

## आत्मविश्वास सफलता ..

- पृष्ठ 10 का शेष

घेराव डाल देता है। इसलिए अपने मन से जब हम इन संशय रूपी भूतों को आत्मविश्वास रूपी बल से बाहर फेंकेंगे तभी हमारी उन्नति का रास्ता साफ और स्पष्ट होगा तथा निर्विघ्न हम अपने मार्ग में बढ़ते रहेंगे। याद रहे जहाँ आत्मविश्वास है वहाँ तमाम शक्तियाँ संगठित होकर कार्य में लग जाती हैं। आन्तरिक बल दुगुना हो जाता है। इससे असीम उत्साह प्राप्त होता है, मानसिक योग्यताओं का अद्भुत विकास होता है, कार्य-शक्ति कई गुना बढ़ जाती है। इससे सहनशक्ति और सामर्थ्य का विकास होता है और हम निश्चिंतता से अपने कदम अपनी मंजिल की ओर निरंतर बढ़ाते रहते हैं। जो स्वयं ही प्रज्वलित नहीं, वह दूसरों को प्रकाशित कैसे कर सकता है। आत्मविश्वासी के सामने दुनिया का कोई बाधा टिक नहीं सकती है और न ही वह कभी किसी से हार ही मानता है। जिसमें आत्मविश्वास कूट-कूट कर भरा हो वही उच्चतम स्थिति को प्राप्त कर सकता है।

### आत्मविश्वासी - एक कुशल प्रशासक

जेम्स एलेन ने कहा है—“जिनके व्यक्तित्व से विश्वास और मस्तिष्क से श्रेष्ठता के भाव टपक रहे होंगे, सफलता उन्हें ही मिलेगी।” किसी और ने कहा है—“जिसका आत्मविश्वास नहीं हार सका, वह स्वयं भी कभी नहीं हार सकता है। ठीक ही तो है -जिस समय सारी आशाएँ समाप्त हो जाती हैं उस समय अटूट आत्मविश्वास और लगातार काम करते रहने का संकल्प ही मनुष्य को सफल और विजयी बनाता है। इसलिए जिस व्यक्ति में आत्मविश्वास है वही एक कुशल प्रशासक के रूप में सिद्ध हो सकता है। प्रशासन की कला अपने आप में एक बहत बड़ी कला है क्योंकि इसमें अधिकतर सभी शक्तियों का, गुणों का और विशेषताओं का प्रयोग होता है। कुशल प्रशासक की कसौटी है विपरीत वातावरण, वायुमंडल, व्यक्ति एवं स्वभाव संस्कार में भी वह इन्हें परखकर, यथार्थ निर्णय लेकर, स्वयं संतुष्ट रहता है तथा हरेक को संतुष्ट रखता है तभी कहेंगे कि वह कसौटी पर खरा उतरा।

विश्व भर में सर्वश्रेष्ठ प्रशासक थे-प्रजापिता ब्रह्मा। आज तक सम्पूर्ण इतिहास में ऐसे किसी भी प्रशासक का वर्णन नहीं जिन्होंने इतनी कुशलता से प्रशासन किया हो। ब्रह्मा बाबा में यह विशेष गुण था कि वे किसी भी कार्य को असंभव नहीं मानते थे। यहाँ तक कि सभी मित्र-सम्बन्धी आदि उनके विरुद्ध हो गए, समाचार-पत्रों में उनकी बुरी तरह से बदनामी हुई फिर भी परमात्मा शिवबाबा में अटूट विश्वास व स्वयं में सम्पूर्ण आत्मविश्वास के कारण वे कभी भी हिम्मत नहीं हारे, निराशा नहीं हुए, अथवा असफलता आने पर भी वे कभी भी हिम्मत नहीं हारे, निराशा नहीं हुए, अथवा असफलता आने पर भी वे कभी भी उदास नहीं हुए। चिंताओं की रेखा कभी भी उनके विशाल मस्तक ललाट पर उभरी हुई नहीं देखी गई। उनका यही विश्वास था कि हिम्मत करने वाले को ही खुदा की हजार गुना मदद मिलती है। उन्हीं के इस आत्मविश्वास की शक्ति के कारण, उनकी त्याग, तपस्या और अथक सेवाओं के कारण आज भी यह रूद्र ज्ञान यज्ञ पिछले 63 साल से निर्विघ्न रूप से दिन दुना रात चौगुना उन्नति की ओर बढ़ता जा रहा है। इसलिए किसी ने ठीक ही तो कहा है—“जिसे अपनी योग्यता, क्षमता और शक्ति सामर्थ्य पर विश्वास है वही एक कुशल प्रशासक बन सकता है। जिन्हें स्वयं की क्षमता पर ही विश्वास नहीं, दूसरे लोग भी उन पर विश्वास नहीं करते। “ भले ही उनके मार्ग में कितने ही अवरोध चट्टान बनकर अड़े क्यों न रहे हों। उनका प्रभावशाली व्यक्तित्व संपर्क में आने वालों में भी प्राण फूंक देता है और वे अनायास ही उनके सहायक बनते जाते हैं।

## भावनाओं का प्रभाव सबसे पहले स्वयं पर पड़ता है

प्रश्न :- हमें यह चेक करना पड़ेगा कि हम कितने नेचुरल हैं ?

