

समय की सुगन्धी से

अजय गुप्त



BlueRose ONE.com
Stories Matter

New Delhi • London

BLUEROSE PUBLISHERS

India | U.K.

Copyright © Ajay Rai 2026

All rights reserved by author. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system or transmitted in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording or otherwise, without the prior permission of the author. Although every precaution has been taken to verify the accuracy of the information contained herein, the publisher assumes no responsibility for any errors or omissions. No liability is assumed for damages that may result from the use of information contained within.

BlueRose Publishers takes no responsibility for any damages, losses, or liabilities that may arise from the use or misuse of the information, products, or services provided in this publication.



BlueRoseONE
S t o r i e s M a t t e r .com
New Delhi • London

For permissions requests or inquiries regarding this publication,
please contact:

BLUEROSE PUBLISHERS
www.BlueRoseONE.com
info@bluerosepublishers.com
+91 8882 898 898
+4407342408967

ISBN: 978-93-7542-537-3

First Edition: April 2026

जीवन के एक प्रौढ़ पड़ाव पर यह विचार गहराने लगा कि अब तक जो कुछ देखा, पढ़ा, जिया और समझा है—उसे समाज के साथ किस रूप में साझा करूँ। इसी चिंतन ने मुझे मेरी पुरानी डायरी तक पहुँचाया। मैं प्रतिदिन थोड़ा-थोड़ा लिखता रहा—अपने अनुभव, अपनी सीख, और मन में उठने वाले वे प्रश्न जिनके उत्तर जीवन की राहों ने स्वयं दिए।

आरंभ में कभी यह इरादा नहीं था कि ये पंक्तियाँ किसी पुस्तक का रूप लेंगी। यह तो बस आत्मसंवाद था—अपने भीतर झाँकने का प्रयास। परन्तु जैसे-जैसे पन्ने बढ़ते गए, यह एहसास प्रबल होता गया कि इन अनुभूतियों को साझा करना आवश्यक है। इससे जहाँ मुझे स्वयं को समझने में गहराई मिली, वहीं यह विश्वास भी जागा कि पाठक इन विचारों को अपने जीवन से जोड़कर देख सकेंगे और शायद इन्हीं पंक्तियों में जीवन के कुछ उत्तर पा सकें।

इसी भाव के साथ मैं अपनी यह विनम्र संकलन-पुस्तिका आपके समक्ष प्रस्तुत कर रहा हूँ। आशा है कि यह यात्रा आपको स्पर्श करेगी और मुझे आगे भी लिखते रहने की प्रेरणा प्रदान करेगी।

सादर

(अजय राय)

यह पुस्तक महान चिंतकों के श्रेष्ठ विचारों, लेखक के व्यक्तिगत अनुभवों और जीवन-दृष्टि का मार्मिक समन्वय है। इसका उद्देश्य केवल ज्ञान का संचार करना नहीं, बल्कि यह दिखाना है कि प्रेरणा को किस प्रकार जीवन में रूपांतरित किया जाए—कैसे विचार हमारी सोच को दिशा दे सकते हैं और हमारी दृष्टि को व्यापक बना सकते हैं।

पुस्तक यह सिखाती है कि **आत्मविकास** तब संभव होता है जब हम नए विचारों को ग्रहण करें, उन पर चिंतन करें, और उन्हें अपने आचरण तथा जीवन-शैली का हिस्सा बनाएं। यह पुस्तक **आपके जीवन के हर पहलू में सकारात्मक बदलाव लाने वाला साधन** है, जो केवल ज्ञान देने के बजाय **जीवन को बेहतर, सुंदर और सार्थक बनाने की प्रेरणा** देती है।

प्रत्येक सुविचार में आपको मिलेगा—**आत्मबल की शक्ति, आत्म-सम्मान का मूल्य, समय की गरिमा, रिश्तों की संवेदनशील गहराई, सेवा का सौंदर्य, और ईश्वर की अदृश्य परंतु सतत मार्गदर्शक उपस्थिति।**

यह पुस्तक आपके मन को स्थिरता देगी, विचारों को दृढ़ता प्रदान करेगी, और जीवन को एक उज्ज्वल दृष्टिकोण से देखने की प्रेरणा देगी।

हर पृष्ठ आपको यह अनुभूति कराएगा कि—**“आपका सर्वश्रेष्ठ अभी बाकी है।”**

पुस्तक का उद्देश्य :

इस पुस्तक का उद्देश्य पाठकों के भीतर भक्ति, सकारात्मक सोच और कर्म की शक्ति को जागृत करना है। प्रकृति और ईश्वर में मेरी अटूट आस्था ने मुझे सिखाया है कि शुद्ध इरादे और स्पष्ट नीयत के साथ उठाया गया हर कदम स्वयं सृष्टि का सहयोग प्राप्त करता है।

इसी विश्वास को आधार बनाकर, इस पुस्तक के माध्यम से मैं जीवन के सरल लेकिन गहन सिद्धांत साझा करना चाहता हूँ—ऐसे सिद्धांत जो विचारों को दिशा दें, व्यवहार में संतुलन लाएँ और व्यक्ति को आत्मिक तथा सामाजिक उन्नति की ओर प्रेरित करें। मेरी कामना है कि यह पुस्तक उन सभी के लिए प्रकाश का स्रोत बने जो भक्ति, परिवार, समृद्धि और सेवा के समन्वय से अपने जीवन को अधिक अर्थपूर्ण और उद्देश्यपूर्ण बनाना चाहते हैं।

प्रेरणा के शाश्वत सूत्र

1. सुनिश्चित को छोड़कर अनिश्चित की ओर भागने वाला व्यक्ति अंततः अपने ही प्रयत्न को नष्ट कर लेता है।

प्रेरणा: स्थिरता में ही शक्ति का जन्म होता है। धैर्य वह दीप है जो अनिश्चितता के अंधेरे को हर लेता है।

2. दरिद्रता मनुष्य को उसके संबंधों का वास्तविक स्वरूप दिखा देती है।

प्रेरणा: विपत्ति रिश्तों का आईना है; सच्चा प्रेम वही जो कठिन समय में साथ निभाए।

3. जहाँ संसाधन, सक्षम नेतृत्व, ज्ञान और स्वास्थ्य सुविधाएँ उपलब्ध न हों, वहाँ मनुष्य को रुककर नहीं रहना चाहिए; क्योंकि ऐसा वातावरण उसके विकास, सम्मान और सुरक्षा—तीनों के लिए बाधक बन सकता है।

प्रेरणा: जीवन वहीं उन्नत होता है जहाँ ज्ञान, शासन और स्वास्थ्य संतुलित हों।

4. लक्ष्मी चंचल है; वह किसी भी क्षण साथ छोड़ सकती है।

प्रेरणा: धन न रहे तो चिंता मत करो—सत्यनिष्ठ कर्म फिर से लक्ष्मी को बुला लेते हैं।

5. समय आने पर अपनी पत्नी की रक्षा संचित धन से भी अधिक आवश्यक है।

प्रेरणा: धन खोकर भी जीवन चलता है; परिवार खोकर जीवन शून्य हो जाता है।

6. अधीनस्थ का उदंड व्यवहार अंततः हानि पहुँचाता है।

प्रेरणा: अधिकार का अर्थ अहंकार नहीं—सम्मान से शासन ही स्थायित्व देता है।

7. धनहीन और रोगग्रस्त व्यक्ति से अत्यधिक संबंध रखना बुद्धिमान के लिए विपरीत फलदायक होता है।

प्रेरणा: करुणा आवश्यक है, पर विवेक उससे भी अधिक।

8. मूर्ख को दिया गया ज्ञान सज्जनों के लिए हानिकारक सिद्ध होता है।

प्रेरणा: बीज वहीं बोएँ जहाँ भूमि उपजाऊ हो।

9. श्रेष्ठ मित्र से भी अत्यधिक भावुक होकर अपने भेद प्रकट नहीं करने चाहिए।

प्रेरणा: विश्वास करो, पर विवेक बनाए रखो।

10. मन में संकल्पित कार्य को समय से पहले वाणी द्वारा प्रकट नहीं करना चाहिए।

प्रेरणा: स्वप्न बोल देने से बिखर जाते हैं; मौन भी कभी-कभी सृजन का मार्ग है।

11. सज्जन दुर्लभ होते हैं; श्रेष्ठता मिलना कठिन है।

प्रेरणा: उत्कृष्टता साधना का परिणाम है।

12. माता-पिता का धर्म है कि वे ऐसी शिक्षा दें जो बच्चों को समाज की शोभा बनाए।

प्रेरणा: शिक्षा वह दीपक है जो पीढ़ियों को प्रकाश देता है।

13. अत्यधिक लाड़-दुलार से दोष और अनुशासन से गुण उत्पन्न होते हैं।

प्रेरणा: अनुशासन प्रेम का कठोर रूप है।

14. हर दिन को गुणों और अच्छे कर्मों से सार्थक बनाना चाहिए।

प्रेरणा: हर सूरज नया अवसर है—इसे व्यर्थ न जाने दें।

15. कर्ज, अपमान, वियोग और दुष्ट नेतृत्व—ये सब बिना आग के आत्मा को जलाते हैं।

प्रेरणा: इन्हीं दुखों की राख से शक्ति जन्म लेती है।

16. अपना सम्मान स्वयं ही बचाना चाहिए।

प्रेरणा: जो स्वयं का मान रखता है, वही दूसरों का सम्मान पाता है।

17. समान स्तर वाले व्यक्तियों में ही प्रेम स्थायी होता है।

प्रेरणा: संतुलन ही प्रेम का आधार है।

18. प्रत्येक जीवन में संकट का समय आता है।

प्रेरणा: संकट ही शक्ति की पहचान करवाता है।

19. साँप अवसर देखकर काटता है, पर दुष्ट हर समय हानि करता है।

प्रेरणा: सावधानी ही सुरक्षा है।

20. स्वार्थी व्यक्ति अवसर आने पर दल बदल लेता है।

प्रेरणा: सत्य अकेला होता है पर अंत में वही विजयी होता है।

21. मनुष्य के पास चरित्र, सत्य और सदाचार का धन है वह वास्तव में समृद्ध है।

प्रेरणा: बाहरी संपत्ति सीमित है; आंतरिक संपत्ति अनंत है।

22. अपमानित व्यक्ति का हृदय टूटता है, और टूटे हृदय से अच्छे निर्णय नहीं निकलते।

प्रेरणा: सम्मान मनुष्य के आत्मविश्वास की पहली सीढ़ी है।

23. ईर्ष्या वह अग्नि है जो पहले ईर्ष्यालु को जलाती है।

प्रेरणा: तुलना से नहीं, उत्कृष्टता से उन्नति होती है।

24. जो व्यक्ति संतुष्ट है वही सुखी है।

प्रेरणा: भीतर की शांति ही बाहरी सफलता का आधार है।

25. धैर्यवान व्यक्ति कठिनाइयों का सामना मुस्कराकर करता है।

प्रेरणा: धैर्य ही वह शक्ति है जो तूफान को दिशा देती है।

26. अविश्वसनीय व्यक्ति पर किया गया विश्वास स्वयं को हानि पहुँचाता है।

प्रेरणा: विश्वास योग्य व्यक्ति चुनना भी बुद्धिमानी है।

27. किसी भी कार्य को आरंभ करते समय भय का स्थान न हो—तभी सफलता का मार्ग खुलता है।

प्रेरणा: साहस लक्ष्य के द्वार खोलता है।

28. सज्जन व्यक्ति की संगति आत्मा को शुद्ध करती है।

प्रेरणा: संगति ही हमारे व्यक्तित्व का निर्माण करती है।

29. आलस्य मनुष्य की क्षमता को क्षीण कर देता है।

प्रेरणा: आलस्य जीवन का सबसे छिपा हुआ चोर है।

30. जिस परिवार में परस्पर प्रेम, सम्मान और संवाद हो, वहाँ समृद्धि स्वतः आती है।

प्रेरणा: परिवार वह भूमि है जहाँ से जीवन की फसल उगती है।

31. जो क्रोध पर नियंत्रण कर लेता है, वह स्वयं पर विजय पा लेता है।

प्रेरणा: क्रोध छोटे समय की भूल और लंबे समय का पछतावा है।

32. ईमानदार व्यक्ति का मार्ग कठिन अवश्य होता है, पर गौरवमय भी होता है।

प्रेरणा: सत्य का मार्ग लंबा होता है, पर अंत में प्रकाश ही मिलता है।

33. मनुष्य का वास्तविक परीक्षण संकट में ही होता है।

प्रेरणा: आराम में कोई भी महान नहीं बनता।

34. जीवन में अवसर दोबारा भी आते हैं, लेकिन तैयार व्यक्ति ही उनका लाभ उठा सकता है।

