ በድምጽ ቃና፣ በንቁ ባህሪው እና በራስ የመተማመን ስሜቱ የተለዋዋጭነት ደረጃ በግልጽ ይለያል። ማራኪ ስብዕና የዚያ ሰው አመለካከት፣ ባህሪያና አነጋገር ህብር ነው። ይህ ስብዕና ከውጫዊ ገጽታችሁና ከውስጣዊ ማንነታችሁ የሚንቀረቀር አስከሆነ ድረስ በየትኛውም ዕድሜ ላይ ብትሆኑ ይህን ማራኪነታችሁን በፍጹም አታውቅም። ማራኪ ስብዕናን መለበስ ሌላ ማንኛውንም ነገር ከመላበስ የበለጠ አስፈላጊ ነው። የአንድን ሰው ስብዕና ከሽቅርቅ አለባበሰና

ከሚያብረቀርቅ ጫማ በላይ ብዙ ይናገራል። ደካማ ባህሪን ሽፋፍኖ ከላይ ከላይ ደስ የሚያለኝ ጨዋ ፀባዮችን ማላየት ለጊዜው ያስኬድ ይሆናል፤ ይሁንና ያ እውነተኛ ባህሪይ በፍጥነት መገለጡ አይቀራ ነው። በይምሰል ስብዕናና በተሰጥኦ ላይ ብቻ የተመሰረተ ግንኙነቶች ህይወትን የተመለከቱ ያደርጉታል። ተፈጥሮአዊ ባህሪያ የሌለው ግርማ ሞገስ፣ ሕይወት እንደሌለው የአሻንጉሊት ውብ መልክ ነው። ዘላቂ የሆነ አስደላች ግንኙነት እውነተኛ ባህሪይንም፣ ውስጣዊ ግርማ ሞገስንም በእጅጉ ይጠይቃል።



“በሁሉም ሰው ትህት ብትሆንም ከጥቂቶች ጋር ብቻ ተወዳጅ፤ ስነዚህ ጥቂት ሰዎችም ቢሆን ምስጢርህን ከማካፈልህ በፊት በሕግባቡ ፈትሻቸው። እውነተኛ ወዳጅነትቀስ ብሎ የሚያደግ ተክል በመሆኑ፤ ይህንን ክብር ከመጉናጸፉ በፊት በመከራ ውስጥ ማለፍና የፈተናን ኃይል መቋቋም ይገባዋል።”
- ጆርጅ ዋሽንግተን፣ ፕሮ 15 - 1783 ዓ.ም

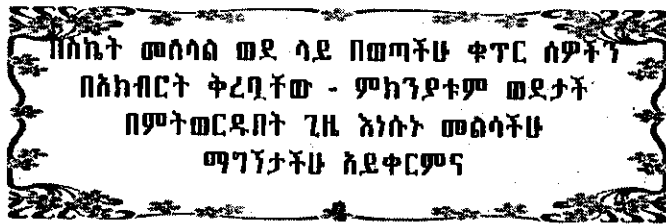


ህይወት እንደ ገደል ማሟት ነው

አንዲት ትንሽ ልጅ በእናቷ ትናደድባትና ‘አልወድሽም!’ ብላ ትጮሃለች። እንዳትገስባትም ፈርታ በሩጫ ከቤቷ ወጥታ ርቃ ትሄዳለች። ገደል አፋፍ ላይ ደርሳ አሁንም ‘አልወድሽም! አልወድሽም!’ ብላ ስትጮህ የገደል ማሟቶም ‘አልወድሽም! አልወድሽም!’ በማለት አስተጋባ። ከዚህ በፊት የገደል ማሟቶ ድምፅ ሰምታ ባለማወቁ በሁኔታው እጅግ ትደናገጥና ታድናት ዘንድ ተመልሳ ወደ እናቷ በመሮጥ በገደሉ ውስጥ ‘አልወድሽም!’ አልወድሽም! እያለች የምትጮህ መጥፎ ልጅ እንዳለች ትነግራታለች። እናትየው ሁኔታው ስለገባት ሰልጂ ተመልሳ ወደ ገደሉ በመሄድ ‘አወድሻለሁ! አወድሻለሁ!’ ብላ እንድትጮህ ነገረችት። ልጅቱም ተመልሳ በመሄድ እናቷ እንዳለችት ‘አወድሻለሁ! አወድሻለሁ!’ እያለች ስትጮህ የገደል ማሟቶውም ያለችውን አስተጋባ። በዚህ አይነት ትንሿ ልጅ አንድ ትምህርት አገኘች - ህይወታችን የገደል ማሟቶ መሆኑን። የምናገኘው የሰጠነውን ነውና።

ህይወት ሽቅብ እንደሚተፋ ምራቅ ነው

ቤንጃሚን ፍራንክሊን “ለሌሎች መልካም ስትሆኑ ሰገዛ ራሳችሁ ከዚያ በላይ መልካም ትሆናላችሁ” ብሏል። ይህ ማለት መልካምነታችሁን የኋላ ኋላ ተመልሶ እናንተ ዘንድ ይመጣል ማለት ነው።



የሚከተለው ታሪክ ከዘ ቦስቶ አፍ . . . ቢትስ ኤንድ ፒስስ መጽሐፍ የተወሰደ ነው።

ከብዙ አመታት በፊት ሁለት ወጣቶች በስታንፎርድ ዩኒቨርሲቲ በመማር ላይ ነበሩ። እነዚህ ወጣቶች ገንዘባቸው በጣም እየተመናመነ በመሄዱ ከኢግናሊ ፓደራውስኪ ጋር የፒያኖ ሙዚቃ ትርኢት በማዘጋጀት ጥቂት ገንዘብ የማሰባሰብ ሃሳብ መጣላቸው። በዝግጅቱ የሚገኘውን ገንዘብም ለትምህርትና ለምግብ ወጪ መሸፈኛ ሊጠቀሙበት አለቡ።

ለታላቁ ፒያኒስት ማናጀር ሀሳባቸውን ሲያማክሩት የ2000 ዶላር ዋስትና ጠየቃቸው። በዚያን ዘመን ይህ ገንዘብ እጅግ ብዙ የነበረ ቢሆንም ወጣቶቹ ግን የተጠየቁትን ሂሳብ ለመክፈል ተስማምተው ዝግጅቱን ማስተዋወቅ ያዙ። ብዙ የደከሙ ቢሆንም በመጨረሻ ሊያገኙ የቻሉት ገንዘብ 1,600 ዶላር ብቻ ነበር።

ከትርኢቱ በኋላ ሁለቱ ወጣቶች ለታላቁ አርቲስት መጥፎውን ዜና ነገሩት። ያገኙትን 1600 ዶላር በጠቅላላ ከአንዲት ማስታወሻ ጋር አያይዘውም ሰጡት። በወረቀቷ ላይ በተቻላቸው መጠን በቅርብ ጊዜ ውስጥ ገንዘብ ለማግኘት እንደሚሞክሩና ቀሪውን 400 ዶላር እንደሚልኩለት በመግለፅ ይህንኑ ለማረጋገጥ ፊርማቸውን አኑረው ነበር። የኮሌጅ ህይወታቸውም ሊገባደድ ከጫፍ የደረሰ መለለ።

ፓደራውስኪ ሁኔታቸውን ባየ ጊዜ ልቡ በጣም ስለተነካ "ልጆች እንደዚህም መሆን የለበትም" አላቸውና የሰጡትን ወረቀት ለሁለት ቀዶ በመጣል ገንዘቡን ከመለሰላቸው በኋላ "አሁን ከዚህ ከ1600 ዶላር ውስጥ ያወጣችሁትን ወጪ በሙሉ ቀንሱና ከተቀረው ሂሳብ ላይ ለሰራችሁት ስራ ለእያንዳንዳችሁ አስር በመቶ ቆርጣችሁ የተቀረውን ገንዘብ ለእኔ ሰጡኝ" ብሎ ነገራቸው።

አመታት አለፉ። አንደኛው የአለም ጦርነት ተካሂዶም ሰላም ሰፈነ። በዚያን ጊዜ ፓደራውስኪ የፖላንድ ጠቅላይ ሚኒስትር ሆኖ በትውልድ ሀገሩ የሚገኙትን በሺዎች የሚቆጠሩ የተራሱ ሰዎች ለመመገብ ጥረት በማድረግ ላይ ነበር። ያኔ ሊረዳው የቻለው ብቸኛው ሰው ደግሞ የዩናይትድ ስቴትስ የምግብና የእርዳታ ቢሮ ሀላፊ የነበረው ሽርበርት ሁቨር ነበር። ሁቨር ምላሽ

በመስጠቱ ብዙም ሳይቆይ በብዙ ሺህ ቶኖች የሚቆጠር ምግብ ወደ ፖላንድ ተላከ።

የተራሱት ሰዎች ምግብ ካገኙ በኋላ ፓደራውስኪ ለተላክለት እርዳታ ለሁቨር ምስጋና ለማቅረብ ወደ ፓሪስ ተጓዘ።

በተገናኙም ጊዜ ሁቨር ለምስጋናው የሰጠው ምላሽ "ሚስተር ፓደራውስኪ ምንም አይደለም" የሚል ነበር። "ከዚህ ሌላ አርስዎ ባያስታውሱትም ቅሉ እኔ የኮሌጅ ተማሪ በነበርኩበትና ችግር ባጋጠመኝ በአንድ ወቅት እርስዎ ረድተውኝ ነበር።"

ማንኛውም ሰው ቢሆን እራሱን ሳይረዳ በቀናነት ሌላውን ሰው ለመርዳት ለመሞከር ስለመቻሉ በጣም ምርጥ ከሆኑት የህይወት ካሳዎች ውስጥ አንዱ ነው።
- ራልፍ ዋልዶ ኢመርሰን

መልካምነት ተመልሶ የሚመጣበት መንገድ አለው፤ ነገር ግን አንድ ሰው መልሶ ለማግኘት በመፈለግ መልካም ነገር ማድረግ አይገባውም። መልካም ነገር በገዛ በራሱ ይሆናል።

አዎንታዊ ግንኙነቶችን ለማዳበርና ጠብቅ ለማቆየት እንቅፋት የሚሆኑ ምክንያቶች ምንድን ናቸው?

አብዛኞቹ ምክንያቶች በራሳቸው ግልፅ የሆኑ ወይም በኋላ ላይ በዚህ ምዕራፍ ውስጥ በዝርዝር የሚብራሩ ናቸው።

1. ራስ ወዳድነት
2. ይሉኝታ ማጣት
3. ግድ የለሽነት
4. ቃልን አስመጠበቅ
5. ዋልጓነት
6. ሀቀኛና ታማኝ አለመሆን
7. የራስን ፍላጎት ብቻ ማስቀደም
(በገዛ ራሱ ፍላጎት ብቻ የተጀዘነ ሰው በጣም ትንሽ ጥቅል ይወጣዋል።)
8. ትዕቢት
(ትዕቢተኛ ሰው በራሱ አመለካከትና እውቀት ይጠገባል። ይህ ደግሞ ለዘላቂ ድንቁርና ዋስትና ይሰጠዋል።)
9. ኩራት /ንቀት/

- (ተፈጥሮ ወና ነገርን ስለምትወዩና ባዶ ጥንቅሳትን በኩራት (በጉራ) ትሞላዋል)
- አሉታዊ አመለካከት
 - ዝግ አእምሮ
 - ማዳመጥ አለመቻል
 - የተጠራጣሪነት ባህሪ
 - እሴቶችን አለማክበር (የግብረ - ገጽ መገደል)
 - የሰነ-ስርአት ጉድለት
 - ርህራሄ ማጣት (ጥካኔ የደካማነት ምልክት ነው።)
 - ትዕግስት ማጣት
 - ብስጭት
- (ንዴት እንደን ሰው ችግር ውስጥ ሲከተው የራስ ኩራት በዚያ ያስቀረዋል።)
- የእምታችነት ባህሪ
 - ከእውነታ የመሸሽ ባህሪ
 - በቀላሉ የመቆጣት ዝንባሌ
 - ስርዓት አልበኛነት
 - እውነትን ለመቀበል ፈቃደኛ አለመሆን
 - ያለፈ ጊዜ መጥፎ ተሞክሮ
 - ስለ ሌሎች ያለመጨነቅ ዝንባሌ (ችልተኝነት በወጥ አስማሰብን ያሳያል።)
 - ስስት (ለገብግብነት፣ እንደ ባህር ውሃ ነው፤ በጠጡት ቁጥር የበሰበ ያስጠማል)
- ይህ ሁሉን-አካታች ዝርዝር አይደለም። አብዛኞቻችን ከላይ የተጠቀሱት ጥቂት ባህሪያት ሊኖሩን ይችላሉ። ጥቂቶቹ ላይ እንዲሁ ባህሪዎች ከሌላው ሰው የበለጠ ጉልቶ ሊታይባቸው ይችላሉ። ዋናው አላማ በነዚህ ዙሪያ ራሳችንን መገምገሙና ማረቁ ነው።

በራስ-ኩራት እና በመኩራራት መካከል ያለው ልዩነት

አዎንታዊ ግንኙነት ለማግኘት በጣም ትልቅ መሰናክል የሚሆነው የራስ-ኩራት ነው። የራስ-ኩራት ሳክሮ አሳካሪ ነው። የራስ-ኩራት ትዕቢትን የሚያስከትል ጤናማ ያልሆነ መኩራራት ነው። ጤናማ የመኩራራት ለሜት የሰራ ውጤት የሚፈጥረው፣ ትህትና ያልተለየው እርካታ ነው።

የራስ-ኩራት የሚያሳጠመው ጥንቅሳትን ሲሆን፣ መኩራራት ደግሞ ልብን ይሞላል። ትልቅ ጥንቅሳት ትርፉ ትልቅ ራስ ምታት ሲሆን፣ ትልቅ ልብ ደግሞ ትህትናን ያስገኛል።

የአንድ ሰው የስኬት መጠን የቱንም ያህል ቢሆን፣ ያህ ጭንቅላቱን የሚያሳብግበት ለበብ ሊሆንው አይችልም። መኩራራቱ ይሁን። ጭንቅላቱ ግን በምንም ምክንያት አያብጥም።

የራስ-ኩራት - የሁሉን አውቃለሁ አመለካከት

በራስ ወዳድነት እና በራስ ፍላጎት መካከል ያለውን ልዩነት ማወቅ ያስፈልጋል። ራስ ወዳድነት አሉታዊና ጉጂ ነው። በአሉታዊ እሴቶች ላይ የተመሰረተ በመሆኑም ግንኙነቶችን ያሻክራል። በማግኘት - ማጣት (እኔ ላግኝ ሌላው ይጣ) መርህም ያምናል። የራስ ፍላጎት ግን አዎንታዊ ነው። ብልፅግና፣ የአእምሮ ሰላም፣ መልካም ጤናና ደስታን አጁን በሰፊው ዘርግቶ ይቀበላቸዋል። የራስ ፍላጎት በማግኘት - ማግኘት (እኔም ላገኝ፣ አንተም አግኝ) በሚል መርህ ያምናል።

ምቀኝነት /ቅናት - ሽርጣን አስተሳሰብ

“ቅናት ገዳዩን ብቻ ሳይሆን የገዛ ራሱን ጥምር የሚበጫጭ ነብር ነው።”
ማይክል ቢር

የሽርጣን* አስተሳሰብ ምንድን ነው? ጥቂት ሽርጣኖችን ከላይ ክፍት የሆነ ሳጥን ውስጥ ብትከቷቸው ሽርጣኖቹ ከሳጥኑ ውስጥ ሳይወጡ እንደሚቆዩዋቸው ታውቃላችሁ? ሽርጣኖቹ በቀላሉ ተሰበው ከሳጥኑ ውስጥ በመውጣት ነፃ ለመሆን ቢችሉም፣ ይህንን አያደርጉም። ምክንያቱም የሽርጣን አስተሳሰብ የዚህ አይነቱ ነገር ይሆን ዘንድ አይፈቅድም። እንዲሁ ሽርጣን ወደ ላይ ተሰቦ ለመውጣት መሞከር ሲጀምር፣ ሌሎቹ ቁልቁል ስለሚጉትቱት አንዳቸውም ከሳጥኑ ውስጥ መውጣት ሳይችሉ እዚያው ይቀራሉ። ሁሉም በቀላሉ ነፃ ለመውጣት ቢችሉ ኖሮ መጨረሻቸው ምን የሚሆን ይመስላችኋል? ሁሉም ባሉበት ይምታሉ።

ቅናተኞችም ልክ እንደ ሽርጣኖቹ ናቸው። በህይወት ውስጥ ወደፊት ተራምደው አያውቁም። ሌሎችንም ስኬታማ እንዳይሆኑ ወደጎላ ይጉትታሉ። ቅናት ለገዛ ራስ የሚሰጥ ዝቅተኛ ግምት ምልክት ነው።

* ሽርጣን፡- በቅርፊት የተሸፈነ ጠፍጣፋ ክብ ቅርፅና አምስት ጥንድ እገሮች ያሉት ስጋው የሚበላ የባህር ውስጥ እንስሳ

ከዚህም ሌላ ዓለም አቀፍ ስጋት ነው። ከሁሉ የላቀ ችግር የሚፈጠረው ደግሞ ቅናት የአንድ ህዝብ (ሀገር) ባህሪይ አካል ሲሆን ነው። ያኔ አደገኛ መዘዞች ይከተላሉ። ቅናት ህዝብንና ሀገራትን ያጠፋል።

ከባድ አእምሮ ደልቅ ክፍት አእምሮን መያዝ

በባዶ አእምሮ እና በከፍተኛ አእምሮ መካከል ያለው ልዩነት ምንድን ነው? ከፍተኛ አእምሮ ለዘብተኛ ነው፤ ሀሳቦችንና ፅንሰ-ሀሳቦችን በሚኖራቸው መልካም ውጤት ተንተርሶ በመገምገም ሊቀበላቸው ወይም ሊያጣጥላቸው ይችላል። ባዶ አእምሮ ግን የጥሩና የመጥፎ ነገሮች መድፈያ ጉድጓድ ነው። ነገሮችን ሳይገመገም እንዳለ ይቀበላል።

ነገሮችን እንደሆኑት ሳይሆን ከራሳችን አንፃር ማየታችን

አንድ አራ-ታሪክ አለ። በዚህ አራ-ታሪክ መሰረት አንድ ብልህ ሰው ደጃፉ ላይ ተቀምጦ በሃይ ሲሞት በመንደሩ በኩል የሚያልፍ መንገደኛ መጣና “አሁን የምኖርበትን አካባቢ በመልቀቅ በሌላ ቦታ መኖር አፈራጋለሁ። ለመሆኑ በዚህ መንደር የሚኖሩት ምን አይነት ሰዎች ናቸው?” ሲል ይጠይቀዋል። ብልሁም ቀበል አድርጎ “በአንተ ሰፈር የሚኖሩት ሰዎች ምን አይነት ናቸው?” ብሎ ጥያቄውን በጥያቄ ሲመልስለት፤ መንገደኛውም “ሰግብግብ፤ ጨታኝና ዋልጌ ናቸው” በማለት ነገረው። ብልሁም ሰውዬ “በዚህ መንደር ውስጥ የሚኖሩትም ሰዎች እንደዚያ ናቸው” አለው።

ከጥቂት ጊዜ በኋላ አንድ ሌላ መንገደኛ መጥቶ ብልሁን ሰው ተመሳሳይ ጥያቄ አቀረበለት። “ለመሆኑ በአንተ ሰፈር የሚኖሩት ምን አይነት ሰዎች ናቸው?” ብልሁም ሰውዬ ለመጀመሪያው ሰውዬ ያቀረበለትን ጥያቄ ደግሞ ጠየቀ። “እኔ በምኖርበት ሰፈር የሚኖሩት በጣም ደግ፤ ጨዋ፤ ትሁትና ጥሩ ሰዎች ናቸው” በማለት መለሰ - መንገደኛው። በዚህ ጊዜ ብልሁ ሰው “እዚህ ሰፈር የምታገኛቸውም እንደዚያ አይነት ሰዎች ናቸው” አለው ይባላል።

በአጠቃላይ ዓለምን የምናየው እንደ ዓለምነቱ ሳይሆን እንደ ራሳችን ነው። አብዛኛውን ጊዜ የሌሎች ሰዎች ባህርይ የገዛ ራሳችን ባህርይ የመልስ ምት ይሆናል። አነሳሳችን በቅን ልቦና ከሆነ የሌሎችም አነሳስ ቅን እንደሆነ

እድርገን እናስባለን። አስተሳሰባችን መጥፎ ከሆነ የሌሎችም አስተሳሰብ እንደዚያ እንደሚሆን እንገምታለን።

መተማመን

ግንኙነቶች ሁሉ የመተማመን ግንኙነቶች ናቸው። በአሰሪና ለራተኛ፤ በወሳኛና ልጅ፤ በባልና ሚስት፤ በተማሪና መምህር፤ በገዢና ሻጭ እንዲሁም በደንበኛና አሻሻጭ መካከል ያሉት ግንኙነቶች በሙሉ የመተማመን ግንኙነቶች ናቸው። ያለ ሀቀኝነት እንዴት መተማመን ሊኖር ይችላል? በመሠረቱ መተማመን የለም ማለት እውነት የለም ማለት ነው። መተማመን ከመታመን ነውና የሚመጣው።

መተማመንን የሚያጎዱበት ምክንያቶች

- ታማኝ መሆን - በልብ ሙሉነት ለመናገር የሚያስችል ሊሆን ቃልን ከመጠበቅ የሚገኝ ነው።
- አስማወላወደ - በራስ - መተማመንን ያዳብራል።
- አከባሪነት - ለራሱም ሆነ ለሌሎች ከበሬታ መስጠት ሊሆን በጥንቃቄ የማለብን አመለካከት ያሳያል።
- ሚዛናዊነት - ፍትሀዊነትና ሀቀኝነትን ይጠይቃል።
- ገፅፅነት - ለማድመጥና አመለካከትን ለመጋራት ፈቃደኛ መሆንን ያመለክታል።
- ‘ኩታ-ገጠማነት’ - በቃልና በተግባር አንድ ሆኖ መገኘት። እንደ ሰው አንድ ነገር እየተናገረ በተግባሩ የተለየ ሆኖ ከተገኘ፤ ከዚያ ሰው ጋር እንዴት መተማመን ይቻላል?
- ብቁነት - አንድ ሰው ችሎታና የአገልጋይነት አመለካከት ሊኖረው የሚመጣ ነው።
- ህቀኝነት - ለመተማመን ወሳኝ የሆነ ቅመም ነው።
- ተቀባይነት - ለመሻሻል ብዙ ጥረት እያደረግን ብንገኝም እርስ በርሳችን ደካማና ጠንካራ ገፅታችንን መቀበል ያስፈልገናል።
- መልካም ባህሪ - አንድ ሰው የሚፈለገው ብቃት ሁሉ ሊኖረው ቢችልም መልካም ባህሪ ከጉደለው ልንተማመንበት አንችልም።
- ድፍረት - ድፍረት የሚጉድለው ሰው በችግር ጊዜ ጥሉአችሁ በመሄድ ቅሬታን ይፈጥርባችኋል።

መተማመን በብዙ መልኩ ሲታይ ከፍቅር የበለጠ የላቀ የድርጊት መግለጫ ነው። የምናፈቅራቸው፤ ነገር ግን ልንተማመንባቸው የማንችል አንዳንድ ሰዎች አሉ። ግንኙነቶች ልክ እንደ ባንክ ሂሳብ ደብተር ናቸው። ባስቀመጥን ቁጥር ተቀማጭም የዚያኑ ያህል ያድጋል። ስለዚህ የበለጠ እውጥተን ልንጠቀምባቸው እንችላለን። ይሁንና መጀመሪያ ተቀማጭ

ሳይኖረን አውጥተን ለመጠቀም ብንሞክር ትርፋችን ብስጭትና ተለፋ መቁረጥ ብቻ ይሆናል።

አብዛኛውን ጊዜ ከተቀማጫችን የበለጠ የተጠቀምን ይመስለናል። ይሁንና አውነታው፣ ማስቀመጥ ከሚገባን ያነሰ ማስቀመጣችን ሊሆን ይችላል።

ከዚህ በታች መጥፎ ግንኙነቶችና የመተማመን ጉድለት የሚያስከትላቸው ጥቂት መዘዞች ተዘርዝረዋል፡-

- ውጥረት
- መስተጋብር መጓደል
- መቆጣት
- ጠባብ አስተሳሰብ
- የቡድን መንፈስ አለመኖር
- የተለማኒነት ጉድለት
- የራስ ዝቅተኛ ግምት መስጠት
- ጥርጣሬ
- ምርታማ አለመሆን
- መገለል
- የጤና መጓደል
- አለማመን
- ብስጭት
- ተገቢ ያልሆነ ጥላቻ
- የሞራል ድቀት
- ተባባሪ ያለመሆን ባህርይ
- ግጭት
- ጭንቀት
- ደስታ ማጣት

ተግባራዊ ዕቅድ

1. ለጥቂት ጊዜ ወደ ሌሎች የምታስተላልፏቸውን መልዕክቶች ገምግሙ። የምታስተላልፏቸው መልዕክቶች አዎንታዊ ናቸው ወይስ አሉታዊ? አሉታዊ ከሆኑ ወደ አዎንታዊነት ለመለወጥ ብርቱ ጥረት አድርጉ። መልካም ነገሮችን መፈለግ ብትጀምሩ ብዙም ሳትደክሙ እዚያው ታገኛቸዋላችሁ።

2. የሚከተሉትን አዎንታዊ ግንኙነቶችን ለማዳበርና ጠብቆ ለማቆየት እንቅፋት የሚሆኑ ምክንያቶች ደጋግማችሁ አጠፏቸው። ከእነዚህ ባህርያት ውስጥ አንዱን ወይም ሁሉንም ካሉባቸው በየሳምንቱ አንድ አንድ እያላችሁ ልታስወግዷቸው ጥረት አድርጉ።

- ራስ - ወዳድነት
- ደህንነት ማጣት
- የገደ የሰላምነት ባህርይ
- ቃልን አስመጠበቅ
- ዋልጊ ባህርይ
- ህቀኛና ታማኝ አስመሆን
- የራስን ፍላጎት ብቻ ማስቀደም
- ትዕቢት
- ከራስ /ንቀት

አዎንታዊ ስብሰና ለማጉልበት የሚወሰዱ 25 እርምጃዎች

አንድ ቀን መብረርን ለመማር የሚያስብ ሰው በቅድሚያው
መቅምና መራመድን እንዲሁም መርጥን መማር አለበት፡፡
- ፍራድሪክ ኒቼ

እርምጃ 1: ሀላፊነትን መቀበል

ሀላፊነቶች ሲሸከማቸው የሚችል ጫንቃ
ወዳለው ሰው ያመራሉ፡፡
- አልበርት ሁባርድ

ለዎች ተጨማሪ ሀላፊነት ሲቀበሉ ለገዛ ራሳቸው እድገትን
ያስገኛሉ፡፡

ሀላፊነት የሚለማው ባህርይ ተጠያቂነትን ይቀበላል፡፡ ይኼ ደግሞ
ብስለትን ያመለክታል፡፡ ሀላፊነትን መቀበል የአመለካከታችንና የምንሰራበት
ሁኔታ ነፃነትን ይሰጣል፡፡ ብዙ ሰዎች በእግባቡ ከተከናወነ ነገር ጋር ለማቸውን
ለማስጠራት ይፈጥሳሉ፡፡ ይሁንና ነገሮች በተበላሹ ጊዜ ፈጥነው ሀላፊነቱን
የሚቀበሉት በጣም ጥቂቶች ናቸው፡፡ ሀላፊነትን የማይቀበል ሰው በሀላፊነት
ከመጠየቅ ነፃ አይሆንም፡፡ አይነተኛ አላማችሁ ሀላፊነት የሚለማው ባህርይ
ማዳበር ነው፡፡

የማመካከት ጨዋታችሁን አቁሙ

- ሌላው ሰው ሁሉ ያደርገዋል፤
- ወይም ይህንን ማንም ሰው አያደርግም፤ እሊያም
- ይኼ የእንተ/ የእንቺ/ የእናንተ ጥፋት ነው፡ እና የመላለሉትን
አባባሎች አስወግዱ፡፡

ሀላፊነትን የማይቀበሉ ሰዎች ተጠያቂነትን በወላጆች፣
በመምህራንና በተፈጥሮ በራሂያት (ጂኖች) ላይ ያላከካሉ፡፡ እምላክን፣ እጣ
ፋንታን፣ እድልን ወይም ከዋክብቱን ተጠያቂ ያደርጋሉም፡፡ ሀላፊነት
የሚለማው ባህርይ ገና ከልጅነት ጀምሮ መሰረፅ ይገባዋል፡፡ በተወሰነ ደረጃ
ታዛዥነት ላይኖር ይህንን ባህርይ ማስተማር አይቻልም፡፡

ጆኒ ሰጸናቱ “እማ፣ ይኼ ጂሚ መስኮቱን ሰበረው” አላት፡፡
እናትየወያ “እንዴት አደርጌ ሰበረው?” ዘላ ስትጠይቀው
ጆኒ “ድንጋይ ስወረወርበት ጊዜ ጉንበሰ ዘሉ ሸወደኝ” ዘሉ መሰሰላት፡፡

ሀላፊነትን ሳይቀበሉ በመብታቸው የሚጠቀሙ ሰዎች
አብዛኛውን ጊዜ ስህተት መብታቸውን ያማሉ፡፡

ሀላፊነት የአስተዋጽኦ ተግባርን ያስከትላል፡፡

አባስረላጊ ነገሮች ላይ ማተኮር ኃላፊነታችንን ያስዘነጋናል

እስቡበት እስኪ - በማይረባ ነገር ላይ የሚያተኩር እእምሮ
መከናወን የሚገባቸውን ነገሮች ከማድረግ ይልቅ ሀላፊነትን በሌላው ላይ
በማላክክ ይባላል፡፡

ጥንታዊ የህንጻዊያን ጥበብ የመጀመሪያው ሀላፊነታችን ላለንበት
ማህበረሰብ፣ ሁለተኛው ለቤተሰባችን፣ ሶስተኛው ደግሞ ለገዛ ራሳችን
መሆኑን ያስተምረናል፡፡ ይህ ተዋረድ ከተገላበጠ፣ ማህበረሰብ መፍረክረክ
ይጀምራል፡፡ ማህበራዊ ኃላፊነት የእያንዳንዱ ዜጋ የሞራል ግዴታ መሆን
ይገባዋል፡፡ ሀላፊነት እና ነፃነት ጉን ለጉን ይሄዳሉ፡፡ የመልካም ዜጋ
አይነተኛ መለያው ተገቢውን የሰራ ድርሻውን ለመወጣት ፈቃደኛ ሆኖ
መገኘቱ ነው፡፡

የሀይማኖት ዋጋው ሀላፊነት ነው፡፡
- ዊኒስተን ቸርችል

ማህበረሰቦች ብዙ ጥፋት የሚደርስባቸው ወስባቶች በሚፈፀሟቸው ተግባራት ላይሆን በመልካም ሰዎች መፍዘዝ የተነሳ ነው። እንዴት ያለ እርስ በርሱ የሚጋጭ ሀሳብ ነው! መልካም ሰዎች ፈዝዘው ጥፋትን እንዳላዩ ሆነው ለማለፍ ከቻሉ እንዴት መልካም ሊሆኑ ይችላሉ? ጥያቄው ያለው ማህበራዊ ሀሳብታቸውን እየተወጡ የሚገኙ መሆናቸው ላይ ነው።

† ክፋት እንዲያቆጠቁጥ ጭልካም ሰዎች ምንም ነገር ማድረግ የለባቸውም - ይን ጊዜ ክፋት ያብባል።
- ሲደመንደ ቡርክ

እርምጃ 2: አሳቢነትን ማሳየት

አንድ የአስር አመት ልጅ ወደ አይስክራም መሸጫ ሱቅ ይሄድና ወንበር ከያዘ በኋላ አስተናጋጁን “ሾጣጣ አይስክራም ዋጋው ስንት ነው?” ብሎ ይጠይቃል። አስተናጋጁም ሰባ አምስት ሳንቲም መሆኑን ትነግረዋለች። ልጇ በእጁ ላይ ያሉትን ሳንቲሞች ከቆጠረ በኋላ አንድ በአነስተኛ ስኒ የሚሸጥ አይስክራም ዋጋው ስንት እንደሆነ ይጠይቃል። አስተናጋጁ እያመናጨቀቸው “በልሳ አምስት ሳንቲም ነው!” ብላ መለሰችለት። ልጇም “በአነስተኛ ስኒ የሚሸጠውን አይስክራም ሰጪኝ” ብሎ ያዛትና የመጣለትን አይስክራም በልቶ ሂሳቡን ከፍሎ ይወጣል። አስተናጋጁ ባደውን የአይስክራም ማቅረቢያ እቃ ለማንሳት በመጣች ጊዜ ልቧ በጣም ተነካ። ከእቃው ስር በጉርሻ መልክ አስር ሳንቲም አስቀምጦላት ነበር። ትንሹ ልጅ አይስክራም ከማዘዙ በፊት ለአስተናጋጁ አስቦላት ነበር። በዚህም ለሰዎች ያለውን አዛኝነትና አሳቢነት አመልክቷል። ከራሱ በፊት ለሌሎች አስቧል።

ሁላችንም እንደ ትንሹ ልጅ ብናስብ ኖሮ የምንኖርባት ዓለም እንዴት ያለች ታላቅ የመኖሪያ ስፍራ በሆነችልን ነበር። አሳቢነት፣ ጨዋነትና ትህትና አይለያችሁ። አስተዋይነት የአሳቢነትን አመለካከት ያሳያል።

እርምጃ 3: ለሽንፋለሁ - እናንተም ለሽንፋን አስቡ

አንድ ሰውዬ ይሞትና ቅዱስ ጴጥሮስ ከመንግስት - ሰማያትና ከገህነመ እሳት ወደ የትኛው መሄድ እንደሚፈልግ ይጠይቀዋል። ሰውየው ውሳኔ ላይ ከመድረሱ በፊት ሁሰቱንም ቦታዎች ለማየት ይችል እንደሆነ

ጥያቄ ያቀርባል። በጥያቄው መሠረት ቅዱስ ጴጥሮስ መጀመሪያ ወደ ገህነም ይዞት ይሄዳል። በዚያም ብዙ አይነት የተትረፈረፉ ምግቦች የተደረደረበት ረጅም ጠረጴዛ ያለበት ትልቅ አዳራሽ ያያል። በሀዘን የተኮማተረ ከሲታ ፊት ያላቸው ሰዎች በጠረጴዛው ዙሪያ በተርታ ተቀምጠዋል። ሰዎቹ በረሀብ የተዳከሙ ከመሆናቸው ሌላ አንዳቸውም አይስቁም። ከዚህ በተጨማሪም አንድ ሌላ ነገር ተመልክቷል፤ በሰዎቹ እጆች ላይ አራት ጫማ ርዝመት ያላቸው ሹካዎችና ቢላዎች የታሰሩ ሲሆን ሰዎቹ ጠረጴዛው ላይ ያለውን ምግብ በማንሳት ወደ አፋቸው ለመክተት ብርቁ ጥረት ይዘዋል። ይሁንና አንዳቸውም አልተሳካላቸውም።

በመቀጠል ቅዱስ ጴጥሮስ ሰውየውን ወደ መንግስት - ሰማያት ወሰደው። እዚያም በርካታ የምግብ አይነቶችን የያዘ ረጅም ጠረጴዛ ያለበት ትልቅ አዳራሽ አየ። ከጠረጴዛው ጉን በሁለቱም አቅጣጫ አራት ጫማ ርዝመት ያላቸው ሹካዎችና ቢላዎች እጆቻቸው ላይ የታሰሩባቸው ሰዎች በተርታ ተቀምጠዋል። ይሁንና እነዚህ ሰዎች እርስ በርሳቸው እየተነጋገሩ የሚሳሳቁ ከመሆናቸው ሌላ በደንብ የጠገቡ ጤናማ ሰዎች ናቸው። ምክንያቱም ሰዎቹ በጠረጴዛው እያሻገሩ እርስ በርስ ይጉራረሳሉ። ስለገዛ ራሳቸው ብቻ የማያስቡ በመሆናቸውና ሕንተም እኔም እናሸንፍን ስለሚያስቡ በዚህ የተነሳ ደስታ፣ ብልፅግና፣ መዝናናትና እርካታን ያገኛሉ።

ሀይወታችንም ልክ እንደዚህ ነው። ደንበኞቻችንን፣ ቤተሰባችንን፣ አሰሪዎቻችንንና ሰራተኞቻችንን ስናገለግል ያለምንም ጥርጥር እናሸንፋለን።

እርምጃ 4: ቃላትን በጥንቃቄ መምረጥ

የፈለገውን ነገር እንደመጣለት የሚናገር ሰው፣ መጨረሻው የማይፈልገውን ነገር መስማት ይሆናል። ብልህተኛ ሁኑ። ብልህት ቃላትን በጥንቃቄ መምረጥንና እስከምን ድረስ እንደሚኬድ ማወቅን ያካትታል። ከዚህ ሌላ ብልህነት ሲባል ማለት የሚገባንንና ሳንል ልንተወው የሚገባንን ነገር ምንነት ማወቅ ነው። ተሰጥኦ ያለ ብልህነት ሁልጊዜም ጠቃሚ ሆኖ ሳይገኝ ይችላል። ቃላት አመለካከትን ያንፀባርቃሉ፤ ቃላት ስሜትን በመጉዳት ግንኙነትን ያበላሻሉ። ከየትኛውም የተፈጥሮ አደጋ በበለጠ ተገቢ ባልሆኑ የቃላት ምርጫ ብዙ ሰዎች ተጉድተው ሊሆን ይችላል። የመረጣችሁትን ነገር ከመናገር ይልቅ የምትናገሩትን ነገር ምረጡ። በጥበብና በቂልነት መካከል ያለው ልዩነት ይኸው ነው።

ከልክ ያለፈ ወሬ መስተጋብር አይደለም። ትንሽ በማውራት ብዙ ተናገሩ።

ቂል ሳያስብ ይናገራል፤ ብልህ ሰው ግን ከመናገሩ በፊት ያስባል።

በምሬት የሚወጡ ቃላት ሊጠገን የማይችል ጉዳት ሊያስከትሉ ይችላሉ። አብዛኛውን ጊዜ ወላጆች ከልጆቻቸው ጋር የሚነጋገሩበት መንገድ የልጆቹን የወደፊት ሰማሪነት ይቀይራል።

የምላስ ወለምታ . . .

አንድ ገበሬ የጉረቤቱን ስምዒት በክፉ ያነሳና መሳሳቱን በተረዳ ጊዜ ለሀጢአቱ ንስህ ለመግባት ወደ ነፍስ አባቱ ዘንድ ይሄዳል። የነፍስ አባቱም አንድ አቅማዳ ሙሉ ላባ በመደዝ/ከተማ መሀል ወስዶ እንዲጥለው ይነግራታል። ገበሬውም የተባለውን ያደርጋል። ከዚያ በኋላ የነፍስ አባቱ ተመልሶ ወደ ከተማው እንዲሄድና የጣለውን ላባ አንድ በአንድ ሰብስቦ እንደገና አቅማዳውን ሞልቶ እንዲመጣ ያዙታል። ገበሬው የታዘዘውን ለመፈጸም ቢሞክርም ላባዎቹ በንፋስ ስለተበታተኑ ሊሳካሉት አልቻለም። ባዶውን አቅማዳ ይዞ በተመለሰ ጊዜም የነፍስ አባቱ “አንተ የተናገርኻቸውም ቃላት ልክ እንደ ላባዎቹ ናቸው። እንደዎካ ከአፍህ ወጥተው የነበረ ቢሆንም መልሰህ ልትወጣቸው አትችልም። ስለዚህ ለሌላ ጊዜ ከአፍህ የሚወጡትን ቃላት ተጠንቅቀህ መምረጥ ይኖርብህል” አሉት።

እርምጃ 5: አስመንቀፍና አስማማረር

ነቀፌታ ሲባል አሉታዊ ነቀፌታን ለማመልከት ነው። አንድ ሰው ሲነቀፍ ራሱን ለመከላከል ይዘጋጃል። አብዛኛውን ጊዜ ነቀፌታን የሚለነዝር ሰው ከኋላ ወንበር ላይ ተቀምጦ ሾፌን ወደ አብደት እንደሚነጻ ሾፌር ነው። ይኼ ማለት ሰጭራሽ መንቀፍ አይገባም፤ አዎንታዊ ነቀፌታ መለንዘርም አይቻልም፤ ለማለት ይሆን?

