

सफलता

- ब्र.कु. गणेश

हर अनुभव एक सफलता है। आखिर विफलता का अर्थ क्या है? क्या इसका अर्थ यह है कि कोई काम आपकी इच्छा या उम्मीद के अनुसार नहीं हुआ? अनुभव का नियम हमेशा सटीक होता है। हम अपने आंतरिक विचारों और आस्थाओं को बिल्कुल सही ढंग से बाहर प्रदर्शित करते हैं। आपने अवश्य कोई कमी छोड़ी होगी या आपके मन में किसी विश्वास ने आपको बताया होगा कि आप यह पाने के योग्य नहीं हैं या अयोग्य महसूस किया होगा।

ऐसा ही होता है, जब हम अपने कम्प्यूटर पर काम करते हैं। यदि कोई गलती होती है तो वह हमेशा हमारी होती है। मैंने कोई ऐसा काम किया होता है, जो कम्प्यूटर के नियमों के अनुकूल नहीं होता। इसका अर्थ सिर्फ यह होता है कि मुझे कुछ और भी सीखना है।

यह पुरानी कहावत बिल्कुल सच है, 'यदि आप पहली बार में सफल न हो जाएं तो फिर से कोशिश करना जारी रखें।' इसका अर्थ यह नहीं है कि खुद को प्रताड़ित करें और वही पुराना तरीका फिर से आजमाएँ। इसका अर्थ है कि अपनी त्रुटि को पहचानें और कोई और समाधान आजमाएँ -जब तक आप उसे ठीक-ठीक न कर पाएँ।

मुझे लगता है कि पूरे जीवन सफलता से सफलता तक जाना हमारा स्वाभाविक जन्मसिद्ध अधिकार है। यदि हम यह नहीं कर पा रहे हैं तो या तो हम अपनी अंदरूनी क्षमताओं से तालमेल नहीं बिठा रहे या हम नहीं जानते कि यह हमारे लिए सच हो सकता है, या हम अपनी सफलताओं को पहचान नहीं पाते।

जब हम ऐसे मानक निर्धारित करते हैं, जो हमारी वर्तमान स्थिति से बहुत अधिक ऊँचे होते हैं, ऐसे मानक जो सम्भवतः अभी हम प्राप्त नहीं कर सकते तो हम हमेशा विफल होंगे। जब एक छोटा बच्चा चलना या बोलना सीख रहा होता है तो हम उसे प्रोत्साहित करते हैं और उसके हर छोटे से छोटे प्रयास के लिए उसकी प्रशंसा (शेष पेज 10 पर)

अतीत में ना...

हमारा स्वास्थ्य सुधर जाता है, हमारे पास अधिक धन आता है, हमारे रिश्ते अधिक संतोषजनक हो जाते हैं और हम रचनात्मक रूप से, सार्थक तरीकों से खुद को अभिव्यक्त करना शुरू कर देते हैं। ऐसा लगता है कि यह सब हमारे प्रयास के बगैर हो रहा है।

खुद को प्रेम और उसे स्वीकार करना, सुरक्षित बनाना, भरोसा करना, योग्य बनना तथा स्वीकार करना आपके मन-मस्तिष्क को व्यवस्थित करेगा, आपके जीवन में अधिक स्नेहिल रिश्तों को जन्म देगा, नए कार्य और जीने का एक नया तथा बेहतर स्थान दिलाएगा, यहाँ तक कि आपके शरीर के वजन को भी सामान्य कर देगा। जो लोग खुद से और अपने शरीर से प्रेम करते हैं, वे न तो अपने साथ और न ही दूसरों का गलत करते हैं।

वर्तमान में आत्म-अनुमोदन और आत्म-स्वीकार्यता हमारे जीवन के हर क्षेत्र में सकारात्मक परिवर्तनों की मुख्य कुंजियाँ हैं।

मेरे लिए खुद से प्रेम करना किसी भी चीज के लिए कभी भी खुद की आलोचना न करने से शुरू होता है। आलोचना हमें उस व्यवहार में कैद कर देती है, जिसे हम बदलने की कोशिश कर रहे हैं। स्वयं को समझते हुए अपने साथ सौम्य रहना हमें उस कैद से निकलने में मदद करता है। याद रखिए, आप वर्षों से खुद की आलोचना करते आ रहे हैं और इससे कोई लाभ नहीं हुआ। अपना अनुमोदन करने का प्रयास कीजिए और देखिए कि क्या होता है।

इन वजहों से...

डाक्टर से सलाह जरूर लें -किसी रेडियोलॉजी प्रक्रिया जैसे सीटी स्कैन, कुछ खास किस्म के एक्सरे और एंजियोग्राम कराने से पहले फिजीशियन से किडनी के काम करने की स्थिति की जांच करा लें, क्योंकि इन परीक्षाओं को करने के लिए जो डाई शरीर में इंजेक्ट की जाती है उससे किडनी की गंभीर बीमारी जैसे एक्यूट किडनी इंजरी यानी एकेआई हो सकती है। एकेआई के कारण किडनी के काम करने की गति में कमी आ जाती है।

संस्कृति का निर्माण

हम स्वयं करते हैं

प्रश्न:- समाज में रहते हुए, मर्यादाओं में रहते हुए कुछ चीजें ऐसी हैं जिनके लिए कहा जाए कि ये सही हैं?