प्रेरणा: तैयारी सफलता का मौन साधन है।

35. दूसरों के दोष देखने वाला व्यक्ति अपने गुण खो देता है।

प्रेरणा: आलोचना से नहीं, आत्म-सुधार से उन्नति होती है।

36. जिस घर में संयम, सरलता और सत्य की स्थापना हो—वहाँ आनंद स्थायी होता है।

प्रेरणा: सरलता ही जीवन की सर्वोत्तम सुंदरता है।

37. अधिक वाणी और कम कर्म मनुष्य की विश्वसनीयता को नष्ट करते हैं।

प्रेरणा: शब्दों से अधिक प्रभाव कर्म छोड़ते हैं।

38. जिसे अपने लक्ष्य का ज्ञान है, वह कठिनाइयों में भी विचलित नहीं होता।

प्रेरणा: दिशा मिलने पर यात्रा सरल हो जाती है।

39. तामसिक मन इच्छाओं का भार ढोता है, जबकि सात्विक मन हल्का और उजाला होता है।

प्रेरणा: मन की शुद्धि से ही जीवन की गति सुधरती है।

40. जो व्यक्ति प्रतिदिन थोड़ा-थोड़ा सीखता है, वह जीवन में बहुत आगे बढ़ता है।

प्रेरणा: निरंतर सीखना ही सच्ची प्रगति है।

41. परिश्रम वह पूँजी है जो कभी नष्ट नहीं होती।

प्रेरणा: कठिन परिश्रम भाग्य को आपके पक्ष में कर देता है।

42. मनुष्य का व्यवहार उसके संस्कारों का दर्पण है।

प्रेरणा: जैसा विचार, वैसा व्यवहार।

43. जो व्यक्ति स्वयं से प्रेम करता है, वही दूसरों से सच्चा प्रेम कर सकता है।

प्रेरणा: आत्म-प्रेम स्वार्थ नहीं, आत्म-सम्मान है।

44. ज्ञान का अहंकार ज्ञान का विनाश करता है।

प्रेरणा: विनम्रता ही ज्ञान की शोभा है।

45. जो गलतियों को स्वीकार कर लेता है, वही सुधार का मार्ग पा लेता है।

प्रेरणा: स्वीकार ही परिवर्तन की पहली सीढ़ी है।

46. समय सभी घाव भर देता है, परंतु बुद्धिमत्ता घाव बनने से रोकती है।

प्रेरणा: अनुभव समय का उपहार है।

47. जीवन का वास्तविक आनंद सेवा में है।

प्रेरणा: जो देता है, वही सबसे अधिक पाता है।

48. मनुष्य का वास्तविक वैभव उसका विचार है, न कि वस्त्र या आभूषण।

प्रेरणा: सौंदर्य विचारों से उजागर होता है।

49. हर दिन को कृतज्ञता के साथ जीना ही सच में जीना है।

प्रेरणा: आभार जीवन का सबसे सरल और सबसे शक्तिशाली सूत्र है।

इन बातों को मन में संजोकर हमेशा याद रखें।

1. कुंदरू खाने से तत्काल बुद्धि नष्ट होती है। (कुंदरू के प्रभाव की यह लोकधारणा बताती है कि गलत आहार या गलत संगति, दोनों ही मनुष्य की बुद्धि पर तुरंत असर डालते हैं)

बुद्धि एक दीपक है, और शरीर उसका पात्र। जो अपने शरीर का ध्यान नहीं रखता, वह अपने विचारों की ज्योति को भी म्लान कर देता है।

2. दूध पीने से तत्काल बल प्राप्त होता है। (दूध का सेवन शरीर को तत्काल ऊर्जा देता है और बल वृद्धि में सहायक होता है)

यह केवल शरीर को बल नहीं देता, बल्कि मन को भी स्थिरता देता है। **शक्ति वही स्थायी होती है जो बाहर नहीं, भीतर से उठती है।** (दूध पीना केवल पोषण नहीं, बल्कि शरीर को त्वरित शक्ति देने वाला प्राकृतिक स्रोत है)

3. वच खाने से बुद्धि बढ़ती है। (वच को प्राचीन काल से बुद्धि-विकास की जड़ी मानी गई है; ऐसा विश्वास है कि इसका सेवन मन की तीक्ष्णता बढ़ाता है)

जैसे औषधि शरीर को स्वस्थ करती है, वैसे ही विवेक मन को प्रखर करता है। प्रकृति ने हर पौधे में ज्ञान का अंश रखा है — वच उसका सजीव उदाहरण है।

4. नारी शीघ्र ही शक्ति का हरण करती है।

(मोह और आसक्ति मनुष्य की शक्ति को शीघ्रता से क्षीण कर देते हैं।”)

आकर्षण में विवेक खोना मनुष्य की सबसे बड़ी दुर्बलता है। नारी केवल आकर्षण नहीं — शक्ति का स्वरूप भी है; पर जो मोह में डूब जाए, उसकी ऊर्जा दिशाहीन हो जाती है।

5. वृद्ध का उपहास मूर्ख लोग करते हैं। (वृद्धों का उपहास केवल वही लोग करते हैं, जिनमें बुद्धि और संस्कारों की कमी होती है)

अनुभव जीवन का सबसे गहरा विद्यालय है।

जो वृद्ध का अपमान करता है, वह समय की परीक्षा में स्वयं गिरता है।
“जिसने बड़ों को ठुकराया, उसने अपने कल को खो दिया।”

6. प्रिय वचन और सज्जनों की संगति में सुख प्राप्त होता है।

मधुर वाणी हृदय को शीतल करती है, और सज्जनों की संगति आत्मा को प्रकाशित करती है।

मनुष्य वही बनता है जिनके साथ वह समय बिताता है — संगति ही संस्कार का आधार है।

7. गुरु ही शिष्य को वास्तविक ज्ञान देता है।

गुरु केवल पढ़ाता नहीं, वह भीतर की आँखें खोलता है। वह अंधकार में दीप है, जो ज्ञान की ज्योति से जीवन को दिशा देता है।

8. पुरुषों की अपेक्षा स्त्रियों का आहार दुगुना होता है।

यह केवल शरीर की नहीं, सृजन की आवश्यकता है। नारी सृष्टि की जननी है — उसकी ऊर्जा, उसकी भूख, और उसका त्याग, तीनों दिव्यता के रूप हैं।

9. चुप रहते हुए सोची ज्ञान कार्य रूप में बदलनी चाहिए।

विचार तब तक अधूरा है जब तक वह कर्म न बने। मौन में जो जन्मे, उन्हें कर्म में खिलना चाहिए — “सोचना बीज है, और करना उसका फूल।”

10. कार्य सिद्ध होने पर उस स्थान को छोड़ देना चाहिए।

जैसे पक्षी घोंसला छोड़ देता है जब बच्चे उड़ना सीख जाएँ — वैसे ही सफलता के बाद ठहरना विकास की राह रोक देता है। हर मंज़िल एक पड़ाव है, अंत नहीं।

11. महान व्यक्ति और धर्मात्मा को अनेक कष्ट उठाने पड़ते हैं।

जैसे सोना अग्नि में तपकर कुंदन बनता है, वैसे ही महान आत्माएँ विपत्ति में दमकती हैं।

कष्ट ही वह अग्नि है जो आत्मा को शुद्ध करती है।

12. प्रत्येक प्राणी में कोई न कोई गुण अवश्य होता है।

कोई पहाड़ धैर्य सिखाता है, कोई नदी विनम्रता। किसी में सरलता, किसी में दृढ़ता — हर जीवन में कुछ सीखने योग्य होता है।

13. अग्नि, गुरु, ब्राह्मण, गौ, कन्या, वृक्ष और बालक को पैर नहीं लगाना चाहिए।

यह केवल शिष्टाचार नहीं, श्रद्धा का प्रतीक है।

अग्नि जीवन देती है, गुरु ज्ञान देता है, गौ पोषण देती है, वृक्ष श्वास देता है — इन सबका सम्मान करना ही सच्ची संस्कृति है।

समापन प्रेरणा

इन बातों को केवल पढ़ना नहीं, जीवन का हिस्सा बनाना चाहिए।

ये छोटे-छोटे नियम जीवन को अनुशासन, मन को शांति, और आत्मा को सौंदर्य देते हैं।

हर सुबह जब जीवन नए अवसर के साथ जगता है — इन सूत्रों को याद करिए,

क्योंकि यही “ध्यान रखने योग्य बातें” हमें साधारण से असाधारण बनाती हैं। स्वयं व्यक्ति परिक्षण

(आत्मदर्शन, अनुभव और जीवन के सत्य का आईना)

मनुष्य का सबसे कठिन और पवित्र कार्य है — स्वयं का परिक्षण।

दूसरों को समझना सरल है, पर स्वयं को समझना — यही वास्तविक साधना है।

इस अध्याय में जीवन के वही सूत्र हैं जो हमें भीतर झाँकने, अपने कर्मों का मूल्यांकन करने और आत्म-विकास की दिशा में अग्रसर होने की प्रेरणा देते हैं।

जीवन की सही दिशा

नकारात्मकता से बचें

जब दो नकारात्मक व्यक्ति एक-दूसरे के संपर्क में आते हैं तो नकारात्मकता तेजी से बढ़ती है। यह अच्छा नज़ारा नहीं है — वहाँ से दूर हो जाना उचित है।

प्रेरणा: नकारात्मकता आग की तरह है; दो चिंगारियाँ मिलकर ज्वाला बन जाती हैं। जो शांति चाहता है, उसे दूरी बनाना ही बुद्धिमानी है।

कर्म प्रधानता

जीवन में कर्म को प्रधानता देने वाले व्यक्ति **योजनाएँ कम, कार्य अधिक** करते हैं।

प्रेरणा: कर्म ही सच्चा आराधन है।

जो करने में विश्वास रखता है, वही अपने भाग्य को रचता है।

संतोष में सुख

जीवन सुलझा मार्ग है, अखंड प्रसन्नता से जिया जा सकता है — किंतु तब जब अपनी स्थिति से संतुष्ट हों और अपनी शक्ति-सीमा के अनुरूप इच्छाएँ करें।

प्रेरणा: संतोष आत्मा का संगीत है; जो अपनी सीमा जानता है, वही शांति का स्वाद चखता है।

सहानुभूति और लोकप्रियता

सहानुभूति, संवेदना, सहयोग, सेवा — ये गुण मनुष्य को सहज ही लोकप्रिय बना देते हैं।

प्रेरणा: दयालुता वह भाषा है जिसे हर हृदय समझता है। जहाँ सहानुभूति है, वहाँ सम्मान अपने आप खिलता है।

समय का महत्व

समय की चूक पश्चाताप का अधिकार बन जाती है। जीवन में कुछ करने की इच्छा रखने वालों को चाहिए कि वे अपने कर्तव्य को **आज ही करें**, कल पर न डालें।

प्रेरणा: “आज” ईश्वर का दिया हुआ सबसे बड़ा अवसर है। जो आज टालता है, वह कल पछताता है।

आज का दिन

आज के काम के लिए आज का ही दिन निश्चित है।

प्रेरणा: हर सूरज कहता है — “मैं कल के लिए नहीं, आज के लिए उगा हूँ”

विचार और अवसर

विचार ढूँढने पर वही मिलता है जो खोया है; जो बढ़त गया, वह नई राह बनाता है।

प्रेरणा: जो पीछे छूट गया, वह समय के साथ दफन हो जाता है; जो आगे बढ़ गया, वह भविष्य की दिशा निर्धारित करता है।

अनुभव और समाज की सीख

1. डर के बाद जीत है और जिद के बाद भी जीत ही है।

डर केवल पहला द्वार है; उसके पार हिम्मत खड़ी होती है।

2. सपने जो देखता है वही जीतता है।

जो देखने का साहस रखता है, वही पाने का अधिकार कमाता है।

3. मन की बात किसी को नहीं बतानी चाहिए।

कुछ भाव मौन में सुरक्षित रहते हैं; शब्द उन्हें कमजोर कर देते हैं।

4. एक सच्चा मित्र जरूरी है।

सच्चा मित्र वही है जो आपकी चुप्पी भी सुन ले।

5. क्षमा करने की आदत अच्छी है, पर कोई बार-बार बुरा करे तो दंड देना चाहिए।

क्षमा करुणा है, पर न्याय भी आवश्यक है।

कभी-कभी कठोर होना ही भलाई का रूप होता है।

6. गलती मानना सही है।

स्वीकार करना कमजोरी नहीं, परिपक्वता का संकेत है।

7. मां-बाप को भूलना नहीं चाहिए चाहे वे कैसे हों।

माता-पिता हमारे प्रारंभ हैं — उन्हें भूलना अपने अस्तित्व को भूलना है।

8. मां-बाप बुरे हैं तो क्या, वे मेरे हैं।

स्नेह जन्म से नहीं, भावना से जुड़ा है। भले वे कठोर हों, पर उनका प्रेम अनंत है।

9. अपनी खुशी से दूसरों की मदद करो, मजबूरी से मत करो।

सहायता तभी पवित्र होती है जब वह स्वेच्छा से आती है।

10. मदद करते हो तो अपने आस-पास देखो।

बड़े कामों की शुरुआत घर के आंगन से होती है।

11. मन से बड़ा और हिम्मत कहीं नहीं है।

जब मन मजबूत हो, तो पहाड़ भी झुक जाते हैं।

12. हार जीतने की राह है।

हार वह शिक्षक है जो किसी विजय से बेहतर सिखाता है।

13. हारा हुआ ही जीतता है।

हर पराजय अगली सफलता की सीढ़ी है।

14. लोग कठोरता की पूजा करते हैं।

इस संसार में दृढ़ता की कद्र है; पर याद रखो, कठोरता में करुणा हो तो ही वह महान है।