አዎንታዊ ነቀፌታ

አንዴት ገንቢ የሆነ ትችት ማቅረብ ይቻላል? ተገቢ ያልሆነ አስተያየት በመስጠት ቅሬታን ከመፍጠር ይልቅ ለመርዳት ዝግጁ በሆነ መንፈስ ንቀፋ። ሰውዬውን ሳይሆን ባህርዩን ንቀፋ። ምክንያቱም ሰውዬውን ስንነቅፍ ሰውዬው ለራሱ የሚሰጠውን ግምት እንጉዳበታለን። የመንቀፍ መብት ለመርዳት ካለን ክፍተኛ ፍላጎት የሚመነጭ ነው። የነቀፋው ተግባር ለነቃፊው ደስታን አስካልሰጠው ድረስ መንቀፋ ችግር የለውም። መንቀፋ ደስታን የሚሰጥ በሚሆንበት ጊዜ ግን ወዲያውኑ መቆም አለበት።

ለሱቸን የሚያነቃቃ ነቀፌታ ለመለንዘር የሚያገለገል ጥቂት ሀሳቦች፡-

- አሰባሳቢነት ወይም - ሌሎችን ለመርዳት ዝንባሌ አሳድሮ መንቀፍ። አሰባሳቢ የሚነቃፊው የአትሌቲክ ችሎታ ለማሻሻል አገባ ለማድረግ ነው።
- መግባባት እና መተሳሰብ እንደ አንሳሽ ሆኖ ያገለግላል።
- አመለካከት መቀጣጫ ከማድረግ ይልቅ ስህተትን ወደማረም ማዘጋጀት ይገባዋል።
- “አንተ ሁልጊዜም ---- ነቢ ወይም ብፍቀም ---- አትሆንም!” እና የመሳሰሉትን ነገሮች ከማለት ይልቅ ለይቶ መናገር ያስፈልጋል። ግልፅ ያልሆነ ነቀፌታ ቅሬታን ያስከትላል።
- እውነታውን በትክክል ማስቀመጥ፡- በፍጥነት ማጠቃለያ ላይ አትድረሱ። ሁላችንም አመለካከቶቻችንን የመግለፅ መብት ቢኖረንም እውነታዎችን የማሳሳት መብት ግን አልተሰጠንም። ለመንቀፍ አትቻሉ።
- በሀሳባችሁ ብትሆኑም ተረጋግታችሁ ቆሩ።
- ለማሳመን እንጂ ለማስፈራራት አትንቀፉ።
- ቅሬታን ስለሚፈጥር አሽመረኛ አትሆኑ።
- ነቀፌታ በአግባቡ ከተሰነዘረ የመደጋገምን አስፈላጊነት ያቀንሳል።
- በግል እንጂ በይፋ አትንቀፉ። «እምን?» ቢባል በግል የሚሰነዘር ነቀፌታ የወዳጅነት ስሜትን ጠብቆ የሚያቆይ ሲሆን በአደባባይ መንቀፍ ግን ያዋርዳል።
- ለሌላው ሰው ሀሳቡን እንዲገልፅ እድል መስጠት።
- ስህተቱ ቢታረም እንዴት ተጠቃሚ እንደሚሆን ማሳየት።
- ስህተቱ ባለመታረሙ የደረሰውን ዜሳራ መጠቀም።
- የማሻሻያ መንገዶችን ከመንገር ይልቅ ሀሳባቸውን መጠየቅ።
- ድርጊትን እንጂ ሀሳቡን ጥያቄ ውስጥ አልማስገባት። ሀሳብ ጥያቄ ውስጥ ከገባ ግንኙነቱ ቢቋረጥ የተሻለ ነው።
- የድርጊቱን አፈፃፀም እንጂ የድርጊቱ ፈፃሚን አለመንቀፍ።
- የግል ቅሬታን አልመግለፅ።
- ነቀፌታችሁን በሚገባ አስቡበት። ከልኩ አታሳልፉት። ነቀፌታ (ትችት) መድሀኒት እንደመስጠት ነው። መድሀኒቱ በተገቢው መንገድ መዋሀድና የአወሳሰድ መጠነም እንከን የሌለው ሊሆን ይገባል። ከዚህ ጉጂ ጉሳች ያዳርታል፤ ካነሰም ውጤታማ አይሆንም። አዎንታዊ በሆነ መልኩ በተገቢው መጠን ከተሰጠ ተአምር ሊፈጥር ይችላል።
- አንድ ሰው ስህተቱን አምሮ በመቀበል ይቅርታ ከጠየቀ ክብሩን አትንክቡት።
- አድናቆትን በመግለፅ አዎንታዊ አስተያየት ሰጥቶ መለያየት።

ነቀፌታን መቀበል

እንዳንድ ጊዜ አግባብነት ያላቸው፤ በሌላ ጊዜ ደግሞ ተገቢነት የሌላቸው ነቀፌታዎች የሚሰነዘሩባችሁ አጋጣሚዎች ይኖራሉ። በዓለም ያሉ ታላላቅ ሰዎች ነቀፌታዎች ይሰነዘሩባችኋል። አግባብነት ያለው ነቀፌታ በጣም ጠቀሜታ ሊኖረው ስለሚችል በአዎንታዊ መልኩ እንደ ማስተካከያ (አስተያየት) መወሰድ ይገባዋል። ተገቢ ያልሆነ ነቀፌታ ደግሞ በአርግጥም የማሳሳቻ አስተያየት ነው። በአማካይ ከታየ ሰዎች አሸናፊዎችን ይጠላሉ። ሰዎች ስኬታማ ካልሆኑና የሚያወሩት ነገር ካጡ እናንተን አላማቸው ያደርጓችኋል።

በፍፁም ልትነቀፉ የማትችሉበት ብቸኛው መንገድ ምንም ነገር ሳታደርጉ፤ ሳትናገሩ ወይም ሳይኖራችሁ ሲቀር ነው። የዚያን ጊዜ ትልቅ ምንጮች ሆናችሁ ታርፉታላችሁ።

ተገቢነት የሌለው ነቀፌታ ከሁለት ነገሮች ይመነጫል፡-

1. ድንቁርና፡- ነቀፌታ ከድንቁርና ሲመነጭ የእውነታን ግንዛቤ በማጉልበት በቀላሉ ሲወገድ ወይም ሲስተካከል ይችላል።
2. ቅናት፡- ከቅናት የመነጨ ነቀፌታ ሲሰነዘርባችሁ እንደ ማሳሳቻ አስተያየት ውለዱት። አላግባብ ነቀፌታ የተሰነዘረባችሁ ሌላው ሰው በእናንተ ቦታ ለመሆን በመፈለጉ ነው። ደግሞም ብዙ ፍሬዎችን ያፈራ ዛፍ ፍሬዎቹን ለማውረድ ሲባል ብዙ ድንጋይ እንደሚወረወርበት ማስታወስ ያሻል።

ሌሎች አራሳቸውን መርዳት አስከሚችሉበት ድረስ እነሱን ለመርዳት ፍቃደኛ የሆኑ ሌሎች በአይነታቸው ልዩ የሆኑ ሰዎች አሉ። ይሁንና እነዚህ ሰዎች አራሳቸውን ለመርዳት እንደቻሉ በተቻላቸው መጠን ሀይወትን መከረኛና ምሾት - የለሽ ያደርጋሉ። ይህ የሀይወት አካል በመሆኑ ስኬታማ መሆን ካለብን እነሱ የፈለጉትን ቢሉ የፈለግነውን ነገር ማድረግ ይኖርብናል። የዚህ አይነቱ ባህርይ የቅናት ውጤት ነው።

ገንቢ ነቀፌታን ለመቀበል አለመቻል ለራስ የሚለጥ ግምትን ዝቅተኛነት ያመለክታል።

ነቀፌታን ለመቀበል የሚያገለግሉ ሀሳቦች፡-

- በተከክለኛ መንፈስ መቀበል፡ ከማጉረምረም ይልቅ በደስታ ምላሽ መስጠት
- እእምሮን ከፍቶ ነቀፌታውን መገምገምና ጠቃሚ ሆኖ ከተገኘ መቀበል፤ ትምህርት በመውሰድ ተፈጻሚ ማድረግ።
- ራስን ለመከላከል፡- ገንቢ የሆነ ነቀፌታን ያለምንም ማመንታት አፅንኦት ሰጥቶ መቀበል። ይህንን ማድረግ ሌላውን ሰው ያበርደዋል። አለበለዚያ ሲያስቆጣውና ለወደፊቱም ገንቢ ነቀፌታ እንዳያቀርብ ያደርገዋል። ይህንን አካሄድ ለማምለጫነት የምንጠቀመው ከሆነ ከእንድ ጊዜ በላይ

አይሰራልንም። በቀና መንፈስ ከተገለገልንበት ግን ሁልጊዜም ውጤታማ ይሆናል።

- ገንቢ ነቀፌታ የሰነዘረ ሰው የልቡን ስለሚናገር እና ጠቀሜታ ስላለው ሊመሰገን ይገባዋል።
 - ለራሱ ከፍተኛ ግምት የሚሰጥ ሰው አዎንታዊ ነቀፌታን ስለሚሰጥ እራሱን ያሻሽላል እንጂ አይማረርም።
- የብዙ ሰዎች ችግር በገንቢ ነቀፌታ ስህተታቸው ከሚነገራቸው ይልቅ በሀሳተኛ ሙገሳ ጉዳት በደርሰባቸው መምረጣቸው ነው።

ስሞታዎች

የእንዳንድ ሰዎች የስሞተኛነት አመል ስር የሰደደ ነው። ትንሿ መቀት በጣም ትወብቃቸዋለች። ትንሿ ቅዝቃዜ ቆፈን ታስይዛቸዋለች። እያንዳንዱ ቀን ለእነሱ መጥፎ ቀን ነው። ሁሉም ነገር በጥሩ ሁኔታ እየሄደም እንኳን ያማርራሉ። ስሞታው ለምን አስፈለገ? ምክንያቱም 50 በመቶ የሚሆኑት ሰዎች ስለ ሌላው ሰው ችግር ግድ የላቸውም። የተቀሩት 50 ከመቶዎቹ ደግሞ ሌሎች ችግር ስለጋጠማቸው ደስተኛ ናቸው። የማማረሩ ጥቅም ምንድን ነው? ምንም ጥቅም የለውም። ብቻ ስሞታ የስብዕና መገለጫ ባህርይ ይሆናል። ይህ ሲባል በፍፁም ማማረር ወይም ስሞታዎችን መቀበል የለብንም ለማለት ይሆን? በፍፁም እንደዚያ ለማለት አይደለም። እንደነቀፌታ ሁሉ በአዎንታዊ መልኩ ከቀረቡ ስሞታዎችም በጣም ጠቃሚ ሊሆኑ ይችላሉ።

ገንቢ ስሞታዎች፡-

ሀ) የስሞታ አቅራቢውን አሳቢነት ያሳያሉ።

ለ) ስሞታ የቀረበለትንም ሰው እራሱን እንዲያርም ሁለተኛ እድል ይሰጡታል።

እርምጃ 6: ፈገገታ እና ደግ መሆን

ፈገገታ *

- ፈገገታ ምንም ባያስከፍልም ብዙ ነገሮችን ይፈጥራል።
- ሰጪዎቹን ሳያደክይ ተቀባዮችን ያበሰፅጋል።
- ከመቅፅበት ተከስቶ ትዝታው ለዘለእለም ይዘልቅ ይሆናል።
- ያለፈገገታ ለመኖር ችሎ የበለፀገ ማንም ሰው የለም፤ ፈገገታ በሚያስገኛቸው ጥቅሞች የበለጠ መበልፅግ እንዳልቻለ ሰው የሚደክይም ማንም ሰው የለም።

*ከ ብዙ ጤነኛ አፍ ... ቢትስ ኤንድ ፒስቡ የተወሰደ፤ ኢኮኖሚክ ፕሬስ፤ ፌርፌልድ፤ አንጂ፤ 1994፤ ገፅ 170

- ፈገግታ በቤት ውስጥ ደስታን ይፈጥራል፤ በስራ ዓለም ወዳጅነትን ያሳድጋል፤ የጓደኞች ማረጋገጫ ፊርማም ነው።
- ፈገግታ በድካም ለዛሉ ማረፊያቸው፤ ተስፋ ለቆረጡ የቀን ብርሃናቸው፤ ላዘኑ የማሰዳ ፀሃያቸው ሲሆን ለተፈጥሮ ደግሞ አይነተኛ የችግር ማርክሻ መድሀኒቷ ነው።
- ለማንም ሰው ቢሆን ወጥቶ አስከሲጥ ድረስ ምንም አይነት ጥቅም ስለሌለው በልመና ሊገኝ፤ ሊገዛ፤ ቂብደር ወይም ሊሰረቅ አይችልም።
- በዕለት ውስጥ የሆኑ ውስጥ አንዳንድ የልብ ወዳጆቻችሁ ፈገግታን ሊለግሷችሁ በጣም ይደክማቸው ጅሆናል። እናንተ ግን ፈገግታችሁን አትንፈቃቸው። ምንም የሚሰጡት ነገር የሌላቸውን ሰዎች ያህል ፈገግታ የሚያስፈልገው ማንም ሰው የለም።

ፍልቅልቅነት ከመልካምነት ተነስቶ የሚፈስ ጅረት ነው። ፈገግታ ማስመለያ ወይም ክልብ የመነጨ ሲሆን ይችላል። ቁልፉ ያለው ክልብ የመነጨ ፈገግታ ላይ ነው። ከመከላከል ፊትን ከማጨፍገግ ይልቅ ፈገግ ማለት ይቀላል። መከላከል ከፈገግታ የበለጠ ብዙ ጡንቻዎችን ማለራትን ይጠይቃል። ፈገግታ የፊትን ውበት ያሻሽላል። ከነጭናጫ ሰው አጠገብ መሆን የሚሻ ማን ነው? ከባለበት ነጭናጫ ሰው በስተቀር ማንም ይህን አይፈልግም! ፈገግታ ተዛማጅ ከመሆኑም ሌላ የፊትን ገፅታ ለማሻሻል የሚቻልበት ቀላል ዘዴ ነው። ፈገግታ የተላበሰ ፊት ሁልጊዜም ተቀባይነትን ያገኛል።

እርምጃ 7: ሰሌዳዎች ሰዎች ባህሪዎ አዎንታዊ ፍቺ መስጠት

በቂ እውነታ በሌለበት ጊዜ ሰዎች በደሙ-ነፍስ ለሌሎች ሰዎች ድርጊቶች ወይም ስንፍናዎች አሉታዊ ፍቺ ይሰጣሉ። አንዳንድ ሰዎች በፓራኖያ (ሰዎች ሁሉ ጠላቶች ናቸው ብሎ የማለብ በሽታ) ስለሚለቃዩ ዓለም ሁሉ ሊበላቸው ይችላሉ። ይህ እውነት አይደለም። በአዎንታዊ አስተሳሰቦች በመጀመር መልካም ግንኙነቶችን የሚያመጣ አስደሳች ስብዕና የማጉልበት የተሻለ እድል አለን።

ለምሳሌ ለአንድ ሰው ደጋግመን ስልክ ብንደውልለትም ለሁለት ቀናት ያህል ምላሽ ካልሰጠን በእእምሯችን የሚመጣልን የመጀመሪያው ሀሳብ ብፍፁም ለእኔ ሰመደወል አስቦ አያውቅም። ወይም ሕውቆ ችላ ብለኝ ነው። የሚል ይሆናል። ይኼ አሉታዊ አስተሳሰብ ነው። የደወልንላቸው ሰዎች ምናልባት።

- ስልክ ሊደውሉልን ቢሞክሩም ሊያገኙን አልቻሉም ይሆናል።
- ለእኛ ባይደርስንም መልዕክት ትተዉልን ይሆናል።
- አስቸኳይ ጉዳይ አጋጥሟቸው ሊሆን ይችላል።
- የተውንላቸው መልእክት ላይደርሳቸውም ይችላል።

በርካታ ምክንያቶች ሊኖሩ ይችላሉ። ስለዚህ ጥርጣሬውን ለሌላኛው ትቶ በአዎንታዊ አስተሳሰብ እንደገና መሞከሩ ዋጋ ይኖረዋል።

እርምጃ 8: ጥሪ አድማጭ መሆን

አብዛኛውን ጊዜ የንግግር ጥበብ እየሞተ መሆኑን እናነባለን። ይሁንና ጥሩ አድማጭ መሆን ክቢያ የበለጠ ጠቀሜታ እንዳለውና ለመቀዳጀትም አስችጋሪ እየሆነ መሄዱን አትስማሙበትም ይሆን?

እስቲ የገዛ ራሳችሁን የሚከተሉትን ጥያቄዎች ጠይቁት። ሰዎች እንዲያዳምጧችሁ ስትፈልጉ እነዚህ ሁኔታዎች ቢፈጠሩ ምን ይለማችኋል?

- ከማዳመጥ ይልቅ ብዙ ቢያውሩስ?
- ገና መናገር ስትጀምሩ በሀሳባችሁ አለመስማማታቸውን ቢገልፁላችሁስ?
- በየደቂቃው ጣልቃ እየገቡ ቢያቋርጧችሁስ?
- ትዕግስት በማጣት እያንዳንዱን የጀመራችሁትን ዓረፍተ ነገር እነሱ ቢጨርሱላችሁስ?
- በአካል አብረዋችሁ ቢሆኑም በእእምሮ ክእናንተ ጋር ባይሆኑስ?
- ቢሰማችሁ ነገር ግን ባያዳምጧችሁስ? እያዳምጧችሁ ባለመሆኑም አንድን ነገር ሁለት ወይም ሶስት ጊዜ መደጋገም ቢኖርባችሁስ?
- ክእውነታው ጋር የማይገናኙ ድምዳሜዎች ላይ ቢደርሱስ?
- ተያያዥነት የሌላቸው ክርዕለ - ጉዳያችሁ ውጪ የሆኑ ጥያቄዎችን ቢጠይቁችሁስ?
- ቢቁነጠነጠና ቢረበሹስ?
- እያዳምጧችሁ ወይም ትኩረት አየሰጧችሁ አለመሆናቸው በግልፅ ቢያስታውቅባቸውስ?

እነዚህ ሁሉ ነገሮች ለተናጋሪው ሰው ወይም ለርዕሰ ጉዳዩ ፍላጎት ማጣትን የሚያመለክቱ ሲሆን ሙሉ በሙሉ ጨዋነት የጉደሳቸው ተግባራት ናቸው።

የሚከተሉት ቃላት የአለመደመጥን ስሜት ይገልፁት ይሆን?

- መዘንጋት
- ውድቅ መደረግ
- መክፋት
- መናቅ
- አላስፈላጊነት
- ትንሽነት
- ችላ መባል
- መንኳሰስ
- መበሳጨት

- ደደብነት
- ዋጋ ቢስነት
- ቅር መሰኘት
- ተነሳሽነት ማጣት
- ተስፋ መቁረጥ

እስቲ ሁኔታውን በተገላቢጦሽ እናስበው አንድ ሰው እንዲያዳምጣችሁ ፈልጋችሁ እያለ የሚከተሉት ሁኔታዎች ቢፈጠሩስ?

- አድማጩ እንዲመቻችሁ ቢያደርጋችሁስ?
- ባልተከፋፈለ እእምሮ በፅኑና ሲያዳምጣችሁስ?
- ተገቢና ተያያዥ ጥያቄዎችን ቢያቀርብላችሁስ?
- በጉዳያችሁ ላይ ፍላጎቱን ቢያሳያችሁስ?

የሚከተሉት ቃላት የመደመጥን ስሜት ይገልፁት ይሆን?

- እስፈላጊነት
- መደሰት
- መርካት
- ጠቃሚነት
- እሳቢነት
- ጥሩነት
- ደስተኝነት
- መደነት
- መበረታተት
- መነቃቃት

- ውጫዊ መሰናክሎች

አካላዊ
ጫጫታ
ድካም

- ውስጣዊ መሰናክሎች

የህላብ መበተን፣ በህላብ መጠመድ ወይ መዘንጋት
ጭፍን ጥላቻ፣ ለዎችን አስቀድሞ መፈረጅ፣
ለጉዳዩ ወይም ለተናጋሪው ፍላጎት ማጣት

እንደቋንቋ፣ የመረዳት ችሎታ ወዘተ ያሉ አእምሯዊ መሰናክሎችም ሊኖሩ ይችላሉ። ሌሎችን እንዲናገሩ ለማነቃቃት ጥሩ አድማጭ መሆን ያስፈልጋል።

ማዳመጥ እሳቢነትን ያመለክታል። ለሌላ ሰው የእሳቢነት ዝንባሌ ስታላዩ ሰውየው እስፈላጊ እንደሆነ ይለማዋል። የተፈላጊነት ስሜት

ሲለማው ምን ይፈጠራል? የበለጠ ስለሚነቃቃ ሀሳባችሁን በተሻለ ይቀበላችኋል።



«የተከፈተ ፅብ ብቸኛ አሳማኝ ምልክት

የተከፈተ ጆር ነው።»

- ዲቪድ ሶግስበርገር



ጥሩ አድማጭ ለመሆን፦

- ተናጋሪውን እንዲያወራ አበረታቱት።
- ጥያቄዎችን ጠይቁ። ይህን ማድረግ ለማድመጥ ፍላጎት እንዳላችሁ ያመለክታል።
- ጣልቃ ገብታችሁ ንግግር አታቋርጡ።
- መግባባትና አክብሮት አላዩ።
- ርዕሱን አትለውጡ።
- ሙሉ ትኩረታችሁን ለጥታችሁ በጥሞና አዳምጡ።
- የሀላብ መበታተንን አስወግዱ።
- ችግሮችን እንደራሳችሁ ችግር ማየታችሁን አላዩ።
- እእምሯችሁን ከፍት አድርጉት። ቅድመ - ግንዛቤዎች እና ጭፍን ጥላቻዎች ከማድመጥ እንዳይከለክላችሁ አድርጉ።
- በሚተላለፈው መልዕክት ላይ እንጂ በአቀራረቡ ላይ አታተኩሩ።
- እንደ ፊት ገፅታ፣ የአይኖች አስተያየት ወዘተ ያሉ አፋዊ ያልሆኑ መስተጋብሮችን ለይታችሁ እወቁ። እነዚህ ነገሮችን ከአፋዊው መልዕክት የተለየ ፍቺ ሊያስተላልፉ ይችላሉ።
- ቃላትን ብቻ ሳይሆን ስሜቶችንም አድምጡ።

እርምጃ 9: ከፍተኛ ጉጉት



«የትኛውም ታላቅ ነገር ያለ ከፍተኛ ጉጉት ተገኝቶ አይውቅም።»

- ራልፍ ዋልዶ አመርሰን



ከፍተኛ ጉጉት እና ድል ጉን ለጉን የሚሄዱ በሆኑም ጉጉት ቀዳሚውን ስፍራ ይይዛል። ከፍተኛ ጉጉት በራስ መተማመንን ያጭራል፣ ሞራልን ከፍ ያደርጋል፣ ታማኝነትን ይገነባል፣ ዋጋውም የሚተመን አይደለም። ከአንድ ሰው አነጋገር፣ አካሄድ ወይም እጅ አጨባበጥ በመነሳት

የጉጉቱን ከፍተኛነት ማወቅ ትችላላችሁ። ከፍተኛ ጉጉት ሰዎች ሊካኑበትና ሊሰማመዱት የሚችሉት ልምድ ነው።

ከብዙ ምዕተ አመታት በፊት በአመት የአንድ ሚሊዮን ዶላር ደመወዝ ያገኝ የነበረው ቻርልስ ሸዋብ የዚህ አይነቱ ከፍተኛ ደመወዝ የሚከፈለው የተለየ ብረት የማምረት ችሎታ ስላለው እንደሆነ ተጠይቆ ነበር። ቻርልስ ሸዋብ ይህንን ጥያቄ ሲመልስ “ታላቅ ግምት የምስጠው ችሎታዬ እንደ ላቀ ህብቶቼ በምቆጥፏቸው ሰራተኞቼ ውስጥ ከፍተኛ ጉጉት ማጫራን ነው። በሰዎች ዘንድ ይህን አይነቱን ጉጉት የማዳበሪያው መንገድ ደግሞ አድናቆትን መግለፅና ማበረታታት ነው” ብሏል።

ሀያው ሆኖችሁ ኑሩ። ከመሞታችሁ በፊት አትሙቱ። ሕዚህ ግቡ የማይባሉ ተራ ነገሮችን የምርጦች ምርጥ የሚያደርጋቸው ከፍተኛ ጉጉትና የጋለ ፍላጎት ናቸው። በአንድ ዲግሪ ሊልሸስ የሙቀት መጠን ልዩነት ውሀ ወደ እንፋሎትነት ይለወጣል። ከዚያም እንፋሎቱ በዓለም ላይ ትላልቅ የሚባሉትን ሞተሮች ማንቀሳቀስ ይችላል። ከፍተኛ ጉጉት በሀይወታችን ውስጥ የዚያን አይነት ነገር እንድናደርግ ይረዳናል።

እርምጃ 10: ትክክለኛ እና ልባዊ አድናቆትን መግለፅ

ታዋቂው የስነ - ልቦና ባለሙያ ዊልያም ጆምስ “ከሰው ልጆች ጥልቅ ፍላጎቶች አንዱ የመደነቅ ፍላጎት ነው። የአስመራሰግ ስሜት ጉጂ ነው” ብሏል።

ውድ ጌጣጌጦች እውነተኛ ስጦታዎች አይደሉም፤ ይልቅስ የጉድለት መሸፋፈኛዎች ናቸው። ብዙውን ጊዜ ከሰዎች ጋር አብረን በቂ ጊዜ ባለማሳለፋችን ይህንን ለማካካስ ስንል ውድ ስጦታዎችን እንገነዘባቸዋለን። እውነተኛ ስጦታ አራስን ከፍሎ መስጠት ነው።

ልባዊ አድናቆት አንድ ሰው ለሌላ ሰው ከሚሰጣቸው ታላላቅ ስጦታዎች አንዱ ነው። ክልቡ የመነጨ አድናቆት አንድን ሰው የተፈላጊነት ስሜት እንዲሰማው ያደርጋል። በአብዛኛው የሰው ልጅ ዘንድ ተፈላጊ የመሆን ፍላጎት ከታላላቅ ጉጉቶች አንዱ ነው።

«ባስንበት ዘመን ከሁሉ የላቀው ትልቁ በሽታ ስጋ-ደዋ ወይም የሳንባ ነቀርሳ ሳይሆን ተፈላጊ ያስመሆን ስሜት ነው»

- እማሆይ ቲሬዛ

አድናቆትን መግለፅ ውጤታማ እንዲሆን የተወሰነ ቅድመ - ሁኔታዎችን ማሟላት ይኖርበታል።

1. ተስደቶ መገለፅ አለበት፡ ለአንድ ሰው ጥሩ ስራ መስራቱን ነግረው ከፊቱ ዘር ብንል ሰውየው ምን ያስባል? “ምን ጥሩ ነገር ሰራሁ?” በማለት

ያስባል! ግራ ይጋባልም። ይሁንና “ያንን አስቸጋሪ ደንበኛ በጥሩ ሁኔታ ነበር ያስተናገድከው” ካልነው ሰምን እንዳይነቅነው ያውቃል።

2. ወዲያወት መገለፅ ይኖርበታል፡ አንድ ሰው የሚያስመስግነው ነገር ከሰራ በኋላ ስድስት ወር ገደማ ከርመን አድናቆታችንን ብንገልፅለት ውጤታማነቱ ይቀንሳል።

3. ልባዊ መሆን ይገባዋል፡ አድናቆት ክልብ መመንጫት አለበት። አያንዳንዱ ቃል እውነተኛ ህሳብን መግለፅ ይኖርባታል። ክልብ ያለመሆኑ ሊያስታውቅ ስለሚችል የምራችሁን ካልሆነ አድናቆታችሁን ባትገልፁ ይሻላል።

4. ምስጋናችሁ በሳገር ገን... የታደዘ አይሆን፡ ሳገር ግን... የሚለውን አያያዥ ቃል ስንጠቀም አድናቆታችንን እንሰርዘዋለን። ከዚያ ይልቅ ሕና፤ ሕዚያ በተጨማሪ ወይም ሌላ ተገቢ ማያያዣ ቃላትን ተጠቀሙ። “ጥረትህን በጣም አደንቅልህላሁ። ነገር ግን...” ከምትሉ ይልቅ “ጥረትህን በጣም አደንቅልህላሁ። እናም እባክህን ...” በማለት ቀጥሉ።

5. አደንቅታችሁን ከገለፃችሁ በኋላ ምላሽ ወይም ምስጋና መጠበቅ አያስፈልግም፡ አንዳንድ ሰዎች በምላሽነት አስተያየት እንዲሰጣቸው ይፈልጋሉ። የአድናቆት መግለፅ አላማው ይህ አይደለም።

ሰዎች አድናቆታቸውን ሲገልፁላችሁ አመስግናችሁ በደስታ ተቀብሏቸው።

ክልብ ካልመነጨ የአንገት በላይ አድናቆት ይልቅ እውነተኛ ተቃውሞን ማስተናገድ ይቀላል። ቢያንስ ሰውየው የት ቦታ ላይ እንዳለ ያውቃል። ልባዊ አድናቆታችሁን የምትገልፁበት የትኛውም አጋጣሚ እንዳያመልጣችሁ። አድናቆትን መግለፅ ሌላው ሰው ለራሱ የሚሰጠውን ግምት ስለሚያገለግልበት የዚያኑ ያህል እናንተ ራሳችሁም ሰገዛ ራሳችሁ የሚኖራችሁ ግምት ከፍ ይላል። በይፋ አድናቆትን መግለፅ እውቅና ማግኘት ነው።

ማስጠንቀቂያ፡ ግልፅ የሆነ ምክንያት ሳይኖር አድናቆትን መግለፅ ቅሬታን ሊያስከትል ይችላል።

በአድናቆትና በሽንገላ መካከል ያለው ልዩነት ምንድነው?

ልዩነቱ ቀናነት ነው። አንደኛው የልብ ሲሆን፤ ሌላው የአፍ ነው። አንዱ ክልብ የመነጨ ሲሆን፤ ሌላው ደግሞ የተሰወረ ምክንያት አለው። እንዳንድ ሰዎች ልባዊ ምስጋና ከማቅረብ ይልቅ መሸንገል ይቀላቸዋል። ለዎችን አትሸንግሉ፤ በሸንገላም አትታሉ።

ሸንገላ የቂሱት ቀስብነቱ
መቼ ስለፈበትና እንደተረከነቱ
ሕሁንስ ቢሆን የዘመናችን ሸዋዊዎች
የት ተዋችሁት ስትቀምሱት እየቀነጠራችሁ

ጃናታን ስዊፍት

ከአንገት በላይ የሆነ ክልብ ያልመነጨ አድናቆት በበረሃ ውስጥ እንደሚታይ ጥብርብርብ ራዕይ ነው፤ ስቀረባችሁት ቁጥር የሌለ ምስል እንጂ ሌላ ነገር ስለማይሆንባችሁ በጣም ታብላላችሁ። ለዎች ለመሸሸጊያነት ግንባራቸው ላይ ቅንነትን ይለጥፋሉ።

እርምጃ 11: ስህተትን መቀበልና ማለፍ

“ስላሳት፣ በቀላሉ ልሰወጥበት፣ ትክክል ክሆንኩኝ፣
በዚያው እንደቀጥሰህ ስደርጉኝ። ይኼ ጥሩ የሸናፈር ፍልስፍና ነው።”

አንዳንድ ሰዎች እየኖሩ ሊማሩ ሌሎች ግን ቢኖሩም በፍፁም አይማሩም። አንድ ሰው ሊሰራቸው ከሚችላቸው ስህተቶች ሁሉ የላቀው ስህተቱን መድገሙ ነው። ስህተታችሁን በሌላ ላይ በማላክ የማስተባበያ ሰበቦች አትፈልጉ። በስህተታችሁ ውስጥ አትኑሩ። ስህተታችሁን ስትገነዘቡ ስህተታችሁን ተቀብላችሁ ሀላፊነቱን ብትወስዱና ይቅርታ ብትጠይቁ ጥሩ ይሆናል። ስህተታችሁን አትሸፋፍኑ። «ለምን?» ቢባል ስህተትን መቀበል የሌላውን ሰው ቁጣ ያበርዳልና ነው።

እርምጃ 12: መወያየት እንጂ አስመጪቃጪቅ

ጭቅጭቅን በማሰወገድና ትንሽ ጥንቃቄ በመውሰድ የልብ ስብራትን መከላከል ይቻላል። በጭቅጭቅ አሸናፊ የመሆኛው የተሻለ ዘዴ ጭቅጭቁን ማሰወገድ ነው። በጭቅጭቅ በፍፁም አሸናፊ መሆን አይቻልም። ብታሸንፉ እንኳን ትሸነፋላችሁ፤ ከተሸነፋችሁም ትሸነፋላችሁ። በጭቅጭቅ አሸናፊ ሆናችሁ ብትገኙና ጥሩ ስራችሁን፣ ደንበኞችሁን፣ ጓደኞችሁን ወይም ትዳራችሁን ብታጡ ይኼ ምን አይነት ድል ነው? ባዶ ድል! ጭቅጭቅ የሚመነጨው ከተወጠረ የራስ - ኩራት ነው።

መጨቃጫቅ የተሸነፉበትን ጦርነት እንደመዋጋት ነው። ብናሸንፍ እንኳን ኪሳራው ድሉ ከሚያስገኘው ዋጋ የበለጠ ሊሆን ይችላል። አሸናፊ ሆናችሁ ብትገኙ እንኳን የስሜት ጦርነቱ በውስጣችሁ የጥላቻ አተላ ይተዋል።

በጭቅጭቅ የሚሳተፉት ሁለቱም ሰዎች የመጨረሻዋን ቃል ለመናገር ይሞክራሉ። ጭቅጭቅ የጨከኑት ውድድር የሚያመጣ የራስ-ኩራቶች ጦርነት እንጂ ሌላ ምንም አይደለም። ከለየለት ጅል የሚበልጠው ትልቁ ጅል ከእሱ ጋር የሚጨቃጨቀው ነው!

ዋጋ ይኖረው ይሆን?

በብዙ ጭቅጭቆች አሸናፊ እየሆናችሁ በሄዳችሁ ቁጥር የጓደኞቻችሁ ቁጥር የዚያኑ ያህል እየቀነሰ ይሄዳል። ትክክል ብትሆኑም እንኳን መጨቃጫቅ ይገባችኋል? መልሱ በጣም ግልፅ ነው። በጭራሽ መጨቃጫቅ አይገባችሁም። እንዲህ ሲባል አንድ ሰው ከሌላ ሰው ጋር የሚጋጭ ነጥብ ማንሳት አይገባውም ማለት ነው? ከሌሎች ሀሳብ ጋር የሚጋጭ ነገር ካለን በእርጋታና በዘዴ ገለልተኛ አገላለጾችን በመጠቀም ለምሳሌ “ባለኝ መረጃ መሰረት...” እያልን ሀሳባችንን ማብራራት ይገባናል። ሌላው ሰው ተጨቃጫቂ አይነት ቢሆንብንስ፣ መሳሳቱን ለማረጋገጥ ብንችል እንኳን ያንን ማድረግ ዋጋ ይኖረው ይሆን? - አይመስለኝም። ሀሳብችንንስ ለሁለተኛ ጊዜ ማብራራት ይኖርብናል? በበኩሌ እንደዚያ አላደርግም። ለምን? ምክንያቱም ጭቅጭቁ የተነሳው የትኛው ሀሳብ ትክክለኛ እንደሆነ ከማሳየት ይልቅ ማን ትክክል እንደሆነ ለማረጋገጥ እየሞከረ ከሚገኝ ዝግ አእምሮ በኩል ነው።

ለምሳሌ ለዎች በተሰባሰቡበት አንድ የማህበራዊ ኑሮ አጋጣሚ ላይ በተለይ ትንሽ መጠጥ ከተቀመለ፣ አንዱ ድንገት ከመሬት ተነስቶ ጉዳዩ እንደሚመለከተው ባለስልጣን ሆኖ “ያለንበት አመት የውጪ ንግድ ገቢ መጠን 50 ቢልዮን ዶላር ነው” ሊለን ይችላል። የአጋጣሚ ነገር ሆኖ መረጃው የተሳሳተ መሆኑንና ትክክለኛው የገቢ መጠን 45 ቢልዮን ዶላር እንደሆነ አውቃችኋል። ይህን ጉዳይ በጠዋቱ ጋዜጣ ላይ አንብባችሁት ወይም ወደዚያ ስፍራ እየመጣችሁ እያለ በሬዲዮ ሲነገር ሰምታችሁ ይሆናል። ማረጋገጥ ካስፈለጋችሁም ትናንት የገዛችሁትን መፅሄት ከመኪናችሁ ውስጥ አምጥታችሁ ልታላቁ ትችላላችሁ። እናስ ይኼ ሁሉ መረጃ ስላላችሁ ሀሳባችሁን ትገልፃላችሁ? በእርግጥም “የውጪ ንግድ ገቢ መጠን 45 ቢልዮን ዶላር ለመሆኑ መረጃ አለኝ” በማለት ሀሳባችሁን ትገልፃላችሁ። የዚህ ጊዜ ሰውዬው “ስለምን እንደምታውሩ አታውቁም። እኔ የምናገረውን ነገር በትክክል አውቃለሁ። የውጪ ንግድ ገቢ መጠን 50 ቢልዮን ዶላር ነው” በማለት የአፀፋ ምላሽ ይሰጣል።

ይህን ጊዜ በርካታ አማራጮች አሏችሁ።
ሀሳባችሁን በድጋሚ በመግለፅ ጭቅጭቅ ትጀምራላችሁ።

1. በሩጫ ወደ መኪናችሁ ሄዳችሁ መፅሄቱን በማምጣት መሳሳቱን በይፋ ታረጋግጣላችሁ።

2. ትወያያላችሁ እንጂ አትጨቃጨቁትም።

3. ትተጠቃላችሁ።

ትክክለኛዎቹ አማራጮች 3 እና 4 ናቸው።

እንደ ሰው በህይወቱ ታላላቅ ተግባራትን ከፍፃሜ ለማድረስ ከፈለገ ብለለትን መለማመድ አለበት። ብስለት ማለት አሳስፈላጊ በሆኑ ነገሮችና በተራ ጭቅጭቅ ውስጥ ገብቶ አለመደናበር ነው።

በጥቅጥትና በወይይት መካከል ያለው ልዩነት ምንድን ነው?

- ጭቅጭቅ ትኩላትን ሲረጭ፣ ወይይት ብርሃን ይረጫል።
- እንደ ከራስ ኩራትና ከዝግ አእምሮ ውስጥ የሚበቅል ሲሆን፣ ሌላኛው ከከፍት እእምሮ ይወለዳል።
- ጭቅጭቅ የደንቁርና ልውውጥ ሲሆን፣ ወይይት እውቀትን ያለዋውጣል።
- ጭቅጭቅ የቁጣ መግለጫ ሲሆን፣ ወይይት የተጠየቅ መግለጫ ነው።
- ጭቅጭቅ ማን ትክክል እንደሆነ ለማሳየት ሲሞክር፣ ወይይት የትኛው ሀሳብ ትክክል እንደሆነ ለማመልከት ይጥራል።

ሚዛናዊ ባልሆነ አስተሳሰብ ማስረዳት አርባና አይናረውም፣ ያላችሁትን ነገር አሳማኝ ሆኖ በላላገኘው በግድ እንዲገባው ልታደርጉት አትችሉም። አብዛኛውን ጊዜ ጠባብ አእምሮና ሰፊ እፍ ዋጋ ወደሌለው ጭቅጭቅ ይመራሉ።

ለመወያየት ካበረሰ ሌላው ሰው አስተያየቱን ማንም ሰው ሳያደርገው እንዲገልፅ አድል ሲሰጠው ይገባል። ያለውን ሀሳብ በሙሉ እንጠፍጥፎ ይናገር። በሚለው ነገር ሁሉ መሳሰቱን ልታረጋግጡለት አትሞክሩ። ወደ ራሱ ሀሳብ እንድትመጡለት ያስገድዳችሁም ዘንድ አትፍቀዱለት። አቀራረባችሁ ትህትናና አክብሮት አይሰየው። ይሄም ግራ ያጋባዋል።

በየትኛውም የዚህ አይነት አጋጣሚ ሀሳቡን በተለያየ አቅጣጫ ለመመልከት የተሻለ የሚሆነው መንገድ፡-

1. በትዕግስት ማዳመጥ
2. ወገብን አጥብቆ ለጭቅጭቅ አለመጋበዝ ወይም የመልስ ምት አለመስጠት - ይህን ማድረግ ለጠብ የተዘጋጀውን ለውዩ ግራ ያጋባዋል።
3. የይቅርታ ጥያቄ አለመጠበቅ - ምክንያቱም አንዳንድ ሰዎች ለህተት ቢለሩም እንኳን ይቅርታ መጠየቅ ይቸግራቸዋል።

ወይይት በተገቢው ሰአት ተገቢውን ነገር መናገርን ብቻ ሳይሆን መነገር የሌለበትን ሳይናገሩ መተውንም ይጠይቃል።

ሀፃናት ሲማሩት የሚገባቸው ሀሳብን ገልጾ የመናገርን ጥበብ እንጂ ለንግግር መልስ መስጠትን አይደለም። ጉልማሶች ሳንከፋ ያለመስማማትን ጥበብ መማር ይኖርብናል።

እንደ ሰው ጭቅጭቅ ውስጥ በገባ ጊዜ አጋጣሚውን የሚያስተናግድበት መንገድ አስተዳደጉን ያንፀባርቃል።



ከአሳማ ጋር ትገል መገጠም እንደሌለብን የተማርኩት ከረጅም ጊዜ

በፊት ነበር። እንደዚያ ካደረጋችሁ

ትቅሽሻላችሁ፣ በዚህ ላይ አሳማ ትገል ይወዳል።”

- ሳይረስ ጅንግ



ወይይት ለመጀመር መወሰድ ያለባቸው እርምጃዎች

1. አእምሯችሁን አስፋት
2. ጭቅጭቅ ውስጥ አትግቡ
3. ጣልቃ አትግቡ
4. አመለካከታችሁን ከመግለፃችሁ በፊት የሌላውን ሀሳብ አድምጡ
5. ያልገባችሁን ነገር እንዲብራራላችሁ ጠይቁ። ይህን ማድረግ ሌላውን ሰው በይበልጥ እንዲያስብ ያዘጋጀዋል።
6. አታጋንኑ
7. የማሳመን ጉጉት ይኑራችሁ፣ ሀይለኛ አትሁኑ
8. መረታት ካለባችሁ እጅ ለመስጠት ፈቃደኛ ሁኑ
9. በተራ ነገሮች ላይ ለዘብተኛ ሁኑ፣ በመርሆች ላይ ግን የፀና እቋም ይኑራችሁ
10. ክብርን የሚነካ ጉዳይ አታንሉ
11. ተቀናቃኞችሁ ክብሩ ሳይጉዳ ገለል የሚልበት ደስ የሚያለኘው መንገድ ጥረጉለት። ማወገዝ ሊገደደድ ይችላል
12. ከጠጣር ቃላትና ለሰላሳ የመከራከሪያ ነጥቦች ይልቅ ለሰላሳ ቃላትና ጠጣር የመከራከሪያ ነጥቦችን ተጠቀሙ

እንደን አላዋቂ በጭቅጭቅ ድል መንሳት አይቻልም። ጠንካራ እና መራራ ቃላቱ ደካማ ጉኑን ያመላክታሉ።

በወይይት ጊዜ “እንደሚመስለኝ...”፣ “ምናልባት ተላላኛ ሲሆን ይችላል፣ ነገር ግን...” እና የመሳሰሉትን አባባሎች መጠቀም ጥሩ ሲሆን ይችላል።

ጭቅጭቅን የማምከኛው ሌላው መንገድ አላዋቂነትን ማሳየትና ከዚህ በታች ያሉትን አይነት ጥያቄዎች መጠየቅ ነው፡-

- ለምን የዚያ አይነት ስሜት ይሰማህል?
 - ትንሽ ልታብራራልኝ ትችላለህ?
 - ለማለት የፈለግኸውን ሀሳብ ለይተህ ልትነግረኝ ትችላለህ?
- የማይሆን ሆኖ ከተገኘም በትህትናና በርጋታ በጨዋ ደንብ ላለመስማማት መስማማቱ ጠቃሚ ሳይሆን አይቀርም።

እርምጃ 13: አሉባልተኛ አስመሆን

አሉባልታ የሚነግሯችሁ ለዎች አናንተ በሌላችሁበት ስለአናንተ አሉባልታ እንደሚነዙ አትርሱ።

አሉባልታ መንዛትና ውሸት መናገር የቀረበ ዝምድና አላቸው። አሉባልተኛ በጥድፊያ አዳምጦ በእርጋታ የሰማውን ደግሞ ይናገራል። አሉባልተኛ ስለገዛ ራሱ ጉዳይ አይጨነቅም። ምክንያቱም አእምሮም ሆነ ስራ የለውም። አሉባልተኛን ከሰማው ይልቅ ሳይሰማው የቀረው ያሳስበዋል። አሉባልታ አንድም ሳያስቀሩ በማውራት ምንም ነገር ያለመናገር ጥበብ ነው። አንድ የሆነ ሰው በሚገባ እንደገለፀው፡-

“ትናንሽ ሰዎች ስለ ሌሎች ሰዎች ያወራሉ፣ ተራ ሰዎች ስለ ነገሮች ያወራሉ፣ ታላላቅ ሰዎች ስለሀሳቦች ያወራሉ።”

አሉባልታ ወደ ስም ማጥፋትና ዝናን ወደማጉደፉ ሊመራ ይችላል። አሉባልታ የሚያዳምጡ ለዎች የአሉባልተኞቹን ያህል ጥፋተኛ ናቸው።

አሉባልተኛ አብዛኛውን ጊዜ በገዛ ራሱ የአፍ ወጥመድ ይይዛል። አሉባልተኛ ለፍትህ ክብር የለውም። አሉባልታ ልብ ይሰብራል፣ የብዙዎችን ህይወት ያበላሻል፣ በዚህ ላይ ብልጣ ብልጥና ተንኮለኛ ነው። ምስኪኖችንም ስለባ ያደርጋል። አሉባልታ መልክና ስም ስለሌለው ለመከታተል ያስቸግራል። አሉባልተኞች ዝናን ያጉድፋሉ፣ መንግስታትን ይገለብጣሉ፣ ትዳር ያፈርሳሉ፣ የልብ ስብራትና እንቅልፍ የለሽ ሌሊቶችን ያስከትላሉ፣ ንፁሃንን ደም እንባ ያስለቅሳሉ፣ የሰራ ህይወትን ያጠፋሉ።

በሚቀጥለው ጊዜ አሉባልታ ውስጥ ስትዘፈቁ ራሳችሁን እነዚህን ጥያቄዎች ጠይቁት፤

- እውነት ነው?
- መልካምና ደግ ነገር ነው?
- አስፈላጊ ነገር ነው?
- ሀላታኛ ወሬ እየነዛሁ ነው?

- ስለ ሌሎች አዎንታዊ ነገሮችን እየተናገርኩ ነው?
- ሌሎች ሀላታኛ ወሬ እንዲነዙ እያደረግሁና እያበረታታኋቸው ነው?
- ከመናገሪ በፊት ለማንም ሰው አትናገሩ ብዬ ነው የምጀምረው?
- ሚስጥራን የሚጠብቅልኝ ሳገኝ እችላለሁ?

ከአሉባልታ ሸሸ። ትናንሽ ወሬ የሚመነጨው ከትላልቅ አፎች ውስጥ መሆኑን አስታውሱ።

እርምጃ 14: ቃልን አክብር ተፈፃሚ ማድረግ

ቃል በመግባትና ቃልን በመጠበቅ መሀል ያለው ልዩነት ምንድ ነው? ቃልኪዳን የአላማ መግለጫ ነው። የተጠበቀ ቃል የፈለገ ነገር ቢመጣ ተፈፃሚ የሚሆን ቃልኪዳን ነው። ሀገ-ወጥና ግብረ-ገብነት የጉደለው ካልሆነ በስተቀር በማንኛውም መንገድ ቃል መጠበቅ አለበት። ቃልን ማክበር ከጥሩ ምግባር የሚመነጭ ሲሆን ወደ ፀና እምነት ይመራል።

ለዎች የገቡትን ቃል ባይጠበቁ ዓለማችን ምን አይነት ትሆን እንደነበር መገመት ትችላላችሁ? በባልና ሚስት፣ በእስረና ሰራተኛ፣ በወላጆችና፣ ልጆች፣ በተማሪዎችና፣ መምህራን፣ በሻጮችና ገዢዎች... መካከል ያለው ግንኙነትን ምን ያጋጥመው ነበር?