उत्तर:- मर्यादायें भी कौन बना रहा है? यदि आप पश्चिम और पूर्व की संस्कृति को देखेंगे तो आपको सामान्य विचारों में भी अंतर दिखाई देगा। जब मैं लंदन गयी थी तो हमने देखा कि वहाँ पर ट्रैफिक बहुत स्मूथ चलता है। हम लोग रोड पार करने के लिए खड़े थे तो वो गाड़ी रूक गयी। हमने साथ वाली बहन से पूछा कि ये गाड़ी क्यों रूक गयी कहीं हमने कुछ गलत तो नहीं किया? वो बोली कि गाड़ी इसलिए रूकी है ताकि हम रोड पार कर दूसरी तरफ जा सके। यहाँ पर मुझे बहुत ही अलग प्रकार का अनुभव हुआ।

हर कोई अपने कल्चर का निर्माण स्वयं करता है। हम कहेंगे वहाँ ऐसा नहीं होता। अब हम ऐसा भी तो कह सकते हैं कि इंडिया में जो होता है वो सही है या वहाँ जो होता है वो सही है। हम तुरंत ही जजमेंटल होना शुरू हो जाते हैं और कहते हैं कि देखा ये सही है, वो गलत है। जैसे ही हम उसको सही और गलत के स्तर पर ले आते हैं तो सारी एनर्जी ही चेंज हो जाती है। हम ऐसा भी कह सकते हैं कि आप मुझसे अलग हो। यदि मैं कहती हूँ कि आप गलत हो तो यह एक अलग प्रकार की एनर्जी है, इससे हर किसी को अलग-अलग फीलिंग आयेगी और लोग कहेंगे कि बी.के. मुझसे मैच नहीं करता है, आपका संस्कार, आपका स्वभाव, आपका व्यवहार, लेकिन मैं

शुश्रूमा जीवन जीने की कला (अवेकनिंग विथ ब्रह्माकुमारीज़ से)



- ब्र.कु.शिवानी

ऐसा थॉट क्रियेट कर सकता हूँ कि ये अलग हैं। इसे मैं पसंद नहीं करती हूँ। यदि मैं कहती हूँ कि यह गलत है, यह बुरा है तो मैं किस प्रकार की एनर्जी आपको भेज रही हूँ? निगेटिव एनर्जी। इसमें सम्मान और प्यार की कमी है जिसके कारण यह डिस्टर्बेंस पैदा करता है। एक्सेप्टेंस मिन्स, मैं तैयार हूँ। आप अलग हैं, मैं अलग हूँ, और मैं इस अंतर को स्वीकार कर लेता हूँ। जब हम जिद्द करते हैं डिफरेंस को तो दूसरे को हम अपनी तरह बनाने की कोशिश करते हैं। क्योंकि हमने जजमेंट ये पास की है कि मैं सही हूँ, आप गलत हैं पिता और बच्चों के बीच में कौन सही है इसे चुनना बहुत ही कठिन हो जाता है क्योंकि दोनों तरफ अपनी मान्यता को सही माना जा रहा है।

प्रश्न:- पिता और बच्चों के साथ पति और पत्नी में भी?

उत्तर:- मैंने पिता और बच्चे क्यों कहा? क्योंकि पिता बहुत अधिकार से चलते हैं कि बच्चे गलत हैं। कई बार हमारा उद्देश्य बहुत अच्छा होता है। अगर हमें किसी को कुछ सिखाना है मतलब कि उसको सशक्त बनाना है तो शुभ भावना से बोलें। यदि उसे हम नेगेटिव एनर्जी भेजते हैं कि तुम गलत हो, तुम खराब हो, तो यह प्रोसेस गलत है। इससे उसको हम सशक्त नहीं बना रहे हैं बल्कि उसे और ही मानसिक रूप से कमजोर कर रहे हैं।

प्रश्न:- अगर कोई ड्रम्स ले रहा है, स्मोकिंग कर रहा है या ड्रिंक कर रहा है तो हम उसको कैसे हैंडल करें? क्योंकि हमारा पहला थॉट यही आता है कि इसे चेंज करना है, इसे रोकने की जरूरत है।

उत्तर:- इसे बदलने की आवश्यकता इसलिए है क्योंकि यह एक अलग प्रकार की एनर्जी है। जो भी बच्चा ऐसा कुछ ले रहा है, बच्चे तो क्या बड़े भी ले रहे हैं। इससे घर का पूरा वायुमंडल ये बन जाता है कि आप गलत हैं, आप बुरे हैं, ये पाप है तो इस प्रकार की एनर्जी क्रियेट हो जाती है। (क्रमशः)

काठमाण्डौ (नेपाल)। नेपाल के नवनियुक्त प्रधानमंत्री खिलराज रेग्मी तथा उनकी धर्मपत्नी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.राज।



चित्तौड़गढ़। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.आशा एवं ब्र.कु.मीना।



धनास। शिव जयंती के पावन पर्व पर शिवध्वजारोहण करते हुए मेयर सुभाष, ब्र.कु.लाज, ब्र.कु.परमजीत तथा अन्य।



भदोई। शिव जयंती महोत्सव में विधायक जाह्द बेग, एसडीएम अमर हर्ष, ब्र.कु.विजय लक्ष्मी व ब्र.कु.वृजेश मंचासीन हैं।



मुम्बई (बोरिवली)। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर शिवसेना प्रमुख साधना माने, एपीआई मधुलिका ठाकुर, ब्र.कु.दिव्यप्रभा तथा अन्य।



बिलीमोरा। डॉ. लीला रमैया, भोखू भाई, पूर्व विधायक लक्ष्मण, ब्र.कु.प्रभा, ब्र.कु.जयंती भाई, नगरपालिका अध्यक्ष संध्या बहन प्रभु स्मृति में।