15. लोग दयालु को कमजोर और बेवकूफ समझते हैं।

पर समय बताता है —

दयालुता कमजोरी नहीं, आत्मा की सबसे बड़ी ताकत है।

16. सपने और हकीकत में सिर्फ हौंसले का फासला होता है।

जो हिम्मत नहीं हारता, वह असंभव को संभव बना देता है।

17. सीखने की लगन किसी को भी बुलंदी तक पहुंचा सकती है।

लगन वह पंख है जो सामान्य को असाधारण बनाता है।

18. लगन और मेहनत का फंडा कभी पुराना नहीं होता।

मेहनत पुरानी नहीं होती, बस नतीजे नए होते हैं।

19. परिवार आपकी ताकत होता है, कमजोरी नहीं।

जो परिवार का सम्मान करता है, वह कभी अकेला नहीं होता।

20. विश्वास का दूसरा नाम ईश्वर है।

जब विश्वास मजबूत होता है, तब चमत्कार सामान्य हो जाते हैं।

21. अपनी जरूरत के लिए आदमी को नीचे उतरना ही पड़ता है।

विनम्रता अपमान नहीं, बुद्धिमानी है।

22. अपने दिल का गुबार मनुष्य को निकाल देना चाहिए।

आंसू कमजोरी नहीं, आत्मा की सफाई हैं।

23. अच्छाई और सच्चाई साथ नहीं चल सकती।

सच्चाई कठोर है, अच्छाई को कोमलता चाहिए — जीवन संतुलन से चलता है, टकराव से नहीं।

24. ज़िंदगी की उलझन का क्या है — कभी धनोधना, कभी मुठ्ठी भर चना।

यही जीवन का खेल है — कभी अति, कभी अभाव।

25. ज़िंदगी का संतोष क्या है — थोड़ा है, थोड़े की जरूरत है।

संतोष वही कला है जो कम में भी संपूर्णता देखती है।

26. ज़िंदगी का कष्ट क्या है — उम्मीदों का पूरा न होना।

जितनी कम उम्मीदें, उतनी अधिक शांति।

27. ज़िंदगी का सुख क्या है — किसी से उम्मीद न रखना।

जब अपेक्षाएँ समाप्त होती हैं, तब आत्मा स्वतंत्र होती है।

28. ज़िंदगी क्या है — पाना और खोना, और फिर पाना, और फिर पाना।

यही जीवन का नृत्य है — हार-जीत, उत्थान-पतन, पर अंत में अनुभव का अमृत।

प्रेरणा

यह अपने ऊपर निर्भर करता है कि हम आखिर क्या चाहते हैं।

समय और जीवन चलते रहते हैं; हमें उसमें से अपनी राह चुननी है —

क्या हमें संतोष देता है, क्या हमें खुशी देता है — यही फिर “पाना” कहलाता है।

किसी ने ठीक ही कहा है — “संतोषं परमं सुखं।”

चित्त की शक्ति के लिए जगत-कामना का त्याग आवश्यक है।

जब मन इच्छाओं से मुक्त होता है, तब आत्मा अपनी पूर्ण शक्ति में जागती है।

त्याग ही वह द्वार है जो आत्मशांति तक ले जाता है।

समापन प्रेरणा

“स्वयं व्यक्ति परिक्षण” का अर्थ केवल अपनी गलतियाँ खोजना नहीं —

बल्कि अपनी क्षमता, अपनी दिशा और अपनी आत्मा को पहचानना है।

हर दिन कुछ पल अपने भीतर झाँकिए — वहीं **सच्चा ईश्वर, सच्ची शक्ति और सच्चा आनंद** मिलेगा।

ईश्वर और जीवन की परीक्षा

ईश्वर केवल मंदिर की मूर्ति नहीं है। वह वह अदृश्य शक्ति है जो हर परीक्षा में हमें थाम लेती है, हर ठोकर में सीख देती है। वह हमारे भीतर का वह प्रकाश है—जो बाहर अंधकार गहरा होने पर सबसे अधिक चमक उठता है।

1. प्राणी को हर प्रकार का कष्ट भोगना पड़ता है।

वे कौओं, गिद्धों तथा साँपों द्वारा खाए जाते हैं। ब्रज के समान चोंच वाले गिद्ध उन्हें नोच लेते हैं। संसार के इस प्रकार पक्षी का अस्तित्व खत्म हो गया है — इसका मतलब है कि नरक में मनुष्यों की तादाद बढ़ गई है।

प्रेरणा: कर्म के परिणाम से कोई बच नहीं सकता। प्रकृति हर युग में संतुलन करती है — जब दुष्कर्म बढ़ते हैं, तो दया और विवेक घटते हैं। नरक बाहर नहीं, मन की स्थिति है।

2. जब शैतान हमको पंजे में लेने आता है, हम उतना ही भगवान की तरफ बढ़ते हैं।

प्रेरणा: हर संकट हमें ईश्वर की ओर मोड़ देता है। अंधकार केवल इसलिए आता है कि हम प्रकाश को पहचान सकें।

3. अहंकारी मनुष्य जब अत्यधिक अहंकारी हो जाता है, तब भगवान का वज्रपात होता है।

प्रेरणा: अहंकार वह दीवार है जो इंसान को ईश्वर से अलग करती है। जब सीमा टूटती है, तो दिव्यता न्याय के रूप में प्रकट होती है।

4. अहंकारी मनुष्य सच्चाई सामने आने पर सवाल से बचता है — वह या तो लड़कर हारेगा या हार स्वीकार करके जीतेगा।

प्रेरणा: सच्चा विजेता वही है जो सत्य के सामने झुक सके। झुकना हार नहीं, विनम्रता का विजयी रूप है।

5. अच्छी नीयत और बुरी किस्मत ज़्यादा दिनों तक साथ नहीं रहती है।

प्रेरणा: सच्ची नीयत देर से ही सही, पर जीतती अवश्य है। भाग्य समय से बनता है, नीयत कर्म से।

6. परीक्षा दो तरह की होती है — एक न्यायाधीश लेता है और एक गुरु।

आज के समय में ईश्वर न्यायाधीश है, गुरु नहीं।

प्रेरणा: ईश्वर अब गुरु की तरह नहीं, परीक्षा की तरह आता है — वह हमें गिराने नहीं, जागृत करने आता है।

7. ईर्ष्या अगर दूसरों से होती है तो समझो मनुष्य उन्नति की दिशा में अग्रसर है।

प्रेरणा: ईर्ष्या को ईंधन बना लो — जब तुलना प्रेरणा बन जाती है, तब विकास शुरू होता है।

8. अगर आँसुओं को रोकना है तो दुख की तरफ से ध्यान हटाना होता है। भूल जाओ ज़ख्मों को।

प्रेरणा: मन उसी दिशा में बढ़ता है जहाँ दृष्टि ठहरती है — दुख पर ध्यान दोगे तो वह बढ़ेगा; आशा पर दोगे तो वह खिलेगा।

9. मूल उद्देश्य को दृष्टि से दूर नहीं करना चाहिए।

प्रेरणा: लक्ष्य दृष्टि में हो तो रास्ते स्वयं बनते हैं।

10. नकारात्मक चीज़ों पर गौर करना छोड़ दो।

प्रेरणा: अंधकार पर ध्यान देने से रोशनी नहीं आती; रोशनी जलाने से अंधकार चला जाता है।

11. यदि किसी बाहरी चीज़ से दुखी हैं तो जान लें, आप चीज़ से नहीं, उसके मूल्यांकन से दुखी हैं।

प्रेरणा: दुख दृष्टिकोण का परिणाम है, परिस्थिति का नहीं।

विचार बदलो, जीवन बदल जाएगा।

12. कीचड़ वाले पानी को यदि शांत रखा जाए, तो यह साफ हो ही जाता है।

प्रेरणा: मौन और धैर्य ही सबसे बड़ी सफाई हैं — शांति हर गंदगी को समय के साथ निर्मल कर देती है।

13. जिस अभिलाषा में शक्ति नहीं होती, उसकी उन्नति नहीं होती।

प्रेरणा: इच्छा तब तक निष्फल है जब तक उसमें कर्म का साहस न हो।

14. एक बार का चरित्र पतन मनुष्य को जीवनभर कलंकित कर देता है; खोया चरित्र किसी भी मूल्य पर दोबारा नहीं पाया जा सकता।

प्रेरणा: चरित्र मनुष्य की आत्मा का चेहरा है। इसे एक बार धुंधला कर दो, तो वर्षों की साधना भी उसे पहले जैसा नहीं बनाती।

15. कुछ किए बिना जय जयकार नहीं होती। हिम्मत करने वालों की कभी हार नहीं होती।

प्रेरणा: कर्म ही वह मंत्र है जो नाम को अमर करता है। जो गिरकर भी उठता है, वही इतिहास लिखता है।

16. सुख बाँटने से बढ़ता है और दुख बाँटने से घटता है।

प्रेरणा: साझा किया गया सुख प्रसाद बन जाता है, और साझा किया गया दुख दवा।

17. मुसीबत का सामना किए बगैर कोई हल नहीं निकलता।

प्रेरणा: समस्या से भागना उसे बढ़ाता है; सामना करना उसे खत्म करता है।

18. जगह छिनी नहीं जाती, बनानी पड़ती है।

प्रेरणा: अपनी जगह सम्मान से कमाओ — क्योंकि अर्जित किया हुआ स्थान सदा स्थायी होता है।

19. जिम्मेदारी और जरूरत — दो जीवन की मूल कार्यशैली हैं।

प्रेरणा: जिम्मेदारी वह दिशा है जो जीवन को उद्देश्य देती है; जरूरत केवल साधन है, लक्ष्य नहीं।

20. बिंदास मुस्कराओ, क्या ग़म है जिंदगी का नाम ही कभी खुशी, कभी ग़म है।

प्रेरणा: मुस्कराना भी भक्ति का एक रूप है। जो दुख में भी मुस्कराए, वही ईश्वर का सच्चा भक्त है।

समापन प्रेरणा

ईश्वर कोई दूर का देवता नहीं है — वह हर कर्म, हर आह, हर मुस्कान में बसता है।

जब विश्वास भीतर जागता है, तब शक्ति बाहर प्रकट होती है।

भक्ति केवल झुकने में नहीं, उठने में है।

जानने योग्य बातें

(अनुभव, व्यवहार और आत्मसंतुलन के जीवन सूत्र)

जीवन हमें रोज़ कुछ सिखाता है — बस ज़रूरत है देखने की दृष्टि की। जो हर अनुभव को सीख में बदल देता है, वही सच्चा ज्ञानी बनता है। यह अध्याय ऐसे ही विचारों का संग्रह है — जो मनुष्य को स्थिर, विनम्र और विवेकशील बनाते हैं।

1. आपके अंदर भले ज्वालामुखी हो पर पर्वत की तरह अडिग रहो।

प्रेरणा: क्रोध भीतर का ज्वालामुखी है — पर धैर्य उसका नियंत्रण है।

स्थिर रहो, क्योंकि तूफ़ान भी पर्वत को नहीं हिला सकते।

2. आपकी सफलता से दूसरे सीखते हैं पर अपनी असफलता से हम स्वयं सीखते हैं।

प्रेरणा: सफलता दूसरों को प्रेरित करती है, पर असफलता आत्मा को जागृत करती है। हार वही है जो हमें भीतर से नया बनाती है।

3. पवित्र रिश्तों को चोट पहुँचाने वाले बोल कभी खुश नहीं हो सकते हैं।

प्रेरणा: शब्द बाण बनकर निकलते हैं — जो प्रेम पर चलें तो आशीर्वाद बनते हैं, जो अहंकार पर चलें तो विनाश।