ውላቸው ያልለየ ግንኙነቶች ግልብና ባዶ ናቸው። በምሾት ላይ የተመሰረቱ በመሆናቸው ጊዜያዊ ናቸው። ቃል ሳይጠበቅ ዘላቂ ነገር ተፈጥሮ አያውቅም።

የተጠበቀ ቃል በማይተነበየው የወደፊቱ ጊዜ ውስጥ ልተነበይ እችላለሁ ይላል።

ብዙ ለዎች ቃል መግባትን እንደ አለራት ይቆጥሩታል። ይሄ በመሰረቱ ትክክለኛ አስተሳሰብ አይደለም። ቃል መግባት ነፃነትን አይገፍም፣ እንዲያውም የመተማመንን መንፈስ ለላሚፈጥር የበለጠ ነፃነትን ያቀዳጃል።

አስከዛሪ ከገባነው ቃል ሁሉ በላቀ አስፈላጊ የሚሆነው ለራሳችን የገባነው ቃል ነው። ለዚህም ነው የመልካም አሴቶች ስርዓት የግድ የሚያስፈልገን። ለምሳሌ በኋላ ላይ የአደንዛዥ ዕፅ ነጋዴ የሚሆን መሪን ለመደገፍ ለራሴ ቃል ብገባ፣ ቃሌን ማክበሬን አቀጥልበታለሁ? በፍፁም አላደርገውም!

ቃልን መጠበቅ በደለታም ሆነ በመከራ ጊዜ ወደ ማይናወጥ ፅኑ ግንኙነት ይመራል። ቃል መግባት የሰውን ስብዕናና ክሌሎች ጋር ያለውን ግንኙነት ገልጦ ያሳያል።

እርምጃ 15: አመስጋኝ እንጂ ምስጋና ጠባቂ አስመሆን

ምስጋና ደስ የሚል ውብ ቃል ነው። ምስጋና ሰሜት ነው። ስብዕናችንን አሻሽሎ ምግባርን ያጉለብታል። ምስጋና ትህትና የሚያለማው ተክል ነው። ለሌሎች አመስጋኝ ሆኖ የመቅረብ ሰሜት ነው። ይህ ሰሜት ለሌሎች በሚኖረን አመለካከት አማካይነት የሚተላለፍ ሊሆን ባህሪያችንንም ያገፀባርቃል። ምስጋና ማለት ለመፈጸም ተግባር ሌላ መልካም ተግባር መመለስ አይደለም። ምስጋና መለገስና መቀበልም አይደለም። ደግነትን፣ መግባባትንና ትዕግስትን መልሶ መክፈል አይቻልም። ምስጋና ምን ያስተምረናል? ምስጋና የመተባበርና የመግባባት ጥበብን ያስተምረናል። ምስጋና ልባዊ መሆን አለበት። ትንሿ ልባዊ ምስጋና አስገራሚ ነገር መፍጠር ትችላለች። አብዛኛውን ጊዜ በጣም የሚቀርቡን ሰዎች - ለትዳር ጓደኞቻችን፣ ለዘመዶቻችን፣ ለጓደኞቻችን - ምስጋና ማቅረብን እንረሳለን። የአንድ ሀቀኛ ሰው ምግባርና ስብዕና ዘሚመሰረትባቸው ተቀዳሚ ባህርያት ውስጥ ምስጋና የመጀመሪያውን ደረጃ ይይዛል። የራስ ኩራት ምስጋናን ለመግለፅ ጋሬጣ ይሆናል። ቀና አመለካከት የህይወት አተያያችንን ይለውጥልናል። በመሰረቱ ትክክለኛ ተግባራት የሚከናወኑትን በምስጋናና ትህትና ነው።

ምስጋና ይበቃል ሲባል የማይችል የህይወት ዘዴ መሆን አለበት። በፈገግታ ወይም በቃል ወይም አድናቆትን በሚያሳይ የፊት ገፅታ ሊገለፅም ይችላል።

እጅግ በጣም ውድ ስለሆኑ ሀብቶቻችሁ አለቡ። ልዩ ያደረጋቸው ምንድን ነው? አብዛኛውን ጊዜ የሰጡታ ዋጋ ከሰጪው ያነሰ ነው። ስላሉን ነገሮች አምብላም ምስጋና አናቀርብም።

ወደ ጌላ መለስ ብላችሁ በህይወታችሁ ውስጥ አዎንታዊ ተፅዕኖ ስላሳደሩባችሁ ሰዎች አስቡ። እነዚህ ሰዎች ወላጆቻችሁ፣ መምህራናቸችሁ ወይም እናንተን ለመርዳት ተጨማሪ ጊዜያቸውን ያቃጠሉ ሊሆኑ ይችላሉ። ምናልባት ይህን ያደረጉት ስራቸው ስለሆነ ብቻ ሊመለስን ይችላል። እንደዚያ ስለሆነ ግን አይደለም። እነዚህ ሰዎች በፈቃደኝነት ገንዘባቸውን፣ ጊዜያቸውን፣ ጉልበታቸውንና ሌሎች በርካታ ነገሮችን ለእናንተ መስዋዕት አድርገዋል። ይህን ያደረጉት እንድታመለግኗቸው ሳይሆን ለእናንተ ክብራቸው ፍቅር የተነሳ ነው። በአንድ የሆነ ጊዜ እኛን ለመርዳት የፈለሰው ጉልበት የወደፊት ህይወታችንን ለመቅረፅ እገዛ እንዳደረገልን እንገነዘባለን። ምናልባትም እነሱን ለማመስገን በጣም ዘግይተን ይሆናል።

የክርስቶስ ታሪክ

በዚህ ታሪክ ላይ ክርስቶስ አስር የስጋ-ደዌ ህሙማንን እንደፈወለሰና ጥቂት ቆይቶ ቢፈልጋቸው እሱን ለማመስገን ትህትናውን ከሚፈቅድለት

ከአንዱ በስተቀር ሁሉም በስፍራው አስመናራቸው ይነገራል። ክርስቶስ በቦታው የቀረውን ሰው ባመለከተው ጊዜ "ምንም ነገር አላደረግሁልሁም" ብሎታል። የታሪኩ ፍሬ ነገር ምንድን ነው?

1. የሰው ልጆች አመስጋኝ አይደለም።
2. በሰዎች ዘንድ አመስጋኝነት የተለመደ ባህሪ አይደለም።
3. ኢየሱስ ለህሙማኑ አዲስ ህይወት የለጣቸው ቢሆንም "እኔ ምንም ነገር አላደረግሁም" ብሏል።
4. እንደክርስቶስ ሁሉ ምስጋና መጠበቅ አይገባንም።

ይህ በባህርይና በስብዕናችን ውስጥ እንዴት ይተረጎማል? አንድን ሰው ለጥቂት ቀናት ከመገባወጥ ወይም መጠለያ ከለጠነው "ለዚህ ሰው ምን እንዳደረግሁለት ተመልክቱ" እንላለን። መስጠታችን ከገዛ አእምሯችን በላይ ይገዛልናል። ሰዎች "እኔ ባልኖር ኖሮ ይህ ሰው መንገድ ላይ ያድር ነበር" ሲሉ መስማቱ ብዙም ያልተለመደ አይደለም።

«በነገራችን ላይ»

ሰዎች ሌሎች የሆነ ነገር እንዲያደርጉላቸው ሲጠይቁ "በነገራችን ላይ እንደዚህ ያለ ነገር ልታደርግልኝ ትችላለህ?" የሚለውን ሀረግ ይጠቀማሉ። በዚህም የማድረጉን ወይም አለማድረጉን አስፈላጊነት ያሳንሱታል። ለማንኛውም ሰው ቢሆን አንድ የሆነ ነገር ስናደርግ «በነገሮች ላይ ተመስርተን» አይደለም። ማድረግ ወይም አለማድረጋችን ሁልጊዜም ከጎንገሮቹ ውጪ ነው።

በአድራጊው አስተሳሰብ ያሄ ውለታ እንደመሰራት አይቆጠርም። አንድ ሰው ሌላ ሰውን ለመርዳት ተብለው ሲደረጉ የሚችሉ ነገሮችን ካላደረጉ በጣም ያሳዝናል። በበኩሉ «በነገራችን ላይ» የሚባል ነገር እንደሌለ አምናለሁ። ማድረግ አለማድረጋችን ሁልጊዜም ቢሆን «በነገራችን ውጪ» ነው። ደግሞም እንደዚያ መሆን ይገባዋል።

እርምጃ 16: በሰዎች ላይ እምነት ማሳደርና

ታማኝነትን መለማመድ

"አንድ ወቂት ታማኝነት ከአንድ ፓውንድ ታታሪነት የበለጠ ዋጋ ያወጣል" የሚለው ጥንታዊ አባባል በሁሉም ዘንድ ተቀባይነት ያለው ዘላለማዊ እውነት ነው።

ችሎታ አስፈላጊ ቢሆንም በሰዎች ላይ እምነት ማሳደር በጣም ወሳኝ ነው። አንድ ሰው የፈለገውን ያህል ችሎታ ቢኖረው እምነት ሊጣልበት ካልቻለ የቡድናችሁ አባል እንዲሆን ትፈልጉታላችሁ? በፍፁም አትፈልጉም።

በትምህርት ቤትና በኮሌጅ አብረው የተማሩ እና በኋላም ላይ አንድ ላይ ውትድርና የተቀጠሩ የልጅነት ጓደኞች ነበሩ። ጦርነት በመቀስቀሱም በአንድ ክፍለጦር ውስጥ ተመድበው እየተዋጉ ነበር። በአንድ ሌሊት ምሽታቸው ድንገተኛ ጥቃት ተከፈተበት። በዙሪያቸው የጥይት አረሮች እየተወናጨፉ ሳለ በጨለማው ውስጥ "ሀሪ፣ እባክህን ወደዚህ መጥተህ እርዳኝ?" የሚል ድምፅ ተሰማ። ሀሪ ድምፁ የልጅነት ጓደኛው የቢል ድምፅ መሆኑን ወዲያው ተነገነበት። እናም ቅርብ አዛዦችን መሄድ ይችላል እንደሆነ ይጠይቀዋል። ሻምበሉ ግን፣ "አይሆንም፣ አንድትሄድ ልፈቅድልህ አልችልም። ብዙ ወታደሮችን ብላጣሁ ከዚህ በኋላ አንድም ሰው እንዲጉዳብኝ አልፈልግም። በዚህ ላይ ከድምፁ እንደተረዳሁት ቢል የሚተርፍ እይመስለኝም" አለው። ሀሪ በዝምታ ተዋጠ። "ሀሪ እባክህን ወደዚህ መጥተህ እርዳኝ?" እንደገና የቢል ድምፅ ተሰማ። ሀሪ ሻምበሉ እንዲሄድ ሰላልፈቀደለት በድጋሚ ዝምታን መረጠ። ድምፁ ግን በተደጋጋሚ ተሰማ። ሀሪ በዚህ ጊዜ ራሱን መቆጣጠር ባለመቻሉ "ሻምበል፣ ቢል እኮ የልጅነት ጓደኛዬ ነው። ሄጃ ልረዳው ይገባል!" ብሎ ነገረው። ሻምበሉም እያመነታ እንዲሄድ ፈቀደለት። ሀሪ በጭለማው በደረቱ እየተላበ በመሄድ ቢልን እየጉተተ ወደ ምሽት ጉድጓድ አመጣው። ቢል ግን ሀይወቱ አልፎ ነበር። ይሄን ጊዜ ሻምበሉ በጣም ተናዶ "እንደማይተርፍ ነገራህ አልነበር? ሞቷል። አንተም ራስህ ልትገደል ትችል ነበር። እኔንም ቢሆን አንድ ሌላ ተጨማሪ ሰው ታላላቅ ነበር። ስህተት ሰርተሃል!" በማለት አንባረቀበት። ሀሪ ግን "ሻምበል፣ ያደረግሁት ትክክለኛውን ነገር ነበር። አጠገቡ በደረሰኩ ጊዜ ቢል በሀይወት ነበር። ለመጨረሻ ጊዜ የነገረኝም (ሀሪ፣ እንደምትመጣ አውቅ ነበር) የሚሉትን ቃላት ነው" በማለት መለሰለት።

መልካም ግንኙነት ለመመስረት አስቸጋሪ ቢሆንም ግንኙነትን አንድ ጊዜ ካደገም በኋላ ይበልጥ መጉልበት ይኖርበታል።

አብዛኛውን ጊዜ ህልማችንን እንድንኖረው ተነግሮናል። ይሁንና በሌሎች ጫንቃ ህልማችንን ልንኖረው አይገባም። እንደዚያ የሚያደርጉ ሰዎች ይሉኝታ ቢሰኙ ናቸው። በግላችን ለቤተሰቦቻችን፣ ለጓደኞቻችን፣ ለምናስብላቸውና የእኛ ጥገኛ ለሆኑ ሰዎች መለዋዕትነት መክፈል ይስፈልገናል።

እርምጃ 17: ቂም አስመደዝ

ቆሻሻ ለቃቃሚ አትሁነ! "ይቅር ለማለት እንጂ ለመርሳት አልችልም" የሚለውን አባባል ለምታችሁ ታውቃላችሁ?

አንድ ሰው ይቅር ማለትን ከተቃወመ አንድ ቀን ሊከፍታቸው የሚያስፈልጉትን በሮች እየቀረቀረ ነው። ቂም ስንደዝና ቅሬታ ሊያድርብን የበለጠ የምንጉዳው ማንን ነው? ራሳችንን ነው።

ጂም እና ጄሪ ከልጅነታቸው ጀምሮ ጓደኞች የነበሩ ቢሆንም ባልታወቀ ምክንያት ግንኙነታቸው ስለተቋረጠ ለ25 አመታት ተነጋግረው አያውቁም። ጂም ከፋኛ ታሞ አልጋ ላይ ውሎ እያጣጣረ እያለ ቂም የቋጠረ ልብ ይዞ ወደ ዘላለማዊው ዓለም መሄድ አልፈለገም። ስለዚህ ለጂም ሰልክ ደውሎ ይቅርታ ይጠይቀውና "ይቅርታ እንባባል! የድሮውን ጥላችንን እንርሳው" ይለዋል። ጂም ህሳቡ መልካም እንደሆነ ስለገባው ጄሪን ለመጠየቅ ሆስፒታል ሄደ።

ባለፉት ሃያ አምስት አመታት ያሳለፏቸውን ነገሮች እየተጫወቱ፣ ልዩነቶቻቸውንም ለማጥበብ እየሞከሩ ጥቂት ሰዓታትን አሳለፉ። በኋላ ላይ ጂም ጄሪን ተሰናብቶ ወደ ቤቱ ለመሄድ ከህኪም ቤቱ እየወጣ ሳለ፣ ጄሪ ጮክ ብሎ "ጂም ምናልባት ካልሞትኩኝ ይቅር መባባላችን ዋጋ እንደማይኖረው አስታውሱ" አለው።

ሀይወት ቂም ይዞ ለመዞር በጣም ታጥራለች። በመሆኑም ቂም መያዝ ተገቢ አይደለም።

ቂም መቋጠር አግባብነት ባይኖረውም በተደጋጋሚ ልንበደልም አይገባንም። "አንድ ጊዜ ካታለላችሁኝ አፍርባችኋለሁ! ሁለት ጊዜ ካታለላችሁኝ ግን እፈሩብኝ" ተብሏል አይደለ?

ጃን ኤፍ. ኬኔዲ አንድ ጊዜ "ሰዎችን ይቅር በሏቸው፣ ሰማቸውን ግን አትርሱ" ብለው ነበር። እዚህ ላይ ለማስተላለፍ የፈለጉት መልዕክት አንድ ሰው ሁለት ጊዜ መታለል እንደማይገባው መሆኑን እርግጠኛ ነኝ።

እርምጃ 18: ታማኝነት፣ ሀቀኝነትና ቀናነትን መልመድ

ታማኝነት ቢባል እውነትና ገህድ ነገር፣ ከሀሰትና ከፈጠራ ወሬ ጋር የሚያደርጉት ፍጥጫ ነው።

እምነት የሚጣልባችሁ ሆናችሁ ጥሩ ስም እትርፉ። በቤት፣ በስራ ወይም በማህበራዊ ሀይወት ውስጥ ባሉ በየትኛውም አይነት ግንኙነት ውስጥ ገንቢ ሚና የሚኖረው ነገር አለ ከተባለ ይህ ነገር ሀቀኝነት ይሆናል። ቃልን አለማክበር ከአታላይነት ባህርይ ጋር እኩል ነው።

ታማኝነት ግልፅነትን፣ አስተማማኝነትንና የዋህነትን ይቀሰቅሳል። ለገዛ ራስና ለሌሎች የሚሰጠውን ከበሬታ ያለያል። ታማኝነት መሆን እንጂ መምሰል አይደለም። ሀሰት ፍጥነት ሊኖረው ቢችልም እውነት ደግሞ ዕናት አለው። ሀቀኝነት የሚገኘው በአንድ ሰው ምግባር ውስጥ እንጂ በኩባንያዎች በራሪ ወረቀቶች ወይም ማዕረጎች ውስጥ አይደለም።

ሀቅን ይዞ በመንገታችን የማንከፈደውን እቋራጭ መንገድ መከተሉ ጠቀሜታ አለው። እውነትን ሳያውቅ ዋንጫ የተሸለመ ሰው በፍፁም ደስተኛ ሊሆን አይችልም። ዋንጫ ከመሸለሙ በበለጠ አስፈላጊ የሚሆነው ጥሩ የሰው ልጅ መሆኑ ነው።

አንድ ኪሱ ቅቤ ሰዳቦ ጋጋሪ የሸጠ ገበሬ ነበር። አንድ ቀን ዳቦ ጋጋሪው ገበሬው የሚሸጥሰት ቅቤ በትክክል አንድ ኪሱ መሆኑን ለማረጋገጥ ቅቤውን ሲመዝን ይወስናል። እናም ቅቤው አንድ ኪሱ አስመሆነች ይደርስበታል። በሁኔታው በጣም ስለተበላጸ ገበሬውን ለፍርድ ቤት ይከለዋል። ዳኛው ገበሬውን የሚሸጠውን ቅቤ እንዴት እንደሚመዝን በጠየቀት ጊዜ “የተከበረ ዳኛ፣ እኔ ኋላ ቀር ገጠሬ ነኝ። ስለዚህ በቤቴ ውስጥ ሚዛን እንጂ የሚዛን ድንጋይ የለኝም” በማለት መሰለ። “ታዲያ ቅቤውን እንዴት ነው የምትመዝነው?” በማለት ዳኛው ጠየቀት። በዚህ ጊዜ ገበሬው “የተከበረ ዳኛ፣ ገበሬው ክእኔ ላይ ቅቤ መገዛት ሳይጀምር በፊት ክእሉ ላይ አንድ ኪሱ ዳቦ እገዛው ነበር። እናም ስእሉ ቅቤ መሸጥ ለጀምሮ በየቀኑ ዳቦውን ይዞልኝ ሲመጣ የገዛሁትን ዳቦ ሚዛን ላይ በማስቀመጥ እኩል ክብደት ያለው ቅቤ መዘኝ እሸጥሰታለሁ። ስለዚህ ስትግሩ ተጠያቂ መደረግ ያለበት እኔ ሳልሆን ዳቦ ጋጋሪው ነው” በማለት መልሰ ሰጠ። በህይወት ውስጥ የምናገኘው ሰሌዳችን የሰጠውን ነገር ነው።

አንድን ተግባር በምትፈፅሙበት ጊዜ ሁሉ “እገኛለሁ ብዬ ተስፋ ለማድረግዎ ክፍያ ወይም ገንዘብ፣ ተገቢውን ዋጋ እየሰጠሁት ይሆን?” በማለት ራሳችሁን ጠይቁ።

ታማኝነት እና ታማኝ አለመሆን ልማድ ይሆናሉ። እንዳንድ ሰዎች ታማኝ አለመሆንን ለሰሚላማመዱ ከፊታቸው ላይ ሳያስታውቅባቸው መዋሸት ይችላሉ። ሌሎች ደግሞ በጣም ብዙ ስለሚዋሹ እውነት ምን እንደሆነ ገና ድሮ ጠፍቶባቸዋል። ግን ማንን እያታሰሱ ነው? ከማንም በበለጠ የገዛ ራሳቸው!

ታማኝነትን በእርጋታ ማስረዳት ይቻላል። አንዳንድ ሰዎች ታማኝነታቸውን በጭካኔ በማሳየታቸው ይከራራሉ። ከታማኝነታቸው ይልቅ በጭካኔያቸው ከፍተኛ እርካታ የሚያገኙ መስለው ይታያሉ። ታማኝነትን ለመግለፅ ቃላትን መምረጥና ብልህነት ያስፈልጋል።

ሁልጊዜ ልትሰሙት የምትፈልጉት ነገር እውነት ሆኖ ላይገኝ ይችላል!

አንድ ሰው ያለ ጭካኔ እውነተኛ መሆን ቢችልም፣ የዚህ አይነቱ ሁኔታ ሁልጊዜም ላይጋጥም ይችላል። የታማኝ ጓደኛ በጣም አስፈላጊ የሆነ ግዴታው እውነተኛ መሆን ነው። አንዳንድ ሰዎች የሚጉዳቸውን እውነት ላለመቀበል ሊሉ መስማት የሚፈልጉትን ብቻ የሚነግሯቸውን ጓደኞች ይመርጣሉ። በውስጣቸው እውነተኛ አለመሆናቸው ጠልቆ ቢለማቸውም ራሳቸውን ያታልላሉ። እውነተኛ ነቀፌታ ሊጉዳ ይችላል። ብዙ የምትቀራረቧቸው ሰዎችና ጥቂት ጓደኞች ካሏችሁ አሁኑኑ ወደኋላ አፈግፍጋችሁ የግንኙነታችሁን ጥልቀት ፈትሹ።

ታማኝ አለመሆን አንዳንድ ጊዜ ክብልሆች፣ ክህዝብ ግንኙነቶች ወይም ከፖለቲከኞች ጋር በተያያዘ ይነሳል። በእርግጥ ይኼ እውነት ነው?

የመዋሸት አይነተኛ ችግሩ የተነገሩትን ውሸቶች ማስታወስን የሚጠይቅ መሆኑ ነው።

ታማኝነት በሀላብ መፅናትና ቃልን መጠበቅን ይጠይቃል። ሁላችንም ብንሆን።

- ተራ ውሸት በመዋሸታችን፣
- ሰዎችን በመሸንገላችን፣
- እውነታን ሳንናገር በመቅረታችን ወይም
- ከፊል እውነት በመናገራችን ወይም
- በዝምታ ተሸብጠን ታላላቅ ውሸቶችን በመናገራችን ምን ያህል ጊዜ ተፀፅተናል?

እራሳችሁን ታማኝ አድርጉ። የዚያን በዓለማችን ላይ ያለትን ቀጣፊዎች ቁጥር በአንድ ስመቀነሳችሁ እርግጠኛ መሆን ትችሉ ይሆናል።

- ቶማስ ካርሳይን

ተሰማኝነት

ሁላችንም ብንሆን ተኩላ እንደመጣበት እየጮኽ ስለሚናገረው እረኛ እናውቃለን። ልጄ በመንደሩ ሰዎች ጥቂት ሊስቅባቸው ያስብና “ተኩላ! መጣብኝ! እርዱኝ! ድረሱልኝ!” በማለት ይጣራል። የመንደሩ ነዋሪዎች ስለሰሙት እየሮጡ ሊያድኑት ይመጣሉ። በደረሱ ጊዜ ግን በቦታው ተኩላ አልነበረም። እንዲያውም ልጄ እያሾፈ ይስቅባቸዋል። እነሱም በጣም አዝነው ወደየስራቸው ይመሰሰላሉ። በቀጣዩም ቀን ልጄ በተመሳሳይ መልኩ ያታልላቸውና በድጋሚ ተመሳሳይ ሁኔታ ይፈጠራል።

ከዚያ በኋላ አንድ ቀን ልጁ በጉቹን አየጠበቀ እያለ በእርግጥም ተኩላ ያመጣበትና ይጮሃል። የመንደሩ ሰዎች ጩኸቱን ቢሰሙትም እንዳቸውም ሊያስጥሉት ወደ እሱ አልሄዱም። ሌላ የማሾፊያ ዘዴ ስለመሰላቸው አላመኑትም። በመሆኑም ተኩላው በጉቹን ይበላበታል።

የታሪኩ ፍሬ ነገር ምንድን ነው?

- ውሸት ስትናገሩ ተአማኒነት ታጣላችሁ።
 - አንድ ጊዜ ተአማኒነት ካጣጁሁ እውነት ብትናገሩም እንኳን የሚያምናችሁ አይኖርም።
- የመልካም ምግባር መገለጫው ሥማኝነት ነው።
እውነት በሁለት መንገዶች የተዛባ ትርጓሜ ሊሰጠው ይችላል።
1. ባልተሟላ እውነታ ወይም መረጃ
 2. በግንት

ከከፊል እውነት ወይም ለእውነት የተዛባ ትርጓሜ ከመስጠት ተቆጠቡ በአንድ ጀልባ ላይ ሰሶስት አመታት የሰራ ባህረኛ ነበር። በአንድ ምሽት መጠጥ ጠጥቶ በጣም ይሰክራል። እንደዚያ የሰከረው ለመጀመሪያ ጊዜ ነበር። የጀልባዋ ካፒቱን “ባህረኛው ዛሬ ሌሊት ሰከሮ ነበር” በማለት ማስታወሻ ደብተሩ ላይ ይመዘግባል። ባህረኛው ይህንን በማንበቡ እስተያየቱ የሰራ ሀይወቱ ላይ ጉዳት እንደሚያመጣበት ስላወቀ ካፒቱን ዘንድ በመሄድ ይቅርታ ከጠየቀ በኋላ የዚያ አይነት አጋጣሚ የተፈጠረው አንድ ቀን ብቻ እንደሆነ ጨምሮ እንዲፅፍለት ይለምነዋል። ምክንያቱም የተሟላው እውነታ የዚያን ሌሊት ብቻ መስከሩ ነበር። ካፒቱን ግን ሀሳቡን በመቃወም “በማስታወሻ ደብተሩ ላይ የፃፍኩት እውነቱን ነው” ይለዋል።

በቀጣዩ ቀን በማስታወሻ ደብተሩ ላይ የእሳቱን ውሎ የመመዝገቡ ተራ የባህረኛው ነበር። እሱም “ዛሬ ካፒቱን ሰከሮ ራሱን ስቶ ነበር” ብሎ ፃፈ። ካፒቱን አስተያየቱን ያነብሩ ባህረኛውን የፃፈውን ነገር እንዲቀይር ወይም እውነታውን እሟልቶ የሚገልፅ ዝርዝር እንዲፅፍ ይጠይቀዋል። ምክንያቱም የተፃፈው ነገር ካፒቱን ዘወትር ማታ የሚሰከር መሆኑን የሚያመለክት ነበር። ባህረኛው ግን በማስታወሻው ላይ የፃፈው እውነቱን መሆኑን ለካፒቱን ነገረው።

ሁለቱም አረፍተ ነገሮች እውነት ቢሆኑም አሳሳች መልእክት ያስተላልፉ ነበር።

ግንት

ማጋነን ሁለት ነገሮችን ያስከትላል።

1. ሀሳባችንን ተቀባይ አሳጥቶ እኛንም ተአማኒነት ያሳጣናል።
2. ልክ እንደሱስ ልማድ ይሆንብናል። አንዳንድ ሰዎች ሳያጋንኑ እውነትን መናገር አይችሉም።

ቀናነት

ቀና አስተሳሰብ ከአእምሮ ሀሳብ ጋር የተያያዘ በመሆኑ ለማረጋገጥ ይቸግራል። ሌሎችን ለመርዳት ቀና ፍላጎት ካለን አላማችንን ከግብ ልናደርስ እንችላለን።

ከይስሙላ መራቅ

አንድን የተቸገረ ጓደኛ “ላደርግልህ የምትለው ነገር ይኖራል?” ብሎ መጠየቅ በጣም ቅር ያስኛል። ይህን ማድረግ በቀናነት እገዛ ማድረግ ከመጠየቅ ይልቅ የይስሙላ ጥያቄ ይመስላል። መርዳት ከፈለጋችሁ ልታደርጉት የምትችሉትን ተገቢ ነገር አስቡና ተግባራዊ አድርጉት።

ብዙ ሰዎች የቀናነትን ካባ የሚሰብሱት አንድ ቀን ከሰዎች እርዳታ የማግኘት መብት ሊኖራቸው እንደሚችል ተሰላ በማድረግ ነው። ይሄ ደግሞ ቁም ነገር ስመስራት ካላቸው ጉዳት የመነጨ ሳይሆን የራስ ወዳድነታቸው ነፀብራቅ ነው። ከማይረቡ እና ከሀሰተኛ የቀልድ አነጋገሮች ተጠበቁ። ማሳሰቢያ፡- ቀናነት የመልካም አስተሳሰብ መስኪያ አይደለም። አንድ ሰው ቀና አስተሳሰብ ቢኖረውም ቅሱ ሊሳሳት ይችላል።

ድርጊቶች ከቃላት በበለጠ ሮክ ብለው ይናገራሉ

ማናቸው ይሆኑ በጣም የሚወዷት?

ትንሹ ልጄ ጆን

“ወደሻቤ ኦማ” ብቻ ብሏት

ሰራውን ዘንገቶ ባርጌጣውን ስቀብሏት

እንጨቱን ሳይሰብር ውሃ ሳይቀዳሳት

እ-ብ-ሰ- ወደ ጨዋታው እሷን በዚያ ትቷት።

ትንሿ አበባዋ - ኔሬም በተራዋ

ገና እንዳገኘችት

“ወደሻቤ ኦማ - የኔ እናት” ስለቻት

“እማምዩ እማማ - ወደሻቤ እውነት

ፍቅርሽን ለመገለፅ ቃላትም ስላገኝ ዘበት”

እንዲህ - እንዲህ - ብላት

እያኮረፈችት እያፈዘቸባት

የጨዋታ ጊዜ ስበረፈደባት

የእናት ነገር ሆኖ - ምን ሆኖ ቢብላት

ልክ እንደ ወንድሟ ጨዋታው ስንገቷት

እሷም ሂ-ድ-ት ስለች ስብቻዋ ጥላት

ህፃን ልጄ ፋንሰ መፔ ከእነሱ ሸንሶ

እሱም “ወደሻቤ” ስላት መሰሰ

“ሳገዝሽ መዋሰኑ ነው የዛሬው ዕቅድ፤ እማ በጣም ዕድሰኛ ነኝ ዛሬ ትምህርት የሰማ!”

ሲሳት እሷ ግን ምን ታርገው?

ስውነቱ ዘሎ እንቅስቃሴ ቢሟነው

እሹረረ ብሳ ስለተኛቸው ስባብሳ

ከዚያም እንዳትቀሰቅሰው እጅግ ተጠንቅቃ

ከጉኑ ተነስታ - ያውም በቀስታ

ስልጋዋን ስንጥሩ - ወስሶን ስፀድታ

ቤቷን ቤት ስለመሰሰችው እንደገና ስበጃጅታ።

በዚህ ሁኔታ ቀኑን መሰራራት - ሳይተክቱ መሰረት

እኮ እንዳት ተደርጉ - እሷን ይህ ሲያስከፋት?

ይልቅስ እንደ ልጅ ደስታው ስለሆነች

ለስቱ ህፃን ልጆቿ ገና መቶ በቃቸው?

ከዚያም፡ ክሳራንቅፍም መልስ ስለቀርጸው እሷን መውደዳቸው

እናም ስልጋ ሳይ ሲወጡ እንገራቸውን ታጥቦ

እንደጠበቀችው ሁሉ “እማ እንወደሻለን” ለሷት እንዲገድ ሆነው

በመጨረሻም እናትየው ይኼ ታስባት

ማናቸው ይሆኑ በጣም የሚወዷት?

- ጆደ ሲሰሰን *

ሀቅን ይዞ መቆየት

የጥንታዊያን ጥበብ “ማንኛውም የሚገዛ ወይም የሚሸጥ ነገር ሲነገድ የማይችል፤ ምስጢራዊ የሆነ፤ ዋጋው የማይተመን ቅመም ከሌለው ጥቅም የለውም” ይለናል። ሲነገድ የማይችለው ቅመም ምንድን ነው? የእያንዳንዱ ምርት ምስጢራዊ የሆነ ዋጋው የማይታመን ቅመሙ ተለማኒነቱ፤ የእቃው አምራች ታማኝነትና ሀቅኝነት ነው። ይህ ያንን ያህል ሚስጥር ባይሆንም ዋጋው በገንዘብ የሚተመን አይደለም።

የሀቅኝነት ሊላው ገፅታ - አጠራጣሪነት

ሶስት ባለስልጣናት የምሳ ሃሳብ ለመክፈል ይጨቃጨቃሉ። አንዱ “የቀረጥ ቅናሽ ሲደረግልኝ ስለሚችል እኔ ልክፈል” ሲል፤ ሌላው “የምለራበት መስሪያ ቤት ያወጣሁትን ወጪ ተመሳሽ ስለሚያደርግልኝ እኔ እንደከፍል ፍቅሩልኝ” አለ። ይህን ጊዜ ሶስተኛ ሰውዬ “በሚቀጥለው ሳምንት የድርጅቱን መከሰር በይፋ ስለማሳውቅ እኔ ከፋይ ልሁን” አላቸው።

ምንጭ፡- ብ በክ አፍ ሸርቸሱ፤ አርታኢ ዊልያም ዴቤኒት፤ ሳይመን ኤንድ ሸሐተር፤ ኒውዮርክ፤ 1993፤ ገፅ 204

እርምጃ 19: ትህትናን መለማመድ

ትህትና ያልተላበሰ በራስ መተማመን ትዕቢት ነው። ትህትና የአሌቶች ሁሉ መሰረት ነው፤ የታላቅነት ምልክትም ነው። ትህትና ራስን ከማሳነስ ጋር እኩል የሚሆን አራስን ዝቅ የማይረግ ዝንባሌ አይደለም። ልባዊ ትህትና ይሰባል፤ ሀሰተኛ ትህትና ግን ዋጋ ያላጣል።

ከብዙ አመታት በፊት አንድ ፈረሰኛ ትልቅ ግንዲላ ለማንሳት በሚሞክሩ ወታደሮች አጠገብ ሲያልፍ እንዳልተሳካላቸው ያያል። አስር አለቃው አጠገባቸው ቆሞ ከግንዲላው ጋር ሲታገሉ በዝምታ ይመለከታቸው ነበር።

በዚህ የተበላጩው ፈረሰኛ አስር አለቃውን ለምን ወታደሮቹን እንደማያግኝባቸው ጠየቀው። እሱም “አስር አለቃ ስለሆንኩ ስራዬ እነሱን ማዘዝ ነው” በማለት መለሰለት። ፈረሰኛው ከፈረሱ ወረደና ወደ ወታደሮቹ ዘንድ ሄዶ ግንዲላውን እንዲያነሱ ረዳቸው። በእሱ አገዛም ግንዲላውን ለማንቀሳቀስ ቻለ። ከዚያም በኋላ ፈረሰኛው በፀጥታ ፈረሱ ላይ ወጣና ወደ አስር አለቃው በመሄድ “በሚቀጥለው ጊዜ ወታደሮችህ እርዳታ ሲያስፈልጋቸው አዛዥን አስጠራው” አለው። ፈረሰኛው ይህን ተናግሮ ከሄደ በኋላ ወታደሮቹና አስር አለቃው ጆርጅ ዋሺንግተን መሆኑን አወቁ።

መልዕክቱ ግልፅ ነው። ስኬትና ትህትና ጉን ሰጉን ይሄዳሉ። ሌሎች ጥሩንባችሁን ሲነፋላችሁ ድምፁ ርቆ ይሰማል። እስቲ፤ አስቡት፤ የዋህነትና ትህትና የታላቅነት ሁለት መለያዎች ናቸው።

እርምጃ 20: ተግባራትና አሳቢነት

በግንኙነት (በመስተጋብር) ወቅት ሁላችንም ስህተት እንሰራለን። አንዳንዴም የሌሎችን ፍላጎት፤ በተለይ በጣም የምንቀርባቸውን ሰዎች ፍላጎት ስማወቅ አንጥርም። ይሄ ሁሉ ነገር ወደ ቅሬታና ብስጭት ይመራል። ቅሬታን ለመቋቋም አይነተኛው መፍትሄ መግባባት ነው።

ግንኙነት የሚፈጠረው ሰዎች ፍፁም በመሆናቸው አይደለም። ግንኙነት የሚፈጠረው በመግባባት ነው።

በደፈናው ጥሩ ሰው ከመሆን ይልቅ አሳቢ ሰው መሆን ያስደስታል። አሳቢነት አንድ ሰው ሊኖሩት ከሚችሉት ዋስትናዎች ሁሉ የተሻለውን ዋስትና እና ወጪ የማያስወጣውን ወዳጅነትን ያጉለብታል።

አንዳንድ ሰዎች ገንዘብን በአሳቢነትና በተግባራት ይተካሉ። መግባባት ከገንዘብ የበለጠ አስፈላጊ ሲሆን፤ የተሻለው የመግባቢያ መንገድ

ደግሞ ሌሎችን መረዳት ነው። የአውነተኛ መስተጋብር መሠረቱ መግባባት ነው።

ሰጋሰነትን መስማመድ

ለጋሰነት የሰሜትን ብሰለት የሚያመለክት ሲሆን ለጋሰ መሆን አሳቢነትና ሳይጠየቁ ለሌሎች ማለብ ነው። ለጋሶች፣ ራስ ወዳድ ሰው አንኳንሰ በውኑ በህልሙም አይቶትኳ የማያውቀውን የህይወትን ብልፅግና ያጣጥማሉ።

ለሰዎች አሳቢ ሁኑ፤ ራስ - ወዳድ መሆን የገዛ ራሱ ጉዳት አለው። የሌሎችን ስሜት በቅርበት ለመከታተል ቻሉ።

ብልህነት

በየትኛውም ግንኙነት ብልህነት በጣም አስፈላጊ ነው። ብልህነት ሌላን ሰው ሳያገሉ አራሱንም ተጠቃሚ የማድረግ ችሎታ ነው።

ደግነት

ገንዘብ ትልቅ ውሻ ሊገዛ ቢችልም ውሻውን ጭራውን እንዲያወዛውዝ የሚያደርገው ደግነት ነው። ደግነትን ለመግለፅ ገና ነው የሚባልበት ጊዜ የለም። ምክንያቱም በቅርቡ ሊያልፍብን አለመቻሉን አርግጦች አይደለንም።

ደግነት ደንቅሮ የሚለማው፣ እውር የሚያየው ቋንቋ ነው። ጓደኞችንን ሊሞት በመቃብሩ ላይ አበባ ከማስቀመጥ ይልቅ በህይወት እያለ በደግነት ብንቀርበው ይሻለናል።

የደግነት ተግባር ለአድራጊውም ሆነ ለተደረገለት ሰው ጥሩ ስሜትን ይፈጥራል። የደግነት ቃላት ምላሽን አይጉዱም።

እርምጃ 21: ይሉኝታን በየፅሰት ህይወት ውስጥ መስማመድ

ይሉኝታ ማለት ለሌሎች ከማለብ የሚበልጥ አይደለም። በሌላ በምንም ነገር የማይከፈቱ በሮችን ይከፍታል። በጣም ብልጥ ያልሆነ ይሉኝተኛ ሰው በህይወት ውስጥ ከይሉኝታ ቢስ ጮሌ ሰው የበለጠ ይሄዳል።

ትላልቅ ልዩነቶችን የሚፈጥሩት ትናንሽ ነገሮች ናቸው። ዝሆን ነክሷችሁ ያውቃል? መልሳችሁ "አያውቅም" እንደሚሆን ግልፅ ነው። ቢንቢስ ነክሷችሁ ያውቃል? አብዛኞቻችንን ነክሶን ያውቃል። ትዕግስትን የሚፈትኑት ትናንሽ የማያበላጩ ነገሮች ናቸው። ይሉኝታ ከበርካታ ትናንሽ ስጦታዎች የተሰራ ነው።

ትንሽ ይሉኝታ አንድን ሰው ከታታሪነት የበለጠ ታስኬደዋለች። ይሉኝታ የጥልቅ ግብረ - ገብ ባህርይ ዘርፍ ነው። ምንም ሳያስወጣም ጥሩ ገቢ ያስገኛል።

ማንም ሰው ቢሆን ይሉኝታን ለመለማመድ ሊተልቅ ወይም ሊባትል አይችልም። ይሉኝታ ማለት ወንበርን ለአዛውንቶች ወይም ለአካል ጉዳተኞች ብሎ መልቀቅ ነው። ይሉኝታን ሞቅ ባለ ፈገግታ ወይም በምስጋና ቃል መግለፅ ይቻላል። ትንሽ አስወጥቶ ብዙ ገቢ የማፈሻ መንገድም ነው። ሌሎች ለራሳቸው የሚለጡትን ዋጋ ያሳድጋል። ይሉኝታ ትህትናን ይጠይቃል። ሰዎች ያለመታደል ሆኖባቸው ከአዎንታዊ የተፈጥሮ ባህሪያቸው አፈንግጠው አስጠሊታ ይሆናሉ።

በቻላችሁበት ቦታ ሁሉ የይሉኝታን ዘር ዝሩ። አንዳንዶቹ ዘሮች ቀንቷቸው ይበቅሉና በሌሎች አይን ውስጥ ሆነው እናንተን ይላኳችኋል።

መልካም ፀባይ

ይሉኝታ እና መልካም ፀባይ ጉን ለጉን ይሄዳሉ። ለውጪ ሰው ብቻ ሳይሆን ቤት ውስጥ ላሉት ሰዎች ጭምር መልካም ፀባይ ማሳየት ያስፈልጋል። ቤት ውስጥ አሳቢነትንና መልካም ፀባይን ማሳየት ደስ የሚያለኝ የተቀባይነት ስሜት ይፈጥራል። ይሉኝታ ማለት መልካም ፀባይን መለማመድ ነው።

ከዚህ በተጨማሪ በትህትናና በይሉኝታ ራስን መቆጣጠር ከዋልጌ ባህርያት የበለጠ ጠቀሜታ አለው። ይህንን ሳስብ ብዙ ሰዎች ይሉኝታን ለምን እንደማይለማመዱ እገረማለሁ። ዋልጌና ይሉኝታ ቢስ ሰዎች የአጭር ጊዜ ውጤት ሊያገኙ ይችላሉ። ብዙ ሰዎች የዚህ ዓይነቱን ባህሪ ስለማይፈልጉ በጊዜ ብዛት ዋልጌዎች ይጠላሉ። ህፃናት እያደጉ ሲሄዱ እንዲበስሉና በጉልምስና ዘመናቸው ለሰዎች አሳቢ መሆን እንዲችሉ ገና ከልጅነታቸው ጀምሮ የይሉኝታ ባህሪያት መማር አለባቸው። የይሉኝታ ባህርይ አንድ ጊዜ ከተማሩት በመላው የህይወት ዘመን አብሮ ይዘልቃል። ይህም ለሌሎች አሳቢ መሆንንና የሌሎችን ስሜት በቅርበት የመከታተልን ዝንባሌ ይመለከታል። ተራና አላስፈላጊ መስለው ቢታዩም እንደ «አባክህን»፣ «አመለግናለሁ»፣ «ይቅርታ»... ይሉት ትህትና ገላጭ ቃላት ረጅም ርቀት ይወስዳሉ።

ይሉኝተኛ መሆን ይሉኝታነትን ያስፋፋል። በተቻላችሁ መጠን በአግባቡ ይሉኝተኛ መሆንን ተለማመዱ። ከመነሻው በጥቂቱ ትኩረት ቢፈልግም ጥረቱ የኋላ ኋላ ጠቀሜታ ይኖረዋል።

ትሁት መሆን የጨዋነት መለያ ነው። ይሉኝታ የትሁትና ሌላ ስሙ ነው። ለግለሰብም ሆነ ለድርጅት ብዙ ሳያስወጣ ከፍተኛ ገቢ ያስገኛል። አንዳንድ ጊዜ ለዎች ቀልድ ሲያወሩ የሌላውን አድማጭ ትኩረትን ለመሳብ ከወንበሩ በመነሳት ተገቢ ያልሆነ ነገር ሲያደርጉ አይታችሁ ታውቃላችሁ? ቀልዱን ከተናገሩም በኋላ የት አንዳንበቡት ይናገራሉ። ይህንን ማድረጉ የላቀ እውቀትን ሲያሳይ ቢችልም የባህርይ ማነስን ያመለክታል።