उत्तर :- नेचुरल हम तब होंगे जब हम किसी पर निर्भर नहीं होंगे। एक-एक अपनी निर्भरता को चेक करें, यह भी एक बहुत सरल चेकिंग है क्योंकि कई बार हमें खुद पता नहीं होता है कि हम कितने लोगों पर और कितनी चीजों पर निर्भर हैं। आपने पहले कहा था 'फ्रीडम अर्थात् स्वतंत्रता' यह बात आप समझ लो कि जहाँ निर्भरता होगी वहाँ 'फ्रीडम' नहीं होगा। ये दोनों एक साथ नहीं रह सकते हैं। 'फ्री' माना उनके प्रभाव से, उस बात के प्रभाव से मुक्त होना।

प्रश्न :- बहुत सी चीजें एक-दूसरे से जुड़ी होती हैं। आप मेरे बाँस हो तो मैं आपकी खुशी का ध्यान इसलिए रख रही हूँ कि मेरी बहुत सारी चीजें आपसे जुड़ी हुई हैं और मुझे सारा दिन आपके साथ रहना है। मान लो कि आप मेरे पति हैं बहुत सारी चीजें हैं जो मेरे और आपके संबंधों में ठीक से नहीं चल रहा है, क्योंकि अंदर भय है।

उत्तर :- यह कहना सही है लेकिन संबंधों को निभाने के लिए क्या चाहिए ? राइट एनर्जी चाहिए। ऑफिस में जो करना है सो करना है अगर मेरी राइट एनर्जी होगी तो मैं जो कर रही हूँ वो कैसी होगी ? अब ऐसा हो सकता है कि मैं अंदर से खुश रहूँ, स्टेबल रहूँ तो जो मैं बाहर कर रहा हूँ चाहे वो ऑफिस में या घर में तो उसकी परफॉरमेंस कम हो जायेगी, खुश रहे बगैर हम अपनी पूरी क्षमता से कार्य कर सके, यह संभव ही नहीं है ?

प्रश्न :- इसमें होता क्या है कि मान लो कि बाँस को या पति को लेते हैं। मैं आपकी हर बात मानता जाता हूँ लेकिन मैं अपनी बात आपके सामने नहीं रख पाती हूँ, क्योंकि हमारी बहुत सारी चीजें हैं जो आपके ऊपर निर्भर हो जाती हैं।

उत्तर :- जब वो निर्भरता खत्म हो जायेगी, तभी हम अपनी बात को अच्छी तरह से कह पायेंगे। तब आप बिना नाराज हुए या बिना दुःखी हुए भी अपनी बात को सामने वाले से कह सकते हैं। आज अधिकांश लोगों की समस्या क्या है ? अंदर बहुत सारा कुछ भरा हुआ है वह कह नहीं पा रहे हैं और कह नहीं पाने के कारण वो अंदर ही अंदर घुटते रहते हैं और हम कहते हैं कि हम खुश क्यों नहीं हैं ? क्योंकि हम अपनी बात को बोल नहीं पा रहे हैं। वास्तव में इससे आपका और उनका संवाद खत्म नहीं हुआ है। अब जैसे ही अगर मैंने कुछ कहा तो आप असहमति तो

# शुशुमा जीवन जीने की कला

(अवेकनिंग विथ ब्रह्माकुमारीज से)



- ब. कु. शिवानी

कट नहीं करेंगे, आप नाराज तो नहीं हो जायेंगे, ये भय मेरे अंदर ही अंदर घुटती रहती है तो मैं खुश कैसे रह सकती हूँ। हमें यह रियलाइज करना होगा कि ये सारा डिसकम्फर्ट है, ये सारा भय है और ये बाहर की वजह से नहीं बल्कि इसे मैंने स्वयं क्रियेट किया है।

प्रश्न :- अगर हम इसी अस्थिरता में, इसी हर्ट में, गुस्से में, जो भी है उसमें जाकर बात करेंगे ?