4. सफलता के लिए प्रतिस्पर्धा ज़रूरी है, शत्रुता नहीं। दूसरों की उपलब्धियों पर नज़र रखें, ईर्ष्या नहीं।

प्रेरणा: प्रतिस्पर्धा से प्रगति होती है, पर ईर्ष्या से पतन। दूसरों की सफलता से प्रेरणा लेना ही सच्ची परिपक्वता है।

5. दूसरे की उपलब्धियों से प्रेरणा लें — यह आपकी सफलता में ईंधन का काम करेगी।

प्रेरणा: जहाँ ईर्ष्या खत्म होती है, वहीं विकास शुरू होता है। प्रेरणा वह ईंधन है जो आत्मा की गाड़ी को आगे बढ़ाती है।

6. काम के प्रति जुनून और दूसरों से तुरंत सहमत न होना उत्तम गुण हैं।

प्रेरणा: जुनून वह आग है जो दिशा के साथ जले तो चमत्कार बनती है। हर “ना” सोचने का अवसर है।

7. नई चीजों का सामना करो, एक पहलू पर केंद्रित न रहो।

प्रेरणा: जीवन का आनंद अनुभव में है, आदत में नहीं। नया अपनाओ — क्योंकि परिवर्तन ही प्रगति का संकेत है।

8. इंसान मुश्किलों से डरता है, मुश्किलें इंसान के हौसले से डरती हैं।

प्रेरणा: जब मनुष्य डगमगाना छोड़ देता है, तब मुश्किलें खुद रास्ता बदल लेती हैं।

9. पैर छूना एक एहसास है — जमीनी हकीकत का उड़ना नहीं चाहिए, वापस ज़मीन पर आना है।

प्रेरणा: विनम्रता ऊँचाई का सबसे सुंदर आभूषण है। जो झुकता है, वही ऊँचा उठता है।

10. मुश्किल की घड़ियों को एक इम्तहान समझो — ज़रूर इसमें कोई भलाई होगी।

प्रेरणा: हर तूफ़ान के बाद आकाश साफ़ होता है। दुख परीक्षा नहीं, परिवर्तन का आरंभ है।

11. विषय में रुचि विकसित करना ज़रूरी है — बिना रुचि के विषय पढ़ना बेकार है।

प्रेरणा: जहाँ मन नहीं, वहाँ ज्ञान टिकता नहीं। रुचि ही शिक्षा की आत्मा है।

12. प्यार एक खूबसूरत एहसास है — प्यार की समाप्ति नहीं होती।

प्रेरणा: सच्चा प्रेम समय नहीं जानता; वह बस आत्मा में बहता है — अनंत, निःस्वार्थ, अमर।

13. प्यार आपको शक्ति देता है, संघर्ष की प्रेरणा देता है।

प्रेरणा: प्रेम वह ऊर्जा है जो आँसू में भी आशा ढूँढ़ लेती है।

14. परिवार जब अलग हो जाते हैं तो कोई एक अकेला हो ही जाता है।

प्रेरणा: टूटे घर में दीवारें रह जाती हैं, पर गर्माहट नहीं। परिवार का बंधन ही सबसे सच्ची सुरक्षा है।

15. झूठ सुनते वक्त सवाल होता है — किसने कहा; लेकिन सच सुनते वक्त अहमियत नहीं होती कि किसने कहा, बस कब कहा।

प्रेरणा: सत्य की आवाज़ पहचान की नहीं, प्रभाव की होती है। वह दिल को छू जाती है।

16. अपने मन की हो जाए तो अच्छा है और मन की न हो तो उससे भी अच्छा है।

प्रेरणा: कभी ईश्वर हमारी इच्छा पूरी नहीं करता क्योंकि वह कुछ बेहतर लिख चुका ता है।

17. कष्टों से बचकर चलना इंसानियत है, रास्ते से काँटे हटाना महानता है।

प्रेरणा: जो दूसरों के लिए राह आसान करता है, वही सच्चा मनुष्य है।

18. ज़िंदगी की सारी खूबसूरत चीज़ें देखी नहीं जातीं — महसूस की जाती हैं।

प्रेरणा: भावनाएँ आँखों से नहीं, आत्मा से देखी जाती हैं।

19. खुशियों से इतना भी मुँह मत मोड़ो कि पलटकर बुलाना भी चाहो तो वो वापस न आए।

प्रेरणा: जीवन मुस्कान माँगता है; खुशियाँ वही लौटती हैं जहाँ उनका स्वागत होता है।

20. गंदी आदत छुड़वाने की कोशिश करोगे तो हो सकता है उससे भी बुरी आदत लग जाए।

प्रेरणा: त्याग विवेक से करो, आवेश से नहीं। मन का संतुलन ही सच्चा परिवर्तन है।

21. चोट लगना और नाइंसाफी ज़िंदगी का हिस्सा है — उसे जीने के लिए समझना और स्वीकारना पड़ता है।

प्रेरणा: दर्द को नकारना नहीं, अपनाना सीखो — वह तुम्हें मजबूत बनाता है।

22. सत्य परेशान हो सकता है पर पराजित नहीं होता।

प्रेरणा: झूठ का समय छोटा होता है, सत्य की उम्र अनंत।

23. एक बुरा तजुर्बा ज़िंदगी नहीं बदल सकता।

प्रेरणा: गलतियाँ अंत नहीं, शुरुआत का दूसरा नाम हैं।

24. वक्त और समाज ने जिन्हें नज़रअंदाज किया हो, उन्हें कभी नज़र अंदाज नहीं

करना चाहिए।

प्रेरणा: जो उपेक्षित हैं, वही अक्सर इतिहास बदलते हैं।

25. सफल होने के लिए अच्छे मित्रों की आवश्यकता होती है लेकिन सर्वोच्च सफलता के लिए शत्रुओं की।

प्रेरणा: मित्र सहारा देते हैं, शत्रु तुम्हें चुनौती देते हैं — और वही तुम्हें शिखर तक पहुँचाते हैं।

26. जब आप अपनी ही नज़रों में गिर जाएँ, तो खुद से पूछें — क्या यह सही है या मैं किसी का मोहरा बना हूँ?

प्रेरणा: आत्ममंथन सुधार की पहली सीढ़ी है। स्वीकार कर लेना आधा समाधान है।

27. अपने चाहने वालों द्वारा तिरस्कार या अपमान सबसे अधिक पीड़ा देता है; उनसे बचना चाहिए जो अपने ही बनकर हमें गिराते हैं।

प्रेरणा: हर निकट व्यक्ति सच्चा नहीं होता। कभी-कभी दूरी ही आत्म-सम्मान की रक्षा है।

28. तेज और अत्यधिक प्रतिभाशाली कूदकर आगे निकल जाते हैं, पर सीढ़ियों से चढ़ने वाले धीरे-धीरे भी शिखर तक पहुँचते हैं।

प्रेरणा: धैर्य से तय की गई यात्रा स्थायी होती है। कूदने वाले चमकते हैं, चढ़ने वाले टिकते हैं।

29. जब आपकी इच्छा मजबूत होगी तो आपको लगेगा कि आपके अंदर नई शक्ति आ गई है।

प्रेरणा: इच्छा वह चिंगारी है जो संकल्प में बदलते ही तूफ़ान बन जाती है।

30. जितना अधिक धन व्यक्ति के पास होता है, वह उतना ही और चाहता है; धन रिक्त स्थान भरने के बजाय शून्यता पैदा करता है।

प्रेरणा:

धन साधन है, समाधान नहीं। संतोष ही वह संपत्ति है, जो बढ़ाने पर भी हल्की लगती है। बोझ नहीं, बल्कि शांति देती है।

समापन प्रेरणा: “जानने योग्य बातें” केवल पढ़ने या सुनने का ज्ञान नहीं हैं; वे जीवन में उतारने योग्य अभ्यास हैं। इनमें वही शक्ति है जो अनुभव से जन्म लेती है

ईश्वर सदा तुम्हारे साथ है

1. ईश्वर कोई दूर बैठा निरीक्षक नहीं है — वह हर श्वास, हर विचार, हर कर्म में विद्यमान है।

प्रेरणा: जब विश्वास होता है, तो शक्ति हमारे भीतर जागती है।

2. ईश्वर सदा तुम्हारे साथ है, ऐसा विश्वास हमेशा रखो।

प्रेरणा: विश्वास वह सेतु है जो मनुष्य को ईश्वर से जोड़ता है।

जो यह मान ले कि “वह साथ है”, उसे फिर कभी अकेलापन नहीं घेरता।

3. राम ने रावण का वध केवल राजा के लिए नहीं, बल्कि जनमानस के अंदर आत्मविश्वास जगाने के लिए किया।

प्रेरणा: रावण बाहर का नहीं, भीतर का अहंकार है।

“अपने भीतर के रावण को हराओ, तभी सच्ची जीत है।”

4. राम ने हनुमान को गले लगाया क्योंकि वह दुर्गुण-रहित थे।

प्रेरणा: भक्ति केवल शब्द नहीं, आत्मशुद्धि की प्रक्रिया है।

हनुमान शक्ति, निष्ठा और विनम्रता का प्रतीक हैं।

5. समस्या आने पर घर वालों और दूसरों की भूमिका भी देखो।

प्रेरणा: विश्वास पवित्र है, पर अंधविश्वास विनाशक।

सत्य को परखना बुद्धिमत्ता है, अविश्वास नहीं।

6. जीवन की परिस्थितियों में लिए गए निर्णय हमारी सोच व्यक्त करते हैं।

प्रेरणा: निर्णय वह आईना है जिसमें हमारी आत्मा झलकती है।

“जैसी सोच, वैसा जीवन।”

7. बुरे विचार के साथ कर्म करने से दुख और अच्छे विचार से सुख आता है।

प्रेरणा: विचार बीज हैं, कर्म उनकी फसल।

जो अच्छाई बोता है, वही शांति काटता है।

8. दूसरों की सराहना करो।

प्रेरणा: प्रशंसा आत्मा का पुष्प है — बाँटने पर खुशबू लौटकर आती है।

9. दूसरों की राय की बजाय अपनी शांति पर ध्यान दो।

प्रेरणा: जो खुद को स्वीकारता है, वही सच्चा स्वतंत्र है।

10. मन की संतुष्टि के बिना सुख नहीं।

प्रेरणा: सच्चा सुख बाहर से नहीं, भीतर से जन्मता है।

11. परिस्थितियों से लड़ो नहीं, उन्हें साधो।

प्रेरणा: लचीलापन ही शक्ति का सर्वोच्च रूप है।

12. नकारात्मकता बसने वाली जगह से शांति भाग जाती है।

प्रेरणा: बोलने से पहले सोचो — “क्या यह उपयोगी, सत्य और शुभ है?”

13. मांगने से अहं का त्याग है, कमाने से आत्म-सम्मान।

प्रेरणा: जीत वही स्थायी होती है जो परिश्रम से मिले।

14. बड़ा वही है जो अपने आप को छोटा मानता है।

प्रेरणा: विनम्रता महानता की पहचान है।

जो झुकता है, वही ऊँचा उठता है।

15. आगे क्या होगा, यह नियति तय करती है।

प्रेरणा: नियति हमारे हाथ में नहीं, पर कर्म हमारे हैं।

विश्वास रखो — “ईश्वर की योजना हमेशा श्रेष्ठ होती है।”

16. परिवार और काम जीवन के आधार हैं।

प्रेरणा: परिवार आत्मा की शांति है और काम उसकी अभिव्यक्ति।

17. रोज़ की परेशानियों को सोने से पहले छोड़ दो।

प्रेरणा: हर रात आत्मा को विश्राम चाहिए, ताकि नई सुबह स्वच्छ हो।

18. मौन से ऊर्जा और शक्ति बढ़ती है।

प्रेरणा: मौन कोई खालीपन नहीं, आत्मा की प्रयोगशाला है।

19. समस्या हल करने के लिए संयम और बुद्धि का उपयोग करें।

प्रेरणा: मौन सबसे तीखा तर्क है।

20. बीते संघर्ष हमें नई ऊर्जा देते हैं।

प्रेरणा: परेशानी में भी शुभ सोचने वाला साधक है।

21. ज़्यादा सोचने से फैसले कमजोर पड़ते हैं।

प्रेरणा: विचार ज़रूरी हैं, पर अति-विचार बाधा है।

22. सच्ची सफलता संघर्ष से मिलती है।

प्रेरणा: संघर्ष वह अग्नि है जिसमें आत्मा कुंदन बनती है।

“जो झेलता है, वही खेलता है — और अंततः जीतता है।”

समापन:

ईश्वर हमेशा हमारे साथ है — केवल विश्वास की आँख खोलनी होती है।

वह हमारी सांसों, निर्णयों और मौन प्रार्थना में है।

जब हम भय से ऊपर उठते हैं, तब ईश्वर हमारे भीतर कहता है —

“मैं हूँ — और तू कभी अकेला नहीं।”

दुनिया की सोच नहीं अपना नज़रिया देखो

1. कभी उसको नज़रअंदाज़ न करो, जो तुम्हारी सच्ची परवाह करता हो।

प्रेरणा: जो तुम्हारे दर्द में मुस्कुराता है और खुशी में चुप रहता है, वही सच्चा अपना है।

“रिश्ते शब्दों से नहीं, मौन की समझ से चलते हैं।”

2. सबसे ताकतवर इंसान का अंत भी सबसे बुरा हो सकता है।

प्रेरणा: शक्ति जब करुणा विहीन हो जाती है, तो विनाश को जन्म देती है।

हर बलवान को विनम्र होना ही संतुलन है।

3. मंज़िल पाना है तो हौसले बुलंद रखो।

प्रेरणा: हौसले वे पंख हैं जो असंभव को संभव में बदल देते हैं।

“थकना मंज़ूर है, रुकना नहीं।”

4. दूसरों के साथ सहानुभूति दिखाने से कमजोरी नहीं, बल्कि हृदय की शक्ति बढ़ती है।

प्रेरणा: जो दूसरों का दर्द समझता है, वही सबसे मज़बूत होता है।

5. दुनिया शक्ति की भाषा बोलती है, पर इतिहास करुणा लिखता है।

प्रेरणा: निर्बलों का सम्मान ही सच्ची ताकत है।

6. सत्य हमेशा कटु हो सकता है, पर सबसे पवित्र है।

प्रेरणा: झूठ मिठास देता है, सत्य आत्मशांति।

7. जो नज़रें चुरा कर बातें करते हैं, ज़रूर कुछ छुपा रहे होते हैं।

प्रेरणा: साफ नज़रें सच्चे मन की निशानी हैं।

जो नज़रों में ईमान रखते हैं, उन्हें शब्दों की ज़रूरत नहीं।

8. नई मुश्किलें ही नई मिसाल बनाती हैं।

प्रेरणा: हर चुनौती में अवसर छिपा है। “मुश्किलें रुकावट नहीं, सीढ़ियाँ हैं।”

9. जीतने के लिए अलग सोचना ज़रूरी है।

प्रेरणा: सफलता वही पाता है जो भीड़ से अलग सोचता है।

क्योंकि मंज़िल वहीं है जहाँ रास्ते खत्म होते हैं।

10. जब मन पर अंधेरा छाए, अच्छाई के उजाले से उसे दूर करो।

प्रेरणा: अंधकार को दूर करने के लिए सूर्य नहीं, एक दीपक भी काफी है।

11. हालात से हारे लोग अक्सर खामोश रहते हैं।

प्रेरणा: मौन हार नहीं, बल्कि तैयारी और पुनर्जन्म का संकेत है।

12. अपनी असफलता की ज़िम्मेदारी स्वयं लो।

प्रेरणा: दोष स्वीकार करना दिशा देता है। “दूसरों को दोष देना, खुद को अंधेरे में रखना है।”

13. सफलता पाने के लिए योजनाएँ नहीं, बल्कि निर्णायक निर्णय ज़रूरी हैं।

प्रेरणा: योजनाएँ सोच बनाती हैं, निर्णय इतिहास।

14. जो चीज़ किस्मत में न हो, वह नहीं मिलती; पर इंतज़ार सच्ची परीक्षा है।

प्रेरणा: विश्वास रखो — ईश्वर की घड़ी धीमी चलती है, पर सही समय पर बजती है।

15. कोशिश करने पर किस्मत भी साथ देती है।

प्रेरणा: किस्मत कर्म की साथी है, बस उसे जगाने के लिए प्रयास चाहिए।

16. भविष्य का भय न रखने वाला, वर्तमान का आनंद उठा सकता है।

प्रेरणा: भविष्य की चिंता आज का आनंद चुरा लेती है। “जो अभी में जीता है, वही सच्चा साधक है।”

17. चुनौतियों का सामना करने से डरने वाला विफल होगा।

प्रेरणा: संघर्ष से भागना पराजय है; सामना करना विजय का पहला चरण है।

18. सच्चाई वाले लोग कभी झूठ नहीं बोलते, भले गुस्सा आए।

प्रेरणा: सच्चाई की पहचान शब्दों से नहीं, भाव से होती है।

19. अपनी उपलब्धियों पर खुश होना चाहिए, पर अहंकार से बचना चाहिए।

प्रेरणा: विनम्रता सफलता की सुगंध है।

20. जीवन का नियम है — बलवान निर्बल का वहन करता है।

प्रेरणा: बल केवल शक्ति नहीं, जिम्मेदारी भी है।

जो दूसरों को सहारा देता है, वही सच्चा वीर है।

मूल संदेश:

रिश्तों की संवेदना, आत्मबल और जीवन की सच्चाइयों को पहचानो।

मृदुता और समझदारी ही शक्ति और सफलता के साथ जीवन को पूर्ण बनाती हैं।

चेहरा बदलने की शक्ति

1. समय तय करता है कि जीवन में किससे मिलोगे, हृदय बताता है किसे चाहोगे, मगर व्यवहार ठहराता है कौन जीवनभर साथ निभाएगा।

प्रेरणा: रिश्ते नियति से बनते हैं, पर टिकते व्यवहार से।

“दिल जोड़ता है, पर आचरण उसे स्थायी बनाता है।”

2. हार में साहसी बनो, जीत में शांत रहो।

प्रेरणा: विजय का अर्थ विजय नहीं जब तक विनम्रता न हो।

हार का अर्थ हार नहीं जब तक आशा जीवित हो।

3. स्वयं की तुलना किसी से मत करो, तुम अनोखे हो।

प्रेरणा: ईश्वर ने हर आत्मा को अलग रंग दिया है — खुद को किसी और के सांचे में मत डालो।

4. ईश्वर कभी समस्या नहीं देता बिना समाधान के — यही जीवन की कुंजी है।

प्रेरणा: हर कठिनाई के साथ समाधान भी जन्म लेता है। बस धैर्य रखो, वह धीरे-धीरे सामने आता है।

5. पीड़ा को स्वीकारो, सफलता के लिए तैयार हो जाओ।

प्रेरणा: दर्द जीवन का अध्यापक है; जो उसे समझ लेता है, वही आगे बढ़ता है।

6. हर सफल व्यक्ति की पीड़ा भरी कहानी अंततः सफलता का ही गीत बनती है।

प्रेरणा: आँसू अगर सच्चे हों, तो वे ताली बनकर लौटते हैं।

7. दूसरों की भूल पहचानना सरल है, अपनी गलती देख पाना कठिन।

प्रेरणा: जो स्वयं को सुधार ले, उसे जगत बदलने की आवश्यकता नहीं।

8. पहले रोटी-कपड़ा जुटाओ, फिर संसार मापने का स्वप्न देखो।

प्रेरणा: सपनों की नींव यथार्थ पर रखो — भूख मिटेगी तो आत्मा उड़ सकेगी।

9. मित्रता घर से शुरू होती है, पर मन की हर बात कहने को कोई विशेष सखा चुनना पड़ता है।

प्रेरणा: सच्चा मित्र वही है जो तुम्हारी आत्मा को सुन सके।

वह तुम्हारे शब्द नहीं, तुम्हारा मौन समझता है।

समापन प्रेरणा:

जीवन केवल आगे बढ़ने का नाम नहीं, बल्कि हर उस भाव को पहचानने का भी है जो हमें मानवीय बनाता है। “कभी उसे नज़रअंदाज़ मत करो जो तुम्हारी परवाह करता है” — क्योंकि वही रिश्ते, वही संवेदनाएँ और वही विश्वास जीवन के सबसे कठिन पलों में ईश्वर का रूप बनकर हमारे साथ खड़े

ज्ञान और जीवन की राह (चिंतन, परिवर्तन और आत्मज्ञान का आलोक)

जीवन एक निरंतर बहने वाली नदी है—उसे रोका नहीं जा सकता, केवल दिशा दी जा सकती है। इस प्रवाह में अतीत स्मृति है, वर्तमान अवसर है, और भविष्य संभावनाओं का प्रकाश।

कोई भी अतीत को बदल नहीं सकता, पर आज से नया आरंभ करके सुनहरा अंत अवश्य रचा जा सकता है। अतीत का बोझ केवल स्मृति है; आज को साध लेना ही भविष्य को उज्ज्वल बनाने की कला है। जीवन हमें बार-बार सिखाता है कि घटनाएँ नहीं, हमारी प्रतिक्रियाएँ हमारा भविष्य गढ़ती हैं। जिसने अपनी प्रतिक्रिया पर नियंत्रण पा लिया, उसने जीवन की बागडोर थाम ली।

समस्याएँ जीवन का स्वाभाविक हिस्सा हैं। यदि **समाधान है तो चिंता व्यर्थ है**; यदि **समाधान नहीं है तो व्याकुलता भी निरर्थक है**। जहाँ समाधान है, वहाँ कर्म चाहिए; जहाँ समाधान नहीं है, वहाँ स्वीकार का साहस। शांति शोर से नहीं, समझ से जन्म लेती है। अवसर कभी रोते हुए नहीं दिखते। वे शांत खड़े प्रतीक्षा करते हैं। आँसू दृष्टि को धुँधला कर देते हैं, पर स्पष्ट दृष्टि अगला अवसर पहचान लेती है। गिरना अंत नहीं—दिशा बदलने का संकेत है। परिवर्तन को अपनाने वाला ही स्थिरता का अर्थ समझता है।

गलतियाँ पराजय नहीं, अनुभव का संचय हैं। हर गलती एक छिपा हुआ गुरु है। ज्ञान वह संपत्ति है जो बाँटने से बढ़ती है और समय से परिपक्व होती है। यह केवल पुस्तकों में नहीं, प्रयोग में है। कर्म ही सबसे सच्चा शास्त्र है।

जीवन का स्वरूप हमारे चुनावों से निर्मित होता है। खुश रहना परिस्थिति नहीं, दृष्टि है। दूसरों की राय हमारी पहचान नहीं; हमारी सोच हमारी दुनिया बनाती है। हर दिन एक कोरा पन्ना है—कहानी हमें ही लिखनी है। **जहाँ दृष्टि अडिग है, वहाँ लक्ष्य निश्चित है**। गहरी साँस मन को शांत कर देती है। ध्यान सहज विश्राम का मार्ग है। मौन की भाषा वही समझता है जो भीतर सुनना सीख लेता है। शांति बाहर खोजने से नहीं, भीतर जागने से मिलती है।

संबंध जीवन की ऊष्मा हैं। किसी के साथ रोना अकेले रोने से अधिक उपचार देता है। सच्चा मित्र वही है जो समय की आँच में साथ खड़ा रहे। प्रेम बाँटने से बढ़ता है, दर्द बाँटने से घटता है।

ईश्वर पर भरोसा जीवन को निश्चिंतता देता है। पल भर में सब बदल सकता है, पर विश्वास स्थिर रहता है। शुरुआत वहीं से करनी होती है जहाँ हम खड़े हैं—पहला कदम ही कृपा का द्वार खोलता है।

संघर्ष जीवन की मिठास को जन्म देता है। सबसे मधुर फल वही है जो कठिन परिश्रम से मिलता है। ऊँचे लक्ष्य प्रबल इच्छाशक्ति माँगते हैं। दृढ़ संकल्प जीवन को औषधि बना देता है।

सादगी ही श्रेष्ठ बुद्धिमत्ता है। सामान्य समझ दुर्लभ है, पर वही जीवन को संतुलित करती है। स्वावलंबन आत्मा का गौरव है। अपनी शक्ति से कार्य करना ही वास्तविक पहचान और विकास का आधार है।

इच्छाएँ और निराशाएँ तनाव की जड़ हैं। जब चाहतें सीमित होती हैं, मन शांत होता है। त्याग ही तनाव का उपचार है। जीवन की दौड़ में उद्देश्य, आवश्यकता से अधिक महत्वपूर्ण है—उद्देश्यहीन गति केवल थकान देती है।

कार्य पर जाते समय शांति साथ ले जाओ; घर लौटते समय प्रेम साथ लाओ। शांति कर्म में सौंदर्य भरती है, प्रेम जीवन में अर्थ।