ይሉኝታ መልካም አስተዳደርን ያሳያል

ብዙ ጉበዝና ተለጥኦ ያላቸው ሰዎች በይሉኝታና መልካም ባህርይ ጉድለት የገዛ ራሳቸውን ስኬት ያበላሻሉ። ትሁትናና ይሉኝታ የጨዋነት ምልክቶች ናቸው። ዋልጌነትና ይሉኝታ ቢሰነት የጨዋነትን ጉድለት ያሳያሉ። ሌሎችን አክብራችሁ በትሁትና ቅረቧቸው።



“ዋልጌነትን ደካማ ሰው ጠንካራ መስሎ የሚታደበት ባህርይ ነው።”

- ኤሪክ ሆፈር



እርምጃ 22: ቀልድኝነትን ማዳበር

አንዳንድ ሰዎች በቀልድ የተጉዱ ናቸው። የቀልድ ሰዛ ያላቸው ሰዎች በገዛ ራሳቸው የመሳቅ ችሎታ አላቸው። የቀልድ ስሜት ሰውን ተወዳጅና ማራኪ ያደርገዋል።

አስተማማኝ ቀልድ በመሆኑ በራሳችሁ ላይ መቀለድን ተማሩ። በገዛ ራስ ላይ መሳቅ ያስፈነድቃል። ሳቅ በመላው አለም የሰዎች የተፈጥሮ ማደንዘዣ ሆኖ ያገለግላል። ቀልድ የሚተላለፈውን መልዕክት ባይለውጠውም የአባቡን መርዝ ሲያስተፋው እንደሚችል እርግጥ ነው።

የቀልድ የፈዋሽነት ሀይል

«አናቶሚ አፍ ኢልነስ» የተባለው መፅሀፍ ደራሲ ዶክተር ኖርማን ኮዝነስ፣ ሰው ራሱን ከከፋ ህመም ለመፈወስ እንደሚችል አይነተኛ ምሳሌ ናቸው። የመዳንና የማገገም አድላቸው 4500 እጅ 1 ብቻ ነበር። ኮዝነስ ግን አእምሮ የማይለራው ነገር አለመኖሩን ለማረጋገጥ ስለፈለጉ ሀሳባቸውን እውን አደረጉ። አሉታዊ ስሜት በለውነታችን ውስጥ አሉታዊ ኬሚካሎችን እንደሚያስከትል ከተረጋገጠ ተገባቢጦቹም እውነት መሆኑን እንደሚገባው አመኑ። ከሆስፒታል ወጥተው ወደ ቤታቸው በመሄድ አስቂኝ ፊልሞችን እየተከራዩ በማየትም ራሳቸውን በሳቅ ፈወሱት። በእርግጥ የህክምና እርዳታ

በጣም አስፈላጊ ነው። ይሁንና የህመምተኛው የመኖር ፍላጎት ያንኑ ያህል እንዲያውም በይበልጥ አስፈላጊ ነው። አስቂኝ ቀልድ ህይወትን ሲያድን ይችላል። በተጨማሪም የህይወትን መከራዎች በቀላሉ ለመቋቋም ያስችላል።

እርምጃ 23: አሽመረኛ አስመሆንና ሰሌሎች ዝቅተኛ ግምት አስመስጠት

አሉታዊ ቀልድ አሽመርን፣ ንቀትንና ጉጂ አስተያየቶችን ያጠቃልላል። በሌሎች የሚያስቅ የትኛውም የአሽመር ቀልድ ለዛው አይጣፍጥም። ከስድብ ይልቅ ቁስል በቀላሉ ይሽራል።



“ሰውን አሳፍሮ ፊትን በርበሬ የሚያስመስል፣ ሌላ ሰውን በሀዘን የሚያሳምም፣ የተቀደሰን ተገባር የሚያራክስ፣ የሰዎችን ደካማ ጉን ገጠጦ በማሳየት የሚያስቅ፣ አስቂኝ እንዲሆን በብልግና ቃሳት መነገር ያስበት፣ ህፃናትን የሚያስቀስ ወይም ሁሉንም ሰው ሲያስቅ የሚይችል ከሆነ ደሂ ጭቁን ቀልድ ነው።”

- ክሊፍ ቶማስ



ሰዎችን በማለቃየት የሚረካ ሰው በሌላው ላይ የሚደረግ ማንኛውም ነገር ያስቀዋል። ህፃናት ለማሳቅ ሲሉ እንቁራሪቶች ላይ ድንጋይ ሲወረውሩ ማየቱ የተለመደ ነገር ነው። ልጆቹ በሳቅ ሲፈርሱ እንቁራሪቶቹ ይሞታሉ። ይሄ ለእንቁራሪቶቹ ቀልድ አይደለም።

ቀልድ አብሯችሁ እየላቀ እንዳለው ወይም እንደምትከብሩት ሰው ቢለያይም ጠቃሚ ወይም ጉጂ ሊሆን ይችላል። ቀልድ በውስጡ በሌሎች ላይ የማሳቅ ወይም ሌሎችን የማጃጃል መንፈስ ካለው ጥሩ ሰዛ የማይኖረው ከመሆኑ ሌላ ንፁህ ቀልድ ሊሆን አይችልም። የሰውን ስሜት መጉዳት ጭካኔ ነው። አንዳንድ ሰዎች ለሌሎች ዝቅተኛ ግምት መስጠት ያስቃቸዋል። አሽመር ሰዎችን ያርቃል። የአሽመር ቀልድን ማስወገድ ጉዳቱም መቀነስ ይገባል።

እርምጃ 24: ጓደኛ ለማግኘት ጓደኛ መሆን

ጥሩ አሰሪ፣ ጥሩ ሰራተኛ፣ ጥሩ የትዳር ጓደኛ፣ ጥሩ ወላጅ፣ ጥሩ ልጅ... እንዲኖረን እንፈልጋለን። አኛም ራሳችን ጥሩ መሆን እንደሚገባን እንረሳለን። ልምዳችን እንከን የሌለው ፍፁም ሰው፣ ፍፁም ሰራ፣ ፍፁም የሆነ የትዳር ጓደኛ... አለመኖሩን ያሳየናል። ፍፁምናን ስንፈልግ ቅሬታ ይገባናል። ምክንያቱም የምናገኘው ነገር ሁሉ የሚመጣው እንዲያችሁን

በሌላው ስንሰውጥ ነው። ለ20 አመታት በምዕራቡ አለም እንደመኖራ የፍቺን መጠን መጨመሩን ታዝቤያለሁ። ለዎች ለሁለተኛ ጊዜ ትዳር ከመሰረቱ በኋላም በአዲሶቹ ጓደኞቻቸው ላይ የበፊቶቹን አይነት ችግር ባያገኙባቸውም አዲስ ስራተኛ ሊቀጥሩ ፈልገው ያሏቸው ለራሳቸው ስራ ይቀይራሉ ወይም አዲስ ስራተኛ ሊቀጥሩ ፈልገው ያሏቸው ለራሳቸው ስራ ይቀይራሉ። ይሁንና ይህንን ሁሉ አድርገውም ችግራቸው በአዲስ መልክ ይወሰዳል እንጂ ሙሉ በሙሉ አይቀረፍም። ለሌሊት እነዚህ ፈታኝ ነገሮች ሲያጋጥሟቸው በይበልጥ አስባችሁባቸው መፋታትን ወይም ለራሳቸው ማባረርን የመጨረሻ እንጂ የመጀመሪያ አማራጭ አታድርጉት።

መስዋዕትነት

ጓደኝነት መስዋዕትነት ይጠይቃል። ጓደኝነት እና ግንኙነትን ማጉልበት መስዋዕትነት፣ ታማኝነትንና ብስለትን ይፈልጋል። መስዋዕትነት ከአቅም በላይ መሄድን የሚጠይቅ ነገር ሲሆን፣ በአጋጣሚም አይፈጠርም። ራስ ወዳድነት ጓደኝነትን ያጠፋል። የአጋጣሚ ወዳጅነት በቀላሉ የሚፈጠር ሲሆን፣ ንፁህ ጓደኝነት ግን ለመጉልበት ጊዜ ከመውለዱ ባሻገር ጥረትን ይጠይቃል። ጓደኝነት ፈተና ቢበዛውም፣ ዕኑ ሆኖ ከቆየ የበለጠ ይጠነክራል። እውነተኛ ጓደኛ ጓደኞቹ እንዲጉዱ አይፈልግም። አስመላዮችን ለይተን ማወቅ ይገባናል። እውነተኛ ጓደኝነት ከሚቀበለው የበለጠ ከመስጠቱም በላይ መከራን ይቋቋማል።

በቀላሉ የሚፈታ ጓደኛ

በቀላሉ የሚፈታ ጓደኛ ፀሃይ ሲወጣ ጃንጥሳውን የሚያውስ ዝናብ ከዘነበ ወዲያውኑ የሰጠውን ጃንጥሳ መልሶ የሚወስድ ባለባንክ ነው።

ሁለት ጓደኞች በጫካ ውስጥ ሲጓዙ ድብ ያገኛሉ። አንደኛው በፍጥነት ዛፍ ላይ ለመውጣት ሲችል፣ ሌላኛው ግን እንደዚያ ለማድረግ ባለመቻሉ መሬት ላይ የሞተ በመምለል ይተኛል። ድቡ ጆሮው ስር ያሸተውና ትቶት ይሄዳል። በዚህ ጊዜ ዛፍ ላይ የወጣው ለውዬ ወደመሬት ይወርድና “ድቡ ምን አለህ?” ብሎ ይጠይቀዋል። እሱም “በእደጋ ጊዜ ትቶህ የሚሄድ ጓደኛ እንዳታምን ብሎ ነገረኝ” ይለዋል። መልዕክቱ ግልፅ ነው።

የጋራ መተማመንና በራስ መተማመን የጓደኝነት ሁሉ የመሰረት ድንጋይ ነው።

ለዎች ጓደኛ የሚይዙት ለተለያዩ ምክንያቶች ነው።

1. ጓደኝነት በደስታ፡- ግንኙነታችሁ አዝናኝና አስደላች እስከሆነ ድረስ ጓደኛቸው ትሆናላችሁ። ደስታው ሲጠፋ ጓደኝነታችሁም አይኖርም።

2. ጓደኝነት ስምችት፡- ለዎች የሆነ ነገር ለማግኘት ሲሉ ጓደኞችን ይይዛሉ። የዚህ አይነቱ ጓደኝነት ዘላቂነት የለውም። ሶስት የዚህ አይነት ጓደኞች አሉ።

- ሀ. በደታ ቅርበት፡- ጉረቤት ካለኝ፣ በማህበራዊ ኑሮ ስንገናኝ ምኞት ይለጠቅልኝ። አብረን እየሳቅን ያለንን አንጋራለን። እደጋ በፈጠር ከሴቱ አጠገብ እንገኛለሁ። አብሮ መሆን ምቹትን ይለጠናል። የቦታ ቅርበት ከሌለ ጓደኝነት አይኖርም።

- ለ. በጠቃሚነት - ለውየው ብዙ ነገር የሚያውቅ፣ በገንዘብ የበለፀገ፣ ዘዴኛ ሀኪም ወይም ጠበቃ ነው። ግንኙነታችሁን ዘላቂ ካደረጋችሁትና ካዳበራችሁት አንድ ቀን ይጠቅማችሁ ይሆናል። ጠቃሚነት ከሌለው ግን ጓደኝነታችሁ ያበቃለታል።

- ሐ. በጋራ ጠላት - “የወዳጅ ጠላት ጠላቱ ነው” የሚል አባባል አለ። የጋራ ጠላት ሲጠፋ ጓደኝነትም አብሮ ይጠፋል።

3. እውነተኛ ጓደኝነት - በጋራ መከባበር ላይ ተመስርቶ ይጉለብታል። የዚህ አይነት ለዎች በልባቸው እርስ በርስ የሚተላለቡና በዚያ መሰረት መልካም ነገሮችን የሚያደርጉ ናቸው። የዚህ አይነቱ ጓደኝነት በምግባርና ቃልን በማክበር ላይ ይመሰረታል። በሁለቱም ወገን ዘላቂ የሆነ መልካምነት አለ። የዚህ አይነት ጓደኝነት ለዘመናት ይዘልቃል።

በልዕግና ጓደኞችን የሚያስገኝ ሊሆን መከራ ማንነታቸውን ገልጾ ያሳያል። በቀላሉ የሚፈታ ጓደኝነት በዚህ ግጥም ውስጥ በጥሩ ሁኔታ ተገልጿል።

በደስታህ ቀን ሰዎች እንደሚፈልጉህ
በመክራህ ጊዜ የገደ ይሄዳሉ አይተው እንዳሳዩህ
የእነሱማ ምኞት - የሴት የቀን ህልማቸው
እርካታህን አገላብጠው - በሚዛን ስመስፈር ነው።
ሀሀንህንማ ማን ፈልጉት!
ዘመደ - ብዙ ብትሆንም ስትደሰት
ሁሉንም ታጣስህ ያስቀስክሰት።
ተጋበዙልኝ ካልክ ወይንህን
በማር በወሰሳ የጠመቅከውን
የሚገደረደር እድኖርም ሞኝ አትሁን።
ገና መራራውን የህይወት ህምትህን
እንተው እራስህ ጋተው ስብቻህን።
እሳ ዊስር ዊልኮክስ

አውነተኛ ጓደኞች በጥሩ መንፈስ እርስ በርስ ቢረዳዱም ያደረጉትን ነገር እንደ ውለታ አይቆጥሩም። ድርጊታቸው የጓደኝነታቸው አጋጣሚ የፈጠረው እንጂ የተሰየ አላማ ያለው አይደለም። መረዳዳት ካለባቸውም አላማቸው በጓደኝነት ላይ የተመሰረተ ነው። አለበለዚያ አላማቸው ከግብ ከደረሰ ጓደኝነታቸው ያበቃሉታል።

ግንኙነቶች በእርግጠኝነት ሸፈርሱ አይገባም። ግንኙነቶች አንድ ጊዜ ከተመሰረቱ፤ ያለማቋረጥ መጉልበት ያስፈልጋቸዋል። ማንም ሰው ቢሆን ፍፁም አይሆንም። ፍፁምናን መጠበቅ እራስን ሰብስጭት ማዘጋጀት ነው።

ሰላማዊ ትብብር

የሌሎች ሰላማዊ ትብብር ሳይታከልበት ስኬትን መጥፋት ያስቸግራል። አስደሳች ስብዕና፤ ለዘብተኛና እርጋታን ተላብሶ ሲለመድ ይችላል። ለዘብተኛነት ማለት ስሜተ-ስስ ወይም በቀላሉ የሚጉዳ ባህርይ አይደለም። ይልቅስ በአንድ የተወሰነ አጋጣሚ ነገሮችን በአግባቡ መርምሮ በተገቢው ጊዜ ተገቢውን ምላሽ መስጠት ነው። ለዘብተኛነት ወደ መርሆችና እሴቶች አይለጠጥም።

እርምጃ 25: ግልፅነት ማሳየት

በሌሎች ላይ የተሳሳተ ነገር ስናደርግ የሚደርስብን ጉዳት በተለያየ መንገድ የሚመዘን ይሆናል። ግልፅነት በራሱ ሰብቻው ሲታይ አዎንታዊ ስብዕና ለመፍጠር በጣም አስፈላጊ የሆነ ባህርይ ነው። ግልፅ የሆኑ ሰዎች እራሳቸውን "አንድ ሰው እኔን በዚህ መልኩ ቢቀርበኝ ምን ይለማኛል?" ብለው ይጠይቃሉ።

አንድ ልጅ የውሻ ቡችላ ለመግዛት ወደ ቤተ እንስሳት መሸጫ ሱቅ ይሄዳል። ዋጋቸው 50 ዶላር የሆነ አራት ቡችሎች በአንድ ላይ ተቀምጠው አየ። ከእነዚህ በተጨማሪ ጥግ ላይ ሰብቻው የተቀመጠ ሌላ አንድ ቡችላ ነበር። ልጁ ቡችላውን ተመልክቶ ሲያበቃ ከሌሎቹ ጋር አብሮ የተወለደ ስለመሆኑ፤ የሚሸጥ መሆን አለመሆኑን እንዲሁም ለምን ሰብቻው እንደተቀመጠ ጠየቀ። የሱቁ ባለቤት ቡችላው ከተቀሩት ቡችሎች ጋር አብሮ የተወለደ መሆኑንና አካለ - ጉደሉ በመሆኑ እንደማይሸጥ ነገረው።

ልጁ የአካል ጉዳቱ ምን እንደሆነ ሲጠይቅ ባለቤቱ ቡችላው የኋላ እግር ታፋ የሌለውና አንድ እግር የጉደለው መሆኑን ነገረው። በዚህ ጊዜ ልጁ "ታዲያ ይህንን ቡችላ ምን ልታደርገው ነው?" ሲል ጠየቀው። ባለቤቱ እንደሚያስተኛው ነገረው። ልጁም ለቡችላው በጣም ስላዘነለት ሲያጫውተው መፈለጉን ተናገረ። የሱቁ ባለቤት አላንገራገረም - ፈቀደለት። ልጁ ቡችላውን

ወደ ላይ እንስሳቱ ሲያቅፈው ቡችላው ጆሮውን ሳለው። ይኼኔ ልጁ ቡችላውን ሲገዛው ወሰነ። የሱቁ ባለቤት ግን እንደማይሸጥ ስለነገረው አጥብቆ ጠየቀው።

የሱቁ ባለቤት በመጨረሻ ላይ ለመሸጥ ተስማማ። ልጁ ከኪሱ ሁለት ዶላር አውጥቶ ለጠና የተቀረውን 48 ዶላር ለማምጣት ወደ እናቱ ሄደ። ተመልሶ በመጣ ጊዜ የሱቁ ባለቤት "ለዚህ ቡችላ በምታወጣው ገንዘብ ጤናማ ቡችላ መግዛት አየቻልክ ለዚህኛው ይህን ያህል ለመክፈል የፈለግህበት ምክንያት አልገባኝም?" አለው። ልጁ አንድም ቃል ሳይተነፍስ ሉሪውን ወደ ላይ ሰብስቦ በግራ እግሩ ላይ የታሰረውን ብረት አሳየው። ወዲያው የሱቁ ባለቤት "አሁን ገብቶኛል። በቃ ውሰደው" አለው።

መግባባት ማለት ይሄ ነው።

ረህረህ መሆን

ሀዘን ሲጋሩት ይቀላል፤ ደስታ ሲጋሩት ይበዛል።

በርህረህ እና በግልፅነት መካከል ያለው ልዩነት ምንድ ነው?

በርህረህ "ምን አይነት ሰሜት እንደተሰማህ ይገባኛል" ይላል፤ ግልፅነት ደግሞ "እንዳንተ አይነት ሰሜት ይሰማኛል" ይላል። በርህረህም ሆነ ግልፅነት አስፈላጊ ናቸው። ይህንና በእርግጠኝነት ለመናገር ከሁለቱ የበለጠ አስፈላጊ የሚሆነው ግልፅነት ነው።

ከደንበኞቻችን፤ ከአሰሪዎቻችን፤ ከሰራተኞቻችንና ከቤተሰቦቻችን ጋር በግልፅ ስንቀራረብ ግንኙነታችን ምን ይሆናል? - ይሻሻላል። መግባባት፤ ታማኝነት፤ የአእምሮ ሰላምና ከፍተኛ የስራ ተነሳሽነትን ያመነጫል።

የአንድን ሰው አሲያም ማህበረሰብ ወይም ሀገር ምግባር እንዴት መመዘን ትችላላችሁ? በጣም ቀላል ነው። ሰውየው ወይም ማህበረሰቡ ከሚከተሉት ሰዎች ጋር እንዴት እንደሚቀራረብ አጠኑ።

1. ከአካል ጉዳተኞች ጋር
2. ከእድሜ ባለፀጉች ጋር
3. ከምንዝሮቻቸው ጋር

እነዚህ ሰዎች ስለ መብቶቻቸው በአኩልነት ቆመው ሲከራከሩ አይችሉም።

የተሻለ ሰው መሆን

ህፃናትን ለመንከባከብ፣ ለሕዛውንት ለመራራት፣ ለተራቡ ለማዘን እንዲሁም ደካሞችንና ስህተተኛችን በትዕግስት ለማስፍ ወለት - ምክንያቱም በህይወታችን በሕንድ ወቅት እኛም እንደእነዚህ ሰዎች ሆነን ልናውቅ እንችል ይሆናል፡፡

ፍ

- ሴይድ ሲረር 1986

ተግባራዊ ዕቅድ

1. ለምትፈፅሙት ተግባር ሀላፊነቱን ለመቀበል ቃል ግብ፡፡
2. ታላቅ ሀላፊነት የምትቀበሉበትን እያንዳንዱን ሁኔታ ለይታችሁ አስቀምጡ

ሀ. በቤት -----

ለ. በስራ -----

ሐ. በማህበራዊ ኑሮ -----

3. ይህንን ምዕራፍ አንብባችሁ ስትጨርሱ ልትለማመዷቸው የወሰናችሁትን ሶስት ነገሮች ፃፉ፡፡

ሀ. -----

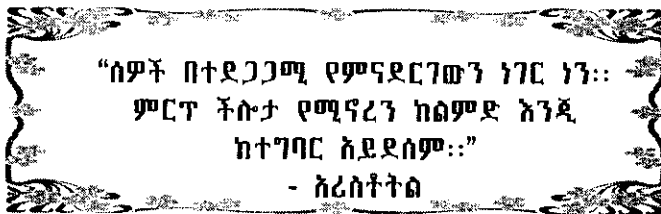
ለ. -----

ሐ. -----

ቃል የገባችሁትን ነገር ፃፉና ለቀጣዮቹ 21 ቀናት በየቀኑ አንብቡት፡፡

፩

ውስጡ-ህሊና እና ልምድ



አዎንታዊ ልምድ እና ምግባር ማዳበር

ሁላችንም ብንሆን የተወለድነው ስኬታማ ህይወት ለመምራት ነው። ይሁንና ተላምዶ ወደ ውድቀት ይመራል። የተወለድነው ለአሸናፊነት ቢሆንም የተሸናፊነት ተላምዶ አለን። ብዙ ጊዜ “እገሌ በጣም ዕድለኛ በመሆኑ አመድ ቢያፍስ ወርቅ ይሆንለታል” ወይም “እንቱኔ ዕድለ ቢስ ስለሆነ የነካው ነገር በሙሉ አመድ ይሆንበታል” አሊያም ከዚህ ጋር የሚመሳሰሉ አስተያየቶችን እንሰማለን። በማንኛውም ሰው ላይ የሚሰነዘሩ የዚህ አይነት አስተያየቶች እውነትነት የላቸውም።

አስተያየቶቹ የሚሰነዘሩባቸውን ዕድለኛ እና ዕድለ - ቢስ ግለሰቦች ህይወት ብትመረምሩ ስኬታማ የሆነው ሰው በእያንዳንዱ አጋጣሚ ተገቢውን ነገር እያደረገ እንደሚገኝ፤ ያልተሳካለት ደግሞ በተደጋጋሚ ተመሳሳይ ስህተት እየሰራ መሆኑን ትደርሱበታላችሁ። ልምምድ ሁሉ ፍፁም አያደርግም። ፍፁም የሚደርገው ፍፁም የሆነ ልምምድ ብቻ ነው። በተደጋጋሚ የምታደርጉት ማንኛውም ነገር በልምምድ አማካይነት ዘላቂ ይሆናል። አንዳንዶቹ ስህተቶቻቸውን መላመዳቸውን ለለማገፋበት እነዚህን ስህተቶች ያለምንም እንክን - በፍፁምና - ይለሯቸዋል። ስህተቶቻቸውም እንክን የሚይወጣላቸውና ያለማንም አነሳሽነት በራሳቸው የሚፈፀሙ ይሆናሉ።

አንድን ልምድ ማጥፋት መሬትን ለእርሻ እንደማዘጋጀት ሁሉ የተወሰነ ጊዜ ይወስዳል። ልምዶች ሌሎች ልምዶችን ያመነጫሉ። አንድን ድርጊት የሚያስጀምረን የመንፈስ መነቃቃት ነው። ከዚያ ተነሳሽነታችን ድርጊቱን እንድንቀጥልበት ያደርገናል። እናም ልምድ ድርጊቱን ያለማንም አነሳሽ በራሱ እንዲከናወን ያደርገዋል።

ሲኖሩን ከሚገባቸው ባህርያት ሁሉ የበለጠ ዋጋ የሚሰጣቸው መከራ ሲያጋጥም ድፍረትን የማሳየት፤ ፈተና ሲጋረጥ ራስን - መግዛት የሚቻል መሆኑን የማሳየት፤ ለሜትን የሚጉዳ አጋጣሚ ሲከሰት ደስታን የመምረጥ፤ በተስፋ አስቆራጭ ሁኔታ ውስጥ መልካም ምግባርን የማሳየት እንዲሁም መለናክሎች ሲፈጠሩ የማምለጫ አጋጣሚዎችን የመፍጠር ችሎታዎች ናቸው። ነገር ግን እነዚህ ባህርያት ድንገት ከመሬት ተነስተው የሚከሰቱ ሳይሆን በአእምሮም ሆነ በአካል ያሳለሰ ዘላቂ ልምምድ ከማድረግ የሚመጡ ናቸው። በመከራ ጊዜ የሚኖረን አዎንታዊም ሆነ አሉታዊ ባህርይ የልምምድ ውጤት እንጂ የሌላ አይሆንም። በተወሰኑ አጋጣሚዎች እንደ ፈሪነት ወይም አታላይነት ያሉ አሉታዊ ባህርያትን ብንላመድና ወሳኝ የሆኑ አጋጣሚዎችን በአዎንታዊ መልኩ ለማስተናገድ ተስፋ ብናደርግ፤ ስላልተላመድነው እንዳለብነው አይሆንልንም።

የገዛ ራሳችንን አንድ ጊዜ ውሸት እንድንናገር ከፈቀድንለት፤ ለሁለተኛና ሶስተኛ ጊዜ ከመጀመሪያው የበለጠ በጣም በቀላሉ እንዋሽና የኋላ ኋላ ልምድ ይሆንብናል። ስኬት የሚገኘው በመቀበል እና በመታቀብ ፍልስፍና ውስጥ ነው። ልታደርጉት የሚያስፈልጋችሁን በመቀበል ከዚህ ጋር እስክትላመዱ ድረስ ከሚጉዳችሁ ነገር ታቀቡ። የሰው ልጆች ከምክኒያታዊነት የበለጠ ስሜታዊነት ያጠቃቸዋል። ታማኝነትና ህቀኝነት የእምነት ስርዓታችንና የልምምድ ውጤት ናቸው። ለረጅም ጊዜ የተላመድነው ማንኛውም ነገር ስርዓታችን ውስጥ ስር እየሰደደ ሄዶ ልምድ ይሆናል። አንድ ሰው ብዙ ጊዜ በታማኝነት ሲኖር ቆይቶ ቢዋሽ ገና በመጀመሪያው መከራው ይጋለጣል። በአታላይነት ብዙ ጊዜውን ያሳለፈው ሰው ግን ገና በመጀመሪያው መከራው የሚጋለጠው እውነትን ሲናገር ነው።

ለራስም ሆነ ለሌሎች ታማኝ መሆን ወይም ያለመሆን ልምድ ይሆናል። ምርጫው በተላመድነው ባህርይ ላይ የተመሰረተ የገዛ ራሳችን ነው። የትኛውንም ምላሽ ብንመርጥ የአስተሳሰብ ስርአታችን እንደልማዳችን ይሆናል። እኛ ልምድን ስናዳብር ልማድ ደግሞ ምግባርን ያዳብራል። ልምዱ እንዳለን ከመገንዘባችን በፊት ልምዱ ይዞናል።

በአንድ ወቅት የሆነ ሰው “ህሳቦቻችን ወደ ተግባር ሲመሩን ተግባሮች ወደ ልምዶች ይመሩና ልምዶቹ ምግባርን ያዳብራሉ” ብሏል። ምግባር ወደ እጣ ፋንታ ይመራል። በትክክል የማለብ ልምድን አዳብሩ።

ጥሩ ልምዶችን ማዳበር

አብዛኛው ባህርያችን የተለመደ በመሆኑ ሳናለበው በገዛ ራሱ ይፈጠራል። ምግባራችን የልምዶችን አጠቃላይ ድምር ውጤት ነው። አዎንታዊ ልምዶች ካሉን መልካም ምግባር ይኖረናል። በተቃራኒው አሉታዊ ልምዶች ካሉን ምግባር እንደሚጉድሉን እንረዳለን። ልምዶች፣ ከስነ-አመክንዮና አስተሳሰብ እጅግ ሲበዛ የጠነከሩ ናቸው። በልምድ የማዳበር የህይወት አደት ውስጥ አንድ ልምድ ከነመኖሩም እንኳን ሰማወቅ የሚያስቸግር በጣም ደካማ ሆኖ ይጀምርና የኋላ ኋላ ለመነቀል በጣም የሚከብድ ሆኖ ይጠነክራል። ልማድ ነገሮችን ለማድረግ ባለመቻል ወይም በቆራጥነት ሲዳብር ይችላል። የትኞቹን ባህርያት ማዳበር እንዳለብን ካልወሰንን ማድረግ ያለብንን ባለማድረጋችን መጥፎ ልማዶችን አዳብረን እናርፈው ይሆናል።

ልምዶችን እንዴት እናዳብራለን?

በተደጋጋሚ የምናደርገው ማንኛውም ነገር ልምድ ይሆናል። አንድን ነገር የምንማረው በማድረግ ነው። በድፍረት መልካም ነገሮችን ስንፈፅም ድፍረትን እንማራለን። ታማኝነትና ሚዛናዊነትን ስንለማመድ እነዚህን ባህርያት እንማራለን። እነዚህ ባህርያት ስንማራቸው እንካንባቸዋለን። በተመሳሳይ መልኩ እንደ አታላይነት፣ አግባብ ያልሆነ ባህርይ ወይም የስነ ስርአት ጉድለት ያሉትን አሉታዊ ባህርያት ስንላመድ እንጠበብባቸዋለን። ዝንባሌዎች ልማዶች ናቸው። ልማዶች ወደ ባህርይ ስርአት ይመራሉ። የአእምሮ መንግስት ሆነው የአፀፋ ድርጊቶቻችንን በበላይነት ይገዛሉ።

ተላምዶ

ተላምዶ እርስ በርሳቸው ተጉዳኝተው ከሚከሰቱ የተለዩ ሁኔታዎች ጋር የምንተዋወቅበት፣ ወይም የምንለመድበት ስነ-ልቦናዊ ሂደት ነው። በጣም ታዋቂ የሆኑት የተላምዶ ምሳሌዎች የፓቭሎቭ ውሾች ናቸው። ሩሲያዊው ሳይንቲስት ፓቭሎቭ ሰውሾቹ ምግብ በሰጠ ቁጥር ደውል ይደውላል። ይህን ጊዜ ውሾቹ ምግባቸውን ሲያዩ አፋቸው በምራቅ መሙላቱ አይቀርም። ፓቭሎቭ ሰተወሰነ ጊዜ ያህል ይህን ሲያደርግ ከቆየ በኋላ ምግብ ሳያቀርብ ደውል ደውሏል። እንደዚህም ሆኖ ውሾቹ አፋቸው በምራቅ ተሞላ። ምክንያቱም ከደውሉ ድምፅ ጋር ምግባቸውን እንዲቀርብላቸው መጠበቅን ተላምደው ነበር።

አብዛኛው ባህርያችን የተላምዶ ውጤት ነው። ሁላችንም ብንሆን በአካባቢያችንና በመገናኛ ብዙሀን አማካይነት ከሁኔታዎች ጋር ስለምንለመድ

ልክ እንደ ሮቦት መሆን ጀምረናል። የገዛ ራሳችንን ከአዎንታዊ ምግባር ጋር የማላመድ ሀላፊነትን አለብን።

ማንኛውንም ነገር በጥሩ ሁኔታ ለማድረግ ከፈለግን ድርጊቱ በራሱ ጊዜ የሚመጣ መሆን ይገባዋል። ሆኖ ብለን ትክክለኛ ነገር ለማድረግ ማለብ ካለብን መቼም ቢሆን ያንን ማድረግ አንችልም። ይህም ሲባል ለማድረግ ያለብንውን ነገር ልማድ ልናደርገው ይገባል ማለት ነው።

የማርሻል አርት ጥበብን በምንማርበት ጊዜ ባለጥቁር ቀበቶዎች ሳይቀሩ መሰረታዊ የሆኑትን የመሠንዘር/ የመከላከል እንቅስቃሴዎች እንደሚለማመዱ ታዝቤያለሁ። ምክንያቱም እነዚህን እንቅስቃሴዎች ለመጠቀም ከፈለጉ በገዛ ራሳቸው መምጣት ይኖርባቸዋል።

ሙያተኞች ነገሮችን በቀላሉ ሲያከናውኑ የሚታዩት የሚያደርጉትን ነገር መሠረታዊ መመሪያዎች ጠንቅቀው ስለሚያውቁ ነው። ብዙ ሰዎች መልካም ስራ የሚሠሩት በአእምሯቸው ውስጥ ስለሰራ አድገት እያብሰሰሉ ነው። ይሁንና የስራ አድገት ማግኘት የሚገባው መልካም ስራን ልማድ ያደረገው ሰው ነው።

መልካም ልማዶችን ለማግኘት ቢያስቸግሩም ለመሸከም ቀላል ናቸው። መጥፎ ልማዶች በቀላሉ ቢገኙም ለሸክም ይከብዳሉ።

እንዴት እንላመዳለን?

በኩንቢው ብቻ ከብደቱ በብዙ ቶኖች የሚመዘንን ነገር ሲሸከም ስለሚችለው ሀይለኛ ዝሆን አስቡ። አንድ ዝሆን በቀላሉ ችካሉን ነቅሎ ወደፈለገበት መሄድ እየቻለ በቀጭን ገመድ ከአንድ ችካል ጋር ታስሮ በአንድ ቦታ ላይ መቆየትን የተላመደው እንዴት ነው? የዚህ ጥያቄ መልስ ዝሆኑ በትንሽነቱ በጠንካራ ስንሰሰት ከትልቅ ዛፍ ጋር ይታሰር የነበረ መሆኑ ነው። ትንሹ ዝሆን ከመታሰር ጋር ስላልተዋወቀ ለንሰሰቱን እየሰበና እየጋተተ ለመበጠስ በከንቱ ይደክም ነበር። በዚህ መሀል መሳቡና መጉተቱ እንደማይዋጣው የሚገነዘብበት ቀን መጣና መፍጨርጨሩን አቁሞ ቀጥ ብሎ መቆም ጀመረ። ይኼን ጊዜ ተላምዷል ማለት ነው።

እናም ትንሹ ዝሆን ሙሉ በሙሉ እድገቱን ጨርሶ ሀይለኛና ግዙፍ ሲሆን በቀጭን ገመድ ከትንሽ ችካል ጋር ይታሰራል። ዝሆኑ አንድ ጊዜ ብቻ በመጉተት ችካሉን ነቅሎ ወዳሽው ስፍራ በነፃነት ለመሄድ ቢችልም የትም አይሄድም። ምክንያቱም እንዲላመድ ተደርጓል።

አውቀነውም ይሁን ሳናውቀው፦

- እንደየምናንባቸው የመፅሀፍት አይነቶች፤
- እንደየምንመለከታቸው የቴሌቪዥን ፕሮግራሞችና ፊልሞች፤
- እንደየምናደምጣቸው የሙዚቃ አይነቶች፤

- እንደየሚኖሩና አብረው እንደሚውሉት ሰዎች በሚኖረን ተጋልጦ ያለማለስበት ከሁኔታዎች ጋር እንላመዳለን።

ወደ ሰራችሁ መኪናችሁን እያሸነገራችሁ ስትሄዱ በተከታታይ ለበርካታ ቀናት በየቀኑ አንድ አይነት መዘቃቃቂያ ብቻ የምታዳምጡ ከሆነ የመኪናችሁ ቴፕ ሲበላሽ ጆርዎችሁ ውስጥ የምትሰሙት መዘቃቃቂያ ምን አይነት እንደሚሆን አትገምቱም ይሆን?

የእእምሮ መታወክ ተመሳሳይ የሆነን ነገር መላልሶ ማድረግና የተለየ ውጤት መጠበቅ ማለት ነው። ስታደርጉት የነበረውን ነገር ማድረጋችሁን ከገፋችሁበት ያላችሁ ነገር በማግኘታችሁ ትገፋታላችሁ። ልምድን በመለወጥ ረገድ ከሁሉ የላቀው አስቸጋሪ ነገር የማይሰራ (የማይጠቅም) ነገርን መርሳትና አዎንታዊ ልማዶችን መማር ነው።

የጂ. አይ. ጂ. ቶ. መርህ

የኮምፒውተር ምህረት ቃል የሆነው “ጂ.አይ.ጂ.አ” (ጋርቤጅ ኢን፣ ጋርቤጅ እውት - ቆሻሻ ማስገባት፣ ቆሻሻ ማስወጣት) በጣም ጥልቅ ፍቺ አለው።

እሱታዊነትን ማስገባት፣ እሱታዊነትን ማስወጣትን፣

አዎንታዊነትን ማስገባት፣ አዎንታዊነትን ማስወጣትን፣

መልካም ነገርን ማስገባት፣ መልካም ነገርን ማስወጣትን ያተርፋል።

‘ግብአት’ እና ‘ውጣት’ አኩል ናቸው። ውስጠ - ህሊናችን እያዳለም። በእእምሮአችን ውስጥ ልናስገባው የመረጥነውን ማንኛውንም ሀሳብ ውስጠ-ህሊናችን ይቀበላውና ባህርያችን በዚያ መሰረት ይንፀባረቃል።

ቴሌቪዥን በእሴቶቻችን፣ በእስተሳሰባችንና በባህላችን ላይ ተፅዕኖ የማሳደር አቅሙ በጣም የጉሳ ነው። ይህ በርካታ መረጃዎችን የሚያቀብሉን ቴሌቪዥን፣ ለዛችንን በማሳካት፣ እሴቶቻችንን በማበላሸት እንዲሁም የወጣት አጥፊዎችን ቁጥር በመቀነሱ በኩል ከፍተኛውን ድርሻ ይይዛል። አንድ ህፃን እድሜው 18 እመት በሚሞላበት ጊዜ በቴሌቪዥን ከ200,000 የሚበልጡ ሀይል የተቀላቀለባቸው ድርጊቶችን ያያል። *

የማስታወቂያ ባለሙያዎች ታዳሚዎቻቸውን በማላመዱ በኩል የተዋጣላቸው ናቸው። በአንድ ወሳኝ እጋጣሚ ወቅት ኩባንያዎች ለሰላሳ ሰአት ማስታወቂያ ወደ 1 ሚልዮን ዶላር ገደማ ያወጣሉ። ውጤት የሚያገኙበት መሆኑ እጠያይቂ አይደለም። አንድን አይነት የሰላሳ መጠጥ ወይም የጥርስ ሳሙና ማስታወቂያ ስያይ ወደ ሉፐር ማርኬት ሄደን የዚያኑ

አይነት እቃ እንሸምታለን። በማስታወቂያ ያየነውን ካልሆነ በስተቀር ሌላ የሰላሳ መጠጥ ለመግዛት እንፈልግም። ለምን? ምክንያቱም እንደ ሰለት ስለተሞላን በዚህ መሠረት እናደርጋለን።

አንድን ማስታወቂያ በቴሌቪዥን ስንመለከት ወይም በራዲዮ ስናዳምጥ ህሊናችን እያዳምጥም። ይሁንና ውስጠ-ህሊናችን ክፍት በመሆኑ የሚደፋበትን ሁሉ ለመቀበል ይገደዳል። ከቴሌቪዥን ጋር ተከራክራችሁ ታውቃላችሁ? በእርግጥም አትከራከሩም።

ፊልም ቤት ስንገባ እንስቃለን፣ እናለቅላለን - ምክንያቱም ስሜታዊ ግብአት ቅፅበታዊ የሆነ ስሜታዊ ውጣት ስላለው። ግብአቱን ከለወጣችሁት ውጣቱም ይለወጣል።

ንቃተ-ህሊና እና ውስጠ-ህሊና

ንቃተ - ህሊና የማሰብ ችሎታ አለው። መቀበል ወይም ውድቅ ማድረግ ይችላል። ውስጠ-ህሊና ግን ተቀባይ ብቻ ነው። ለእእምሯችን የፍርሃት፣ የጥርጣሬና የጥላቻ አስተሳሰቦችን ከመገባነው የገባ ራሳችን እእምሮ የሚያቀርባቸው ሀሳቦች ተቀስቅሰው እነዚህን ነገሮች ወደ ገህድነት ይተረጉሟቸዋል።

ውስጠ-ህሊና እንደ መረጃ ማከማቻ ማዕከል ነው። ውስጠ-ህሊና እንደ መኪና፣ ንቃተ-ህሊና ደግሞ እንደ ሾፌር ነው። ከሁሉም የበለጠ ሀይል ያለው ውስጠ-ህሊና ነው። ጉልበት ያለው መኪናው ቢሆንም መቆጣጠሪያው ሾፌሩ ጋ ነው።

ውስጠ-ህሊና ሊጠቅመን ወይም ሊጉዳን ይችላል። ምክንያታዊም አይደለም። ስኬታማ ካልሆነን ውስጠ-ህሊናችንን እንደገና መሙላት ያስፈልገናል።

ውስጠ-ህሊና እንደ አትክልት ስፍራ ነው። የምንተክልበት ዕዕዋት ምንነት እያሳሰበውም። ገለልተኛ በመሆኑ ምንም አይነት ምርጫ የለውም። መልካም ዘሮችን ከዘራን፣ መልካም የአትክልት ስፍራ ይኖረናል። እስባሰዚያ የማይፈለጉ አረሞች የበቀሉበት ሜዳ ይሆናል። ከዚህ ባሻገር መልካም ዘር ዘርተንም እንኳ አረሞች ማደጋቸው ስለማይቀር የማረሙ ሂደት ያለማሰለስ መቀጠል ይኖርበታል ባይ ነኝ።

የሰው ልጅ እእምሮም ከዚህ በምንም አይለይም። አዎንታዊና አሉታዊ አስተሳሰቦች በአንድ አይነት ጊዜ እእምሮን ሊቆጣጠሩ አይችሉም።

ስኬታማ ለመሆን በአዎንታዊ መልኩ መሞላት (ፕሮግራም መደረግ) ያስፈልገናል።

እንዴት እንሞላለን?