उत्तर :- तब यह काम नहीं करेगा। मान लो हमारी कुछ समस्याएं हैं जिसे मुझे अपने ढंग से कहनी है। अगर वो इस भाव से कही जा रही है कि मुझे आपकी शिकायत करनी है, मुझे आपको नीचा दिखाना है, अपने आपको सुपिरियर फील कराना है, मुझे आपकी अलोचना करनी है, तो आप कितने भी अच्छी तरह से उस बात को रख दो और वो एनर्जी तो साथ में जाने ही वाली है। अगर हम इन भावनाओं से प्रेरित होकर कोई अच्छी बात भी बोलेंगे न तो वो काम नहीं करेगी, क्योंकि एनर्जी सिर्फ शब्दों के माध्यम से नहीं जाती है वह हमारे हाव-भाव से भी जाती है। हम कहते हैं मैंने तो उनको बहुत अच्छी तरह से कहा था पर पता नहीं वे क्यों नाराज हो गये, पता नहीं उनको वो बात क्यों खराब लगी, वो जिस दृष्टिकोण से देख रहे हैं वह सही है।

अगर मेरी कही हुई किसी बात से सामने वाले व्यक्ति ने हर्ट फील किया तो मुझे स्वयं को चेक करना है कि हमने इसे किस भाव से बोला। मैं उनको चेक नहीं कर सकती और न ही उनको बदल सकती हूँ लेकिन मैं स्वयं को तो चेक कर सकती हूँ। जो भी मैं बोलती हूँ या जो भी मैं थॉट क्रियेट करती हूँ तो इसकी एनर्जी सामने वाले के पास पहुंच जाती है। इसमें ये महत्वपूर्ण है कि कौन-सी एनर्जी सबसे पहले पहुंचती है ? एक है कि हम थॉट्स क्रियेट कर रहे हैं और एक है कि हम शब्द भेज रहे हैं। हम पहले ही सोच लेते हैं कि पता नहीं कैसे दिख रहे हैं, आज क्या पहना हुआ है, ऊपर से तो बोला हूँ, आज तो आप देखने में अच्छे लग रहे हैं, तो इसका परिणाम क्या है ? मैं कहती हूँ कि मैंने तो उनसे बहुत अच्छी तरह से बात की पता नहीं क्यों उनको मेरी बात पसंद नहीं आयी, फिर हम कहते हैं कि मैं आपको समझ ही नहीं पायी। ऐसा इसलिए होता है कि मैं सोचती कुछ और हूँ और बोलती कुछ और हूँ। जैसे कि हमारे बीच कनवर्टर लगा हुआ है। सोचो कुछ, और उसे पॉजिटिव में कनवर्ट करो फिर बाहर भेज दो, फिर ये उम्मीद करो कि सामने वाले ने तो सिर्फ यही ग्रहण किया है। परंतु मैंने जो बोला वो तो बहुत अच्छा था, उसको अच्छा ही लगना चाहिए। फिर हम क्वेश्चन मार्क करते हैं और कहते हैं कि वो अच्छे नहीं हैं मैंने उनसे अच्छी तरह से बात की फिर भी उनको अच्छा नहीं लगा। हमें अपने सकारात्मक प्रयास जारी रखने चाहिए। (क्रमशः)

**आक्सपोर्ट (लंदन)।** क्रिसमस डे पर आयोजित कार्यक्रम में ब्र. कु. जयंती, ब्र. कु. मंदा तथा अन्य भाई-बहनें मोमबत्ती हाथ में लिए हुए।



**अहमदाबाद।** आध्यात्मिक कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए ब्र. कु. नेहा, ब्र. कु. उषा, ब्र. कु. नंदा तथा अतिथि गण।



**सोलापुर।** समाज सेवक प्राणिमित्र विकास शाह का सम्मान करते हुए ब्र. कु. सोमप्रभा। साथ हैं समाज सेवक ब्र. कु. रूद्रणा तथा अन्य।



**टोंक-पीपल।** थानाधिकारी श्री शंकरलाल चौधरी को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र. कु. रानी एवं ब्र. कु. कमलेश।



**टोंक-पीपल।** थानाधिकारी श्री शंकरलाल चौधरी को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र. कु. रानी एवं ब्र. कु. कमलेश।

## ज्ञान का ...

- पेज 6 का शेष

लाया जाये। मैं भी जानता हूँ और आप भी जानते हैं कि शक्ति का कितना निरर्थक व्यय होता है। काम करने में पाँच प्रतिशत शक्ति का व्यय होता है तो पिचानवे प्रतिशत शक्ति का व्यय विकल्पों की कल्पना में होता है। काम करना है। पाँच प्रतिशत शक्ति की जरूरत है, किंतु इतने विकल्प आते हैं कि पिचानवे प्रतिशत शक्ति खर्च हो जाती है। जीवन की यात्रा चलाने के लिए जितनी शक्ति की जरूरत होती है, वह शक्ति प्रतिदिन पैदा की जा सकती है। प्रत्येक कोशिका के पास अपनी अर्ध-शक्ति है और प्रत्येक कोशिका अपनी जरूरत के अनुसार शक्ति पैदा कर लेती है, किन्तु जीवन-यात्रा के लिए ही हम शक्ति का व्यय नहीं करते, शक्ति का व्यय तो बिना जरूरत भी करते हैं। काम करना था एक मिनट का और चिंतन शुरू किया काम हो गया। किन्तु काम अब सिर पर सवार हो गया। विकल्प चलता रहता है, चलता रहता है, चलता ही रहता है, विस्मृत नहीं होता। याद आता रहता है। सताता रहता है। स्मृति का भार।