समग्र आत्मज्ञान का आलोक

ज्ञान केवल जानकारी नहीं—वह वह प्रकाश है जो भीतर दिशा बनाता है।

जो सीखना नहीं छोड़ता, वह उम्र से नहीं, अनुभव से बढ़ता है।

जो हर दिन नया आरंभ करता है, वह हर शाम को सुनहरा बना देता है।

अतीत से सीखो, वर्तमान को साधो, भविष्य पर विश्वास रखो।

बाहरी मार्गदर्शक सीमित हो सकते हैं, पर भीतर का गुरु असीम है।

जब व्यक्ति स्वयं को देखना, समझना और बदलना सीख लेता है—

तभी जीवन की राह केवल यात्रा नहीं, जागरण बन जाती है।

जीवन के सूत्र (संतुलन, प्रेरणा और आत्मशक्ति का संदेश)

जीवन को सुलझाने के लिए जटिल सूत्रों की नहीं, बल्कि कुछ सरल सत्य की आवश्यकता होती है।

ये सूत्र वही हैं — जो मनुष्य को शांत, संतुलित और आशावादी बनाते हैं।

हर वाक्य एक दीपक है, जो आत्मा की दिशा दिखाता है।

अत्यधिक क्रोध अंततः व्यक्ति को रोगी बना देता है।

प्रेरणा: क्रोध भीतर जलने वाली आग है; यह दूसरों को नहीं, स्वयं को भस्म करता है।

“मौन में शक्ति है, क्रोध में दुर्बलता।”

इसलिए—

अधिक क्रोधित मत हो। क्रोध से शांति नहीं, शून्यता मिलती है।

आत्मविश्वासी बनो। विश्वास वह दीवार है जो हर भय को रोकती है।

कॉर्पोरेट जीवन की सच्चाई

(व्यवहार, संघर्ष और बुद्धिमत्ता की परीक्षा)

कॉर्पोरेट जीवन भी एक युद्धभूमि है — जहाँ धैर्य, समझ और संवाद ही सबसे बड़े अस्त्र हैं।

कॉर्पोरेट की भाषा

“तुमने अच्छा काम किया है, अब और काम दिया जाएगा।”

प्रेरणा: मेहनत की पहचान अगला अवसर है, इनाम नहीं।

“हमने किया है, अब तुम भी करोगे।”

प्रेरणा: टीमवर्क जिम्मेदारी का नाम है, बोझ का नहीं।

“यह अच्छा प्रश्न है, पर मुझे इसका कोई उत्तर नहीं पता।”

प्रेरणा: ईमानदारी स्वीकार करने का भी साहस है।

“हम सब दोषी हैं, केवल मैं अकेला नहीं।”

प्रेरणा: जिम्मेदारी बाँटने से नहीं, स्वीकारने से सम्मान मिलता है।

“ऑल द बेस्ट, अब तुम मुश्किल में हो।”

प्रेरणा: हर चुनौती एक छिपा हुआ अवसर है।

संदेश:

कॉर्पोरेट जीवन केवल काम और जिम्मेदारी नहीं —

यह संघर्ष, संयम और मनोविज्ञान का सुंदर मिश्रण है।

जो इसे समझ लेता है, वही नेतृत्व करता है।

जीवन का वास्तविक अर्थ

जीवन स्वयं को खोजने का नहीं,
बल्कि स्वयं को विश्वसनीय बनाने का नाम है।

प्रेरणा:

खोज आत्ममुग्धता है, विश्वसनीयता आत्मसिद्धि।
जो भरोसे के योग्य बन गया, उसने जीवन का अर्थ पा लिया।
हर कठिनाई में जो टिकता है, वही असली विजेता बनता है।

प्रेरणा:

विजेता वह नहीं जो नहीं गिरा — बल्कि वह है जो हर बार गिरकर फिर खड़ा हुआ।

समापन प्रेरणा (बिना प्रतीकों के)

जीवन का कोई निश्चित सूत्र नहीं — पर जब क्रोध संयम में, कर्म विश्वास में और मन शांति में डूब जाता है, तो हर कठिनाई अवसर बन जाती है।
हर दिन को नई शुरुआत, हर कार्य को एक साधना और हर साँस को ईश्वर का आशीर्वाद समझो — यही हैं जीवन के सूत्र।

सबको जीतते हुए देखना चाहो

(संवेदना, अनुशासन और आत्मबल का समग्र सूत्र)

जीवन की सबसे बड़ी सफलता यह नहीं कि केवल हम जीतें —
बल्कि यह कि हम दूसरों को जीतते हुए देख कर भी प्रसन्न रह सकें।
यही सच्ची मनुष्यता और आत्मा की महानता है।

महत्वपूर्ण

1. आप किसी को दिए गए समय पर ना पहुंच पा रहे हों तो फोन या एसएमएस से क्षमायाचना करें।

प्रेरणा: समय का सम्मान व्यक्ति के संस्कार का आईना है। “वचन निभाना ही व्यक्तित्व की पहचान है।”

2. पैसे बचाने की नहीं, कमाने की ओर नज़र रखें।

‘जितनी चादर है उतने ही पैर फैलाने’ की कहावत पुरानी हो गई — अब चादर बढ़ी करने का ज़माना है।

प्रेरणा: सीमा स्वीकारना समझदारी है, पर विकास का प्रयास बुद्धिमत्ता।

समझदारी से जोखिम लेना भी सफलता की कला है।

3. बहस के समय अपनी आवाज़ को ऊँचा न उठाएं, बल्कि अपने तर्कों का वजन बढ़ाएं।

प्रेरणा: जो ऊँचा बोलता है, वह सुनना बंद कर देता है।

बुद्धिमत्ता की ताकत शब्दों में नहीं, संयम में है।

4. उम्र गुजर जाने के बाद बुज़ुर्गों से उनकी जीवनशैली में बदलाव की उम्मीद नहीं करनी चाहिए — हम स्वयं को उनके अनुसार ढाल लें यही उचित है।

प्रेरणा: सम्मान वही है जो व्यवहार में झलके। बुज़ुर्गों को बदलना नहीं, समझना ही संस्कृति है।

5. आपके माता-पिता से आपका व्यवहार तय करेगा कि आपके बच्चे आपसे कैसा व्यवहार करेंगे।

प्रेरणा: जीवन एक दर्पण है — जो आज दिखाओगे, वही कल लौटेगा।

6. दो-चार मुलाकातों पर किसी के बारे में नज़रिया न बनाएं — पक्का नज़रिया कुछ समय बीतने पर ही बनाएं।

प्रेरणा: समय ही सच्चे स्वभाव का उद्घाटन करता है।

जल्दबाजी में निर्णय नहीं, समझदारी में संबंध पनपते हैं।

हमेशा लक्ष्य बनाओ

1. अवसर चाय में डुबोए बिस्किट के समान होते हैं — ज़रा सी देर की, और हाथ से निकल गए।

प्रेरणा: अवसर की पहचान और तत्परता ही सफलता की कुंजी है।

2. किसी से दुश्मनी को इतना गहरा न करो कि भविष्य में चाहकर भी समझौता न कर सको।

प्रेरणा: रिश्तों के पुल जलाने से पहले सोचो — कभी लौटना भी पड़ सकता है।

3. जब हम “ना” कहते हैं तो एक सुंदर शुरुआत का अंत हो जाता है, पर जब हम “हाँ” कहते हैं तो एक सुंदर अंत की शुरुआत हो जाती है।

प्रेरणा: हर “हाँ” एक संभावना है, और हर “ना” एक बंद दरवाज़ा।

4. जीवन में खुशी यह नहीं कि श्रेष्ठ जीवनसाथी मिला, बल्कि खुशी यह है कि जिसने पाया, उसने उसे श्रेष्ठ बना दिया।

प्रेरणा: संबंध बनते नहीं, गढ़े जाते हैं। प्रेम तभी पूर्ण होता है जब वह निर्माण की कला बन जाए।

5. याद रखना चाहिए कि बड़ी खुशी के चक्कर में कहीं छोटी-छोटी खुशियों को अनदेखा तो नहीं कर रहे हैं।

प्रेरणा: जीवन की सुंदरता छोटी बातों में छिपी होती है। जो उन्हें देखता है, वही सच्चा आनंद जानता है।

6. मोबाइल की रिंगटोन और डायलर टोन आपके व्यक्तित्व का आईना होती है।

प्रेरणा: आवाज़ भी व्यक्तित्व की छवि है। जो भीतर शांत है, वही बाहर संतुलित लगता है।

हमेशा नए विचारों की बात करें

(शांत मन सही निर्णय लेता है।

और जिज्ञासु मन नए अवसर देखता है।)

मनुष्य को हर घड़ी ऐसा कार्य करना चाहिए कि मृत्यु के आने पर कोई पश्चाताप न हो।

प्रेरणा: कर्म ऐसे करो कि अंत में पछतावा नहीं, संतोष बचे।

मानसिक संतोष के लिए श्रेष्ठ का चिंतन करना हमें महान बनाता है।

प्रेरणा: मन जहाँ सोचता है, जीवन वहीं जाता है।

हम अपने भाग्य और परिस्थितियों के निर्माता स्वयं हैं।

प्रेरणा: किस्मत हमारे हाथों की रेखाओं में नहीं, कर्मों की दिशा में है।

क्षणिक सुखों और आकर्षण से बचकर चलें तो भविष्य में दुख से दूर रह सकते हैं।

प्रेरणा: क्षण का मोह दीर्घकाल का दुख बन जाता है। संयम ही बुद्धि की सच्ची पहचान है।

बुद्धिसंगत, विवेकसम्मत और अपने योग्य उचित बात को ग्रहण करना चाहिए।

प्रेरणा: हर चमकती चीज सोना नहीं होती — विवेक ही सबसे बड़ा चयन है।

जो मनुष्य बुरे विचारों को अपने मन में स्थान देता है, उसे चिंता, भय और निराशा का सामना करना पड़ता है।

प्रेरणा: मन का कचरा बाहर की धूल से अधिक हानिकारक है। विचार बदलो — संसार बदल जाएगा।

प्रसंग का नियम — एक कहानी, एक मार्ग, एक मुस्कान

एक छोटे से गाँव में नमन नाम का युवक रहता था। वह मेहनती था, पर हर काम के बाद परिणाम को लेकर चिंतित रहता। परीक्षा दे तो अंक की चिंता, व्यापार करे तो लाभ की चिंता, सेवा करे तो प्रशंसा की अपेक्षा। धीरे-धीरे उसका मन थकने लगा।

एक दिन गाँव के वृद्ध गुरु ने उसे खेत में बुलाया। उन्होंने बीज उसके हाथ में रखकर कहा, “इसे मिट्टी में बो दो।”

नमन ने बीज बो दिया। कुछ दिनों बाद वह रोज़ मिट्टी खोदकर देखने लगा कि अंकुर निकला या नहीं। बीज बार-बार छेड़ने से सूख गया।

गुरु मुस्कुराए और बोले: “**कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचनः।**”

अर्थात्— कर्म करने का अधिकार तुम्हारा है, पर फल पर नहीं।

फिर उन्होंने समझाया,

“कर्म ही पूजा है, परिणाम तो बस प्रसाद है। प्रसाद माँगा नहीं जाता, स्वीकार किया जाता है।”

उस दिन नमन ने सीखा—बीज को प्रेम से बोना उसका कर्म है; फल देना प्रकृति का काम है। जब उसने परिणाम की चिंता छोड़ी, उसका मन हल्का हो गया। और तभी जीवन में पहली बार उसे सच्ची खुशी का स्वाद मिला।

रूकावटें — छिपे हुए शिक्षक

कुछ समय बाद नमन के जीवन में कठिनाइयाँ आईं। व्यापार में हानि हुई। वह फिर निराश होने लगा। गुरु ने कहा:

“कठिनाई वह शिक्षक है जो सफलता का स्वाद सिखाती है।”

उन्होंने उसे महान लोगों के उदाहरण दिए—

- महात्मा गांधी — जिन्होंने सत्य और अहिंसा से साम्राज्य को चुनौती दी।
- चंद्रगुप्त मौर्य — जिन्होंने विपरीत परिस्थितियों में साम्राज्य खड़ा किया।
- रजनीश (ओशो) — जिन्होंने विचारों की स्वतंत्रता का दीप जलाया।
- नीरजा भनोट — जिन्होंने साहस की मिसाल दी।
- मदर टेरेसा — जिन्होंने सेवा में ईश्वर पाया।
- नरेंद्र मोदी — जिन्होंने साधारण शुरुआत से नेतृत्व तक का सफर तय किया।
- अब्राहम लिंकन — असफलताओं के बाद भी दृढ़ रहे।
- बाबा रामदेव — जिन्होंने योग को जन-जन तक पहुँचाया।
- बराक ओबामा — जिन्होंने बदलाव का संदेश दिया।
- ए. पी. जे. अब्दुल कलाम — जिन्होंने सपनों को विज्ञान से जोड़ा।
- श्री श्री रविशंकर — जिन्होंने शांति का संदेश फैलाया।
- नेल्सन मंडेला — जिन्होंने क्षमा से इतिहास बदला।
- सचिन तेंदुलकर — जिन्होंने अनुशासन से महानता पाई।
- अमिताभ बच्चन — जिन्होंने संघर्ष के बाद पुनः शिखर छुआ।
- शाहरुख खान — जिन्होंने सपनों को परिश्रम से सच किया।
- धीरूभाई अंबानी — जिन्होंने शून्य से साम्राज्य बनाया।
- श्री राम शर्मा आचार्य — जिन्होंने आध्यात्मिक चेतना जगाई।
- नाथूराम गोडसे — जिनका जीवन यह भी सिखाता है कि विचारों की दिशा ही व्यक्ति को ऊँचा या अधोगति की ओर ले जाती है।