እንዴት ብስክሌት መጋለብ እንደተማርን አስታውሱ። በዚህ ሂደት አራት ደረጃዎች አሉ። የመጀመሪያው ደረጃ የማይታወቅ ችሎታ -

* (አስ ኢን ሌሊንግ ፓውር)፣ ኖቬል ታይምስ፣ መጋቢት 1996፣ ገጽ 40

የለሽነት፡፡ ይባላል፡፡ በዚህ ደረጃ ላይ አለማውቃችንን እናውቅም፡፡ ትንሽ ልጆች ሆነን ብስክሌት ስለመጋለብ (የማይታወቅ) ካለማውቃችን ሌላ ብስክሌት መጋለብ እንችልም (ችሎታ-የለሽነት)፡፡ ይህ የማይታወቅ ችሎታ - የለሽነት ደረጃ ነው፡፡

በሁለተኛው ደረጃ ላይ - «የሚታወቅ ችሎታ-የለሽነት» ልጁ ብስክሌት ስለመጋለብ ያውቃል፡፡ ይሁንና አራት ብስክሌት መጋለብ አይችልም፡፡ በመሆኑም እያውቀም ችሎታ-የለሽ ይሆናል፡፡

ከዚህ በኋላ መማር ይጀምርና ወደ ሶስተኛው ደረጃ ማለትም ወደ «ሚታወቅ ቻይነት» ይሸጋገራል፡፡ በዚህ ደረጃ ብስክሌት መጋለብ ይችላል፡፡ ነገር ግን በእያንዳንዱ የእንቅስቃሴ ሂደት ላይ ትኩረት ማድረግ ይኖርበታል፡፡ ስለዚህ ልጁ ሆነ ብሎ እያለበትና እየጣረ ብስክሌት መጋለብ የሚችል (ቻይ) ይሆናል፡፡

ሀሳብ ልጅ ስራዬ ብሎ ሰብዙ ጊዜ ብስክሌት መጋለብ ከተለማመደ ስለ እያንዳንዱ የእንቅስቃሴ ሂደት ማሰብ ላያስፈልገው ይችላል፡፡ በዚህ ጊዜ ወደ አራተኛ ደረጃ - ወደ «የማይታወቅ ቻይነት» ሂደት ይሸጋገራል፡፡ አጠቃላይ የእንቅስቃሴው ሂደት በገዛ ራሱ የሚከናወን ይሆናል፡፡ ልጁም ብስክሌት እየጋለበ ከለዎች ጋር ማውራትና አጁን በማወዛወዝ ለላምታ መስጠት ይችላል፡፡ አሁን የሚታወቅ ቻይነት ደረጃ ላይ ደርሷል፡፡ በዚህ ደረጃ ላይ በእንቅስቃሴዎች ማተኮርም ሆነ ስለ ሂደቱ ማሰብ አያስፈልገውም፡፡ ምክንያቱም የባህርይ ስርዓቱ የገዛ ራሱን ይመራል፡፡

እኛም ማናቸውንም አዎንታዊ ልምዶችን ሁሉ እዚህ ደረጃ ላይ እንዲደርሱ እንሻለን፡፡ ያለመታደል ሆኖ ምናልባት የማይታወቅ ቻይነት ደረጃ ላይ ያሉና ለእርምጃችን ጉጂ የሆኑ ጥቂት አሎታዊ ልምዶችም ይኖሩን ይሆናል፡፡

ተፈጥሮ፣ ወናነትን ትጠየቃለች

የቴኒስ ስፖርት ወዳጆች የሆኑ ሁለት የወንድሜ ልጆች አሉ፡፡ አንድ ቀን አባታቸው “ይኼ ጨዋታ በጣም ብዙ ገንዘብ እያስወጣኝ ነው፡፡ ራኬቶችና የኒሶች መግዣ ገንዘቡ እና የሜዳ ኪራይ ላያንስ አሁን ደግሞ አስልጣኝ አስቀጠሩኝ፡፡ ይኼንን ሁሉ ገንዘብ ማውጣቱ ከብላኛል” አለኝ፡፡ እኔም “ከምን ጋር እነፃፅረኸው ነው ብዙ ገንዘብ የሚያስወጣ ሆኖ ያገኘኸው?” ስል ጠየቅሁት፡፡ ልጆቼን ቴኒስ መጫወት አስቀም ጥቂት ገንዘብ ማዳን ይችላል፡፡ ይሁንና ጨዋታውን ካቆሙ እና ከነሙሉ ጊዜና ጉልበታቸው ጋር ከትምህርት ቤት ወደ ቤት ከተመለሱ በኋላ ምን ይሠራሉ? በዝምታ ተውጦ ለጥቂት ጊዜ ሲያስብ ቆየና “እንዲቀጥሉ ባደርጋቸው የሚሻል ይመስለኛል፡፡ በዚያ መልኩ ካየነው ብዙ ገንዘብ አያስወጣም” አለኝ፡፡ ልጆቼን አዎንታዊ በሆኑ ተግባራት ተሳታፊ እንዲሆኑ

ማድረጉ የሚኖረውን ጠቀሜታ ተገነዘበ፡፡ አለበለዚያ ተፈጥሮ ወናነት (ባዶነት) ስለሚቀፋት ወደ አሎታዊ ነገሮች ይላባሉ፡፡ ነገሮች አሎታዊ ወይም አዎንታዊ ናቸው፤ በዚህ አለም ምንም አይነት ግሉል ጉዳይ የለም፡፡

መልካም ምግባር ልምድ ይሆናል፡፡ አስደሳች ስብዕና ማጉልበት ከፈለግን ልምዶቻችንን በጥልቀት መመርመር አለብን፡፡ በመጀመሪያ ላይ አልፎ አልፎ የምንገዛለት ተግባር የኋላ ኋላ ቋሚ ሆኖን ያርፈዋል፡፡ ራሳችሁን የሚከተሉትን ጥያቄዎች ጠይቁት፡-

- 1. የሥራዬን ጥራት እንዲበላሽ እፈቅዳለሁኝ?
- 2. ለአሉባልታ እገዛለሁኝ?
- 3. ቅናትና የራስ ኩራት የዘወትር ወዳጆቼ ናቸውን?
- 4. የሠዎችን ችግር እንደ ራሴ አድርጌ ማየት ያቅተኛልን?

ሁሉ የልምድ ፈጣሪዎች እኛ ነን፡፡ አንድን ነገር ከማድረጋችን በፊት ያለማቋረጥ ማለብ ካለብን፣ በጭራሽ ምንም ነገር ለማድረግ እንችልምና የልምድ ፈጣሪዎች መሆናችን መልካም ነው፡፡

ከሀሳቦቻችን የበለጠ በራስ - ተገርነታችንን በማጠናከር ልምዶቻችንን መቆጣጠር እንችላለን፡፡ የውስጡ-ሀሊናችንን ሀይል መቆጣጠር ያስፈልገናል፡፡ በልጅነታችን የጉልምስና ዕድሜ ምግባራችንን የሚያጉለብቱ አዎንታዊ ልምዶችን ማዳበር አለብን፡፡ አሁንም ብንጀምረው በጣም ዘንዮን እያሰብለንም፡፡ ለአዎንታዊም ሆነ አሎታዊ ነገሮች መጋለጥ በእያንዳንዱ ክስተት (ተጋልጦ) ላይ ልዩነት ያመጣል፡፡ አዳዲስ አዎንታዊ ልምዶችን መማር ጊዜ ቢወስድም፣ አዎንታዊ ልምዶችን አንድ ጊዜ አጥብቆ መያዝ ከተቻለ ለሀይወት አዲስ ትርጉም ይሰጠታል፡፡

ለሁኔታዎች ያለን ተስፋ የማድረግም ሆነ ተስፋ የመቁረጥ አመለካከት ልምድ ነው፡፡ ልምዶች በስቃይና በእርካታ መርህ ላይ የተመሠረቱ ናቸው፡፡ ነገሮችን የምናደርገው ስቃይን ለማስወገድ ወይም እርካታን ለማግኘት ነው፡፡ የምናገኘው እርካታ ከስቃይ እስከበለጠ ድረስ በልማዱ እንገፋበታለን፡፡ ስቃይ ከእርካታው በላይ ከሆነ ግን ልምዱን እንተወዋለን፡፡ ለምሳሌ አንድ ሀኪም ለሀመምተኛው ሲጋራ ማጤስ እንዲያቆም ቢነግረው፣ አጫሹ ሀመምተኛ “ዶክተር፣ ላቆም አልችልም! የሚያስደስተኝ ልምድ እኮ ነው!” ብሎ ሲመልስና ማጨሰን ሊቀጥልበት ይችላል፡፡ ሲጋራ በማጨሰ የሚያገኘው እርካታ ከስቃይ ይበልጥበታል፡፡ አንድ ቀን በጣም ትልቅ የጤና ችግር ባጋጠመው ጊዜ ሀኪሙ በድጋሚ “ለመኖር ከፈለግህ አሁኑኑ ሲጋራ ማጨስ ብታቆም ይሻልህል!” ይለዋል፡፡ በዚህ ጊዜ አብዛኞቹ አጫሾች ያቆማሉ፡፡ ለምን? አሁን ስቃይ ከእርካታው በልጧል፡፡

የመለወጥ ቅስም

ሠዎች አሉታዊ ልምዶች እንዳሏቸው ሲገነዘቡ ወይም ሲያውቁ ለምን አይለወጡም? የማይለወጡበት ምክንያት ሀላፊነትን ለመቀበል ፍቃደኛ ስላልሆኑ ነው። በልምዳቸው መቀጠላቸው የሚለጣቸው እርካታ ከስቃይ ይበልጣል። ምናልባትም፡-

- የመለወጥ ፍላጎት ይጉድላቸዋል፤
- ሰለውጡ ራሳቸውን የማስገዛት አቅም ያላቸው፤
- ሰለውጡ ስለመቻላቸው እምነት አይኖራቸው፤ አሊያም
- የሰውጡን አስፈላጊነት በተመለከተ ግንዛቤ ይጉድላቸው ይሆናል።

እነዚህ ሁሉ ሰበቦች አሉታዊ ልምዶችን እንዳናስወግድ ይከላከሉናል። በዚህ ጊዜ አንድ አማራጭ ይኖራል። አሉታዊ ባህሪያችንን ችላ በማለት በራሱ ጊዜ እንደሚወገድ ተስፋ ማድረግ። (ይህ በግልፅ የሚታየውን እውነት ለመቀበል ፍቃደኛ አለመሆን ነው) - አሊያም ፊት ለፊት ተጋፍጠነው ለአድሜል ልክ እናስወግደዋለን። ባህሪያችንን ማስተካከል አጉል ፍርሃትን አስወግዶ ከምሽት ቀጠና ውስጥ ከመውጣት የሚመጣ ነው። ፍርሃት ከልምድ የምንማረው ባህሪያችን ፍርሃትን መርሳት እንደሚቻል አስታውሱ።

አሉታዊ ልምድን ላለመለወጥ በሰበብነት የሚቀርቡት በጣም የተሰመዱ መግለጫዎች የሚከተሉት ናቸው፡-

1. ሁሉም እንደዚያ ሳይረግ ቆይቻለሁ፤
2. በፍፁም እንደዚያ ያለውን ነገር አድርጌ አላውቅም፤
3. ይኼ የእኔ ስራ አይደለም፤
4. ልዩነት ይፈጥራል ብዬ አላስብም፤
5. በጣም ስራ ይዘዛብኛል።

አዎንታዊ ልምዶችን ማዳበር

አንድ ሰው በየትኛውም የእድሜ ክልል ላይ ይገኛል፤ በልምዱም ለፈለገው ያህል ጊዜ ቢቆይ፤ ለመለወጥ በፍጹም አልዘገየም። መለወጥ የሚገባውን ልምድ በመገንዘብ የባህሪ ማስተካከያ ዘዴዎችን በመጠቀም ልንለወጥ እንችላለን። ሳረጃ ውሻ አዲስ ተንኮል ማስተማር አይቻልም የሚለው የድሮ ተረት ስህተት ነው። እኛ ለዎች እንጂ ውሾች አይደለንም። የተንኮል ተግባር እያከናወንን አይደለንም። እራስን የሚጉዱ ባህሪያትን በመርሳት አዎንታዊ ባህሪያትን መማር እንችላለን።

ኧርል ናይቲንጌል እንዳሉት የሰኪታማ ሰዎች ምስጢር፤ ስኬታማ ያልሆኑት ለማድረግ የማይወዷቸውንና የማያደርጓቸውን ነገሮች የማድረግ ልምድ ማዳበራቸው ነው። ያልተሳካቸው ሰዎች የማያደርጓቸውን ነገሮች

አስቧቸው። እነዚህን ነገሮች ስኬታማዎቹም ሊያደርጓቸው አይፈልጓቸውም። ይሁንና እንደዚያም ሆኖ ያደርጓቸዋል። ለምሳሌ ስኬታማ ያልሆኑ ሰዎች የልምምድ ስርአትን፤ አድካሚ ሰራን ወይም ቃልን መጠበቅን አይወዱም። ስኬታማ ሰዎችም ቢሆኑ የልምምድ ስርአትንና አድካሚ ሰራን አይወዱም (አንድ አትሌት በየቀኑ በጠዋት ተነስቶ የመሮጥን የልምምድ ስርአት አይወደውም፤ አይፈልገውም። ነገር ግን ምንም ባይወድና ባይፈልገውም ያደርገዋል።) መልካም ልምዶችን ለሳዳበሩ የፈለገው ነገር ቢመጣ እነዚህን ነገሮች ከማድረግ ወደጎላ አይሉም።

ልምዶች ሁሉ አንደ ቀልድ ይጀመራሉ። የጎላ ጎላም ለማቆም በጣም አስቸጋሪ ሆነው ያርፋታል። ዝንባሌዎች ልምዶች በመሆናቸው ሊለወጡ ይችላሉ። ጥያቄው ያለው አሮጌዎቹን አሉታዊ ልምዶች በማስወገድ በአዳዲስ አዎንታዊ ልምዶች መተካቱ ላይ ነው።

መጥፎ ባህሪያትን ከማስወገድ ይልቅ መከላከል የበለጠ ይቀላል። መልካም ልምዶች የሚገኙት ፈታኝ ነገሮችን ከማስወገድ ነው።

መደለት እና መስፋት ልምዶች ናቸው። ምርጥ ችሎታ አንድ ባህሪ ወይም ዝንባሌ ልምድ እስኪሆን ድረስ ሆን ተብሎ ከሚደረግ ተደጋጋሚ ጥረት የሚገኝ ውጤት ነው።

በገዛ ራስ የሚቀርብ ሀሳብ

በገዛ ራስ የሚቀርብ ሀሳብ ምንድን ነው? ለመሆን የምትፈልጉትን ሰው አስመልክታችሁ ከአሁን ጊዜ የምታስቡት ሃሳብ ነው። በገዛ ራስ የሚቀርብ ሀሳብ ስለ ግዛ ራስ ለገዛ ራስ እንደሚገኝ የንግድ ማስታወቂያ ነው። የዚህ አይነቶች ሀሳቦች በንቃተ-ሀሊናችሁም ሆነ በውስጡ-ሀሊናችሁ ላይ ተፅዕኖ የሚያሳድሩ ሊሆኑ፤ እነሱም በተራቸው ዝንባሌና ባህሪ ላይ ተፅዕኖ ያሳድራሉ።

በገዛ ራስ የሚቀርቡ ሀሳቦች ውስጡ-ሀሊናችሁን የምትሞሉባቸው መንገዶች ናቸው፤ አዎንታዊ ወይም አሉታዊም ሊሆኑ ይችላሉ።

አሉታዊ የሆኑ በገዛ ራስ የሚቀርቡ ሀሳቦች ምሳሌዎች፡-

- ይክሞኛል።
- እኔ አትሌት አይደለሁም።
- የማስታወስ ችሎታዬ ደካማ ነው።
- በሃሳብ ትምህርት ደካማ ነኝ።

ለራሳችሁ አሉታዊ የሆኑ በገዛ ራስ የሚቀርቡ ሀሳቦችን ለትሰጡት ውስጠ ሀሊናችሁ አምኖ ስለሚቀበላቸው የሚጠበቀውን ነገር እውን ለማድረግ ባህሪያችሁ ውስጥ ይንፀባረቃሉ። ለምሳሌ አንድ ሰገዛ ራስ “የማስታወስ ችሎታዬ ደካማ ነው” የሚል በገዛ ራስ የሚሰነዘር ሀሳብ የሚቀርብ ሰው፤ ከሌላ አዲስ ሰው ጋር ቢተዋወቅ “የማስታወስ ችሎታዬ

ደካማ በመሆኑ ለማስታወስ ብሞክር እንኳን ምንም አይጠቅመኝም" ብሉ ለራሱ ስለሚነግረው የሰውዬውን ስም ለማስታወስ ምንም አይነት ጥረት አያደርግም። እናም በእርግጠኝነት በሚቀጥለው ጊዜ ሊገናኙ የሰውዬውን ስም አያስታውሰውም። ይኼ በድጋሚ "የማስታወስ ችሎታዬ ደካማ ነው" ብሉ ለራሱ ይነግረዋል። ይኼ በጭራሽ ማብቂያ የለሽ የሆነ ኡደት - የሚጠበቀውን ነገር እውን የሚያደርግ ሂደት - ነው።

አንድ ሰው በተደጋጋሚ በሆነኛገር ላይ እምነት ካሳደረ፣ ይህ ነገር ወደ ውስጡ-ሀሊናው ዘልቆ ገህድ ይሆናል። በተደጋጋሚ የተነገረው ውሸት አብዛኛውን ጊዜ እንደ እውነት ሆኖ ተቀሳይነት ያገኛል።

ለምን አዎንታዊ ሃሳቦች አይኖሩንም? ምክንያቱም አእምሯችሁ ውስጥ ልትፈጥሩት የምትፈልጉት ምስል እንዲኖራችሁ የምትፈልጉትን እንጂ የሌላችሁን አይደለም። አእምሯችሁ ውስጥ የቀረባችሁት የትኛውም ምስል ገህድ ይሆናል። በገዛ ራስ የሚቀርቡ ሀሳቦች የድግግሞሽ ሂደት ናቸው። አንድን ሃሳብ በጣም ከደጋገማችሁት አብዛኛውን ጊዜ ወደ ውስጡ ሀሊናችሁ ዘልቆ ይገባል። ለምሳሌ ሰገዛ ራሳችሁ "ዘና ብያለሁ። ራሴን የምቆጣጠር፣ መንፈሴ የረጋ ሰው ነኝ" ብትሉ፣ ለሁኔታዎች እራሳችሁን ተቆጣጥራችሁ የተደጋጋ ምላሽ ትሰጣላችሁ።

በገዛ ራስ የሚቀርቡ ሀሳቦች አሉታዊ መሆን አይገባቸውም። "ዝርክርክ ነኝ" አትቡሉ። ከዚያ ይልቅ "ሁልጊዜም ዝግጁ ነኝ" ቡሉ። በገዛ ራስ በሚቀርብ ሃሳብ ውስጥ አሉታዊ ቃል ሊኖር ልናስወግደው የምንፈልገው አሉታዊ ምስል ይፈጥራል። "ስለ ሰማያዊ ዝሆኖች አታስቡ" ብዬ ብነግራችሁ ወዲያውኑ በአእምሯችሁ ውስጥ የአንድ ሰማያዊ ዝሆን ምስል ብቅ ማለቱ አይቀርም።

በራስ የሚቀርቡ ሀሳቦች አዎንታዊ መሆን ይገባቸዋል። ምክንያቱም የምናስበው በምስሎች እንጂ በቃላት አይደለም። "እናት" ብል አእምሯችሁ ውስጥ ምን ይፈጠራል? አብዛኛውን ጊዜ የእናታችሁ ምስል ፈታችሁ ላይ ድቅን ይልዛችኋል እንጂ እናት የሚለው ቃል አይመጣላችሁም።

በገዛ ራስ የሚቀርቡ ሀሳቦቻችሁ በአሁኑ ጊዜ ግለጹ። ለምን? ምክንያቱም አእምሯችን በእውነተኛ ተሞክሮና በሀሳብ ወለድ ተሞክሮ መካከል ያለውን ልዩነት መናገር አይችልም። ለምሳሌ ወላጆች ልጃቸው ምሽት 3:30 ላይ ወደ ቤት እንዲመጣ ቢጠብቁትም እሱ ገና አልመጣም። እሁን ደግሞ ሌሊት 7:00 ሆኗል። በወላጆቹ አእምሮ ውስጥ ምን እየፈጠረ ሊሆን ይችላል? ምናልባት ሁሉም ነገር በጥሩ ሁኔታ እየተከናወነ መሆኑን ተስፋ ሊያደርጉ ይችላሉ። "አደጋ እንዳልገጠመው ተስፋ አለኝ" ብለው ቢያስቡ ምን ይፈጠራል? የደም ግፊታቸው ያሻቅባል! ይኼ ሀሳብ ወለድ ተሞክሮ ነው። እውነታው ልጁ በፓርቲው ዝግጅት እየተዘናና የሚገኝ መሆኑና ያልመጣውም ግድ የለሽ ስለሆነ ሊሆን ይችላል።

ልጁ በእርግጥም ምሽት 3:30 ላይ ወደ ቤቱ እየመጣ እንደነበረና ነገር ግን አደጋ እንዳጋጠመው ብናስብስ - ምን አይነት ሁኔታ ይፈጠራል? ልክ እንደ በፊቱ ሁሉ የደም ግፊታችን ያሻቅባል! በመጀመሪያ ሀሳብ - ወለዱ ተሞክሮ እውነት አልነበረም። በሁለተኛው ጊዜ ግን እውነት ሆኗል። በሁለቱም አጋጣሚዎች የሰውነት አፅፋ - ምላሽ አንድ አይነት ነው። ውስጡ ሀሊናችን እውነተኛ እና ሀሳብ ወለድ ተሞክሮዎችን አይለይም።

ውስጡ-ሀሊናን ማዘጋጀት

በገዛ ራስ የሚቀርቡ ሀሳቦች አሉታዊ ልምዶችን ለማስወገድና አዎንታዊዎቹን ለማጥፋት ሊጠቅሙ ይችላሉ። ሁላችንም ብንሆን ሳይታወቀን እነዚህን ሀሳቦች እንጠቀምባቸዋለን። ለምሳሌ ጠዋት ቀደም ብለን በመነሳት የምንሄድበት ቦታ ካለን ማታ ስንተኛ ለራሳችን በ12:00 መንቃት እንዳለብን እንነግረዋለን። እናም አብዛኛውን ጊዜ (የሚቀሰቅሰን ድምፅ የሚያለማ ሰዓት እንኳን ሳይኖረን) በሰአቱ ከእንቅልፋችን እንነቃለን።

በገዛ ራስ የሚቀርብ ሀሳብ አእምሯችንን የምንጠብቀውን ነገር እውን ያደርግ ዘንድ ቃል እንዲገባ የምንሞላበትና የምናላምድበት መንገድ ነው።

በገዛ ራስ የሚቀርብ ሀሳብ ለውስጡ-ሀሊናችን ወደ ገህድነት የሚተረጉሙ አዎንታዊ ሃሳቦችን የምናቀርብበት ተደጋጋሚ ሂደት ነው። ድግግሞሹ በጥልቅ ሀይለኛ ስሜቶች ካልታገዘ በስተቀር ብቻውን በቂ አይሆንም።

በገዛ ራስ የሚቀርብ ሀሳብ በእይነ ሀሊና የማይታይ ከሆነ ውጤት አይኖረውም። ከአእምሯችን ለመጀመሪያ ጊዜ በገዛ ራስ የሚቀርብ ሀሳብ ሊቀበል፣ ሀሳቡን ውድቅ ያደርገዋል። ምክንያቱም ከእምነት ስርአታችን ጋር የሚቃረን፣ ከሌላ ቦታ የመጣ ባዕድ ሀሳብ ነውና። ስኬት ትኩረት በማድረግና ሂደቱን በመደጋገም ችሎታችን ላይ ይመሰረታል።

በእይነ-ሀሊና ማየት

በእይነ ሀሊና ማየት እንዲኖረን ወይም እንድናደርገው የፈለግነውን ነገር አሊያም ምን አይነት ሰው መሆን እንደፈለግን በአእምሮ ውስጥ ምስል የመፍጠር እና የማየት ሂደት ነው። በእይነ-ሀሊና ማየትና ለገዛ ራስ ሀሳብ ማቅረብ አብረው ይሄዳሉ። በእይነ ሀሊና ማየት ሳይኖር ለገዛ ራስ ሀሳብ ማቅረብ ብቻውን ሚካኒካዊ ድግግሞሽ ስለሚሆን ውጤታማ አይሆንም። ውጤቶችንና ጥልቅ ሀይለኛ ስሜቶችን ለማየት ካስፈለገ ለራስ የሚቀርበው ሀሳብ በእይነ ሀሊና በማየት መታገዝ ይኖርበታል።

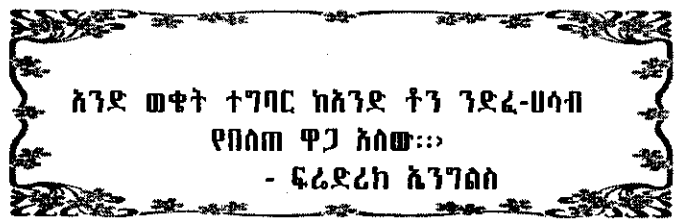
ማስጠንቀቂያ! በገዛ ራስ የሚቀርቡ ሀሳቦች ባዕድ ሀሳቦች በመሆናቸው መጀመሪያ ላይ እስምሯችን ዘንድ ተቀባይነት አያገኙ ይሆናል። ስምሳሌ ላለፉት ጥቂት አስርት አመታት የማስታወስ ችሎታዬ ደካማ መሆኑን አምኜ ቆይቼ፤ አሁን በድንገት ለገዛ ራሴ ጥሩ የማስታወስ ችሎታ እንዳለኝ ብነግረው እእምሮዬ "አንተ ቀጣፊ! የማስታወስ ችሎታህ ደካማ ነው" በማለት ሀሳቡን ውድቅ ያደርገዋል። ምክንያቱም እስካሁን ድረስ ይህንን አምኔበት ነው የቆየሁት። ይህንን ሀሳብ ለማስወገድ 21 ቀናት ይፈጃል። ስምንድ ነው 21 ቀናት የሚፈጀው? ምክንያቱም አንድን ልምድ ለመፍጠር ወያም ለማስወገድ ካስፈለገ ቢያንስ ስ21 ቀናት በአከታታይ ስራዬ ብሎ ዘላቂ ልምድ ማድረግ ያስፈልጋል። ለሀያ አንድ ቀናት አንድ ካሌት ብታዳምጡና ከዚያ በኋላ ቴፓችሁ ቢበላሽ በጀርዋችሁ ውስጥ ምን እይነት ዜማ እንደሚያቃጭልባችሁ ገምቱ።

እዚህ ላይ አንድ ትልቅ ጥያቄ ይነሳል፡- ሰአድሜ ልክ የሚበጀ የተሻለ ሰው ለማምጣት ስራዬ ብሎ ስ21 ቀናት ጥረት ማድረግ ይከብድ ይሆን? በእርግጠኛነት አያከብድም። ይሁንና ያንን የሚያደርጉት ቃላቸውን የሚያከብሩ ሰዎች ብቻ ናቸው። ለገዛ ራስ ሀሳብ የማቅረብ ሂደት ተራ መስሎ ሲታይ ቢቸልም ቅሱ ቀላል አይደለም። ነገር ግን ልታደርጉት ትችላላችሁ። በቀጣዩ ክፍል የቀረቡትን እርምጃዎች በመከተል ለገዛ ራሳችሁ የምታቀርቧቸውን ሀሳቦች ወደ ገህድነት ቀይሯቸው።

አምነታዊ ልማዶችን የማዳበሪያ የ21 ቀናት ቀመር

1. ወደ ማትረበሹበት አንድ ቦታ ሂዱ።
2. ለገዛ ራሳችሁ የምታቀርቧቸውን ሀሳቦች ዘርዝራችሁ 9ፋ። ሀሳቦቻችሁ አምነታዊና የአሁን ጊዜ መሆናቸውን አረጋግጡ።
3. ለገዛ ራሳችሁ የምታቀርቧቸውን ሀሳቦች በየቀኑ ቢያንስ ሁለት ጊዜ ደጋግማችሁ አንብቧቸው፡- (ጠዋት ከእንቅልፋችሁ ስትነሱ እና ማታ ልትተኙ ስትሉ።) ጠዋት እስምሯችሁ ንፁህና ለመቀበል የተዘጋጀ ነው። ማታ ስትተኙ ደግሞ ሌሊቱን ስራውን እንዲስራላችሁ አምነታዊ የሆነ ምስል በውስጡ-ሀሊናችሁ አካማቹ። እያንዳንዱን ስራሳችሁ የምታቀርቡትን ሀሳብ በጥቂት ትናንሽ የሚጣበቁ የማስታወሻ ወረቀቶች ላይ መፃፍም ትችላላችሁ። እነዚህን ወረቀቶች ቀኑን በሙሉ በምታይዋቸው ቦታዎች ላይ (በመታጠቢያ ቤታችሁ መስታወት ላይ፣ ከመኪናችሁ መሪ አጠገብ ባለው መቆጣጠሪያ ሰሌዳ ላይ፣ አጀንዳችሁ ውስጥ፣ በቢሮ መሳሪያዎቻችሁ ውስጥ) ሰጥፏቸው። ቀኑን ሙሉ ማስታወሻዎቹን ማየታችሁ ሀሳቦቹን ደጋግማችሁ እንድታነቧቸው ያደርጋችኋል።
4. ለገዛ ራስ የሚቀርቡ ሀሳቦች ሰብቻቸው ውጤታማ ስለማይሆኑ በአይነህሊና የማየትን ዘዴም ተጠቀሙ።
5. ሀሳቡ ልምድ እስከሚሆን ድረስ ቢያንስ ስ21 ቀናት ይህንን አድርጉ።

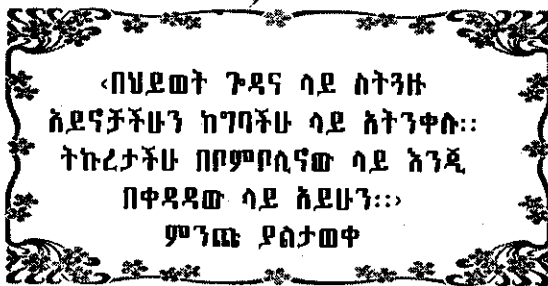
ተግባራዊ ዕቅድ



አስፈላጊ፡- ለገዛ ራስ የሚቀርብ ሀሳብ እና በአይነ ህሊና ማየት የተወሰነ ጊዜ የሚወስድ ግብ-ተኮር የተግባር እቅድን በማገዝ ይሰራሉ (እንጂ አይተኩትም)።

1. ሁላችንም ብንሆን ቁልቁል የሚጉትቱን አሉታዊ ልምዶች አሉን። ለ15 ደቂቃ በማትረበሹበት ቦታ ሰብቻችሁ ሆናችሁ በማስብ ቁልቁል የሚጉትቷችሁን አሉታዊ ልምዶች በሙሉ ዘርዝራችሁ 9ፋ።
2. ለ15 ደቂቃ በማትረበሹበት ቦታ ሰብቻችሁ ሆናችሁ በማስብ ልታጉሰብቷቸው የምትፈልጓቸውን አምነታዊ ልምዶች በሙሉ ዘርዝራችሁ 9ፋ።
3. ከላይ የዘረዘራችኋቸውን አምነታዊ ባህሪያት ለማጉልበት ስራሳችሁ ልታቀርቧቸው የምትችሏቸውን በገዛ ራስ የሚቀርቡ ሀሳቦችን ዘርዝራችሁ 9ፋ።
4. ሀሳቦቹን በአይነ ህሊናችሁ እያያችሁ የ21 ቀን መርሃ ግብሩን ተከተሉ።

ግብን መወሰን



ግብን መወሰንና ከዳር ማድረስ

መድረሻችሁን እስካወቃችሁ ድረስ እውቀት እዚያ እንድትደርሱ ይረዳችኋል፡፡

በድሮ ጊዜ አንድ ህንጻዊ መንፈሳዊ ሊቅ ደቀ-መዛሙርቱን የቀሰት ውርወራ ያስተምር ነበር፡፡ ለዚህም ከእንጨት የተሰራ የወፍ ቅርፅ አስቀምጦ ደቀ-መዛሙርቱን በወፋ አይን ላይ እንዲያነጣጥሩ ነገራቸው፡፡ ከዚህ በኋላ የመጀመሪያው ደቀ-መዝሙር ምን እንደሚታየው እንዲያብራራ ተጠየቀ፡፡ እሱም "ዛሬቼን፣ ቅርንጫፎቼን፣ ቅጠሎቼን፣ ሠማዬን፣ ወፋንና የወፋን አይኖች እያየሁ ነው" በማለት መለለ፡፡

መንፈሳዊው ሊቅም ይህንን ደቀ-መዝሙራቸውን ትዕዛዛቸውን እንዲጠባበቅ ካደረጉ በኋላ ሌላውን ደቀመዝሙራቸውን ተመሳሳይ ጥያቄ አቀረቡለት፡፡ እሱም "የሚታየኝ የወፋ አይን ብቻ ነው" በማለት መለለ፡፡ ይኸኔ መንፈሳዊው ሊቅ "በጣም ጥሩ! አሁን ቀስታችሁን ወርውሩ!" ሊሉ አዘዙ፡፡ የሁለተኛው ደቀ-መዝሙር ቀስት በቀጥታ ወደ ወፋ አይን ተወንጭሮ ተሰካ፡፡

ካሳተኮርን በስተቀር ግባችንን ከዳር ለማድረስ አንችልም፡፡ ሀሳብን በአንድ አሰባስቦ ማተኮር አስቸጋሪ ቢሆንም እንኳን ይህንን ክህሎት በጥረታችን ልንማረው እንችላለን፡፡

ስድናታችሁን ከግባችሁ ላይ ስትንቀሱ

ሀምሌ 4 ቀን 1952 ዓ.ም ፍሎሪንስ ቻድዊክ የካታሊናን ቦይ በዋና ያቋረጠች የመጀመሪያዋ ሌት ለመሆን ጥቂት ቀርቷት ነበር፡፡ ከዚያ በፊት የእንግሊዝ ቦይን በዋና ማቋረጥ ችላለች፡፡ መላው አለም እየተከታተላት ነው፡፡ ቻድዊክ ጥቅጥቅ ካለው ጭጋግ፣ አጥንት ድረስ ዘልቆ ከሚገባው ቅዝቃዜ እንዲሁም ከሻርኮች ጋር ትግል ገጥማለች፡፡ ወደ ባህሩ ዳር ለመድረስ የተቻላትን ሁሉ እያደረገች ቢሆንም በመነፅሯ አሻግራ ባዮች ቁጥር ማየት የቻለችው ጥቅጥቅ ያለውን ጭጋግ ብቻ ሆነ፡፡ እናም የባህሩን ዳርቻ ለማየት ባለመቻሏ ተረታች፣ መዋኘቷን አቆመች፡፡

በመጨረሻ ባህሩ ዳር ለመድረስ የቀራት ግማሽ ማይል ብቻ እንደነበር ባወቀች ጊዜ በጣም ተበሳጫች፡፡ ያቆመችው ወኔ-ቢስ ስለነበረች ሳይሆን ግደን ለማየት ባለመቻሏ ነበር፡፡ መጥፎ የነበረው የአየር ሁኔታ አሳቆማትም፡፡ ይህንንም "ለበብ እየፈጠርኩ አይደለም፡፡ ደረቁን መሬት አይቼው ቢሆን ኖሮ ሊሳካልኝ ይችል ነበር" በማለት ገልግዋለች፡፡

ከሁለት ወራት በኋላ ተመልሳ ወደ ስፍራው በመሄድ የካታሊናን ቦይ በዋና አቋርጣለች፡፡ በዚህ ጊዜ የአየር ሁኔታ መጥፎ የነበረ ቢሆንም ግደን በአእምሮዋ ውስጥ ቀርጻው ስለነበር ያለበትን ዳር ከማድረሷ በተጨማሪ የወንዶችን ሪኮርድ በሁለት ሰአታት አሻሽላለች፡፡

ገቦች ለምን እስፈላጊ ሆኑ?

ደማቅ የፀሀይ ብርሃን ባለበት ቀን በጣም ከፍተኛ ሀይል ያለው የማጉሊያ መነፅር ቢኖራችሁ እንኳን የመነፅሩን ሌንስ ማንቀሳቀሳችሁን ካላቆማችሁ በስተቀር ትንሿን ቁራጭ ወረቀትም ቢሆን በእሳት ለማያያዝ አትችሉም፡፡ በመነፅሩ አልፎ የሚወጣውን ብርሃን በአንድ ቦታ እንዲሰባሰብ ካደረጋችሁትና ሌንሱን ካሳንቀሳቀሳችሁት ግን ወረቀቱ ይነጻል፡፡ ትኩረትን የማሳሰብ ሀይልም እንደዚሁ ነው፡፡

አንድ ሰውዬ በእግሩ እየተጓዘ እያለ መንታ መንገድ ላይ ሊደርስ ቆመና በአቅራቢያው ሊያልፋ የነበሩትን አንድ አዛውንት "ይህ መንገድ ወደ የት ይወስዳል?" ሲል ጠየቃቸው፡፡ አዛውንቱም "ወደ የት ለመሄድ ትፈልጋለህ?" በማለት ጠየቁት፡፡ "እኔ እንጃ?" አለ ሰውዬው፡፡

"እንግዲያውስ ዝም ብለህ በእንደኛው መንገድ ሂድ፡፡ ደግሞስ መንገዱ የትም ይውሰድ ምን ልዩነት ያመጣል?" አሉት አዛውንቱ፡፡

አውነታቸውን ነው፡፡ "አሊስ አን ምንደር ሳንድ" በተባለው ፊልም ውስጥ የቼሻዮሯ ድመት አሊስን "ወደ የት እየሄድሽ እንደሆነ ሳታውቁ ስትቀሪ የትኛውም መንገድ መሄድ ወዳለብሽ ቦታ ይወስድሻል" ብላታለች፡፡

እንበልና የአንድ እግር ኳስ ቡድን አባላት በሙሉ ያለ የሌለ ወኔያቸውን አላባሰበው ተጋጣሚያቸውን ለመርታት በመጓጓት ጨዋታ

ሰመጀመር ተዘጋጅተዋል። በዚህ ጊዜ አንድ ያልታወቀ ሰው የጉሉን ቋሚዎች እንስቶ መስመሮቹን ቢያጠፋቸው ምን ይፈጠራል? ሜዳው ውስጥ ምንም የቀረ ነገር አይኖርም። እንዴት አድርገው ጉል ያስቆጥራሉ? ወደ ተቃራኒ ቡድን የግብ ክልል መድረሳቸውን እንዴት ያውቃሉ? አቅጣጫ የሌለው ጉጉት እንደ ሰደድ አሳት በመሆኑ ለጭንቀት ይዳርጋል። ግቦች አቅጣጫ ያስይዛሉ።

የሚሄድበትን ሳታውቁ ባቡርጃወይ አውሮፕላን ላይ ትሳፈራላችሁ? በፍፁም አትሳፈሩም። ታዲያ ሰዎች ምንም አይነት ግብ ሳይኖራቸው ስምን በህይወት መንገድ ላይ ይጓዛሉ?

ህልሞች



ታላላቅ አስምሮዎች፣ አሳማዎች ሲኖሯቸው

ሴሎች ደግሞ

ምኞቶች ብቻ ይኖሯቸዋል።

- ዋሺንግተን አርቪንግ



ሰዎች ግቦችን ከህልሞችና ምኞቶች ጋር ይምታታባቸዋል። ህልሞችና ምኞቶች ከፍላጎቶች ያለፉ ነገሮች አይደሉም። ፍላጎቶች ደካሞች ናቸው። ፍላጎቶች የሚጠነክሩት፡-

- * በአቅጣጫ
- * በቁርጠኞነት
- * ለአላማ በመስዋት
- * በስነ-ስርአት
- * በተቆረጡ (ገደብ በተበጀላቸው) ቀናት ሲታገዙ ነው።

ፍላጎትን ከግብ የሚለዩት እነዚህ ነገሮች ናቸው። ግቦች የተቆረጠ ቀንና የተግባር ዕቅድ ያላቸው ህልሞች ናቸው። ግቦች ዋጋ ያላቸው ወይም የሌላቸው ሊሆኑ ይችላሉ። ብቻ ህልሞችን ወደ ገህድነት የሚለውጣቸው ምኞት ሳይሆን ሀይለኛ ጥልቅ ስሜት ነው።

ህልምን ወደ ገህድነት መሰጠጥ የሚያስችሉ ቅደም ተከተሎች፡-

1. የተወሰነና ግልፅ የሆነ በጽሑፍ የሰፈረ ግብ መኖር፤
2. ግብን ከዳር የሚያደርስ ዕቅድ ነድፎ በፅሁፍ ማስፈር፤
3. ግብንና ዕቅድን በየቀኑ ሁለት ጊዜ ማንበብ (ማጥናት)

ብዙ ሰዎች የተወሰነ ገብ የማይኖራቸው ስምንድ ነው?



"ምንም ነገር ለመሰራት ሳይሞክሩ ከተሳካሳቸው ይበቅ አንድ ነገር ለማድረግ ሞክረው ያስተሳካሳቸው ሰዎች ያስጥርጥር የተሻሉ ናቸው።

-ሱይድ ጄንስ



ሰዎች ግቦቻቸውን የማይወስኑት በበርካታ ምክንያቶች ሲሆን ከእነዚህ ውስጥ የሚከተሉት ይጠቃሳሉ፡-

1. ተስፋ ከስቆራጭ እመሰክክት - ከአማራጭ መንገዶች ይልቅ አንቅፋቶችን መፈለግ
2. የወድቀት ክጋት - "ምናወጣት ባይላካወን?" ብሎ ማለብ - ሰዎች ሳይታወቃቸው የተወሰኑ ግቦች ከሌላቸው ውድቀት ሊያጋጥማቸው እንደማይችል ይሰማቸዋል። ይሁንና የግቦች አስመኖር የውድቀት ምልክት ስለሆነ ያልተሳካላቸው መሆናቸው አይቀርላቸውም።
3. የስኬት ክጋት - ራስን ዝቅ አድርጎ ማየት ወይም የተጠበቀውን ስኬት የመቀበል ስጋት በአንዳንድ ሰዎች ዘንድ የስኬት ስጋትን ያስከትላል።
4. የጉጉት ማጣት - የአስተሳሰብ ስርአታችን ውጤት ሲሆን ደስተኛ ህይወትን የመኖር ልክ ፍላጎት ማጣት ነው። የአስተሳሰባችን ውስን መሆን ለዕድገታችን መሠናክል ይሆናል።

ዓሶችን በያዘ ቁጥር ትናንሾቹን ብቻ በማስቀረት ትላልቆቹን ዓሶች መልሶ ወደ ወንዝ የሚጨምር ዓሳ አጥማጅ ነበር። ይህንን ያልተሰመደ ባህርዩን የተመለከተ አንድ ሰው ዓሳ አጥማጁን ስምን እንደዚህ እንደሚያደርግ ቢጠይቀው፣ ዓሳ አጥማጁ "ይህን የማደርገው መጥበሻዬ ትንሽ በመሆኑ ነው" ሲል መልሶሰታል።

ብዙ ሰዎች በህይወታቸው ተሳካቶላቸው የማያውቀው ትንሽ መጥበሻ ይዘው ስለሚዞሩ ነው። ይህ ትንሽ መጥበሻ የአስተሳሰብ ውስንነት ነው።

5. ተቀባይነት የማጣት ክጋት - "ባይላካልኝ ሌሎች ሰዎች ምን ይሉኛል?" ብሎ መጨነቅ።
6. ዛሬ፣ ነፃ ማለት - "ከንድ ቀን ግቦችን እወስናለሁ" ብሎ ማለብ - ይህ ከጉጉት ማጣት ጋር ይያያዛል።
7. ስራዘ ዝቅተኛ ገምት መለጠፍ - አንድ ሰው በውስጡ ግፊት ካላደረበትና መንፈሱን የሚያነቃቃው ነገር ከሌለው ለራሱ ዝቅተኛ ገምት ይሰጣል።

8. የገቦችን አስፈላጊነት ስለማወቅ - ማንም ሰው ስለ ግቦች ካላስተማረን ግብ የማዘጋጀትን አስፈላጊነት በፍፁም አናውቅም።
9. ግብን ለሰጠዉሰን እጭቀት ማጣት - ለዎች ግቦችን የመወሰንን ሂደት አያውቁም። በመሆኑም አንድን የተወሰነ ስርዓት መከተል ይችሉ ዘንድ ደረጃ በደረጃ የሚመሩበት መመሪያ ያስፈልጋቸዋል።

ግብን መውሰን ተከታታይ እርምጃዎችን በቅደም ተከተል ተግባራዊ ማድረግን ይጠይቃል። የአውሮፕላን ትኬት ስትገዙ በትኬቱ ላይ ምን የሚል ፅሁፍ ታገኛላችሁ?

