

स्थिर मन ही सफलता को करीब लायेगा

प्रश्न:- हम ये कहते हैं कि हम तो अपने आपको परिस्थिति के अनुरूप ही ढाल रहे हैं। हमें यह हमेशा याद रखना होगा कि स्ट्रेस इज इक्वल टू प्रेशर अपॉन माई इनर स्ट्रेंथ। अब प्रपॉर्शन है मेरी इनर स्ट्रेंथ का तो अगर मेरी इनर स्ट्रेंथ प्रेशर को (बाहर की चाज़ों को हम कुछ नहीं कर सकते) जो मेरी इनर स्ट्रेंथ है उसे मैं जितना बढ़ाती जाऊंगी, बच्चे की भी इनर स्ट्रेंथ को जितना मैं बढ़ाती जाऊंगी स्ट्रेस अपने आप कम होता जायेगा।

उत्तर:- जब स्ट्रेस कम होता जायेगा तो बच्चे का प्रदर्शन अपने आप ही अच्छा होता जायेगा। अभी हमारा ध्यान सिर्फ परफॉर्मेंस पर है, जो स्थिर होगा, वो विश्वस्त होगा तो निश्चित रूप से वो अच्छा प्रदर्शन करेगा।

प्रश्न:- हम अपने आपको देखते आये हैं कि 10 वर्ष की उम्र से पहले भी तो बच्चे पढ़ रहे होते हैं और वो परफॉर्म बहुत अच्छा कर रहे होते हैं। मतलब बच्चा अपने आप

अपनी बहुत सारी चीज़ें करने लगता है। हमें अपने आपको देखना है कि हमने वातावरण कैसा तैयार किया है। हमारे लिए पूरा जो स्ट्रेस फैक्टर है

उसे हमने कितना ज़्यादा आगे बढ़ाया है, क्योंकि वही तो फिर बच्चों तक जा रहा है। परिस्थिति, टीचर, स्कूल, लोग सब कुछ कहते रहेंगे, वो जो ऊपर वाला न्यूमैरेटर है बढ़ता ही जायेगा, फिर जितना वो बढ़ेगा उतना ही मेरी आंतरिक शक्ति भी बढ़ेगी।

मैंने देखा कि इट इज़ अमेज़िंग, हमने कभी यह अनुभव ही नहीं किया था कि जितना वो बढ़ रहा था, वास्तव में मैं अपने न्यूमैरेटर को कम करती गयी। लेकिन यदि मैं डरती गयी...डरती गयी...तो मुझे न



ब्र. कु. शिवानी

डरते हुए अपने इनर स्ट्रेंथ को बढ़ाते जाना है। यह बहुत आसान है क्योंकि हमने इस विधि को कभी समझा ही नहीं था।

आज हम एक बहुत ही महत्वपूर्ण तथ्य पर काम कर पाये हैं, इस पर आप ज़रूर सोचें। अभी तक हम जिस बिलीफ सिस्टम पर जी रहे थे कि जितना प्रेशर बढ़ता जा रहा है, मैंने अपने आपको उसी हिसाब से मोल्ड किया है। ये तो करना ही पड़ेगा, ये सब चीज़ें तो करनी ही पड़ेगी, करना और किस स्थिति में रहकर मैं उसको करूंगी ये दो महत्वपूर्ण कारण हैं। आपको अपने बच्चों को पढ़ाना भी है, आपको सब कुछ करना है, तैयारी भी करानी है, लेकिन किस थॉट प्रोसेस के साथ, यह बहुत ही महत्वपूर्ण हो जाता है और इससे भी ज़्यादा महत्वपूर्ण ये होता है कि हम उसे किस अवस्था में रहकर करते हैं। और इसके लिए हम बार-बार राजयोग मेडिटेशन की बात करते हैं, जो कि हमारे जीवन का हिस्सा बन जाता है।



चंडीगढ़। हरियाणा के मुख्यमंत्री माननीय मनोहर लाल खट्टर को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. उत्तरा।



दिल्ली-लाजपत नगर। ग्राम विकास राज्यमंत्री सुदर्शन भगत को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. ममता। साथ हैं ब्र.कु. सपना।



मथुरा। सांसद एवं प्रसिद्ध फिल्म अभिनेत्री हेमा मालिनी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. कुसुम।



रोहतक-हरियाणा। राक्षाबंधन के पावन पर्व पर सत्र न्यायाधीश सुशील कुमार वर्मा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. रक्षा।



बुदायूँ। सुपरिन्टेंडेंट ऑफ पुलिस को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सरोज।



कूच वेहर। एस.पी. प्रकाश को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सम्पा।



चुरू। राजस्थान के स्वास्थ्य एवं चिकित्सा मंत्री राजेन्द्र सिंह राठौड़ को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सुमन।



वहादुरगढ़। विधायक नरेश कौशिक को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. अंजलि। साथ हैं ब्र.कु. शुक्ला दीदी।



बोंगईगांव-असम। आर.के. शर्मा, जी.एम., टी.एस. एंड एच.एस.ई. को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. लोनी।



चित्तौड़गढ़-राज। एस.पी. प्रसन्न कुमार खामेसरा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. मोना। साथ हैं ब्र.कु. शिवाली।



वाराणसी। डी.एम. राजमणि यादव, आई.ए.एस. को राखी बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. सुरेन्द्र दीदी।



फरीदाबाद से.86। कांग्रेस लीडर ओ.पी. भाटी व उनके साथ 15 सदस्यों के सेवाकेन्द्र में आने पर ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. मिनाक्षी।



आगरा-पीपलमंडी। बाल संरक्षण गृह के कैदी बच्चों को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. ममता, ब्र.कु. रीना व अन्य बहनें।



वृन्दी-राज। जिला कारागृह में व्यसनमुक्ति राक्षाबंधन कार्यक्रम के दौरान कैदी भाइयों को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. रजनी व ब्र.कु. भारती।