गुरु बोले,

“हर नाम एक कहानी है—कुछ ने प्रेम से जगत बदला, कुछ ने संघर्ष से चेतना जगाई।
पर सबने यह सिद्ध किया कि जीवन तब महान बनता है, जब आत्मा दृढ़ होती है।”

खुशी की ओर मार्गदर्शन

नमन ने धीरे-धीरे तीन नियम अपना लिए:

1. कर्म करो, परिणाम छोड़ो।
2. कठिनाइयों को शिक्षक मानो।
3. हर व्यक्ति और परिस्थिति के प्रति आभार रखो।

उसने महसूस किया—

जब वह दूसरों के सुख में प्रसन्न होता है, उसका अपना मन खिल उठता है।

गुरु ने अंतिम शिक्षा दी:

“सदा प्रसन्न रहो। मुसीबतों का सामना मुस्कान से करो। मुस्कान तुम्हारा कवच है, और
विश्वास तुम्हारा अस्त्र। जब आत्मा अडिग है, तब कोई परिस्थिति अजेय नहीं।”

समापन प्रेरणा:

“सबका जीतते हुए देखना चाहो” केवल उदारता नहीं—यह आत्मा का उत्कर्ष है।
जो दूसरों के सुख में अपनी प्रसन्नता देखता है, वही वास्तव में ईश्वर का अंश बनकर
जीता है।

क्योंकि अंततः,

जीवन का सबसे बड़ा पुरस्कार बाहरी सफलता नहीं—भीतर की शांति और साझा की
हुई खुशी है।

और जब व्यक्ति यह समझ लेता है, तब उसका हर कर्म पूजा बन जाता है, हर परिणाम
प्रसाद, और हर दिन उत्सव।

आत्मसुधार का नज़रिया — भीतर से जीतने की कला

अपने आप में सुधार लाने का नज़रिया रखो।
आत्मसुधार एक दिन का संकल्प नहीं, यह जीवन भर की साधना है।
हर दिन थोड़ा बेहतर बनना — यही सच्ची सफलता है।

मनुष्य अक्सर दूसरों को बदलने में ऊर्जा लगाता है, पर जो स्वयं को बदलना सीख लेता है, वही परिस्थितियों का स्वामी बनता है। सुधार का अर्थ पूर्णता नहीं; निरंतर प्रगति है।

नवाचार और समझ

कभी-कभी जो व्यक्ति अनोखा या असामान्य उपाय करता है, उसे तुरंत गलत मत समझो।

नवाचार की राह पर चलने वाले अक्सर अकेले होते हैं, पर वही भविष्य रचते हैं।

जैसे हाथी अपने ऊपर धूल डालता है — वह पागलपन नहीं, सुरक्षा है। वह छोटे कीड़े-मकोड़ों से बचने का उपाय है।

इसी प्रकार, हर असामान्य क्रिया के पीछे कोई गहरी समझ छिपी हो सकती है।
निर्णय से पहले समझो, प्रतिक्रिया से पहले विचार करो।

संयम और आंतरिक शक्ति

जीवन में कुछ पाना है तो दर्द को चेहरे पर मत आने दो।
गुस्से को काबू में रखो, नफरत को दिल में मत पालो।

संयम सबसे बड़ी बहादुरी है।
जो मन को जीत ले, वही संसार को जीत सकता है।

धैर्यवान व्यक्ति का मौन ही उसकी तलवार है।
पका हुआ गुस्सा पालने वाला साधारण मनुष्य भी समय आने पर शक्तिशाली को हरा देता है — क्योंकि धैर्य में अद्भुत शक्ति होती है।

खामोश परिश्रम और संतुलन

मेहनत इतनी खामोशी से करो कि सफलता शोर मचा दे।
शब्दों से नहीं, कर्म से पहचान बनती है।

माफ़ी माँगना कमजोरी नहीं — यह रिश्तों को निभाने की कला है।
अहंकार रिश्ते तोड़ता है, माफ़ी उन्हें अनंत बनाती है।

प्रत्येक वस्तु की अधिकता विष के समान है।
संतुलन ही सुख का गहरा रहस्य है।

हौसला और निरंतरता

इंसान मुश्किलों से डरता है, पर मुश्किलें इंसान के हौसले से डरती हैं।
जब हौसला ऊँचा हो, बाधाएँ रास्ता बन जाती हैं।

सफलता की ओर जाने वाली हर डगर असफलताओं के पड़ावों से होकर गुजरती है।
हर हार एक सबक है — उसी से जीत जन्म लेती है।

कोई प्रयत्न विफल हो सकता है, पर प्रयत्नशील की दुर्गति नहीं होती।
इसी कारण संत कभी रुकते नहीं।
सफलता कर्म में नहीं, निरंतरता में छिपी है।

रिश्तों और जीवन की गहराई

जीवन में अधिक रिश्ते ज़रूरी नहीं, पर जो रिश्ते हों उनमें जीवन होना चाहिए।
गिनती नहीं, गहराई मायने रखती है।

लोगों के दोष मत खोजो — गुण देखने की आदत डालो।
आलोचना आत्मा को छोटा करती है, सराहना उसे विशाल बनाती है।

खुश रहना मत भूलो।

अतीत पछतावा है, भविष्य अनिश्चित है — जीवन केवल आज है।
आज को बेहतर बनाओ, क्योंकि यही वास्तविकता है।

वाणी की शक्ति — सफलता का गुण

एक जैसी डिग्री और योग्यता होने पर भी सफलता में फर्क क्यों आता है?
उत्तर है — प्रभावी बोलने की कला।

वाणी वह शक्ति है जो विचारों को प्रभाव में बदल देती है।
हर शब्द बीज है — सावधानी से बोओ, वह चरित्र बनेगा।

धीरे बोलो, पर स्पष्ट बोलो।
सत्य कहो, सरल कहो, संक्षिप्त कहो — यही मूल मंत्र है।

बुद्धिमान व्यक्ति बोलने से पहले सोचता है; मूर्ख कहने के बाद।
वाणी पर नियंत्रण ही बुद्धि का प्रमाण है।

दृष्टिकोण और तैयारी

यदि इंद्रधनुष का आनंद लेना है, तो बारिश सहने को भी तैयार रहो।
कठिनाई और सौंदर्य साथ आते हैं।
दृष्टि बदलो — अनुभव बदल जाएगा।

जीवन साँप-सीढ़ी का खेल नहीं, अनुभव की यात्रा है।
परिणाम के पीछे भागते-भागते हम बार-बार शून्य पर लौट आते हैं।
स्थिरता का रहस्य है — खेल को अनुभव के लिए खेलना।

रेस का घोड़ा जीत को नहीं जानता — वह अपने मालिक के संकेत पर दौड़ता है।
जब जीवन में तकलीफ़ आए, समझो कि तुम्हें तैयार किया जा रहा है।
हर पीड़ा तैयारी है, हार नहीं।

समापन प्रेरणा:

जो स्वयं पर विश्वास रखता है, जो हर असफलता में सीख खोजता है।
जो संयम से बोलता है और प्रेम से चलता है — वही जीवन का सच्चा विजेता है।

क्योंकि जीत केवल मंच पर नहीं मिलती, जीत मन की शांति में मिलती है।

और जब मन शांत, वाणी संयमित, कर्म निरंतर और दृष्टि सकारात्मक हो —
तब जीवन केवल जीया नहीं जाता, बल्कि सार्थक बनाया जाता है।

एक कहानी, एक व्यक्ति रोज़ शिकायत करता था कि उसके घर में रोशनी नहीं आती। वह सूरज को दोष देता, मौसम को दोष देता, यहाँ तक कि भगवान को भी। एक दिन उसके मित्र ने चुपचाप जाकर उसकी खिड़की का पर्दा हटा दिया। कमरे में तुरंत प्रकाश भर गया।

मित्र ने मुस्कुराकर कहा, “सूरज को बदलने की ज़रूरत नहीं थी, बस खिड़की खोलने की ज़रूरत थी।

उस दिन उसे समझ आया —

समस्या बाहर नहीं, भीतर की बंद खिड़की में थी।

विश्वास, प्रयास और प्रभावी जीवन के गुण (स्वयं-सुधार, वाणी की कला और अंतर्मन की शक्ति का मार्गदर्शन)

शांत आत्मा, विनम्र हृदय और कृतज्ञ

जीवन में सफलता केवल बाहरी उपलब्धि नहीं, बल्कि भीतर के विश्वास, संयम और निरंतर सुधार की यात्रा है।

उसी दिशा में एक उजाला — जहाँ आत्मबल से हम हर कठिनाई पर विजय प्राप्त कर सकते हैं। इस विश्वास से बल में वृद्धि होगी और हम कठिनाई पर विजय प्राप्त करेंगे — यह संकेत है।

प्रेरणा: विश्वास वह अदृश्य कवच है जो हमें हर परिस्थिति में सुरक्षित रखता है। “जो स्वयं पर विश्वास करता है, वही संसार पर प्रभाव डालता है।”

अपने आप में सुधार लाने का नज़रिया रखो।

प्रेरणा:

आत्मसुधार कोई एक दिन का कार्य नहीं, यह जीवन की साधना है। हर दिन थोड़ा बेहतर बनना — यही सच्ची सफलता है।

कभी-कभी अनोखा या असामान्य उपाय करने वाले व्यक्ति को गलत नहीं समझना चाहिए।

प्रेरणा: नवाचार की राह पर चलने वाले अक्सर अकेले होते हैं, पर वही भविष्य रचते हैं।

यदि हाथी अपने ऊपर धूल डाल रहा है तो वह पागल नहीं है, वह ऐसा अपने ऊपर आने वाले छोटे कीड़े-मकोड़ों को मार भगाने के लिए करता है।

प्रेरणा: हर असामान्य क्रिया के पीछे कोई गहरी समझ छिपी होती है। विचार मत करो — पहले समझो।

जीवन में कुछ पाना है तो दर्द को चेहरे पर मत आने दो। गुस्से को काबू में रखो, नफरत को दिल में मत पालो और दिमाग से खेलो। नफरत को जुबान पर लाना मूर्खता है।

प्रेरणा: संयम सबसे बड़ी बहादुरी है। जो मन को जीत ले, वही संसार को जीत सकता है।

पका हुआ गुस्सा पालने वाला साधारण मनुष्य भी समय आने पर शक्तिशाली को हरा देता है।

प्रेरणा: धैर्यवान व्यक्ति का मौन ही उसकी तलवार है।

मेहनत इतनी खामोशी से करो कि सफलता शोर मचा दे।

प्रेरणा: शब्दों से नहीं, कर्म से अपनी पहचान बनाओ।

माफ़ी माँगने से यह साबित नहीं होता कि हम गलत हैं, माफ़ी माँगने का मतलब है कि हमें रिश्ता निभाना आता है।

प्रेरणा: अहंकार रिश्ते तोड़ता है, माफ़ी उन्हें अनंत बनाती है।

प्रत्येक वस्तु की अधिकता जीवन में विष के समान है।

प्रेरणा: संतुलन ही सुख का सबसे गहरा रहस्य है।

इंसान मुश्किलों से डरता है, मुश्किलें इंसान के हौसले से डरती हैं।

प्रेरणा: जब हौसला ऊँचा हो, तब हर बाधा रास्ता बन जाती है।

जीवन में ज्यादा रिश्ते ज़रूरी नहीं, पर जो रिश्ते हैं उनमें जीवन होना चाहिए।

प्रेरणा: गिनती नहीं, गहराई मायने रखती है।

सफलता की ओर जाने वाली हर डगर असफलताओं के पड़ावों पर रुकती है।

प्रेरणा: हर हार के पीछे एक सबक है — उसी से जीत जन्म लेती है।

उत्साह चिंगारी है, धैर्य उसकी लौ। जो दोनों को साथ रखता है, वही सृजन करता है। मनुष्य जीवनभर डूबा रहता है, दूसरो की चिंता में, मांगता है क्या और चाहता है 'सौ प्रतिशत' पर निन्यानबे प्रतिशत पर ही समाप्त होकर फिर शून्य पर लौट आता है, जैसे साँप-सीढ़ी के खेल में शीर्ष पर पहुँचकर फिर नीचे गिर जाता है।