* መነሻ	* ዋጋ
* መድረሻ	* ትኬቱን ለመጠቀም የመጀመሪያው ቀን
* ማዕረግ	* የትኬቱ አገልግሎት የሚያበቃበት ቀን

በዙ ሰዎች በህይወታቸው ውስጥ ወሳኝ አላማቸው ምን እንደሆነ ቢጠየቁ ምናልባት ግራ የሚያጋባ መልስ ሊሰጡ ይችላሉ። ስምሳሌ፦ “በኬታማና ደስተኛ ሆኜ ጥሩ ኑሮ እኖራለሁ” ሊሉ ይችላሉ። በቃ! አላማቸው ይኸው ነው። እነዚህ ደግሞ ምኞቶች እንጂ አንዳቸውም በግልፅ የተቀመጡ ግቦች አይደሉም። ግቦች SMART (የአንግሊዝኛ ምህፃረ ቃል) መሆን ይገባቸዋል።

1. S - specific (ውስን - ተለይተው የተቀመጡ) "ከብደቴን መቀነስ እፈልጋለሁ" ብንል፤ ይህ የምኞት ሀሳብ (የህልም አንጀራ) ነው። ሀሳባችሁን "በ90 ቀናት ውስጥ ክብደቴን በ10 ፓውንድ እቀንሳለሁ" ብላችሁ በዝርዝር ብትገልፁት ግን ይህ ግብ ሊሆን ይችላል።
2. M - measurable (ለመለካት የሚቻል) መሆን አስባች። ግባችሁን ለመለካት ካልቻላችሁ ከዳር ልታደርሱት አትችሉም። መለካት አድገትን የመቆጣጠሪያ ዘዴ ነው።
3. A - achievable (ሊሳካ የሚችል) ሊሳካ የሚችል ሊባል ግባችሁ ፈታኛ ሊሆን የሚችል ቢሆንም ከዳር ሊደርስ የማይችል ሊሆን አይገባውም ለማለት ነው። አሊያ ግባችሁን ተከትላችሁ ወደ ተግባር መንቀሳቀሱ ተስፋ አስቆራጭ ይሆንባችኋል።
4. R - realistic (እውነታን ያገናኝበ) ግባችሁ በ30 ቀናት ውስጥ 50 ፓውንድ ለመቀነስ ከሆነ ተጨባጭነት የሌለውና እውነታን ያላገናኝበ ነው።
5. T - time - bound (ጊዜን መሰረት ያደረገ) ግባችሁን ከዳር ለማድረስ ጥረታችሁን የምትጀምሩበትን ቀንና የመጨረሻው ቀን መቁረጥ ይኖርባችኋል።

ግቦች፡- 1. የአጭር ጊዜ - እስከ አንድ አመት
2. የመካከለኛ ጊዜ - እስከ ሶስት አመታት
3. የረጅም ጊዜ - እስከ አምስት አመታት ሊሆኑ ይችላሉ።

ግቦች ከአምስት አመታት የበለጠ ጊዜ ሊወሰዱ የሚችሉ ሲሆን የዚያን ጊዜ ግብነታቸው ቀርቶ የህይወት አላማ ይሆናሉ። የአላማ መኖር ደግሞ በጣም አስፈላጊ ነው። ያለ አላማ ከኖራችሁ ግባችሁን ከዳር ማድረጎችሁ ብቻ እያበጩንታችሁ አጠቃላይ ነገሮችን ከማንገናከብ ይልቅ ነጠላ የሆነ አመለካከት ማጎልበታችሁ አይቀርም። ግቦች ተሸንሽነው በትንሽ በትንሹ ከተከፋፈሉ በጣም በቀላሉ ከዳር ይደርሳሉ።

ህይወት በእርምጃ ብትመተር፣
 ሰእግሪም ችግር ነው - ዩት ሲሰነዘር?
 ከተሰነዘሩ ግን በጣቶች ሰንዘር፣
 ሲምንትኮ ናት - ደቃቃ ነገር።

ᐱᓂ ᐅᑦᑲᓂ

ግብኙ ጨነቀው መስተካከል አሰበት

ህይወታችን 6 ስፖክሎዎች አንዳሉት ጉማ ነው።

1. የቤተሰብ - የምንወዳቸው ሰዎች የመኖራችንና በህይወት የመቆየታችን ምክንያቶች ናቸው።
2. ገንዘብ ነክ - የስራ ህይወታችንንና ገንዘብ ሊገዛልን የሚችላቸውን ነገሮች ይወክላል።
3. አካላዊ - ጤና ክሌላችሁ ምንም ነገር የላችሁም።
4. አእምሯዊ - እውቀትንና ጥበብን ይወክላል።
5. ማህበረሰባዊ - እያንዳንዱ ግለሰብና ድርጅት ማህበራዊ ሀላፊነት አለው፤ ያለ ማህበራዊ ሀላፊነት፤ ማህበረሰብ መሞት ይጀምራል።
6. ሙያዊ - የአስተሳሰብ ስርዓታችሁ ለግብረ ገብነትና ለሰነድ-ምግባር ይቆማል።

ከአነዚህ ስፖክሎች ውስጥ አንዱ ቢያረጋግጥ ህይወታችሁ ሚዛኑን ይስታል። ለጥቂት ደቂቃዎች አስቡት። ከአነዚህ ስድስት ስፖክሎች ውስጥ አንዱ ቢጠፋ ህይወታችሁ ምን ሊመስል ይችላል?

የህይወት ሚዛን

በ1923 ዓ.ም በአላማችን አሉ የሚባሉት ስምንት ቱጃሮች ተገናኝተው ነበር። አጠቃላይ የሀብታቸው ድምር በዚያን ዘመን ከነበረው የዩናይትድ ስቴትስ መንግስት ጠቅላላ ሀብት ይበልጥ አንደነበር ይገመታል።

እነዚህ ሰዎች በእርግጥም እንዴት መኖርና ገንዘብ ማከማቸት እንደሚቻል በሚገባ ያውቁ ነበር። ነገር ግን እስከ ከ25 አመታት በኋላ ምን እንደገጠማቸው እንመርምር፡-

1. የግዙፍ ብረት አምራች ኩባንያ ፕሬዝዳንት የነበረው ቻርልስ ሽዋብ ለአምስት አመታት በብድር ካፒታል ሊንቀሳቀስ ከቆየ በኋላ ለኪሳራ ተዳርጎ ሞተ።
2. የግዙፍ ጋዝ አምራች ኩባንያ ፕሬዝዳንት የነበረው ህዋርድ ሀብስን በመጨረሻ ቀወሰ።
3. ከአስማችን ታላላቅ የሸቀጥ ነጋዴዎች አንዱ የነበረው አርተር ከተን ቤሳ ቤስቲን ሳይተርፈው በእዳ ተዘፍቶ ሞተ።
4. የኒውዮርክ ስቶክ ገበያ ፕሬዝዳንት ሪቻርድ ዊትኒ ዘብጥያ ወረደ።
5. የፕሬዝዳንቱ ካቢኔ አባል የነበረው አልበርት ፎል በሰላም ቤቱ ውስጥ ህይወቱ እንዲያልፍ በሚል በምህረት ከአስር ተፈታ።
6. የዎል ስትሪቱ ታላቁ ስርአት-አልበኛ ጆሊ ሊቨርሞር ራሱን አጠፋ።
7. የአስማችን ታላቁ ሞኖፖሊ ፕሬዝዳንት ኢቫን ከሩገር ራሱን አጠፋ።
8. የኢንተርናሽናል ሌትልመንት ባንክ ፕሬዝዳንት ሊኦን ፍሬስር ራሱን አጠፋ።

እነዚህ ሰዎች የጠፋባቸው እንዴት ህይወትን እንደሚኖሯት ነበር! ለአንባቢ ገንዘብ የክፋት ሁሉ ምንጭ እንደሆነ በማሳለብ የተሳሳተ ግምት እንዲኖራቸው የሚያደርጉት የዚህ አይነቶች ታሪኮች ናቸው። ይሄ እውነተኛ አተያይ አይደለም። በሰዎቹ ላይ ችግር ያስከተለባቸው ገንዘብ አልነበረም። ገንዘብ ስተራቡ ምግብን፣ ለታመሙ መድሀኒትን፣ ለታረዙ ደግሞ ልብስን ያስገኛል። ገንዘብ ሌላ ሳይሆን የመለዋወጫ ዘዴ ነው። እንዲያውም የውድቀታቸው መንስኤ ገንዘብን በተመለከተ ሲከተሉት የነበረውን መንገድ ከሌሎቹ አምስቱ ስፖክሶዎች የተነጠለ መሆኑ ነው።

ሁለት አይነት ትምህርቶች ያስፈልጉናል - አንደኛው ስለ ኑሮ፣ ሌላው ደግሞ ስለ ህይወት ያስተምረናል። በስራ ህይወታቸው ክፉኛ በመማረካቸው ቤተሰባቸውን፣ ጤናቸውንና ማህበራዊ ሀላፊነታቸውን የረሱ ሰዎች አሉ። እነዚህ ሰዎች ለምን እንደዚህ እንደሚያደርጉ ቢጠየቁ ለቤተሰባቸው ሊሉ መሆኑን ይናገሩ ይሆናል። ይኼ በእውነቱ ምፅት ነው።

ሌሊት ከቤት ስንወጣ ልጆቻችን ገና ከእንቅልፋቸው አይነሱም፤ ሌሊት ወደ ቤታችን ስንመጣም ልጆቻችን እንቅልፋቸውን እያጋመሱ ናቸው። በዚህ አይነት ሁኔታ ከህያ አመታት በኋላ ፈታችንን አዙረን

ብንፈልጋቸው አንዳቸውም ከአጠገባችን አይኖሩም። አንድም ቤተሰብ በዙሪያችን አይቀርም። ይኼ በእውነቱ በጣም አሳዛኝ ህይወት ነው።

ብዛት ሳይሆን ጥራት

ዋናው ቁምነገር ያለው ከቤተሰባችን ጋር የምናሳልፈው ጊዜ ብዛት ሳይሆን ጥራት መሆኑን መስማቱ ያልተሰመደ አይደለም። እስከ አስቡት - ይህ በእርግጥ እውነት ነውን?

እንበልና በእንግሊዝ አገር በትዕዛዝ በተሰራ ሹካና ማንኪያ፣ ከፈረንሳይ ሀገር በመጣ ሳህን፣ ስዊዘርላንድ የተመረተ ችኮላት እያቀረቡ ከወተት የነጣ ልብላቸውን የለበሱ አስተናጋጆች «ጠብ እርግፍ» እያሉ ወደሚያስተናግዱበት በከተማው ምርጥ ወደሚባል ምግብ ቤት ሄዳችሁ። ከዚያ በወርቅ የተሰበጠውን የምግብ ዝርዝር አንስታችሁ የዶሮ ጥብስ አዘዛችሁ። አስተናጋጁ በደቂቃ ውስጥ እጅግ ጣፋጭ የሆነ በጥንቃቄ የተዘጋጀ ቁራጭ የዶሮ ጥብስ አቀረበላችሁ። ይህችን ከጥርስ የማታልፍ ስጋ ከቀመሳችሁ በኋላ “በቃ ይኼው ነው ምግባችሁ?” ብላችሁ ጠየቃችሁ። በዚህ ጊዜ አስተናጋጁ “ዋናው ቁም ነገር ብዛት ሳይሆን ጥራት ነው” በማለት መለሰላችሁ።

መልዕክቱ ግልጽ እንደሆነ ተስፋ አደርጋለሁ። ቤተሰቦቻችን ጥራትም፣ ብዛትም ያስፈልጋቸዋል።

ጥራት ያለው ጊዜ ለማሳለፍ ሀላፊነቱን ልትወስዱ አትችሉም። “አሁን አንድ ሳይሆን ጥራት ያለው ጊዜ እናሳልፋለን” ልትሉ አትችሉም። ጥራት ያላቸው ቅፅበቶች የሚፈጠሩት ከብዙ ተሞክሮ ነው። ጉልማሶች የሚወዱትን የልጅነት ዘመናቸውን ትዝታዎች እንዲያስታውሱ ሊጠየቁ የሚታወላቸው እናታቸው ቀዝቃዛ መጠጥ ያቀረቡላቸውና ታመው በነበር ጊዜ ታሪኮችን ያነበቡላቸው ጊዜ ነው። ከንደኞቻቸውና ከቤተሰብ አባላት ጋር በአለማዊ ሁኔታዎች ካሳለፏቸው ጊዜያት ውስጥ ሃሳቦችን ወይም ቀልዶችን የተጋሩባቸው፣ አስፈላጊ በሆነ ጊዜ የማበረታቻ ፈገግታዎችን የተቀበሉባቸው ወይም በአስቸጋሪ ጊዜያት ለንደኛ እርዳታ የለገሱባቸው የተከበሩ አጋጣሚዎች ይኖራሉ።

ጤና

ገንዘብ በማግኘቱ ሂደት ጤናችሁን ብታጡ፣ ከዚያ በኋላ ጤናችሁን መልሳችሁ ለማግኘት በምታደርጉት ሙከራ ገንዘብን ታጣላችሁ።

ማህበራዊ ሀላፊነት

ገንዘብ በማግኘቱ ሂደት ማህበራዊ ሀላፊነታችንን በመዘንጋት ማህበረሰቡ እንዲበላሽ ብናደርግ እኛ ራሳችንም ሰለባዎች እንሆናለን።

ግቦችሁን በጥንቃቄ መርምሩ

ምንም ነገር ሳይ ያሳነጣጠረ ሰው ስቶ አያውቅም። ሰዎች የሚሰሩት ትልቁ ስህተት አላማቸውን ዝቅ አድርገው መመልከት ነው።

እሸናፊዎች ስላማዎችን ያደሱ፤ ተሸናፊዎች ደግሞ መሰናክሱችን ያደሱ

ግቦች መንፈስን ለማነሳሳት ያህል ፈታኝ መሆን ቢገባቸውም፤ ተስፋ መቀረጥን ለማስወገድ እውነታን ያገናዘቡ መሆን ይገባቸዋል። የምናደርገው ማንኛውም ነገር ወደ ግቦችን የበለጠ ያቀርባል ወይም ከግቦችን ያርቀናል።

እያንዳንዱ ግብ ከሚከተሉት ጥያቄዎች አንፃር መገምገም አለበት፡-

1. እውነታው ይህ ነውን?
2. ከሚመለከታቸው ሁሉ አንፃር ሲታይ አግባብነት አለውን?
3. የወዳጅነት መንፈስ ያስገኛልን?
4. ጤና፣ ሀብትና የአእምሮ ሰላም ይሰጣልን?
5. ከሌሎች ግቦች ጋር አብሮ ይሄዳልን?
6. ራሴን አሳልፌ ልሰጠው እችላለሁን?

የሚከተሉት ምሳሌዎች ፈተናውን አያልፉም

ሀ. የአንድ ሰው ግብ ገንዘብ የማይገኝበት ጥሩ ጤናን ብቻ ቢያካትት፤ በዚህ ሁኔታ በህይወት ለመቆየት አስቸጋሪ እንደሚሆን ግልፅ ነው። በመሆኑም ከሌሎች ግቦች ጋር አብሮ አይሄድም።

ለ. አንድ ሰው በአለም ላይ ያለውን ገንዘብ ሁሉ ሊያግበለብስ ቢችል ቤተሰብና ጤናውን ካጣ ገንዘቡ አንዳች ፋይዳ አይኖረውም።

ሐ. አንድ ሰው አደንዛዥ ዕፅ በመሸጥ በሚልዮኖች የሚቆጠር ዶላር ሊያካብት ይችላል። ይሁንና ቀሪውን የህይወት ዘመኑን ከህግ እንደሸሸ፤ እንደተሳቀና እንደበረገገ ይኖራል። የዚህ አይነቱ ባህሪ በማህበረሰቡ ዘንድ የሚያስከፋ፤ ህገ-ወጥ እንዲሁም የአእምሮ ሰላምንና የወዳጅነት ስሜትን የሚነሳ ነው።

እያንዳንዱን ግቦችሁን ከላይ የቀረቡትን ስድስቱን ጥያቄዎች ከግምት በማስገባት ፈትሹና ገምግሙት። ግቦችሁ በሙሉ ከስድስቱ ጥያቄዎች ጋር የሚጣጣሙ መሆናቸውንም አረጋግጡ።

ግቦች ያለ ተግባር ባዶ ህልሞች ናቸው። ተግባር ህልምን ወደ ግብነት ይለውጠዋል። እንደ ሰው ግቡን ባያሳካ እንኳን ይህ መሆኑ ያልተሳካለት ሰው አያደርገውም። መዘግየት መረታት አይደለም። ከዚያ ይልቅ ሲላማችንን ክዳር ለማድረስ ዕቅዳችንን መክሰስ እንደሚገባን ያመለክታል

አንድ ካሜራ ጥሩ ፎቶግራፍ ያነሳ ዘንድ የብርሃን ጨረሮችን በተለያዩ መልኩ የሚያሰባሰብ ሌንስ እንደሚያስፈልገው ሁሉ እኛም ውጤታማ ህይወት እንዲኖረን ግቦች ያስፈልጉናል።



እንደን ነገር ለማክናወን የሚወስድባችሁን ጊዜ በመፍራት በጉዟችሁ ላይ እንቅፋት እንዲሆንባችሁ ስትፍቀዱለት።

ጊዜዉ እንደሆነ ማሰፊ አይቀርም። ደግሞም ምናልባት አያስፈ ያለውን ጊዜም በተሻለ መልኩ ጥቅም ላይ ልናውለው እንችል ይሆናል።

- እርስዎ ያይቲንገል



ግቦች ከአስተቻችን ጋር አብረው መሃድ ይገባቸዋል

ግቦች ህይወትን ወደ አላማ ይመሩታል። ግብ የሰኬት የመጀመሪያ (የመነሻ) ነጥብ ነው። ጨረቃ ላይ አነጣጥሩ። ብትስቷት እንኳን ከከዋክብቱ መካከል አንዱን ትሆናላችሁ።



“መሰናክሱች፤ አይኖችሁን ከግቦችሁ ላይ በነቀሳችሁ ጊዜ የምታዩዋቸው አስፈሪ ነገሮች ናቸው።”

- ሃንጊ ፎርድ



በአለም ላይ የምንኖር ሰዎች ሁሉ በህይወት ውስጥ አላማ አለን። በእርግጥ አላማው ከለው ለው ይለያያል። ሁሉም ለው አንድ አይነት የሙዚቃ መሳሪያ የሚጫወት ቢሆን ኖሮ እርኬስትራው በጣም አለልቺ ይሆን ነበር።

✠ “ትናንሽ እቅዶችን ስታወጡ። ቁናንሽ እቅዶች የሰዎችን የልብ ምት የሚያጣድፍ ስለማት የባቸውም። ትላልቅ እቅዶችን በመንደፍ በተከፍና በሰራ ተንጠራርታችሁ ስልሙ።”
- ዳንኤል ሴክ በርኅህም

ያለንበት ቦታ ችግር አይፈጥርም። አላላቢው ነገር እየገለገለንበት ያለው አቅጣጫ ነው።

ጥረትና ድፍረት ያለ አላማ ይባክናሉ። ጭንቀት አሉታዊ ወደሆነ የግብ ውሳኔ ይመራል። ጭንቀት እንዲከሰቱ ስለማትፈልጓቸው ነገሮች ማለብ ነው።

እንቅስቃሴና የሰራ ውጤት አንድ አይደሉም

✠ “እንቅስቃሴ እና መሻሻልን ስታምታቸው። ልጆች የሚጫወቱበት ተወዛዋዥ የእንጨት ፈረስ መነቃነቅን በይተውም ምንም አይነት ሰውጥ አያመጣም።”
- ስልፍሬድ ኢ. ምንታፒርት

በእንቅስቃሴ እና በውጤት መካከል ትልቅ ልዩነት አለ። ፋብር የተባለው ፈረንሳዊ ሳይንቲስት ይህንን ልዩነት አሳይቶናል። ይህ ሳይንቲስት በለልፍ በተደረገው አንበጦች ሳይ ሙከራ አድርጎ ነበር። እነዚህ አንበጦች በደመናቸው ከፊታቸው ያለውን አንበጣ ይከተላሉ። ፋብር አንበጦቹን በአበባ መትከያ ማለር ክፈፍ ሳይ በክብ ቅርፅ ደረጃራቸው። በዚህ መሰረት የመጀመሪያው አንበጣ ከመጨረሻው ጌላ ሆነ። ከዚህ በጌላ በማለርው መሀል ሳይ ምግብ (የአናናስ ቅጠል) አስቀመጠላቸው። አንበጦቹ ያለማቋረጥ በማለርው ክፈፍ ዙሪያ በክብ ቅርፅ መንቀሳቀሳቸውን ቀጠሉ። በመጨረሻ ለአንድ ሳምንት ያህል ዙሪያውን ሲሸከረከሩ ቆይተው አጠገባቸው ምግብ ቢቀመጥላቸውም በርሃብና በድካም እየሞቱ ተፈነገሉ።

ከአንበጦቹ ትምህርት መውሰድ ይገባናል። አንድን ነገር እያደረጋችሁ ስለሆናችሁ ብቻ የሆነ ደረጃ ሳይ እየደረሳችሁ ነው ማለት አይደለም። አንድ ለው ሰራው ውጤታማ ይሆን ዘንድ ሁሉ እንቅስቃሴውን መገምገም ይኖርበታል።

ለውዬው ከባለቤቱ ጋር ሆኖ መኪና እያሸከረከረ እያለ ባለቤቱ “የኔ ማር፤ በተሳሳተ መንገድ ሳይ ነው እያሸከረከርክ ያለኸው” ስትለው ባለቤቷ “ምን ችግር አለው ታድያ? አራፍ ጊዜ እያሳለፍን ነው!” ብሎ መለሰለት።

እንቅስቃሴና ውጤት ከተምታታብን ጥሩ ጊዜ ልናሳልፍ እንችል ይሆናል። ነገር ግን የትም እንደርስም።

ትርጉም የለሽ ግቦች

አንድ ገበሬ መንገድ ዳር ተቀምጦ በአካባቢው የሚያልፉትን መኪኖች በዓይነ ቁራኝ የሚጠብቅ ውሻ ነበረው። አንድ መኪና ሲመጣ ካየ ወዲያውኑ ወደ መንገዱ እየሄደ በመጮህ ሊደርስበት ይሞክራል። አንድ ቀን ጉረቤቱ “ውሻህ መኪና የሚይዝ ይመስልህል?” ብሎ ቢጠይቀው፤ “እኔን የሚያስጨንቀኝ እሱ ሳይሆን መኪና መያዝ ቢችል ምን ሊያደርገው እንደሚችል ነው” በማለት ገበሬው መልሶለታል። ብዙ ሰዎች በህይወታቸው ውስጥ ትርጉም የለሽ ግቦችን እንደሚያሳድድ ውሻ ይሆናሉ።

ተግባራዊ ዕቅድ

“እሁን በሥራ ላይ ይዋሰን ጥሪ እቅድ በሚቀጥሰው
ሳምንት በሥራ ላይ ከሚወጣ እንከን የሌለበት
እቅድ የተሻለ ነው።”

- ጂኔራል ጆርጅስ ኤስ - ፓተን፣ ትንሹ

1. ስኬትን ፍቱ - ስኬት ለአናንተ ምን ትርጉም ይሰጣችኋል?

2. ወደ ስኬት የሚመራችሁን እቅዶች ዘርዝሩ። እነዚህ ግቦች
እስፈላጊ የሚሆኑት ለምንድ ነው?

3. በአንድ ወር፣ በአንድ አመት፣ በሶስት አመታት እንዲሁም
በአምስት አመታት ውስጥ ልታከናውኗቸው የምትፈልጓቸውን
እይነተኛ ግቦች ሰይታችሁ ግለፁ። ሰእያንዳንዱ ግብ አሁን
ጀምራችሁት ከዳር ልታደርሱት የሚያስችሏችሁን እነስተኛ
የተወሰኑ ሊሰካ የሚችሉ እርምጃዎች ዘርዝሩላት። በእያንዳንዱ
እርምጃችሁ ላይ ቀን - ገደቦችንም ጭምር ግለፁ።

ግብ - የግብን ተልዕኮ በቀኑ ከዳር ለማድረስ የሚያስፈልጉ
ተግባራት
አንድ ወር

አንድ አመት

ሦስት አመት

አምስት አመት

- 11 -

ዕሴቶች እና ራዕይ

“እሁን ያበብን ሀሳፊነት ያበረወን እንከናችንን”
ማረቅ ሳይሆን የወደፊቱን ስቅጣጫችንን ማረቅ ነው።

- ጆን ኤፍ. ኪኒዲ

ለትክክለኛ ምክንያት ትክክለኛ ነገሮችን ማድረግ

አንድ ህፃን ሲወለድ ደስ የሚለኘው ማን ነው? - ወላጆች፣
ዘመዶችና ጓደኞች ናቸው። የሚያስቅሰውስ ማን ነው? - ህፃኑ። ስንሞት
ደግሞ የተገላበጠሽ ይሆናል፤ ሲሆንም ይገባል። ለአስማችን ተገቢውን
አስተዋዕኦ አድርገን እለምን ስንቀላቀላት ካገኘናት በመጠኑም ቢሆን
የተሻለች ቦታ አድርገናት ስለምንለናበታት ልንደሰትና እርካታ ሊኖረን
ይገባል። አለም አንድ ጥሩ ነፍስ በማጣቷና በመደሀየቷ እንድታስቅስ
ተውዋት!

በሂንዲዎች ፍልስፍና ጥሩ ሰዎች ከዚህ አለም ሲለዩ እንደማይሞቱ
ይታመናል። ሰማቸው በመልካም ሰራቸው አማካይነት ለዘለአለም ሊነሳ
ይኖራል። ለመጨረሻ ጊዜ ሰሞተ ሰው የሚቀርብ እንጉርጉር የሰማችሁበትን
ጊዜ አስታውሱ። ሰዎች ለሙታን ያላቸውን ከበሬታ ሲገልፁ አብዛኛውን ጊዜ
የሚነገርላቸው የተለመዱት ነገሮች ሚች በህይወት ዘመኑ የፈፀማቸው
ትንሽ የደግነት ተግባራቱ ናቸው። ትናንሽ የደግነት ተግባራት ከእይታ
የሚለወፉ አይደሉም። እንዲያውም ሚች ከዚህ አለም ከተሰየ በኋላ
የሚኖራቸው ሀይል የበለጠ ከፍተኛ ይሆናል። ሰዎች እነዚህ ትናንሽ
የደግነት ተግባራት ለእነሱ ምን ያህል ዋጋ እንደሚኖራቸው የሚገነዘቡትም
በዚያን ጊዜ ነው።

† ማንም ሰው ሰተቀበለው ነገር ከበረታ ተሰጥቶት
አያውቅም፡፡ ሰው የሚከበረው በሰጠው ነገር ነው፡፡

- ካሸረኝ ኩላጅ

የአስተሳሰብ ስርዓታችንንና አንዲት አንዳንዎቻን?

እንደ ማህትማ ጋንዲ አገላለፅ ለባቱ በጣም መጥፎ ሀጢአቶች የሚከተሉት ናቸው፡-

- ያለስራ የተገኘ ሀብት
- ህሊና የማይቀበለው ደስታ
- ምግባር ያልታከለበት እውቀት
- ግብረ - ገብ የጉደለው ንግድ
- ሰብአዊነት የሌለበት ሳይንስ
- መለዋዕትነት የማይከፈልበት ህይማኖት
- መርህ የሌለው ፖለቲካ

እያንዳንዳቸው እነዚህ መዛባቶች የአሴቶችን መጓደል ያንፀባርቃሉ፡፡

የአስተሳሰብ ስርዓታችንን እንዴት እንፈትሽዋለን? ይህንን ለማድረግ ሁለት አይነት መፈተሻ ዘዴዎች ብቻ እንዳሉ አምናለሁ፡፡

ከነዚህ ውስጥ የመጨረሻው መፈተሻ የእማማ ፈተና ነው፡፡ በቤት ውስጥ ወይም በስራ፣ ለብቻችሁም ሆኖችሁ ከአንድ ሰው ጋር አንድ የሆነ ነገር እያደረጋችሁ እያለ ዕሴቶች ጥያቄ ላይ ሲወድቁ ራሳችሁን “እናቱ ይህንን ሳደርግ ብታየኝ በእኔ በልጄ ኩራት ተሰምቷት ሳይኼ ነው፤ የኔ ልጅ! ትሰኝ ይሆን ወይስ በሀፍረት ተሸማቅቃ ራሷን ትደፋ ይሆን?” ብላችሁ ጠይቁ፡፡ በዚህ ጊዜ በፍጥነት አስተሳሰባችሁ ይጠራል፡፡ የእማማን ፈተና አልፋችሁ ሌላውን ፈተና በሙሉ ብትወድቁ አልፋችኋል፤ የእማማን ፈተና ወድቃችሁ ሌላውን ፈተና በሙሉ ብታልፉ ወድቃችኋል፡፡

የእማማ ፈተና ካልሰራላችሁ (የአባባ ፈተና) የምለው ሌላ ፈተና አለኝ፡፡ በቤት ወይም በስራ ቦታ፣ ለብቻችሁም ሆኖችሁ ከአንድ ሰው ጋር አንድ የሆነ ነገር እያደረጋችሁ እያለ እሴቶች ጥያቄ ላይ ቢወድቁ ራሳችሁን “ልጆቼ እያደረግሁ ያሰሁትን ነገር ቢያዩልኝ ደስ ይለኝ ይሆን ወይስ እከፋሰሁ?” ብላችሁ ጠይቁ፡፡ በዚህ ጊዜም ቢሆን እንደ በፊቱ ሁሉ በፍጥነት ዳመናው ስለሚገፈፍ መልሶች ታገኛላችሁ፡፡

እነዚህ ሁለት ፈተናዎች (መፈተሻዎች) የአንድን ሰው ሀሳብ ካላጠሩ - ሌላ ምን ሊያጠራው ይችላል?

የአስተሳሰብ ስርዓታችን እንዴት ይለወጣል?

ያላለለ ተጋልጦ ካለ ለመቀበል አስቸጋሪ የሚሆነው ነገር ተቀባይነት ያገኘና የኋላ ኋላ ወደ ተግባራዊነት ይለወጣል፡፡ ለመቀበል ያዳገታችሁን ነገር ወደ መተግበር ስትሸጋገሩ ምክንያት መስጠት ይኖራል፡፡

ስለ ወጣቱ ትውልድ የሞራል መላሸቅ እንጨነቃለን፡፡ መጨረሻቸው ምን ይሆን? ጣታችንን ወደ እነሱ ከመቀሰራችን በፊት ተወቃሽ ማን እንደሆነ እንገምግም፡፡

እሴቶች እና መልካም ባህሪያት በዘር የሚወረሱ ሳይሆኑ የምንማራቸው ናቸው፡፡ በቀጣዩ ትውልድ ላይ አዎንታዊ ተፅዕኖ ማሳረፍ ካለብን በትክክለኛው መንገድ ቀዳሚ ሆነን መገኘት ይኖርብናል፡፡

ለመኖር ብለን የምናደርገውና በመኖሪችን የምናደርገው

ለሁሉም አይነት ስራ ገንዘብ እይክፈልም፡፡ ወላጆች ልጆቻቸውን ሲያሳድጉ በአእምሯቸው ውስጥ ስለ ክፍያ እያስቡም፡፡ ብዙ ሰዎች ብዙ ገንዘብ ቢኖራቸውም በጣም ድሆች ናቸው፡፡ እላማችን ገንዘብ እንዲኖረንና ባለፀጉችን እንድንሆን ሊሆን ይገባዋል፡፡ ህይወት ከየትኛውም ጊዜ በላይ እድለ - ቢስ የምትሆነው ሰዎች ሳይለሩ ገንዘብ ለማግኘት ሲፈልጉ ነው፡፡



“በአሰም ላይ ያሉት ከሁሉ የተሻሉት ምርጥና በጣም ቅንጅ የሆኑ ነገሮች ሲታዩ ወይም ሲዳሰሱ አይችሉም፡፡ የዚህ

አይነቶችን ነገሮች በልባችን ልንሰማቸው ይገባል፡፡”

ሔሰን ኬሰር

ታታሪነት ለአንድ ሰው የገንዘብን ዋጋ ያስተምረዋል፡፡ ወላጆች ለልጆቻቸው ይህንን ትምህርት መስጠት ያስፈልጋቸዋል፡፡ ያለ እሴቶች ገንዘብን ብቻ ለሚወርሰው ለወጣቱ ትውልድ በጣም አዝናለሁ፡፡ አብዛኛውን ጊዜ ትምህርትና ምክር ስለሌለ ወጣቶች ሁሉንም ነገር በገንዘብ ይመነዝሩታል፡፡ ሁሉም ነገር ሊገዛና ሊሸጥ የሚችል ይመስላቸዋል፡፡ በርግጥም ይህ እውነት አይደለም፡፡

ጥሩ ምግባር በገንዘብ አይተመንም

«ኢንዱስትሪ ፕሮፖዛል» የተባለው ፊልም ይህንን ሁኔታ በግልፅ አሳይቶታል። በፊልሙ ላይ እንደሚታየው እንደ የዘመኑ ተግባር ያለምንም ውጣ ውረድ አንድ ሚልዮን ዶላር አውጥቷል። ለዎች በአንድ ሌሊት ውስጥ ህሊናቸውን ሸጠው ስኬታማ ለመሆን በፊልሉም እንደዚያ አይሆኑም። ምክንያቱም አውነኛ አሴቶች ዋጋቸው በገንዘብ አይተመንም። አሴቶች ዋጋ ሲወጣላቸው ወጪያውን ዋጋቸውን ያጣሉ። የሚገኘው ማንኛውም ነገር ያንን ኪሳራ ሊያካክለው አይችልም።

ገንዘብና ገንዘብ የሚገዛቸው ነገሮች ቢኖሩን ጥሩ ነው። ይህንና በህይወት ያሉትን ከምንም ነገር በላይ የከበሩ ወደ ነገሮች ገንዘብ ሊገዛቸው አይችሉም

ገንዘብ የማይገዛቸው ነገሮች

ገንዘብ አፍ አውጥቶ ቢያወራ ኖሮ መቼም ቢሆን ትርጉም የሚለጥ ነገር አይናገርም። ሁሉም ሰው ዋጋ እንዳለው መስማቱ የተሰመደ ነው። የዚያን አይነቱን ቋንቋ የሚናገሩት ሰዎች በእርግጥም ራሳቸውን ለሽያጭ ያቀረቡ ናቸው። ምግባር ያላቸው፣ ሀቀኞችና ትክክለኛ አሴቶች ያሏቸው ሰዎች ራሳቸውን አይሸጡም።

ገንዘብ:-

- ጨዋታን እንጂ ደለታን፤
- አልጋን እንጂ እንቅልፍን፤
- መፅሐፍን እንጂ እውቀትን፤
- ለዓትን እንጂ ተጨማሪ ጊዜን፤
- ጊዜያዊ ወዳጅን እንጂ ጓደኛን፤
- የክትልብስና ጌጣጌጥን እንጂ ውበትን፤
- ምግብን እንጂ የምግብ ፍላጎትን፤
- መጠለያን እንጂ ቤትና ቤተሰብን፤
- መድኃኒትን እንጂ ጤናን፤
- ቀለበትን እንጂ ትዳርን . . . አይገዛም።

በህይወት ውስጥ ሁለት አለቃቂ ትዕይንቶች አሉ

1. የፈለግነውን አለማግኘት

ምክር - ስተጉዳ

የፈቀደኩትን ሁሉ እፈልጋለሁ ዘንድ ያሻገን፤

ብርታት እንዲሰጠኝ ጠየቅሁት ፈጣሪዬን፤

ገን አራሴን ዝቅ አድርገህ መታዘዝን መቼ አወቅሁት?

እናም ደካማ ፍጡር አድርጉኝ አረፍኩት።

የት ሲበቃኝ? - «ጤና ሰጠኝ» አልኩት እንደገና፤

ታላላቅ የተባሉ ነገሮችን ሳደርገኝ ጓጓሁና።

እሱ የተሻሻ ነገር ማድረጊያው ዘዴ መቼ ሲጠፋው?

ደባሰ ብሎ አካሊንም አጉደሰው።

በማሕበረ ምናልባት'ንኳ ደስተኛ ቢያደርገኝ፤

ሁብት ለማግኘት ማመልከቻ አስገባሁኝ፤

ገና ድል ሆኜ ታየሁት መሰለኝ፤

ብልህ ብዬን የደህነትን ቀንበር አሸከመኝ።

የት ስታረም? በሰዎች ዘንድ ተወደሼ ስመክበር፤

ስልጣን ጠየኩት መልሼ እንደገና ምንም ሳሳፍር።

አስማፈረ እሱን መቼ ሲደንቀው?

ምናልባት ብሎ የእሱን አስፈላጊነት ብረዳው፤

ምሳኪን ተገዢ አደረገኝና አረፈው።

በመስጠት በደክታ ከኖርኩ ብዬ በህይወት፤

እንደም ሳይቀር ሁሉን እንዲሰጠኝ ወተወትኩት፤

እሱ ገና ሁሉም ነገር እንዲጥመኝ፤

ህይወትን ራሷን ሳይቅጥብ ስገሰኝ።

ከሰመንኩት ውስጥ እንዲገኝም ባላገኝ ቅሱ፤

የቀረኝ የሰም ሞልተልኛስ እንዳሰብኩት ሁሉ።

እንደ ገዛ ራሴ ፍላጎት ባይሆንም፤

የፀሎቴ ምሳሽ ደርሶኛል ምንም አልተገደብኩም።

ከሰው ፍጡር ሁሉ በእሱም ካሰው፤

እንደእኔ ፀጋውን ያሳበሰው፤

የተባረከ ከቶ ማነው!

- ምንጩ ያልታወቀ

2. የፈለግነውን ማግኘት

የአስተሳሰብ ስርዓቶችን ግልፅ ካልሆኑ የፈለግነውን ማግኘታችን በራሱ ታላቅ አስቃቂ ትዕይንት ሊፈጥርብን ይችላል። የንጉስ ሚዳስ ታሪክ የሚያሳየን ይህንኑ ነው።

ሁላችንም ብንሆን ሚዳስ የተባለውን ስስታም ንጉስ ታሪክ እናውቃለን። ንጉሱ በጣም ብዙ ወርቅ የነበረው ሊሆን ብዙ ወርቅ ባገኘ ቁጥር የበለጠ ለማግኘት ይስገበገብ ነበር። ቀን-ቀን ጊዜውን የሚያሳልፈው ለንዱቁ ውስጥ ያከማቸውን ወርቅ መልሶ መላልሶ በመቁጠር ነው።

አንድ ቀን ለሀገሩ አንግዳ የሆነ ሰው ወደ ቤተ-መንግስቱ ዘለቀና ምኞቱን እንደሚያሳካለት ነገረው። ንጉስ ሚዳስ እጅግ ከመደለቱ ብዛት ሰሰውዬው ፋታም ሳይሰጠው “በጣቶቼ የነካሁት ነገር ሁሉ ወደ ወርቅነት እንዲለወጥልኝ አሻለሁ” በማለት ምኞቱን ገለፅ። አንግዳውም “ንጉስ ሆይ! አርግጠኛ ነዎትን?” ሊል ጠየቀው። ንጉሱ ያለምንም ማቅማማት “አዎን!” ብሎ መሰለለት። አንግዳው ሰውዬ የንጉሱን አርግጠኛ መሆን ሊያረጋግጥ “የተከበሩ ንጉስ ሆይ! እንግዳያውስ ከነገ ጠዋት ጀምሮ ልክ የመጀመሪያው የፀሃይ ጨረር እንደታየ ጣቶችዎ ያረፈበት ማንኛውም ነገር ወደ ወርቅነት ይለወጥሱታል” አለው።

ንጉስ ሚዳስ የለማውን ነገር እውነት ነው ብሎ ማመን አልቻለም። ተኝቶ የሚያልም መሰለው። ይሁን እንጂ በማግስቱ ከእንቅልፉ ሊነቃ አልጋውን በጣቶቹ ሊነካው ወደ ወርቅነት ተለወጠ። የሚነካቸው ነገሮች በሙሉ ወደ ወርቅነት የሚለወጡ መሆናቸው እውነት ነበር ለካ! በመኝታ ቤቱ መስኮት በኩል አሻግሮ ወደ ውጪ ሲመለከት ሴት ልጁ በአትክልት ስፍራው ውስጥ አየተጫወተች አየ። በዚህ ጊዜ በአዲሱ ችሎታው ልጁን ቢያስደንቃት እንደምትደለት አሰበ። ወደ አትክልቱ ስፍራ ከመሄዱ በፊት ግን መፅሀፍ ሊያነብ ፈለገ። መፅሀፉን በጣቶቹ ገና ሊነካው ወደ ወርቅነት ስለተለወጠበት ሊያነብ አልቻለም። ቁርሱን ለመብላት ገበታ በቀረበ ጊዜም ጠረጴዛው ላይ ያሉትን ፍራፍሬዎችና ብርጭቆ ውስጥ የነበረው ውሀ ገና ሊነካቸው ወደ ወርቅነት ተለወጡበት። በጣም ርቦት ስለነበር ለራሱ “ወርቅ ልበላና ልጠጣ አልችልም። ምን ይሻለኛል?” ሊል አሰበ። ይህን ጊዜ ሴቷ ልጁ እየሮጠች መጥታ ተጠመጠመችበት። ንጉስ ሚዳስም አቀፋት። ይሁንና አሷም ወደ ወርቅ ሀውልትነት ተቀየረች። ይህንን ባየ ጊዜ ፈገግታው ምጥጥ ብሎ ከፈቱ ላይ ጠፋ።

ንጉስ ሚዳስ በጣም በማዘኑ በግንባሩ መሬት ላይ ተደፍቶ ማልቀስ ያዘ። ይኼኔ ምኞቱን ያሳካለት አንግዳ በድጋሚ መጥቶ፣ በጣቶቹ ተአምር ደስተኛ መሆኑን ሲጠይቀው፣ ንጉሱ በአለም ላይ አንደሱ አይነት መከራ የወደቀበት ሰው አለመኖሩን ነገረው። አንግዳውም “ንጉስ ሆይ! አሁንስ የቱን ይመርጣሉ - ምግብና የሚወዷት ልጅዎን ወይስ ቁርጥራጭ ጥፍጥፍ

ወርቆችንና የአሷን የወርቅ ሀውልት?” በማለት ጠየቀው። ንጉሱ ይህንን ሊለማ ስቅስቅ ብሎ እያለቀሰ ይቅርታ እንዲያደርግለት ለመነው። “ያለኝን ወርቅ በሙሉ ለተቸገረ ሰው እሰጣለሁ። አባክህን ልጄን መልስልኝ። ምክንያቱም ያለ እሷ ያለኝ ሀብት ሁሉ ሞጋ የለውም!” ሊል ተማኝነው። አንግዳው ይህንን ከለማ በኋላ “ንጉስ ሆይ! አሁን ከበፊቱ በበለጠ ብልህ ሆነዋል” አለና ትብታቡን ፈታለት። ንጉስ ሚዳስም በድጋሚ ልጁን አግኝቶ አቀፋት። በዚሁ አጋጣሚ በቀረው የህይወት ዘመኑ ፍፁም ሊረሳው የማይችለውን ትምህርት አገኘ።

ከታሪኩ የምንማረው ቁም ነገር ምንድ ነው?

1. የተዛቡ ዕሴቶች ወደ አለቃቂ ትዕይንት እንደሚመሩ፤
2. አንዳንድ ጊዜ የፈለግነውን ነገር ስናገኝ የፈለግነውን ነገር ካለማግኘታችን የበለጠ የከፋ አስቃቂ ሁኔታ ሊያጋጥመን እንደሚችል፤
3. በእግር ኳስ ጨዋታ ወትት ተጫዋቾችን መቀየር ይቻላል። የህይወት ጨዋታ ግን እንደዚያ አይደለም፤ በህይወት ጨዋታ ውስጥ ተቀያሪ ተጫዋቾች ወይም የድጋሚ ጨዋታዎች የሉም። እናም በሕይወት አስቃቂውን ትዕይንት ለመለወጥ ሁለተኛ እድል ላታገኙም እንደምትችሉ ነው።

እንዴት ለመታወስ ትሻላችሁ?

ከመቶ አመት በፊት አንድ ሰውዬ የጠዋቱን ጋዜጣ ሊመለከት የሙታን ስም ዝርዝር በሚወጣበት አምድ ላይ የገዛ ስሙን ተፅፎ በማንበቡ ከመገረሙም በላይ እጅግ ደነገጠ። ጋዜጣው ላይ በስህተት የእሱን መሞት የተመለከተ ዘገባ ወጥቷል። መጀመሪያ ላይ በጣም ተሸበረ። “አለሁ ወይስ ሞቻለሁ? ሲልም አሰበ። ቀልቡን ከለበሰበ በኋላ ደግሞ ስለ አሱ ሰዎች ምን እንዳሉ ለማወቅ ጉጉት አደረበት። በአምዱ ላይ የተፃፈው ዕሁፍ “የድማሚቱ ንጉስ ሞተ” ይልና በማስከተል “ሚቹ በህይወት ዘመኑ የሞት ነጋዴ ነበር” ይላል። ይህ ሰው ድማሚትን በመፈልለፉ የተነሳ ጭንቅ ነጋዴ መባሉን ሊያነብ “ሰዎች የሚያስታውሱኝ በዚህ መልኩ ነውን?” በማለት ራሱን ጠየቀ። በዚህ መልኩ መታወስ እንደማይኖርበትም ውሳኔ ላይ ደረሰ። ከዚያን ቀን ጀምሮ ስለ ሰላም ለመስራት ተነሳ። ይህ የድማሚት ንጉስ የተባለው ሰው አልፍራድ ኖብል ሲሆን ባለንበት ዘመን በታላቁ የኖቤል ሽልማት ይታወሳል።

አልፍሬድ ኖብል አሴቶችን በድጋሚ እንደፈተሸው ሁሉ እናንተም ወደ ጎሳ በመመለስ ይህንኑ ማድረግ ይገባችኋል።

ምን ቅርስ አላችሁ? አንዴት መተወስ ትሻላችሁ? በበጎ ነገር ነው የምትነሱት? ስማችሁ የሚታወሰው በከበሬታና በፍትህ ነውን? ለዎች ይናፍቋችሁ ይሆን?

ትልቅ ሰው ሞሊያዎች ትናንሽ ነገሮች ናቸው

አንድ ሰው በባህሩ ዳርቻ ሳይሆን የጠዋት የእግር ጉዞ ያደርጋል። በዚህ መሀል የባህሩ ወጀብ በመቶዎች የሚቆጠሩ የከከብ ቅርፅ ያላቸው ባለቅርፊት ዓሳቸውን ወደ ዳር አወጣቸውና ሊመለስ ዓላዎቹ በባህሩ ዳርቻ ላይ ቀሩ። የባህሩ ወጀብ ተመልሶ ወደ ባህሩ ውስጥ ቢገባም ከዳር አውጥቶ የዘረገፋቸው ዓላዎች ህይወት ነበራቸው። ይህንን የተመለከተው ሰው ወደ ዓላዎቹ በመሄድ አንድ በአንድ እየሰቀመ ውሃው ውስጥ ይወረውራቸው ይዘ። በዚያ ቦታ ሲያልፍ የነበረው ሌላው ሰው ይህኛው ሰው ምን እያደረገ እንደሆነ ሊገባው አልቻለምና “ምን እያደረግህ ነው? ባህሩ ዳር የተረፈረፉት ዓላዎች በመቶዎች የሚቆጠሩ ናቸው። በዚህ አይነት የምን ያህሉን ህይወት ልታተርፍ ትችላለህ? የአንተስ አንድ በአንድ ዓላዎቹን እየሰቀምክ መወርወርህ ምን ልዩነት ያመጣል?” በማለት ጠየቀው። ሰውዬው ግን መልስ ሳይሰጠው ወደፊት ተራምዶ አንድ ሌላ ዓላ አንስቶ ወደ ባህሩ ወረወረና እያደረገኩት ያለሁት ነገር በዚህ ዓላ ህይወት ላይ የሚያመጣው ታላቅ ልዩነት ይኖራል!” አለው።

እኛስ ምን ልዩነት እያመጣን ነው? ትንሽም ይሁን ትልቅ አሳሳቢ አይደለም። እያንዳንዱ ሰው ትናንሽ ልዩነትን ቢያመጣ መጨረሻ ላይ ትልቅ ልዩነትን እናመጣለን - አይደለም አንዴ?

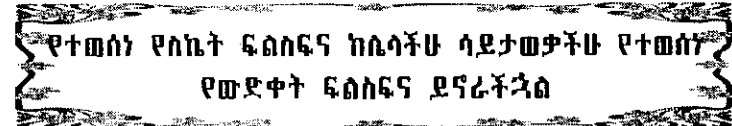
ህይወታችሁ መዳን ይገባዋልን?

አንድ ልጅ ወንዝ እየወሰደው እያለ የድረሱልኝ ጥሪ ያሰማል። ጥሪውን የሰማ አንድ መንገደኛ ዘሎ ወደ ወንዙ በመግባት የልጁን ህይወት አተረፈለት። ሰውዬው ልጁን አረጋግቶት ትቶት ሲል ልጁ “ጋሼ፣ አመሰግናለሁ” አለው። “ለምኑ?” በማለት ሰውዬው ጠየቀው። ልጁ አንገቱን አቀርቅሮ እንደማፈር እያለ “ህይወቴን ሰላዳንክልኝ” በማለት መለለለት። ይህን ጊዜ ሰውዬው የልጁን አይኖች በትኩረት ተመለከተና “ማመኝ ስታድግ ህይወትህ መዳን ይገባት እንደነበር እርግጠኛ ሁኑ” አለው።

ይህ የማንቂያ ጥሪ ነው። የማሰቢያው ጊዜ አሁን ነው።

ስኬት ያለ እርካታ ትርጉም - አልባ ነው። ሰህይወታችሁ የሆነ ውልና አሳማ ካላበቃችሁላት የፈለገውን ያህል ዝና፣ ገንዘብ አሊያም ትምህርት ቢኖራችሁ ህይወታችሁ ባዶና እስከፊ ከመሆን አታመልጥም።

ስኬት የሚጀምረው ጤናችሁን፣ ገንዘባችሁን፣ ቤተሰባችሁን፣ ማህበረሰባችሁና እሴቶቻችሁን በተመለከተ የግላችሁ የስኬት ፍልስፍና ሊኖራችሁ ነው። በግልፅ ተጠቅሶ የተቀመጠ አሳማና የመመሪያ ፍልስፍና ከሌለ ህይወት ከእውነት በራቁ እምነቶች ትመራለች።



ራስን በአሳማ ማስገዛት

ራስን በአሳማ ማስገዛት አንድን መልካም የአስተሳሰብ ስርአት የተሟላ ያደርገዋል። የአስተሳሰብ ስርአታችሁ ግልፅ ከሆነ ውሳኔዎችን ለማሳለፍና ለአሳማ ለመገዛት በጣም ቀላል ይሆንላችኋል።

ስምሳሌ፡- ምስጢሮችን ለጠላት አላልፋችሁ እየሰጣችሁ ለሀገራችሁ የገባችሁትን ቃል ለመጠበቅ አትችሉም። አንድ ሰው በሚሰጥ የነገራችሁን ነገር በይፋ ለሌሎች እየነገራችሁበት ከሰውዬው ጋር በጓደኛነት ልትዘልቁ አትችሉም። በተቻላችሁ መጠን ትንሽ ስራ ለመስራት እየሞከራችሁ ራሳችሁን ለስራ ማስገዛትም እይቻላችሁም።

ለአንድ አሳማ ለመገዛት ወስኖ ቃልን አለመጠበቅ የአታሳይነት ባህሪ ይገኛል። ለዎች የሚናገሩት ንግግር ከታች የተዘረዘረውን አይነት ትርጉም ካለው በግልም ይሁን ከሙያቸው ጋር በተያያዘ የሚፈጥሯቸው ግንኙነቶች እንዴት ውጤት ሊያስገኙ ይችላሉ?

- አሞክራለሁ፣ ነገር ግን ቃል ልገባ አልቻልኩም
- አደርገዋለሁ፣ ነገር ግን ሙሉ እምነት አትጣለብኝ
- ከቻልኩ ለመምጣት አሞክራለሁ፣ ነገር ግን ብዙም ተስፋ አታድርጉ
- በደንብ የምትተብሉኝ ከሆነ እመጣለሁ
- ሁኔታዎች ጥሩ ከሆኑላችሁ ብቅ አላለሁ
- የተሻለ ነገር እስከሚገኝ ድረስ ከእናንተ አልለይም።

ከዚህ በታች በተዘረዘሩት ግንኙነቶች የተሳሰሩ ሰዎች አንዳቸው በሌላኛው ላይ ሊተማመኑ ካልቻሉ በዚህ አለም ላይ ነገሮች እንዴት ሊሰተካክሉ እንደሚችሉ ይገርመኛል።

- ወላጅ / ልጅ
- ባል / ሚስት
- ተማሪ / መምህር
- ደንበኛ / አሻሽጭ
- አሰሪ / ሰራተኛ
- ጓደኛ / ጓደኛ

በእነዚህ ግንኙነቶች መሰረታዊ መመሪያዎች ላይ ለመተማመን አለመቻሉ የሚፈጥረው ግራ መጋባት ወደ እብደት ሊመራ ይችላል። ጠንካራ ግንኙነቶቻችን በአይን በማይቃየው ለአላማ የመገዛት ገመድ እርስ በርስ የተሳሰሩ ናቸው። በዛሬ ዘመን ቃል ኪዳን ማፍረስ እንደ ትልቅ ጉዳይ ተደርጎ አይቆጠርም። ለአላማ እራስን ማስገዛት በሌለበት ሁኔታ ግንኙነቶች ሁሉ መራር ይሆናሉ።

እራስን ለአላማ ያለማስገዛት ግንኙነቶችን በማኮላሸት ወደ መደናገር ይመራል። እራስን ለአላማ ማስገዛት በሌለበት ሁኔታ ማናችንም ብንሆን ከሌሎች ጋር የት ድረስ አብረን ልንሄድ እንደምንችል አናውቅም።

እራስን ለአላማ ማስገዛት፡-

- | | |
|---------------------------|--------------------|
| 1. አስተማማኝነትን | 7. ግዴታን ተወጪ መሆንን |
| 2. እምነት የሚጣልብን መሆናችንን | 8. ቀና አስተሳሰብን |
| 3. የምናደርገው ነገር ሊተነበይ መቻሉን | 9. ምግባርን |
| 4. የሀሳብ ፅናትን | 10. ሀቀኝነትን እና |
| 5. አሳቢነትን | 11. ታማኝነትን ያመለክታል። |

የሌሎችን ሰሜት ለመጋራት መቻልን

ከእነዚህ ውስጥ አንዱ ቢንደል እራስን ለአላማ የማስገዛት ፅናት አይኖርም። ለአንድ ሰው ቃል ስትገቡ “የፈለገው ነገር ቢመጣ በእኔ መተማመን ትችላለህ” እንዲሁም “በፈለጋችሁኝ ጊዜ አብሬዎችሁ እሆናለሁ” እያላችሁ ነው።

ገደብ የለሽ ቃልን ጠባቂነት “ባህሪዬ ሊተነበይ በማይችለው የወደፊት ጊዜ ጭምር ሊተነበይ ይችላል” ይላል።

የወደፊቱን ጊዜ ሊተነበይ የማይችል ያደረገው ምንድ ነው?

- በሀይወታችሁና በሁኔታዎች ውስጥ የሚፈጠሩ ለውጦች
- በውጪያዊ ሁኔታዎች ውስጥ የሚፈጠሩ ለውጦች

የወደፊቱ ሁኔታ የሚያደናግር ቢሆንም ለአላማ ተገዢነት “በእኔ ልትተማመኑብኝ ትችላላችሁ” ይላል። ቃል የሚገባ ሰው ብዙ ነገሮችን ለመተው ፍቃደኛ ይሆናል። ለምን ሲባል? የዚህ ጥያቄ መልስ በጣም ግልፅ

ነው። ይህንን ማድረግ የሚያስገኝለት ሽልማቶች ዋጋቸው እጅግ ብዙና በቁጥር ለመግለፅ የሚችግሩ ናቸው።

ለስላማ እራስን ማስገዛት፡-

1. «አሳቢ ስለሆንኩ እራሴን ለመሰዋት ፈቃደኛ ነኝ።»
2. «ሀቀኛ ሰው በመሆኔ ልታምኑኝ ትችላላችሁ።»
3. «በጭራሽ እላሳጣችሁም!»
4. «ምንም እንኳን ብታመምም አለሁላችሁ!»
5. «በጥሩም ሆነ በመጥፎ ጊዜያት አላሳጣችሁም» ይላል።

እራስን ለአላማ ማስገዛት በሀገር እንደሚከበር ውል አይደለም። መሰረቱ በቁራጭ ወረቀት ላይ የሰፈረ ፊርማ ሳይሆን መልካም ምግባር፣ ሀቀኝነትና የሌሎችን ሰሜት የመጋራት ችሎታ ነው።

እራስን ለአላማ ማስገዛት ሲባል አማራጭ በጠፋበት ጊዜ የሙጥኝ ብሎ መቅረት አይደለም። ከዚያ ይልቅ ሌሎች አማራጮች እያሉም እንኳን የያዙትን የሙጥኝ ማለት ነው። እነዚህ ከላይ የተዘረዘሩት ቅመሞች ከሌሎች ማንም ሰው ከሌሎች ጋር ለረጅም ጊዜ የሚዘልቅ ፅኑ ቃል ኪዳን አይኖረውም።

እራስን ለስላማ ማስገዛት ጠቀሜታው ምት ሳይ ነው?

ለአላማ መገዛት፡-

- ለመተንበይ የሚቻል መሆንን፣
- ደህንነትን፣
- የግል እድገትን፣
- በግለሰቦችና በማህበረሰቦች ዘንድ ያሉ ጠንካራ ግንኙነቶችን እና
- ዘላቂ የግልና የሰራ ግንኙነቶችን ያስገኛል።

ወርበሎችና አጭበርባሪዎች ሳይቀሩ ቃላቸውን የሚጠብቁ አጋጦችን ማግኘት ይፈልጋሉ። እራስን ለአላማ ማስገዛት መግቢያና መውጫው በማይታወቅ ጥቅጥቅ ያለ ሰፊ ጫካ ውስጥ ተለጣፊ ስርአትን፣ ግራ በሚያጋባ አለም ውስጥ ደግሞ ደህንነትን ይፈጥራል። እራስን ለአላማ ማስገዛት ጥረትን ይጠይቃል። እራስን ለአላማ ማስገዛት ሲባል ሰግል ፍላጎታችን ስንል በግላችን የምንሻቸውን ነገሮች አሳልፈን መስጠት ማለት ነው።

ፍላጎቶቻችን በግላችን ከምንሻቸው ነገሮች የበለጠ ጠንካራ መሆናቸውን አትርሱ። እራስን ለአላማ ማስገዛት ግንኙነቶችን እንደ ሚያስተሳስር ማጣበቂያ ሆኖ ያገለግላል። እራስን ለአላማ ማስገዛት የሚፈለገውን መስዋዕትነት ለመከፈል ዝግጁ መሆንን ያመለክታል።

1. ሰንደኛነት መገዛት - ሚስጥር ጠባቂነትን ያመለክታል
2. ሰደንበኛ ፍላጎት መገዛት - መልካም አገልግሎት ማበርከትን ያመለክታል።
3. ስትዳር መገዛት - እምነትን ያመለክታል።
4. ስመልካም ተገዢ መገዛት - ክብልግና መራቅን ያመለክታል።
5. ስህገር ፍቅር መገዛት - መስዋዕትነትን ያመለክታል።
6. ስብራ መገዛት - ሀቀኛነትን ያመለክታል።
7. ስማህበረሰብ መገዛት - ሀላፊነትን ያመለክታል።

ለአላማ ተገዢነት የብስለት ምልክት ነው። ለአላማ ተገዢ መሆን ሊባል ገና በመጀመሪያው የችግር ምልክት አለመፈታት ማለት ነው። ጠንካራ እራስን ለአላማ የማስገዛት ልምድ ያላቸው ግለሰቦች ጠንካራ ማህበረሰብ ይመስራሉ።

ግንኙነቶች የሚመሰረቱት በቅርርብና በልብ ወዳጅነት ላይ ብቻ ሳይሆን ለአላማ ተገዢ በመሆን ላይ ነው። አንድ ሰው የቅርብ ወዳጅ ሊሆን ይችላል። እንደዚህም ሆኖ ለአላማው ራሱን ላያስገዛ ይችላል። ባስፋት ጥቂት አስርት አመታት የማህበረሰብ አቤቶች በከፍተኛ ደረጃ በመለወጣቸው ለአላማ ተገዢ የማያደርጉ ግንኙነቶች ጥሩ እንደሆኑ እየተቆጠሩ ይገኛሉ።

ብዙ ሰዎች እራስን ለአላማ ማስገዛትን እንደ እስራት እየቆጠሩት ሊደናገሩ ይታያሉ። አንዚህ ሰዎች ዝግጁ የሆኑ መስሎ ስለማይለማቸው እራሳቸውን ለአላማ ለማስገዛት ፍቃደኞች አይደሉም። በዚህ መሀል - አንዳንድ ጊዜ ለአመታት - በሌሎች ሰዎች ይጠቀማሉ። ይህንን ለማድረጋቸው የሚያቀርቡት ሀሰተኛ ለበብ ደግሞ “አንዳችን ለሌላችን ከመገዛታችን በፊት እየተፈታተሽን ነው” የሚል ይሆናል። በጥቂት ወራት ወይም አመታት ውስጥ ያልተፈታተሹትን ነገር አሁን ምኑን ይፈትሹታል?

በእኔ አመለካከት አንዚህ ሰዎች በጥሩ ሁኔታ እየተጓዙ እያለ የተቻላቸውን ያህል ብዙ ነገሮችን ለማግኘት እየሞከሩ የሚገኙ ራስ ወዳድ ጥገኞች ናቸው። ከመውሰድ ሌላ መስጠትን የማያውቁ የማህበረሰብ ሽኩሻም ናቸው።

ግንኙነቶች ፀንተው የሚቆዩት በፍቅርና በጥልቅ ስሜት ሳይሆን ለአላማ እራስን በማስገዛትና የሌሎችን ስሜት በመጋራት ነው። እራስን ለአላማ ማስገዛት የሌሎችን ፍላጎት ከገዛ ራስ ፍላጎት ማበቀደምን ያመለክታል። አንዳንድ ጊዜ ጥሩ ሀሳቦችን ያነገዙ መልካም ሰዎች እራሳቸውን ለአንድ አላማ እንዲያስገዙ የሚያደርጓቸው እርስ በርስ የሚጋጩ አጋጣሚዎች ይጋረጡባቸዋል። ስምሳሌ:-

1. አንድ ፖሊስ የአልጋ ቁራኛ የሆነች ሚስቱን ለመንከባከብ ለራሱ ቃል ገብቷል። ሚስቱ ለመሞት አያጣጣረች አጠገቧ ሆኖ አስፈላጊውን

እንክብካቤ እያደረገላት እያለ የአስር ሰዎች ህይወት አደጋ ላይ በመውደቁ በቦታው ተገኝቶ የሰራ ድርሻውን እንዲወጣ ድንገተኛ የስልክ ጥሪ ደረሰው። ምን ያድርግ?

2. አንድ ሀኪም የሴት ልጁን ምርቃት በጉጉት ይጠባበቃል። ለልጁም በዚህ ተመልሶ በማይገኝ የህይወት አጋጣሚ ከአጠገቧ እንደሚገኝ ቃል ገብቶላታል። የምርቃቱ ስነ-ስርዓት ሊጀመር ሆኖ ደቂቃ ሊቀረው የአንድን በመኪና አደጋ የተጉዳ ሰው ህይወት እንዲያድን ድንገተኛ የስልክ ጥሪ ደረሰው። ይህ ሐኪም ምን አማራጭ ይኖረዋል?

ከሁለት አማራጮች አንዱን መምረጥ ለሌላው ተገዢ አለመሆንን አይገልፅም። ከሁለቱ አማራጮች መካከል ለአንዱ እራስን የማስገዛቱ ሂደት ተቀዳሚነትን፣ ሀላፊነትንና ግዴታን ከግምት ውስጥ ማስገባትን ያካትታል። ዕሴትን መሰረት ያደረገ ተቀዳሚነት፣ የጥፋተኛነት ስሜት ሳይኖርብን አንዱን ቃላችንን እንድንመርጥና እንድናከብር ያግዘናል።

ሀኪሙ በአብዛኛው በልጁ ምርቃት ላይ መገኘትን ሊመርጥ ይችላል። ይሁንና ምርጫው ወይም ለማድረግ የሚፈልገው ነገር አሳሳቢ አይሆንም። ተወደደም ተጠላ እራስን ለአላማ ማስገዛት ቀደም ሊል የጠቀስናቸውን አስራ አንድ ፍሬ ነገሮች ያካትታል።

በአላማ ፀንቶ ቃልን ማክበር የምግባርን ጥንካሬ ያሳያል። ፅኑ ፍላጎታችንን ከሌላው ሰው ደራሽ ፍላጎቶችና ፈንጠዝያዎች ጋር ሳይሆን ከመሰረታዊ ፍላጎቶቹ ጋር አነፃፅረን የሌላውን ፍላጎት እንድናስቀድም ያደርገናል።

ፅኑ ፍላጎቶች ተዘርዝረው የማያልቁ ቢሆኑም መሰረታዊ ፍላጎቶች ግን ወሳኝ ናቸው። የፍላጎቶች ግጭት በሚቀስቀስበት አጋጣሚ አንድ ሰው ለሀላፊነቶችና ግዴታዎች ቅድሚያ መስጠት ይገባዋል። አንድ ትዳር ባሉት ግንኙነቶች ሁለት ሰዎች እርስ በርሳቸው አብረው ለመኖር ቃል ይገባባሉ። እንበልና ከአንድ አመት በኋላ አንዳቸውን ካንሰር ቢይዛቸውለን? ሌላኛቸው የተጭበረበሩ፣ ህይወታቸውን የተነጠቁ ሊመስላቸውና ቅሬታ ሲገባቸው ይገባል? ሌላውን ሰው ለህይወታቸው መበላሸት ተጠያቂ ሊያደርጉ ይችላሉ? ይህን ካደረጉ በቃላቸው አልፁም። ይኼ እራስ ወዳጅነት ነው።

በአላማ ፀንቶ ቃልን በመጠበቁ ሂደት ከሁሉ የከፋ ስቃይ የሚኖረው እምነት በሚጣስበት ጊዜ ያንን ሁኔታ በፀጋ መቀበል ይሆናል። የፅንጥነት መጣስን ያስከተለው በአጋጣሚ የተፈጠረ ስህተት ከሆነ የአላማ ፅናቱ ይቀጥላል። በአጋጣሚ የተፈጠረ ስህተት በርሀራሄና በይቅርታ ለማለፍ ይቻላል። የእምነት መጓደሉን ያስከተለው ሆኖ ተብሎ የተፈፀመ ስህተት ከሆነ ግን በአግባቡ መገምገም ይኖርበታል። ሆኖ ተብሎ ለተፈፀመ ስህተት የሚሰጠው የአፅፋ ምላሽ “አንድ ጊዜ ካታለልክኝ አፍርብህለሁ። ሁለት ጊዜ ካታለልክኝ እፈርብኝ” የሚል ይሆናል።

ያለ ይቅርታ አብዛኛውን ጊዜ ቃል ሊከበር አይችልም። በአንዳንድ ግንኙነቶች ውስጥ የመተማመን መንፈስ የታወቀው በአጋጣሚም ሆነ ሆን ተብሎ በተፈጠረ ለሁለት ምላሹ ይቅርታ ነው። ለምሳሌ አንድ ህፃን ልጅ ውሸት ተናግሮ ወይም አታልሎ ወላጆቹ ያሳደሩበትን እምነት ሊያጠፋው ይችላል። ወላጆቹ በአላማቸው ፀንተው የገቡለትን ቃል የሚያከብሩለት ከሆነ ይቅርታ ሊያደርጉለት (እቅጣጫውን ሊመሩትና የመዋሸትን ጠስ ሊያስተምሩት) ይገባል። ይቅርታ በጭኖሩ ብቻ ሰዎች እምነትን የሚያንድሱ ከሆነ ይኼ ከአጭበርባሪነት አይተያስም። ይቅርታ የሚይዘው የሂሳብ መጠን ልክ የሌለው ባዶ ጅክ ተደርጎ ሊወለድ ይችላል ይሆን? ምናልባት እንደዚያ ላይሆን ይችላል።

ከምንም ነገር አስበልጠን ልንገዛለት የሚገባን ታላቅ አሳማ ምንድ ነው?

ምናልባት ላናውቀው በስህተት የተሳሳተ ወይም ክስነ-ምግባር ያፈነገጠ እንዲሁም ከሀሊናችንና ከአስተሳሰብ ስርአታችን ጋር ሰሚጋጭ አሳማ ተገዢ ስመሆን ቃል ብንገባስ? ከምንም ነገር አስበልጠን ልንገዛለት የሚገባን ነገር ይህንን ቃላችንን ጠብቀን መቀጠል ይገባን እንደሆነና እንዳልሆነ የደረሰንበትን ውሳኔ ነው። ለዚህ ደግሞ አሳማችንን ደጋግመን መገምገም ያስፈልገናል።

ለእሴቶች መገዛት

መታመንን (ታማኝነትን) ልንታደለው እንጂ ልንገዛው አንችልም። ደግሞስ የመታመን ዕዳ የሚኖርብን ለማን ነው? ለግለሰቦች ወይስ ለድርጅቶች? የዚህ ጥያቄ መልስ ለማናቸውም የመታመን ዕዳ የሌለብን መሆናችን ነው። የመታመን ዕዳ ያሰብን ለዕሴቶች ነው። የአስተሳሰብ ስርአት በሚጋጭበት ጊዜ ሰዎች በዚያ ቤት፣ ስራ ወይም ድርጅት ውስጥ መኖር አይቻላቸውም።

አንድ ሰው ለአንድ ግለሰብ ወይም ድርጅት ሊታመን ቃል ሲገባ ምን እያለ ነው? “አንተ በምታምንበት ስለማምን አብሬህ አቆማለሁ” እያለ ነው።

ቃል የተገባለት ሰው የአደንዛዥ እፅ ነጋዴ ወይም የጠላት ሀገር ለላይ ቢሆንስ? ቀደም ሲል ቃል ለሰገባሁለት ብቻ እሱን መደገፈን መቀጠል ይኖርብኝ ይሆን? - ያለ ምንም ጥርጥር እንደዚያ አላደርግም! ኢ-ስነምግባራዊና ህገ-ወጥ ባህርይን ለመደገፍ ቃል አልገባሁም።

ቃልን አለማክበር የሚከተሉትን ሁኔታዎች ያስከትላል፡-

- የቤት (የቤተሰብ) መፍረስ
- እርካታ የሌለበት ህይወት
- በወላጆቻቸው የተረሉ ህፃናት
- ለራን ማጣት
- ጥሩ ያልሆኑ ግንኙነቶች
- ገለልተኛ መሆን
- ክፍተኛ ውጥረት
- ማዘንና መተከዝ (ድብርት)
- ፀፀት

በአሳማችሁ ለመፅናት ቃል ግቡ፣ ቃላችሁንም ጠብቁ!

ሥነ - ምግባር

መጥፎ አጋጣሚዎች ጥሩ ያልሆነ አማራጭን ለመከተል በለበብነት ሊቀርቡ አይችሉም። ዕሴቶችና ስነ-ምግባር የተነደፉት በበጎ ዘመናት ተግባራዊ እንዲሆኑ ታቅደው ብቻ ላይሆን ለክፉ ዘመናትንም ጭምር እንዲሆኗቸው ተብለው ነው። ልክ እንደ መሬት ህጉች ሁሉ አጋጣሚዎች መልካም ሊሆኑ ያስፈልጓችኋል፤ መጥፎ አጋጣሚ በተፈጠረም ጊዜ የዚያኑ ያህል - እንዲያውም በበለጠ - ከአደጋ ይጠብቋችኋል።

ብዙዎቹ አማራጮች ስነ-ምግባራዊ አማራጮች አይደሉም። ለምሳሌ ልብስ ወይም ቴሌቪዥን ስትገዙ የሚኖሯችሁ የቀለምና የአይነት አማራጮች ላላችሁበት ሁኔታ ተስማሚ በመሆን ወይም ባስመሆናቸው ላይ የተመሰረቱ የግል አማራጮች ናቸው። እነዚህ አማራጮች ስነ-ምግባራዊ አማራጮች አይደሉም። የግል አማራጮች ከግል ስሜት ጋር የሚያያዙ እንጂ በተጨማሪ የሚገለፁ አይደሉም። የዚህ እይነቶቹ አማራጮች ክስነ-ምግባራዊ ጉዳዮች ጋር ተያያዥነት ባይኖራቸውም አብዛኛውን ጊዜ ሀላፊነትን ያካትታሉ።

ስነ-ምግባራዊ አማራጮች ትክክለኛ በመሆንና በመሳሳት መካከል ያለውን በተጨማሪ የሚገለፅ አማራጭ ያንፀባርቃሉ። ለዚህም ነው ስነ-ምግባራዊ ያልሆነ አማራጭ ስትከተሉ ሀሊናችሁ የሚጉዳውና፣ የተሳሳተ የግል አማራጭ ስትከተሉ ደግሞ ሀሊናችሁ ተጉጂ የማይሆነው። ምክንያቱም በስነ-ምግባራዊ ጉዳዮች ዙሪያ ትክክለኛው አማራጭ በግልፅ ተቀምጧል። እንደን የሂሳብ ፈተና ብንመለከት እንደተፈታኞቹ ሁሉ የሚሰጡት መልሶችም የተለያዩ ናቸው። ይሁንና መልሱን ትክክል የሚያደርገው አማራጩ ሳይሆን የራሱ የመልሱ ትክክለኛነት ነው። ስነ-ምግባራዊ አማራጮችም እንደዚሁ ናቸው።

ደግ ሰው ሆኖ መገኘት ጥሩና በስነ-ምግባር የታገሰ ለው ከመሆን ጋር አይመሳሰልም። አንድ ሰው በማህበረሰቡ ዘንድ በደግነቱ ሊታወቅ፣ ሆኖም አታሳይና ወስነታ ሊሆን ይችላል። ይኼ ደግ ሰው እንጂ ጥሩ ስነ-ምግባር ያለው ሰው አያደርገውም። ይሁን እንጂ ደግነቱ ማህበረሰባዊ ተቀባይነት እንዳለው ያንፀባርቃል። ደግ መሆን ጥሩ መሆን አይደለም።

ያለመታደል ሆነና ባለንበት ዘመን አብዛኞቹ እማራጮቻችን በሚከተሉት ሁኔታዎች ላይ የተመሰረቱ ናቸው፡-

1. ለምሳሌ፤ ለድህረትና ለእርካታ ባለን ፅኑ ፍላጎት ላይ
2. በስሜቶቻችን ላይ - ቅድመ-ሁኔታው ጥሩ ስሜት እንጂ ሀላፊነት አይደለም፡፡
3. ማህበራዊ ተፅዕኖ (ወረቆ) - አንድን ነገር ሁሉም ሰው የሚያደርገው ከሆነ፤ እኔስ ሰምን አላደርገውም? በሚል የምናራምደው ፍልስፍና፡

“ስነ-ምግባርና ለነ-ምግባራዊ እማራጮች ይጋጫሉ” የሚለው እምነት ያለና የተለመደ ነው፡፡ ዋናው ጥያቄ የዚህ አይነት እምነት ያላቸው አነማን መሆናቸው ነው፡፡ ስነ-ምግባርና ለነ-ምግባራዊ እማራጮች የሚጋጩባቸው ግልፅ ያልሆኑ አሴቶች ያሏቸው ለዎች ብቻ ናቸው፡፡

ሁኔታዊ ሥነ-ምግባር

“ስነ-ምግባር ተጠቃሎ ሊገለፅ አይችልም፤ ከዚያ ይልቅ እንደየሁኔታው ሊለያይ ይችላል” ብለው የሚያምኑ ሰዎች የተለያዩ ምክንያቶችን በማቅረብ እንደየሁኔታውና እንደየሰው የስነ-ምግባር መመሪያዎቻቸውን ይለዋውጣሉ፡፡ የዚህ አይነቱ አካሄድ ሁኔታዊ ስነ-ምግባር ይባላል፡፡ የሁኔታዊ ስነ-ምግባር መመሪያዎች ክፍት እምነት ይልቅ በአመቺነት ላይ ይመሰረታሉ፡፡

ማጣቀሻዎች



“ስምምነትና ውስጣዊ ሰላም የሚገኘው በማህበራዊ ገፅታ ወይም ዝንባሌ ሳይገታ ወደ እንደ አቅጣጫ የሚያመስክት የሰነ-ምግባር ኮምፓስን በመክተል ነው፡፡”

- ቲድ ኮፒል

ሰምን የጥራት ደረጃ አለፈለን? የጥራት ደረጃ መስኪያ ነው፡፡ አንድ ሜትር በአውሮፓም ሆነ በእስያ ያው እንደ ሜትር ነው፡፡ አንድ ኪሎ ዱቄትን የትኛውም ቦታ ወስዳችሁ ብትመዝኑት ክብደቱ አንደ ኪሎ ግራም ነው፡፡ ከየትኛውም የስነ-ምግባር መስኪያ ጋር መዝለቅ የማይፈልጉ ሰዎች ትክክለኛ ወይም የተሳሳተ ተብሎ የሚገለፅ ምንም ነገር እንደሌለና ነገሮችን ትክክለኛ ወይም የተሳሳተ የሚያደርጋቸው የአንድ ሰው አስተሳሰብ መሆኑን በመግለፅ የግብረ-ገብነትን ፍቺ እንዳሻቸው መቀያየርን ተያይዘውታል፡፡ ከራሳቸው ባህርይ ይልቅ ስትርጓሜ (ለአተያይ) ሀላፊነቱን ያሸክማሉ፡፡ ባህርያቸው ችግር እንደሌለበትና ስህተቱ ያለው እናንተ ሰባህርያቸው በምትሰጡት ትርጓሜ (ባላችሁ አተያይ) ላይ እንደሆነ ያስማችዋል፡፡

ለምሳሌ ሂትለር ትክክለኛ ስራ መስራቱን ሊያምን ይችላል፡፡ ይሁንና ትልቁ ጥያቄ “ትክክል ነበር ወይ?” የሚለው ይሆናል፡፡ የተራሰ ሰው ምግብ እንዲበላ ገንዘብ መስጠት ትክክለኛ ስራ ነው፤ ለአደንዛዥ ዕፅ መግዣ ገንዘብ መስጠት ግን ትክክል አይደለም፡፡

አጠቃላይ ሀሳብ እንደ ማጣቀሻ ሆኖ ቢያገለግልም ሁኔታው ያልተለመደ ሲሆን ይችላል፡፡ ስምሳሌ ሰውን መግደል ስህተት ነው፡፡ ይኼ አጠቃላይ መግለጫ ሲሆን እንደ አጠቃላይ እውነታና ስነ-ምግባራዊ መለኪያም ይቆጠራል፡፡ ሰውን መግደል ያስፈለገው እራሱን ለመከላከል ከሆነ ግን እንደዚያ አይሆንም፡፡

የስነ-ምግባር የጥራት ደረጃችን በምንቀጥራቸው አማካሪዎች፤ በምንመርጣቸው አቅራቢያዎች፤ በምንደራደራቸው ገዢዎች እንዲሁም ከዚያ ባልተናነሰ የትርፍ ጊዜያችንን በምናሳልፍበት መንገድ ይገለጻል፡፡

አመለካከቶች እንደየባህሉ ሊለያዩ ይችላሉ ይሆናል፡፡ ይሁንና እንደ ሚዛናዊነት፤ ፍትሃዊነት፤ ሀቀኛነትና በአላማ መፅናት (ቃልን ማክበር) ያሉት እሴቶች አለማቀፋዊና ዘላለማዊ ናቸው፡፡ ማህበረሰብ ክድፍረት ይልቅ ፈረንትን አብልጦ ያከበረበት አንድ የታሪክ አጋጣሚ ኖሮ አደውቅም፡፡

ስነ-ምግባርና ፍትህ የሚከተሉትን ያካትታሉ፦

- የሌሎችን ስሜት መጋራት
- ሚዛናዊ አተያይ
- ሰተጉዳ፣ ሰታመሙና በአድሜ ሰገፋ መራራት
- የማህበረሰብን ፍላጎቶች ማስቀደም

ብዙሀኑ ህዝብ ስለተስማማበት ብቻ አንድ ነገር ትክክል አይሆንም። የአንድ ሀገር ዜጎች የቆዳቸው ቀለም ጭምር የሆኑ ሰዎች ሁሉ የመምረጥ መብታቸው እንዲገፈፍ ድምፅ ቢሰጡ፣ ውሳኔው በብዙህን ድምፅ ስለተደገፈ ብቻ ትክክለኛ ሊሆን አይችልም። መሰረታዊ ስነ-ምግባር በርካታ አለም አቀፋዊ ተቀባይነት አለው። ነፃነት ያለ ስነ-ስርዓት ወደ ጥፋት እንደሚመራው ሁሉ የተወሰነ መርሆች የሌሉት ማህበረሰብም እንደዚያው አራሱን ያጠፋል። እሴቶች ከግል ስሜት ጋር የተያያዙ ቢሆኑ ፍሮ ማንም ወንጀለኛ ወህኒ ሊወርድ ባልተገባው ነበር።

አንድ ማህበረሰብ በግለሰቦች የስነ-ምግባር እሴቶች ላይ ተመስርቶ ጥሩ ወይም መጥፎ ይሆናል። ከዚህ በተጨማሪ ለአንድ ማህበረሰብ ጥንካሬን የሚሰጡት በስሩ ያሉት ስነ-ምግባራዊ እሴቶች ናቸው።

በስነ-ምግባር አንፃራዊነት የሚያምኑ ሰዎች በገዛ ራሳቸው እርስ በርሱ የሚጋጭ እስተሳሰብ ውስጥ ይዳከራሉ። “ሁሉም ነገር እንፃራዊ ነው” ሌላም ይደመጣሉ። አባባላቸው በራሱ የተሟላ እውነታ ቢሆንም እርስ በርሱ ይጋጫል። በትክክለኛነትና በመሳሳት፣ በአታላይነትና በታማኝነት መካከል ያለው ልዩነት በራሱ ያለምንም ክርክር ህልውናቸውን ያረጋግጥልናል። ቃላትን መለዋወጥ ትርጉሙን አይለውጠውም።

ርካሽ የስነ-ምግባር እሴቶች አዳዲስ ስም እየተሰጣቸው የበለጠ ተቀባይነት ያገኛሉ። መገናኛ ብዙሀን ቀጣፊዎችን “ሰፊ ሀሳብ የሰነቁ ሰው ወዳዶች ናቸው” እያሉ የስነ-ምግባር መሳሸቅን ያሳምናታል።



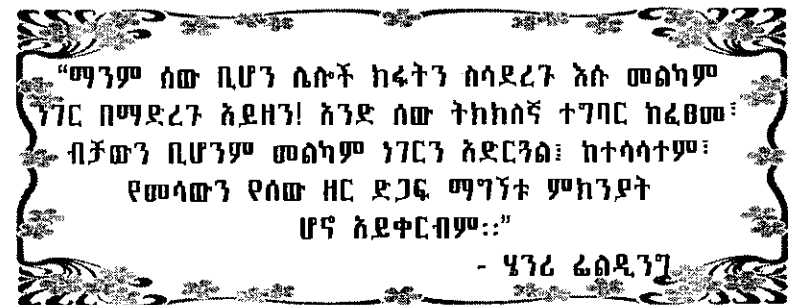
“የሰው ልጅን በስነ-ምግባር ሳይኮተኩት
እዕምርውን በትምህርት ማበልፀግ ለማህበረሰብ
ጠንቅ የሆነ ትምህርት መስጠት ነው።”

- ቲዎዶር ሪዝቪልት

የኮሎምቢያ ዩኒቨርሲቲ ፕሬዚዳንት የነበሩት ማይክል ሊቨርን በ1993 ዓ.ም በጡረታ ሲገለሱ አንድ ጋዜጠኛ ሳያጠናቅቁት የቀረ ተግባር እንዳላቸው ሲጠይቃቸው “አዎን፣ አሰ” ነበር ያሉት። በማስከተል “በፈፀምኳቸው ተግባራት (ይህ ቀረሽ) የማይባል እርካታ የሚለማኝ ቢመስለኝም እንደ ያላጠናቀቅኩት ተግባር አሰ” ካሉ በኋላ የሰነ - ምግባር ትምህርትን መጓደል

ሲገልፁ “ጠቅላላ አድርገን ስናየው ዩኒቨርሲቲያችን ውስጥ በመማር ላይ የሚገኙት ተማሪዎች በዚህ ጉዳይ ላይ ምንም አይነት ስልጠና አላገኙም። አብዛኞቹ ምሁራን ይህንን ትምህርት ለመዳሰስ ይፈራሉ። አብዛኛውን ጊዜ የስነ-ምግባር ትምህርት ለወላጆች ይተዋል። በዚህ የተነሳ ከየትኛውም ጊዜ በበለጠ የግብረ - ገብና የስነ-ምግባር ስልጠና የሚያስፈልጋቸው የዘመናችን ወጣቶች በዚህ ጉዳይ ላይ ከመቼውም ጊዜ ያነሰ ትምህርት አያገኙ ናቸው። የግብረ - ገብና የስነ-ምግባር ትምህርት የሀይማኖት አያደለም። ግብረ-ገብና ስነ-ምግባር ለላማዊ የሆነ ማህበረሰብ ይኖረን ዘንድ የግድ የሚያስፈልጉን ተገቢ እና ጠቃሚ የመልካም ተግባር መርሆች ናቸው” ብለዋል።

ሥነ-ምግባርና ህጋዊነት



ስነ-ምግባርና ህጋዊነት አንድ አይነት አለመሆናቸውን ብዙዎች ይስማሙበታል። ስነ-ምግባራዊ የሆነ ነገር ህጋዊ ሊሆን ወይ ላይሆን ከመቻሉም ሌላ በተገላበጠሽ ህጋዊ የሆነ ነገርም ስነ-ምግባራዊ ሊሆን ወይ ላይሆን ይችላል። ስምሳሌ፦

1. የተሻለ ፖሊሲ ከመሸጡ በበለጠ ብዙ ኮሚሽን ማግኘቱ ያሳለበው አንድ የመድሀን ዋስትና አሻሽሎ ለአንድ የሆነ ደንበኛው ተገቢ ያልሆነ ፖሊሲ ቢሸጥለት፣ ይህንን ማድረግ ህጋዊ ሊሆን ቢችልም ቅሉ ስነምግባር የጉደለው ተግባር ነው።
2. አንድ ወጣት ባለስልጣን የኋለኛው ወንበር ላይ ደም እየፈሰሰው ያለውን ልጁን አሳፍሮ ወደ ሆስፒታል ለመድረስ መከናወን ከተወሰነለት ፍጥነት በላይ እያሸከረከረ ነው። በዚህ ሁኔታ ላይ ህጉን ስለጣለ ማንም ሰው የስነ-ምግባርን ጥያቄ ያነሳበታል ተብሎ እይታሰብም ይሆናል።

* ክጅን ቤክሊ፣ ሒዝንት ኢት ታይም ቁ ዋክ አኝ፣ በ ቤስት እፍ ቤትስ ኢንድ ፒስስ፣ ኢኮኖሚክስ ፕሬስ፣ ፌራሬል፣ ኢንጆ፣ 1994፣ ገፅ 129 (እንዲስማማ ተደርጎ የተወሰደ)

3 ምንም እንኳን ህጉ ቢጣስም የህፃኑን ህይወት ለማትረፍ የህክምና እርዳታ እንዲያገኝ አለማድረጉ ኢ-ሰነምግባራዊ ይሆናል።

ሀጋዊነት የሚያስከብረው የጥራት ደረጃ መጠን አነስተኛ ሲሆን ስነ-ምግባርና እሴቶች ክንዚህ የጥራት ደረጃዎች ባሻገር ብዙ ይሄዳሉ። ስነ-ምግባርና እሴቶች ከግምት የሚያስገቡት የሰዎችን ደስተኛ መሆን ወይም ያለመሆን ሳይሆን ሚዛናዊ አተያይጋጭ ፍትህን ነው። ትኩረታቸው የሰዎችን መሰረታዊ ፍላጎቶችና መብቶች ማክበር ነው።

የህይወት አላማ

ብዙ አይነት ፍላጎቶች አሉ - የሰኬት ፍላጎት፣ ደስታን ባያስገኝም ግዴታን የመወጣት ፍላጎት፣ ለህይወታችን ትርጉም ስለሚያስገኝልን ብንሞትሰት እንኳን ቅር የማንሰኝበት አላማ ክዳር የማድረስ ፍላጎት...

መላውን አለም የራሳችሁ አድርጋችሁ ህሊናችሁን ብታጡ ምን ጥሩ ነገር ታገኛላችሁ?

አላማ-ቢስ ህይወት የቀም ሞት ነው

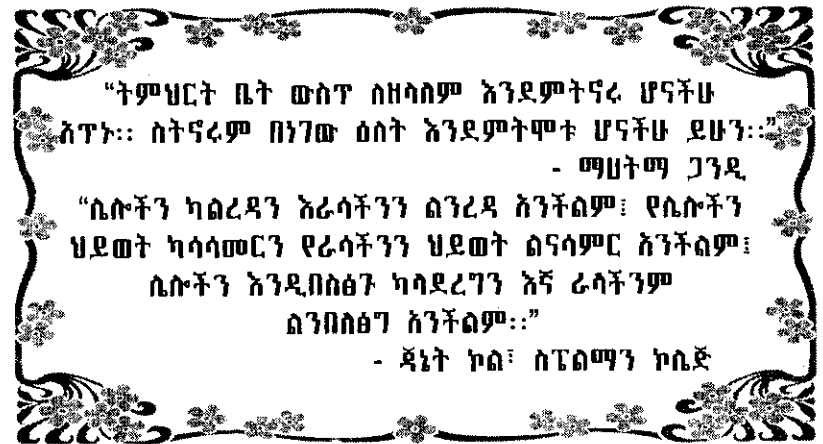
አላማችሁ ምንድን ነው? አንድ አላማ የላችሁም? አላማ ጥልቅ ስሜትን ይፈጥራል። ስለዚህ በህይወታችሁ አንድ አላማ ፈልጋችሁ ወይም ፈጥራችሁ በጥልቅ ስሜትና በፅኑ እምነት ክዳር አድርሱት።

በየቀኑ “ወደ ህይወቴ አላማ አየቀረብኩ ይሆን? ይህችን አለም የተሻለች የመኖሪያ ቦታዬ እያደረግኳት ይሆን?” ብለን ራሳችንን መጠየቅ ያስፈልገናል። መልሳችን አሉታዊ ከሆነ በህይወታችን አንዱን ቀን አባክነናል።

ህይወት ያበረከትነውን አስተዋዕኮ ያህል ትሰገባናለች

አስቀድመን በህይወታችን አንድ አላማ ባገኘን ቁጥር ህይወታችን የበለጠ የተሻለ ይሆናል። በግለሰብ ደረጃ ብቻ ሳይሆን በቤተሰባችን፣ በድሮቻችን በሀገር ደረጃ ታላቁ ፈተና ያለው በማያቋርጠው የህይወት አላማ ፍለጋ ውስጥ ነው። አላማችንና እሴቶቻችን አንድ ጊዜ በግልፅ ከተቀመጡ በገዛ ራስ ፍላጎትና በማህበራዊ ግዴታዎች መካከል የሚቀሰቀሱ ግጭቶች በገዛ ራሳቸው የስነ-ምግባር ሚዛናዊነትን ያገኛሉ። መቼ አንድ አቋም መያዝ እንደሚገባንም እንገነዘባለን። ለአጭር ጊዜ ጥቅም ብለን የተሳሳቱ ውሳኔዎችን ከምናሳልፍ ይልቅ ለረጅም ጊዜ ጥቅም ብለን ትክክለኛ

ውሳኔዎችን ማሳለፍ የምንጀምረውም በዚያን ጊዜ ነው። እውቀት (ጥበብ) እና ብስለት ወላኝ የሆኑ ርዕሰ-ጉዳዮችን በይበልጥ እንድንገነዘብ ያደርጉናል።



“ትምህርት ቤት ውስጥ ለዘላለም እንደምትኖሩ ሆናችሁ

አጥኑ። ስትኖሩም በነገው ሰበት እንደምትሞቱ ሆናችሁ ይሁኑ።”

- ማህተማ ጋንዲ

“ቤቶችን ካልረዳን አራሳችንን ልንረዳ እንችልም፤ የቤቶችን

ህይወት ካሳሳመርን የራሳችንን ህይወት ልናሳምር እንችልም፤

ቤቶችን እንዲበስፅጉ ካሳደረግን እኛ ራሳችንም

ልንበስፅግ እንችልም።”

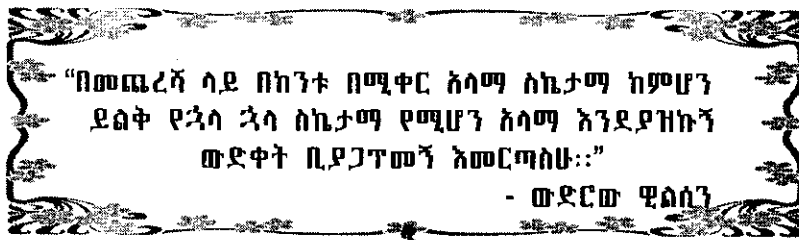
- ጳጳስ ኮል፣ ስፔልማን ኮሲጅ

ጳጳስ ኮል በአንድ ወቅት “በተራ ነገር እርካታ የሚያገኝ አንድ ሰው አሳዩኝና ወደ ውድቀት እያመራ ያለ ሰው አሳዩኝኳለሁ” ብላ ነበር። ህይወት ሰዎች ተቀምጠው የሚያዩት ስፖርት አይደለም። ተደሳፊሰን ተቀምጠን የነገሮችን ክስተት ልንመለከት እንችልም። ህይወትን ትርጉም አዘል አናደርጋት ዘንድ አንድ አላማ ሊኖረንና ከዚያም ያንን አላማ ለማሳካት ጠንክረን ልንሰራ ይገባናል።

ያስ አላማ መኖር

ሁላችንም ብንሆን ወደዚች ፕላኔት የመጣነው ለአንድ አላማ ነው። እኛ የአንድ ትልቅ ምስል እካላት ነን። ይሁንና በህይወት ዘመናቸው አላማቸውን ፈልገው የሚደርሱበት እጅግ ጥቂት ሰዎች ብቻ ናቸው። ብዙዎቻችን በህይወት እየኖርን የህይወት ዘመናችንን ጠቃሚ እንዲሆን ከማድረግ ይልቅ ቀናችንን መቁጠራችንን ተያይዘነዋል።

ዶክተር አልበርት አይንስታይን አንድ ጊዜ “ለምን ወደዚህ አለም መጣን?” የሚል ጥያቄ ሲቀርብለት “አለም በአጋጣሚ ተፈጥሮ ከሆነ እኛም በአጋጣሚ የተገኘን ነን። ይሁንና አለም ለአንድ አላማ ተብሎ የተፈጠረ እንደሆነ እኛም አራሳችን የተፈጠርንበት አላማ ይኖረናል” ሲል መልስ ሰጥቷል። “ፊዚክስን በደንብ ባጠናሁት ቁጥር በይበልጥ ወደ ሜታ ፊዚክስ (ዲብ-አካላዊነት) እሳባለሁ” በማለትም አክሎ ተናግሯል።



እሴቶችን የምንማረው ከየት ነው?

በቅርቡ በኒው ጀርሲ፣ ቲኔክ ውስጥ በሚገኝ የሁለተኛ ደረጃ ትምህርት ቤት ውስጥ አንድ መምህር ስለ እሴቶች ማብራሪያ በሚሰጥበት ክፍል ስለተፈጠረ ሁኔታ አንብቤያለሁ። የክፍሉ ተማሪ የሆነች አንዲት ሴት ልጅ 1,000 ዶላር የያዘ የኪስ ቦርሳ አግኝታ ለባለቤቱ ትመልሳለች። መምህሩም አጋጣሚውን በመጠቀም የክፍሉን ተማሪዎች አስተያየት እንዲሰጡ ይጠይቃል። በዚህ ጊዜ ሁሉም የክፍል ጓደኞቿ የልጅቱን ሞኝነት ይናገራሉ። አብዛኞቹ ተማሪዎች አንድ ሰው ንብረቱን በየቦታው እያዘረከረከ ከሆነ መቀጣት እንደሚገባው እጥብቀው ተከራክረዋል። መምህሩም ቢሆን ለተማሪዎቹ ምን እንዳላቸው ሲጠየቅ “በእርግጥ ምንም ያልኩት ነገር የለም። ትክክለኛ የመሆንና የመሳሳትን አቋም ይገዢ ከተነሳሁ እንደ አማካሪ ሆኜ አላስተምራቸውም። አመለካከቴን በግድ ላስርፅላቸውም አልችልም” በማለት መልሷል።

እሴቶችን ከወላጆችና መምህራኖቻችን ካልተማርን፣ ከማን ልንማራቸው ነው? ደግሞም እነሱ ስለ እሴቶች ካላስተማሩን ሳናውቀው ከቴሌቪዥንና ከሌሎች መሰል አላስፈላጊ ምንጮች እንለቃቅማቸዋለን። በዚህ አይነት ከቀጠልን ማህበረሰባችን መመስቃቀሉ አይቀርም። ከላይ በምሳሌነት የቀረበው መምህር የተዛቡ እሴቶች ያሉት፣ ሀላፊነት የጉደለው ሰው ከመሆኑም በተጨማሪ ልጆቻችንን ማስተማር አይገባውም።

ማሸነፍ እና አሸናፊዎች

በማሸነፍና አሸናፊ በመሆን መካከል ያለው ልዩነት ምንድን ነው? ማሸነፍ፣ አጋጣሚ ነው። አሸናፊ መሆን ደግሞ መንፈስ ነው። አሸናፊዎች በአስተሳሰብ ስርአታቸው ላይ የተመሰረተ ሀሳብን ለንቀው ማሸነፋቸውን ተያይዞውታል።

* ጀርናል ኦፍ ዘ አሜሪካን ፋሚሊ እሳሌሽን፣ ኖቬምበር/ዲሴምበር 1991.

ሶስት መንፈስን የሚያነቃቁ አሸናፊዎች

1. አሉምፒክ በህይወት ዘመን ውስጥ አንድ ጊዜ ብቻ ሊያጋጥም የሚችል ጉዳይ ነው። ሉረንስ ለሚያ ችግር ያጋጠመውን ሌላ ተፎካካሪውን ለመርዳት ሲል በአሉምፒክ የጀልባ ውድድር የነበረውን ተሳትፎ አቋርጧል። ድርጊቱን መላው አለም አየተመለከተው ነበር። ደህንነትን በማስቀደሙ ለሌሎች ሰዎች ህይወት የነበረው ተቆርቋሪነት ለማሸነፍ ከነበረው ፍላጎት ይበልጥ ነበር። በውድድሩ ባያሸንፍም አንኳን አሸናፊ ነበር። የአሉምፒክን መንፈስ ነፍስ ስለዘራበት በአለም ዙሪያ በነበሩት ነገስታትና ንግስቶች ዘንድ ታላቅ ከበሬታን አግኝቷል።
2. ሩባን ጉንዛሌዝ በአለም የራኬትቦል ውድድር የፍፃሜ ጨዋታ ላይ የመጨረሻውን ክብር ለመቀዳጀት በመወዳደር ላይ ነበር። በጨዋታው የመጨረሻ ክፍለ ጊዜ ጉንዛሌዝ የአሸናፊነት ነጥብ ለማስቆጠር ያልተገባ ጨዋታ ይጫወታል። ዳኛውም ሆነ የመስመር ዳኛው አጨዋውቱ ጥሩ እንደነበር በማረጋገጥ አሸናፊነቱን አፀደቁለት። ይሁንና ለትንሽ ጊዜ ያህል በዝምታ እያመነታ ከቆየ በኋላ ወደ ተቀናቃኙ ፊቱን እዞረና እጁን እየጨበጠው “አጨዋውቱ ተገቢ አልነበረም” አለው። ከዚያ በኋላ ያገኘውንም እድል ሊጠቀምበት ባለመቻሉ በመጨረሻ ላይ በጨዋታው ተሸነፈ። በሁኔታው ሁሉም ሰው ተደናግጦ ነበር። አንድ ተጫዋች ያስቆጠረው ነጥብ በይፋ ተቆጥሮለት አሸናፊነቱን በኪሉ ውስጥ ካስገባ በኋላ የገዛ ራሱን ነጥብ ውድቅ አስደርጎ በጨዋታው ተሸናፊ ይሆናል ብሎ ሊያስብ የሚችለው ሰው ማን ነው? ጉንዛሌዝ ለምን እንደዚያ እንዳደረገ ሲጠየቅ የሰጠው ምላሽ “በሀቀኛነት መዝለቅ ካለብኝ የነበረኝ ብቸኛ አማራጭ እንደዚያ ማድረግ ነበር” የሚል ነበር። በእርግጥ በጨዋታው ተሸንፏል። እንደዚያም ሆኖ አሸናፊ ነበር።
3. ጥቂት የሽያጭ ባለሙያዎች እርብ ማታ ተመልለው እንደሚመጡና ከቤተሰቦቻቸው ጋር እራት እንደሚቋደሱ ቃል ገብተው ለስብሰባ ወደ ሌላ ከተማ ሄዱ። ይሁንና የስብሰባ ነገር ሆነና አንዱን ሊጥሉ፣ ሌላውን ሲያነሱ በመቆየታቸው ስብሰባው እንደታሰበው በጊዜው አልተጠናቀቀም። ወደ ሀገራቸው ለመመለስ አውሮፕላን ሊይዙ ወደ አውሮፕላን ማረፊያው በደረሱም ጊዜ ብዙ ጊዜ አልነበራቸውም። በመሆኑም ትኬታቸውን እንደያዙ አውሮፕላኑ ሳያመልጣቸው ለመድረስ ሲሯሯጡ ከመካከላቸው አንዱ በቅርጫት ውስጥ ያሉ ፍራፍሬዎች ከተደረደሩበት ጠረጴዛ ጋር ተጋጩ።

ፍራፍሬዎቹ ወለሉ ላይ ተበታትነው በእግር ቢረጋገጡም ከመቻላቸው ብዛት ቆም ብለው ሁኔታውን ለማየትና መደረግ ያለበትን ነገር ለማድረግ ዕድሉ አልነበራቸውም። እውሮጳው ውስጥ ገብተው በታችውን በያዙ ጊዜ ከአንዱ በስተቀር ሁሉም እፎጆታ አግኝተው ነበር። እናም ለመረጋጋት ያልቻለው ይህ ለውዩ ጓደኞቹን ተሰናብቶ ከእውሮጳው ወረደና ቀደም ሲል ወዳደናቀፈው ጠረጴዛ ተመልሶ ሄደ። በዚያ ያየውም ነገር ተመልሶ በመምጣቱ እንዲደለት አደረገው። ከጠረጴዛው አጠገብ የአለት ጉርስ የሚሆን ገንዘብ ለመቃረም ብላ ፍራፍሬዎቹን ትሸጥ የነበረችውን አይነ ሰውር የአሰር አመት ህፃን አያት፡/ አጠገቧ ሄደም “የቀኑን ውሎሽን እንዳላበላሽንብሽ ተስፋ አደርጋለሁ” አላትና ከኪስ ቦርሳው ውስጥ አሰር ዶላር መዞ በማውጣት እጆቿ ላይ ካስቀመጠላት በኋላ “ይህ ገንዘብ የፍራፍሬዎቹን ዋጋ ይሸፍናልላል” ብሏት ሄደ። ልጅቷ ምን እንደተፈጠረ ማወቅ አልቻለችም ነበር። ነገር ግን የለውዩው የእግር ዱካ ድምፅ እየራቃት ሲሄድ ሙከ ብላ “እግዚአብሄር ነህ እንዴ?” በማለት ስትጠይቅ ተለማው። የሽያጭ ባለሙያው እውሮጳውን አምልጦታል። ታዲያ አሸናፊ ሆኖ ነበር ይሆን? በእርግጥም አሸናፊ ነበር እንጂ!

አንድ ሰው ሚዲሲያ ባደገችም አሸናፊ ሲሆን ይችላል።
ሚዲሲያ ቢደገችም እንኳን ማሸነፉን በዘዴ ካልደዘዘ
ተሸናፊ ሆኖ ሊደርፈው ይችላል።

ማሸነፍ አጋጣሚ ነው፤ አሸናፊ መሆን መንፈስ ነው

ሶስት ሰዎች በመቶዎች ከሚቆጠሩ ሌሎች ሰዎች ጋር በመሆን በማራቶን ውድድር ላይ ተሳተፉ። አንዳቸውም ግን በውድድሩ አላሸነፉም። በውድድሩ ሰላላሽነት ተሸናፊዎች ሆነዋል ማለት ነው? በጭራሽ እንደዚያ ማለት አይቻልም። የመጀመሪያው ሰውዬ በውድድሩ ላይ የተሳተፈው ያለውን ፅናት ለመፈተሽ ሲሆን ካለበው በተሻለ ለአት ውድድሩን አጠናቋል። ሁለተኛው ከዚህ በፊት የነበረውን ለአት ለማሻሻል ፈልጎ ነበር የተሳተፈው። እናም ከበፊቱ የተሻለ ለአት አስመዝግቧል። ሶስተኛው ለውዩ ደግሞ አንድም ቀን ማራቶን ሮጦ አያውቅም። አላማው ውድድሩን ማጠናቀቅ ነበር። እናም ተሳክቶለታል። እነዚህ ሰዎች እያንዳንዳቸው

በውድድሩ ላይ የተሳተፉት የተለያዩ አላማዎችን እንግበው ነበር። ሁሉም አላማቸውን አሳክተዋል። ለውድድሩ የተዘጋጀውን ሜዳሊያ ያጠለቁት ሰዎች ሌሎች ቢሆኑም እነዚህ ሦስት ሰዎችም አሸናፊዎች ነበሩ።

ማርክ ትዌደን እንዳለው “የማይገባንን ክብር ከምናገኝ ይልቅ የሚገባንን ክብር ባናገኝ ይሻለናል። ክብርን ይታደሉታል እንጂ አያገኙትም።”

አላማችሁ ማሸነፍ ብቻ ከሆነ የተሻለ ነገር ከማድረግ የሚገኘው ውስጣዊ ሽልማት ያመልጣችኋል። ከማሸነፍ የበለጠ አስፈላጊ የሚሆነው በክብር ማሸነፍ እና አሸናፊነት የሚገባን መሆናችን ነው። አጭብርብሮ ስኬታማ ከመሆን ይልቅ በክብር መክለር ይሻላል። በክብር መክለር የዝግጅት መንገድን ሲያመለክት አጭብርብሮ ማሸነፍ የምግባርን ጉድለት ይገልጻል።

የአንድ ሰው ምግባር በትክክል የሚለካው እንደማይደረስበት ባወቀ ጊዜ በሚያደርገው ወይም በማያደርገው ነገር ነው። አንድ ሰው የገዛ ራሱን ሀቀኛነት እደጋ ላይ ጥሎ ለማሸነፍ አቋራጩን መንገድ ቢከተል ጠቀሜታ አይኖረውም። አንድ ሰው በዚህ አካሄዱ ዋንጫ ሲሸለም ቢችልም እውነቱን ስለሚያውቀው ደስተኛ ሊሆን አይችልም። ዋንጫ ከመሸለም በበለጠ አስፈላጊ የሚሆነው ጥሩ ለብአዊ ፍጡር መሆኑ ነው።

አሸናፊዎች እያንዳንዱን ቀን እንደመጨረሻ ቀናቸው በመቁጠር አየለሩ ይኖራሉ - ምክንያቱም ከእነዚህ ቀናት ውስጥ አንዱ የመጨረሻው ቀናቸው ሲሆን ይችላል። ማንም ሰው ቢሆን በዚህች አለም ላይ የሚኖርባትን የመጨረሻዋን ቀኑን አያውቃትም። እናም አሸናፊዎች ይህንን አለም ትተው የሚሄዱት በአሸናፊነት ነው።

“ከድሎች በበለጠ የአሸናፊነትን ስሜት የሚፈጥሩ
እንዳንድ ሽንፈቶች አሉ።”
- ሚሸል ደ ሞንቴይኝ

አሸናፊዎች ጨዋዎች ናቸው

አሸናፊዎች ጨዋዎች ናቸው። ስለ ራሳቸው በማውራት ጉራቸውን አይነኩም። የቡድን አባላቸውንና ተቀናቃኞቻቸውን ከማክበራቸውም ሌላ ያደንቋቸዋል።

ብዙ ሰዎች እንዴት ስኬታማ መሆን እንደሚቻል ያውቃሉ። ስኬትን እንዴት መያዝ እንዳለባቸው የሚያውቁት ግን በጣም ጥቂቶች ብቻ ናቸው።

የሰኬት ንድፍ

በአለም አቀፍ ደረጃ በድርጅቶች ውስጥ ለሚገኙ አባላት ብቻም ሆነ ለህዝብ ክፍት በሆኑ መርሀ-ግብሮች “የሰኬት ንድፍ” የተሰኘ የሶስት ቀን ሴሚናር እሰጣለሁ። ሴሚናሩ አሸናፊዎች ነገሮችን በተለየ መንገድ ያከናውናሉ እንጂ የተለየ ነገሮችን “ያከናውኑም” በሚል ፍልስፍና ላይ የተመሰረተ ነው። ይህ ፍልስፍና ያስፈላገው “የማሸነፍ እድል አንድ ጊዜ ብቻ እንጂ ሁሌም አይገኝም” ለሚለው ፍልስፍና የመልስ ምት እንዲሆን ነበር። ይህኛው (የኋለኛው) ፍልስፍና እውነተኛነቱን አምነው የተቀበሉ ሰዎችን ሀቀኛነት ጥያቄ ውስጥ እንዳስገባ ያደርገኛል። «የራስን ጥቅም የማስጠበቅ ፍላጎት» የሚለውን አባባል ትርጉምም ያዛባዋል። በመንገድ ላይ ያገኛችሁትን አንድ ሰው “የራስን ጥቅም የማስጠበቅ ፍላጎት ምንድ ነው?” ብላችሁ ብትጠይቁት በአብዛኛው የሚሰጣችሁ ምላሽ “በፈለገው አይነት መንገድ ተጠቅመን ማሸነፍ መቻል ነው” የሚል ነው። ይኼ የራስን ፍላጎት የማስጠበቅ ሳይሆን አታላይነት ነው። ለአንድ ጥሩ ስፖርተኛ የራስን ፍላጎት የማስጠበቅ ፍላጎት ማለት፡-

1. የጉልበትን 100% ሳይሆን 200% መጠቀም፤
2. ለማሸነፍ የተቀናቃኝን ስህተት ወደ ራስ ጥቅም መመንዘር የግድ ነው። በተቀናቃኝ ስህተት ተጠቃሚ አለመሆን ጅልነት ነው። ይሁን እንጂ ለማሸነፍ ብሎ ተገቢ ደልሆነ ድርጊት መፈፀም የለየሰት አታላይነት እንጂ የራስን ፍላጎት የማስጠበቅ ፍላጎት አይደለም። አግባብነት የሌለው አሸናፊነት ጊዜያዊ ስኬትን ያስገኝ ይሆናል እንጂ በእርግጠኛነት እርካታ አያስገኝም።

እውነታው ህይወት ፋክክር መሆኑና እኛም መፎካከር ያለብን መሆኑ ነው። ሻምፒዮኖች ሜዳሊያውን ቢያጠልቁትም እንኳን ከስኬታቸው በስተጀርባ ብዙ ሰዎች እንዳሉ ይገነዘባሉ። ያለ እነዚህ መምህራኖቻቸው፣ ወላጆቻቸው፣ እስልጣኞቻቸው፣ አድናቂዎቻቸው እንዲሁም መካሪዎቻቸው ስኬታማ ሊሆኑ አይችሉም ነበር። የረዱንን የነዚህን ሰዎች ውለታ በጭራሽ መሉ በመሉ ከፍለን ልንጨርስ እይቻለንም። ለእነሱ ያለንን እክብሮት በትንሹም ቢሆን ለማሳየት የምንችለው ከእኛ ጌላ አየተከተሉን ያሉትን ሰዎች በመርዳት ነው። የሚከተለው ግጥም ሁሉንም ነገር ይገልፀዋል።

ድልድይ ሰሪው

በቀዝቃዛ ምሽት በገራጫ ሰማይ፤
አንድ ሽማግሌ ሲሄድ ጉዳና ላይ፤
ገደል አጋጠመው የጠለቀ ቀልቀሰት፤
ያኮረፈ ጅረት በመሠል የሚደብድበት።
ደብዛዛው ብርሃን ድንገዝገዝ ጨሰማው፤
አይኖቹን ሰማየት ቢከሰክሰው፤
ሽማግሌው አውቋል
ገራጫው ጨሰማ ገፁን ያስኮረፈው፤
ይሄ የገደሉ ጅረት የሚንጉማሰው፤
እሱን ከቀብም ሳይቆጥር ነው።
እንዲያ በመናቁ ሽማግሌው እልህ ሰለደዘው፤
በድፍረት ገባበትና በአማን ተሻገረው።
ከዚያ አፋፋ ላይ ሆኖ ቀልቀል ሲታዘበው፤
ሰሌላም እንቅፋት መሆኑ ታስቦት፤
አቋርጦ የሚደሻገር ድልድይ ሊደቅምበት፤
ደፋ - ቀና ያዘ በደካማ ጉልበት።

አንድ የቀድሞ ኗሪ ቤተሰብ ደን የሚሰም፤

በሚሰራው ስራ በጣም በመገረም

«አንተ ሽማ ጉጉ!» ብሎ በመጣራት፤

«ጉልበትክን አታባክን ድልድይ በመስራት፤

ሰርተህ ላትጨርሰው ላይቀርህ መሞት፤

ዳግም ተመልስህ መቼም አትመጣበት።

ደግሞስ ይህን ገደል አስፈኸው ተሻገረህ፤

በጠፍ በጨረቃ ድልድይ መስራት

- ሰምን አስፈለገህ?»

ብሎ ቢጠይቀው

ይሄ ድልድይ ስረ እራስ - ገብሰማው፤

ራሱን ቀና አድርጎ በትዝብት አያየው፤

«መልካም ወዳጄ ሆይ! በእርግጥም ልክ ነው፤

ገደሉን አስፈ - ወንዙን አቋርጠው

እዚህ ደርሻለሁ።

ገና በዚህች እስት እዚህ ቅማ እያሰሁ፤
 ገልበቱ ያልጠና ወጣት ልጅ ሰላዩሁ፤
 እኔን ሲክተሰኝ ገደሉ እንዳይበላው፤
 ጅረቱ እንዳይወስደው
 በጣም ለሰላጋሁ፤
 ወዳጄ ይኸውልህ ድልድይ እሰጧለሁ፡፡
 ደጉ ሽማግሌ ይሄንኑ ነገርት፤
 ስራውን ቀጠሎ ቀኑ እንዳይፀሐበት፡፡

- ዊል አሰን ደርምገል

ሶቅራጥስ ሃላቱን አስተማረ፤ ሃላቱ አሪስቶትልን አስተማረ፤
 አሪስቶትል ታላቁ እስክንድርን አስተማረ፡፡ እውቀት በተዋረድ ባይተላለፍ
 ኖሮ በሞተ ነበር፡፡

ከሁሉ የላቀው ታላቁ ሀላፊነታችን ቀጣዩን ትውልድ ሊያኮራ
 የሚችል ቅርስ ማሳለፍ ነው፡፡

እሴቶችን መለወጥ - የዘመናችን እሴቶች

ለውጥ ያለና የሚኖር ነው፡፡ ወደድንም፤ ጠላንም ለውጥ ይኖራል፡፡
 በርካታ የጎረቤት ትውልድ አባላት ሁኔታዊ ስነ-ምግባር አለን፡፡ እነዚህ ደግሞ
 ጠንካራ ህዝቦችን እንድናጣ ምክንያት ሆነውናል፡፡ የጎረቤት ዘመን ትውልድ
 ህዝቦች ስህተት ከመስራታቸው ይልቅ መሳሳታቸው ሊደረስበት ይገባል፡፡*

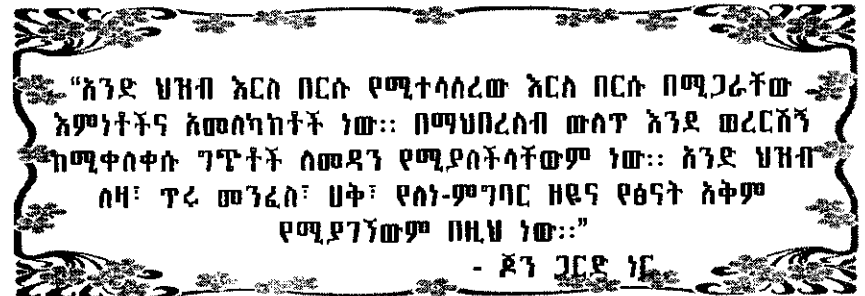
በ1958 ዓ.ም በቀረበ መጠይቅ ላይ የሁለተኛ ደረጃ ትምህርት ቤት
 ርዕሳነ-መምህራን በተማሪዎቻቸው ዘንድ ስላሉት ችግሮች ሲጠየቁ
 የሚከተሉትን ምላሾች ሰጥተው ነበር፡-

1. የቤት ስራ አለመስራት
2. ንብረትን በአግባቡ አለመያዝ - ለምሳሌ መፅሀፍትን መጣል
3. መብራትን እንደበራ መተውና በሮችና መስኮቶችን ክፍት ማድረግ
4. ወረቀቶችን አኽኮ በማድባልባል ክፍል ውስጥ መወርወር
5. በመተላለፊያ ኮሪዶሮች ላይ መሯሯጥ

* ሜኪንግ ሾይዝስ፤ ፒተር ክሪፍት፤ ገፅ 1-2

ከስላሳ አመታት (ክአንድ ትውልድ) በኋላ በ1988 ተመሳሳይ መጠይቅ
 በቀረበ ጊዜ የተሰጡት ምላሾች ከዚህ ፍፁም የተለዩና አስደንጋጭ ነበሩ፡፡
 በዛሬ ዘመን በአይነተኛነት በሁለተኛ ደረጃ ትምህርት ቤቶች ተማሪዎች
 ዘንድ ያሉት ዋና ዋና ችግሮች የሚከተሉት ናቸው፡-

1. ፅንሰ ማስወረጃ
2. ኤድስ
3. አስገደዶ መድፈር
4. አደንዛኸ ፅፅ መውሰድ
5. አስቃቂ የሞት አደጋ፤ የነፍስ ማጥፋት ወንጀል እንዲሁም ሽጉጥና
 ጨቤ ይዞ መገኘት



በአንዳንዶች ዘንድ እንደ ሀላፊነት፤ ሀቀኝነት፤ ለአላማ ራስን
 ማስገዛትና ቃልን መጠበቅ እንዲሁም የሀገር ፍቅር ያሉት እሴቶች ጊዜ
 ያለፈባቸው ተደርገው ይታያሉ፡፡ እነዚህ እሴቶች ረጅም ዘመናትን ያስቆጠሩ
 ቢሆኑም፤ ዘመን ያለፈባቸው አይደሉም፡፡ በፅናት ዘመናትን ከማሳለፋቸውም
 ሌላ ለዘሰለሰም ይኖራሉ፡፡ እነዚህ እሴቶች በኒውዮርክም ሆነ በኒውደልሂ
 አሊያም በኒውዚላንድ ውስጥ ተመሳሳይ ፍቺ አላቸው፡፡ አለም አቀፋዊም
 ናቸው፡፡ በታሪክ ውስጥ በየትኛውም ዘመን ወይም ባህል ውስጥ እነዚህ
 እሴቶች ያልተከበሩበት ጊዜ መኖሩን አላውቅም፡፡

እሴቶች በሁሉም ዘመናት ውስጥ ሊሻቱ ይችላሉ

በየትኛውም ማህበረሰብ ውስጥ መስራታዊ የስነ-ምግባር ጉድለትና
 ኢ-ፍትህዊነት ወደ ተስፋ ማጣት ይመራል፡፡ ግብረ ገብ የጉደለው ደስታን
 የሚሹ ስስታዎችና ግልቦች ራሳቸውን ለእውነተኛ እሴቶች ባስገዙ ሰዎች
 ሊገቱ ይገባቸዋል፡፡ በለውጥ ሂደት ውስጥ መንገዳችንን ስትን ጠፍተናል፡፡

የስነ-ምግባር አጭሩን ያጣ ማንኛውም ማህበረሰብ ወደ ጥፋት
 እያመራ ነው፡፡ ምክንያቱም በታሪክ ውስጥ የተከሰቱ ውድቀቶች ሁሉ የስነ-
 ምግባር ውድቀቶች ናቸው፡፡

ከግማሽ ክፍለ ዘመን በፊት አሜሪካን ወገብ የሚሰብር ክፉ ቀን ውስጥ ተዘፍቃ ነበር። በጥቂት ወራት ውስጥ የህገሪቱ አንድ ሶስተኛ ህብት ድራሹ ጠፍቶ፣ ምርት በ77% ቀንሶ ነበር። አንድ አራተኛው የህገሪቱ ሰራተኛ ህይወት ሰራ ፈቶ ተቀመጠ። ብዙ ከተሞች ትምህርት ቤቶቻቸውን ከፍት ለማድረግ አልቻሉም። አንድ አምስተኛው የኒውዮርክ ህፃናት በቂ ምግብ አያገኙም ነበር። በአንድ ወቅት 34 ሚሊየን የሚደርሱ የአሜሪካን ወንዶች፣ ሴቶችና ህፃናት ምንም አይነት የገቢ ምንጭ አልነበራቸውም።

ይሁንና በዚያ ምግብ በነፃ የሚታደልባቸው የመመገቢያ ጣቢያዎች በበረከቱበት፣ ባንኮች በተዘጉበት እንዲሁም ርሃብ በተንሰራፋበት የመከራ ዘመን ፍራንክሊን ዲ ሩዝቬልት ለህዝባቸው በፊደል ሊያስተላልፉት የቻሉት ግማር “እግዚአብሔር ይመስገን፣ ችግራችን ከቀላላዊ ነገሮች ጋር ብቻ የተያያዙ ናቸው” የሚል ነበር።

መልካምነት ምንድ ነው?

ሰዎች “መልካም ናችሁን?” የሚል ጥያቄ ያለበት መጠይቅ ብንበትን የብዙዎች ምላሽ “አዎን!” የሚል ይሆናል። “መልካም ያደረጋችሁ ምንድ ነው?” ተብሎ ሲጠየቁ ደግሞ የሚለጡት ምላሽ እንደሚከተለው ይሆናል፡-

- ስለማላታልል መልካም ሰው ነኝ።
- ስለማልዋሽ ይህ መልካም ሰው ያደርገኛል።
- ስለማልሰርቅ መልካም ሰው ነኝ።

ከላይ የቀረቡትን ምክንያቶች ብታጤኗቸው በውስጣቸው ብዙም ቁም ነገር የላቸውም። እስቲ “አላታልልም” ስለሚሰው ሰው አለቡ። እንግዲህ የማያታልል መሆኑ አታላይ አለመሆኑን ብቻ ነው የሚያመለክተው። “አልዋሽምና አልሰርቅም” የሚለው ሰውዬም ቢሆን ቀጣፊና ሌባ አለመሆኑን ብቻ ነው የሚነግረን። ይሁንና ይህ መልካም ሰው አያደርገውም። አንድ ሰው መልካም ሰው የሚሆነው ስህተት ባለመስራቱ ሳይሆን መልካም ነገሮችን ሊሰራ ነው። እሴቶች ያሉት ሰው እንደ ሚዛናዊነት፣ አዛኝነት፣ ድፍረት፣ ሀቀኝነት፣ የሌሎችን ስሜት መጋራት፣ ትህትና፣ ታማኝነትና ይሉኝታ የመሳሰሉት ባህርያት አሉት። እነዚህ ባህሪያት ያሏቸውን ሰዎች

መልካም ሰዎች የሚያደርጋቸው ምንድ ነው? የዚህ አይነት ሰዎች እምነት የሚጣልባቸው፣ ለፍትህ የቆሙ፣ ችግሮችን የሚረዱ እንዲሁም የራሳቸውንና በዙፊያቸው ያሉትን ሰዎች ህይወት የሚያሻሽሉ መሆናቸው መልካም ሰዎች ያደርጋቸዋል። የመልካምነትን መላውን ገፅታ ለመገንዘብ ማጣቀሻዎችና የጥራት ደረጃ መለኪያዎች ያስፈልጉናል። ማጣቀሻዎች ስነ-

* ጆርናል ኦፍ ዘ አሜሪካን ፋሚሊ አሶሴሽን፣ ኖቬምበር/ዲሴምበር 1991.

ምግባራዊ ወይም ህጋዊ አሊያም ሁለቱንም ሊሆኑ ይችላሉ። ስነ-ምግባራዊ የሆኑት ማጣቀሻዎች ትክክል ከመሆንና ከመሳሳት ጋር እንዲሁም በመሀል ላይ ያሉትን ግልፅ ያልሆኑ ሁኔታዎች የሚመለከቱ ናቸው። መልካም የሆኑትንና የበለጠ መልካም የሆኑትን እንዲሁም መጥፎ የሆኑትንና የበለጠ መጥፎ የሆኑትን ነገሮች በግልፅ ያስቀምጣሉ።

የስነ-ምግባር መለኪያ ደረጃዎችን ምን ያህል የላቁ ናቸው?

የሚከተሉት አጋጣሚዎች ቢፈጠሩ ምን ታደርጋላችሁ?

1. ከቤታችሁ እስከ አውሮፕላን ማረፊያው ድረስ በታከሊ ብትጓዙ 64 ዶላር መክፈል እንዳለባችሁ ታውቃላችሁ። ከዚህ በፊት ሰብዙ ጊዜያት የከፈላችሁት ዋጋ በመሆኑ ትክክለኛነቱን ታውቃላችሁ። በዚህ አጋጣሚ ግን የታከሊው ሾፌር ክፈሉ ያላችሁ 32 ዶላር ብቻ ነው። ምን ታደርጋላችሁ?
2. በአንድ ምግብ ቤት ውስጥ አራት እየበላችሁ ነው። አራት ምግብ አዛችሁ አስተናጋጁ አራቱንም ምግብ አቅርቦላችኋል። ይሁንና አራታችሁን በልታችሁ ከጨረሳችሁ በኋላ አስተናጋጁ ሊያስከፍላችሁ የጠየቃችሁ የሰስት ምግብ ዋጋ ብቻ ነው። ምን ታደርጋላችሁ?
3. የምትወዱት ጓደኛችሁ የማይድን በሽታ ይዞታል። አናንተ የህይወት መድን አሻሻጭ ናችሁ። ጓደኛችሁ የ100,000 ዶላር ዋጋ ያለው መድህን ለመግዛት ይፈልጋል። የጓደኛችሁን በቅርቡ መሞት ማንም ሰው አያውቅም፤ ሊያውቅም አይችልም። የመድህን ፖሊሲውን ትሸጡላታላችሁ?

ስነ-ምግባርን በህግ ልትደነግጉት አትችሉም። ልጆችሁ ተመሳሳይ ሁኔታ ውስጥ ቢገቡ ምን አይነት ምክር ትሰጧችሁ? ተመሳሳይ ሁኔታ ውስጥ ብትገቡ ለልጆችሁ የምትሰጡት ምክር ከባህርያቸው ጋር ይስማማልን? ስነ-ምግባርን የምንማረው ገና ሰንወለድ ጀምሮ ሊሆን ትምህርቱ በህይወት ዘመናችን በሙሉ ቀጣይነት አለው። ስነ-ምግባራዊ ባህሪ ሊሰጠዎ ይችላል? በእርግጥም ሊሰጠዎ ይችላል። ለዚህ ደግሞ የስነ-ምግባር ልምምድ ማድረግ ይስፈልገናል።

ስነ - ምግባርን የሚጉዳው ምንድን ነው?

- ስግብግብነት
- ሰጋት
- ጫና

አንድን ነገር ስታከናውኑ የሚኖርባችሁ ጫና እ-ስነምግባራዊ ድርጊት ለመፈፀማችሁ በምክንያታነት ሊቀርብ አይችልም። በአግባቡ መስተናገድና ከሌሎች ጋር በእኩል መስተናገድ አንድ አይደሉም።

የሥራ ሥነ-ምግባር

በሁሉም ሙያ ውስጥ ስነ-ምግባር መኖሩ ወይም መጓደሉ ያለ ነገር ነው። ስግብግብ ሀኪሞች አሳስፈላጊ ሰርአቶችን ተከትለው ህመምተኞችን ያከማሉ፤ ጠበቆች እውነታን ያዛባሉ። ወላጆችና ልጆችም አንድ አይነት

ናቸው - አይን ያወጣ ውሸት ይናገራሉ። የሃሳብ ባለሙያዎችና ፀሃፊዎች አብዛኛውን ጊዜ ዘገባዎችን አምታተው ያቀርባሉ።

በዙሪያችን ያሉትን ሰዎች ስናታልል አብዛኞቻችን ራሳችንን እናታልላለን። የገዛ ራሳችንንም ቢሆን ለመታልል እያዘጋጀነው ነው። ከዚህ በተጨማሪ ሌሎችን ስናታልል ሌሎችም እኛን እንደሚያታልሉን ስለምናምን ተጠራጣሪና ተስፋ-ቢስ እንሆናለን።

ብልፅግና ሀላፊነትን ያመጣል፤ ስነ-ምግባራዊና ማህበራዊ ትስስርን እያጠፋን፤ ኢንዱስትሪና የመሰረተ - ልማት መዋቅሮችን ለመገንባት አንችልም። አንዳንድ ሰዎች በፍፁም ስነ-ምግባራዊ አይሆኑም። የዚህ አይነት ሰዎች ቀላሉን መንገድ እየተከተሉ ይመስላቸዋል። እውነታው ግን ከባዱን መንገድ መምረጣቸው ነው። ለደንበኞችሁ ትክክለኛውን ነገር ሳታደርጉለት ክራሳችሁ ጋር መጋፈጥ ትችላላችሁ? ለልጆቻችሁ ስለ ራሳችሁ ያልሆነ ነገር እየነገራችኋቸው ብትኩራሩባቸው ጥሩ ስሜት ይሰማችሁ ይሆን? እንደዚያ ለማድረግ ከቻላችሁ ባህሪያችሁ ስነ-ምግባር የጉደለው ነው።

ማጠቃለያ

ሰዎች የላቀ ውጤት ለማስመዝገብ የማይሳካላቸው ለምንድ ነው? ትልቁ ምክንያት የራዕያቸው ጉድለት ወይም ውስንነት ነው። ከምንችለው ባሻገር ማለም ያስፈልጋል። ዛሬ የምናየው እያንዳንዱ ነገር በገሀድ ከመክሰቱ በፊት ህልም ነበር። በፅኑ ጉጉት፤ የተወሰነ እቅጣጫ ተከትላችሁ ለአንድ አላማ ስትሉ ኑሩ። ህልም አላችሁ? ህልማችሁ ምንድ ነው? በእያንዳንዱ ቀን ስትኖሩ ወደ አላማችሁ እየቀረባችሁ ነው። በቁማቸው የሞቱ ያልተሳካላቸው ውዳቂዎች የሚሏችሁን አታዳምጡ። እነሱ ስኬትን በተመለከተ የሚሰጧችሁ ምክር የተሳሳተ ነው። ከእነሱ ይልቅ የስኬታማ ሰዎችን ምክር ተቀበሉ።

“የአንድ ሕመት ራዕይ ባለበት ሕገቦችን ሕሳድጉ።
የሕረር ሕመታት ራዕይ ባለበት ዛፎችን ሕሳድጉ። ዘሰሕመማዊ
ራዕይ ባለበት ሰዎችን ሕሳድጉ።”
የረቅ ምስራቆች ሕባባል

አስታውሱ -

ሕሸናፊዎች ነገሮችን በተለይ መንገድ ያከናውናሉ
እንጂ የተለይ ነገሮችን አያከናውኑም!

ተግባራዊ እቅድ

... የህይወት ብትኛው መባቻ ለመሆን
የምንችለውን ነገር መሆን ነው።
- ቢኒዲክት ስፒናዛ

- ለአስራ አምስት ደቂቃዎች ያህል በፀጥታ አሰላስሉ፡- ከምንም ነገር በበለጠ እንድትታወሱባቸው የምትፈልጉባቸው ሶስት ነገሮች ምንድ ናቸው?

ሀ. _____
ለ. _____
ሐ. _____

- አሁን ደግሞ ለነዚህ ልትታወሱባቸው የምትፈልጉባቸውን ነገሮች ለማግኘት የሚያስችሏችሁን (ለእያንዳንዳቸው) ሶስት ባህርያት ወይም የየምታከናውኗቸውን ተግባራት ዘርዝራችሁ ዓፋ።

ሀ. 1. _____
2. _____
3. _____
ለ. 1. _____
2. _____
3. _____
ሐ. 1. _____
2. _____
3. _____

ጥቂት ስለመጽሐፉ ደራሲ

ሺቭ ኬራ አሜሪካ ውስጥ የሚገኘው የ "Qualified Learning Systems Inc," ድርጅት መሥራች ነው። ባለብዙ ተሰጥኦ የሆነው ሺቭ ኬራ አስተማሪ፣ የቢዝነስ አማካሪ፣ እጅግ ተፈላጊ ተናጋሪና ስኬታማ ኢንተርኔሽናል (ሥራ ፈጣሪ) ነው።

ሰዎች አውነተኛ እምቅ ክህሎታቸውን እንዲያውቁ ያነቃቃል። እነዚህን ደንቅ አነቃቂ ንግግሮቹን ከአሜሪካ እስከ ሲንጋፖር እንዲሁም ከሲንጋፖር እስከ ህንድ ድረስ በበርካታ አገሮች አቅርቧል። ተፈጥሮአዊ አቀራረቡና ጥልቅ ሕይወታዊ እምነቱ በበርካታ ሺዎች የሚቆጠሩ ሰዎች አመለካከታቸውን በተደጋጋሚ እንዲመዝኑ አድርጓቸዋል። የሁለት አሥርተ - ዓመታት ጥልቅ ጥናቶችና የሕይወት ልምዶቹ በርካቶችን ለሰብዓዊ ብልፅግናና ለስኬት እንዲበቁ አግዘዋል።

የሺቭ ኬራ ደምበኞች ከነበሩ ስሙጥር ዓለም አቀፍ ድርጅቶች መካከል «ሱፍታንዛ» (የጀርመን ለየር መንገድ)፣ «Nestle»፣ «ጂሌት»፣ «ጆንሰን ኤንድ ጆንሰን»፣ «ባሃማስ ኪሊቲ ካውንስል»፣ «ናቨናል ፓናሶኒክ» እና «ዳይምሰር ክሪስብር» ይገኙበታል። ሺቭ ኬራ ለበርካታ ጊዜያት በተለያዩ የሬድዮና የቴሌቪዥን ንግግራዎች ላይ በእንግድነት በመጋበዝ ቀርቧል።