प्रेरणा: जीवन का खेल परिणाम नहीं, अनुभव के लिए खेलो यही स्थिरता का रहस्य है। कोई प्रयत्न विफल हो सकता है, लेकिन किसी प्रयत्नशील की दुर्गति नहीं होती। इसी कारण संत कभी रुकते नहीं।

प्रेरणा: सफलता कर्म में नहीं, निरंतरता में छिपी है।

सफलता के गुण

आखिर एक जैसी डिग्री और एक जैसी योग्यता होने पर भी सफलता में फर्क क्यों होता है? — प्रभावी बोलने की कला।

प्रेरणा: वाणी वह शक्ति है जो विचारों को प्रभाव में बदल देती है।

जो जीवन भर पाएँगे, वह महत्वपूर्ण है — या जो पल भर खोएँगे, वही सोचो और प्रभावी बोलो।

प्रेरणा: हर शब्द बीज है; सावधानी से बोओ, वह चरित्र बनेगा।

क्या थोड़े से तनाव के डर से हम अपनी प्रतिष्ठा छोड़ देंगे? प्रतिष्ठा चाहिए तो प्रभावी बोलो।

प्रेरणा: जो बोलता है सोचकर, वही सुनने लायक बनता है।

यदि आप इंद्रधनुष का मज़ा लेना चाहते हैं तो बारिश झेलने के लिए भी तैयार रहिए। दोनों साथ ही आते हैं — यह आपके ऊपर है कि आप भीगने पर चिल्लाते हैं या इंद्रधनुष का आनंद लेते हैं।

प्रेरणा: हर कठिनाई के बाद सौंदर्य छिपा है — बस दृष्टि बदलने की देर है।
अर्थात् स्वाभाविक होकर अपनी खुद की पहचान के अनुरूप अपनी शैली में बोलो।

प्रेरणा: सच्चा प्रभाव वही है जो ईमानदार हो, नकल नहीं।

जीतते हैं वही जो हार नहीं मानते।

प्रेरणा: हार केवल अंत नहीं, यह एक सतत यात्रा है। अगले प्रयास का आरंभ है।

वक्ता का उद्देश्य होता है कि लोग उसे सुनें अर्थात् श्रोताओं को देना, न कि दिखाना।
इसलिए जो बोले, उसकी विषयवस्तु श्रेष्ठ हो।

प्रेरणा: शब्दों की सजावट नहीं, सार्थकता सुनने वालों के दिल में उतरती है।
बुद्धिमान आदमी भाषण से पहले चिंतन करता है, और मूर्ख कहने के बाद सोचता है।

प्रेरणा: वाणी पर नियंत्रण ही बुद्धि का प्रमाण है।

गुण-दोष सबमें रहते हैं; भूल सभी से होती है। अतः लोगों के दोष मत खोजो —

ऐसा करने से मनुष्य खुद जलेगा, दूसरों को जलाएगा और कुण्ठित रहेगा।

अर्थात् अब से सबके गुण देखने की आदत डालो, और आत्मशक्ति व मन की शांति पाओ।

प्रेरणा: आलोचना आत्मा को छोटा करती है, सराहना उसे विशाल बनाती है।

खुश होना कभी न भूलो, यही एक बात महत्व रखती है। भरपूर जियो, आज में जियो, अपनी जिंदगी जियो।

प्रेरणा: अतीत पछतावा है, भविष्य अनिश्चित — जीवन केवल आज है। यदि आज को कल से बेहतर नहीं बना सकते, तो फिर कल की ज़रूरत ही क्यों?

अपने विचार और ज्ञान को साझा करो।

प्रेरणा: ज्ञान बाँटने से बढ़ता है, और अनुभव साझा करने से जीवन सुंदर बनता है।

रेस में जीतने वाले घोड़े को पता भी नहीं होता कि जीत क्या है —

वह तो अपने मालिक द्वारा दी गई तकलीफ़ की वजह से ही दौड़ता है।

तो जब जीवन में तकलीफ़ आए और कोई मार्ग न दिखे,

तो समझो कि मालिक तुम्हें जिताना चाहता है।

प्रेरणा:

हर पीड़ा एक परीक्षा नहीं, एक तैयारी होती है।

गप्पी वह है, जो तुमसे अन्य व्यक्तियों के बारे में बात करे।

उबाऊ वह है, जो स्वयं के बारे में बात करे।

बुद्धिमान वह है, जो तुमसे तुम्हारे बारे में बात करे।

प्रेरणा:

वार्तालाप का सौंदर्य विषय में नहीं, संवेदना में है।

धीमा बोलने वाला व्यक्ति समाज में दबू या रिज़र्व समझा जाता है —

लोग उसकी योग्यता पर प्रश्नचिह्न लगा देते हैं।

प्रेरणा:

धीरे बोलो, पर स्पष्ट बोलो — आवाज़ नहीं, आत्मविश्वास सुनाई देना चाहिए।

जिस भाषा पर आपका अधिकार और अच्छा ज्ञान हो, उसी भाषा का उपयोग करो।

प्रेरणा: वाणी का सार उसके सत्य और सहजता में है, सजावट में नहीं।

जानकारी न होते हुए गलत बात करने से आपकी योग्यता और ज्ञान पर प्रश्न उठते हैं —

हमेशा उचित और सही तथ्यों को जानकर ही चर्चा करो।

प्रेरणा: ज्ञान की गहराई चुप्पी से बढ़ती है, अधूरी बातों से घटती है।

हमारी बातों का लोगों पर प्रभाव पड़े यदि ऐसा चाहते हो, तो सत्य कहो, सरल कहो, संक्षिप्त कहो — यही मूल मंत्र है।

प्रेरणा: सत्य की भाषा छोटी होती है, पर उसकी गूंज अनंत होती है।

समापन प्रेरणा:

जो स्वयं पर विश्वास रखता है, जो हर असफलता में सीख खोजता है,
जो संयम से बोलता है और प्रेम से चलता है — वही जीवन का विजेता है।
क्योंकि जीत केवल मंच पर नहीं मिलती, बल्कि **मन की शांति** में मिलती है।

गीता ज्ञान (कर्म, भक्ति और आत्मचिंतन का शाश्वत संदेश)

गीता — जीवन की दिशा और दृष्टि

Bhagavad Gita केवल एक धर्मग्रंथ नहीं है — यह मनुष्य के जीवन की दिशा और दृष्टि है। यह सिखाती है कि सच्चा धर्म बाहरी कर्मकांड में नहीं, बल्कि अंतर्मन की निष्ठा में निहित है।

मनुष्य अपने जन्मजात स्वभाव के अनुसार कर्म करने में समर्थ होता है, और उसे वही कर्म करना चाहिए — क्योंकि उसी उद्देश्य के लिए उसका जन्म हुआ है।

प्रेरणा: हर आत्मा किसी विशेष कार्य के लिए उत्पन्न होती है।

जब वह अपने स्वभाव के अनुरूप कर्म करता है, तब वह ईश्वर की इच्छा पूर्ण करता है।

कर्म का अधिकार और फल से विरक्ति

मनुष्य को ईश्वर द्वारा निर्धारित स्थान पर रहते हुए कर्म करने की स्वतंत्रता है, पर यह जानना आवश्यक है कि हमारा अधिकार केवल कर्म पर है, फल पर नहीं।

प्रेरणा:

कर्म ही हमारा धर्म है। फल की चिंता बंधन है, कर्म की निष्ठा मुक्ति।

जो व्यक्ति परिणाम को ध्यान में रखकर कर्म करता है, वह अक्सर दुःखी रहता है।

अतः विवेक और आत्मचिंतन के साथ कर्म करते रहना ही शांति का मार्ग है।

प्रेरणा: जो परिणाम का भार छोड़ देता है, वह शांति का वरदान पा लेता है।

मेहनत और भाग्य का सत्य

मेहनत सीढ़ियों के समान है और भाग्य लिफ्ट की तरह।

लिफ्ट किसी भी समय बंद हो सकती है, पर सीढ़ियाँ हमेशा ऊँचाई तक पहुँचाती हैं।

प्रेरणा: धीमी गति से चलो, पर अपने बल पर चलो।

हर कदम आत्मनिर्भरता की सीढ़ी है।

प्रेम — शांति का शस्त्र

अपने विरोधी को अनुकूल बनाने का श्रेष्ठ उपाय है — उसके साथ सच्चा और सरल प्रेम।

प्रेरणा: शत्रुता को तोड़ने वाला केवल प्रेम है, क्योंकि प्रेम ही शांति का शस्त्र है।

कमजोरी और सामर्थ्य

जो लोग अपनी कमजोरियों में डूबे रहते हैं, वे निरंतर आहत होते रहते हैं।

प्रेरणा: कमजोरी पर ध्यान देने से शक्ति क्षीण होती है। अपने सामर्थ्य को पहचानो — वही तुम्हारा कवच है।

आत्मा और मोक्ष का सत्य

शरीर का नाश होना मृत्यु नहीं है — वास्तविक मृत्यु पापपूर्ण वासनाओं में डूब जाना है।

प्रेरणा:

शरीर मिट्टी है, आत्मा अजर है। जब इच्छाओं का अंत होता है, तभी मोक्ष आरंभ होता है।

न्याय और अधिकार

झगड़े का मूल कारण है — दूसरों का अधिकार छीनने की इच्छा।

प्रेरणा: न्याय भीतर से शुरू होता है। जहाँ ईमान है, वहाँ झगड़ा नहीं।

देने का आनंद

यदि देने में आनंद है, तो कोई आपको दुखी नहीं कर सकता।

यदि केवल लेने में आनंद है, तो कोई आपको सच्चा सुख नहीं दे सकता।

प्रेरणा: देना ही आनंद का सच्चा रूप है।

जो बाँटता है, वही भरता है।

दुःख — विकास की तपशाला

दुःख मनुष्य के विकास का साधन है।

जैसे सोना तपकर ही चमकता है, वैसे ही मनुष्य कष्टों से निखरता है।

प्रेरणा: कष्ट परीक्षा नहीं, तपस्या है। जो जलता है, वही चमकता है।

आसक्ति और प्रेम

ममता चिंता को जन्म देती है, और चिंता दुःख को।

प्रेरणा:

आसक्ति बंधन है, और प्रेम — स्वतंत्रता।

भक्ति — अंतर्मन का संगीत

भक्ति दिखावे के लिए नहीं, आत्मसुख के लिए होती है।

प्रेरणा:

भक्ति हृदय का मौन संगीत है, जिसे केवल ईश्वर सुनता है।

कर्मचक्र का नियम

जो घटता है, वह पूर्व कर्मों का परिणाम है। बिना कारण कुछ नहीं घटता।

प्रेरणा:

कर्म चक्र निष्पक्ष है। हर परिणाम एक सीख है।

संयम और स्वास्थ्य

रोगों का वास्तविक नाश इंद्रिय संयम और मन की शुद्धि से होता है।

प्रेरणा:

मन शुद्ध हो तो शरीर स्वयं स्वस्थ होता है। संयम सर्वोत्तम औषधि है।

विपरीतताओं का संतुलन

सुख-दुःख, सफलता-असफलता, प्रेम-घृणा — ये सभी जीवन के संतुलन के अंग हैं।

विजय का स्वाद पराजय से ही प्रकट होता है।

प्रेरणा: जीवन का सत्य यही है — हमें चरम सीमाओं को जीना और स्वीकारना पड़ता है।

विचारों की शक्ति

यदि हम समझ लें कि विचार कितने शक्तिशाली हैं, तो नकारात्मकता को कभी स्थान न दें।

प्रेरणा: विचार ही नियति बनते हैं। जैसा सोचोगे, वैसा बनोगे।

आत्मविश्वास का पर्वत

“पहाड़ तुम्हारे आत्मविश्वास से ऊँचा नहीं है;

जब तुम उसकी चोटी पर पहुँचोगे, वह तुम्हारे पैरों के नीचे होगा।”

प्रेरणा: जो भीतर ऊँचा है, उसे बाहर की ऊँचाई नहीं रोक सकती।

विचारों का आदान-प्रदान

यदि हम धन का आदान-प्रदान करें तो मात्रा समान रहती है, पर यदि विचारों का आदान-प्रदान करें तो दोनों समृद्ध होते हैं।

प्रेरणा: ज्ञान बाँटने से घटता नहीं — वह विभाजन में विस्तार पाता है।

हर दिन का संकल्प — ऊँची उड़ान

“कर्म ही पूजा है, और विचार ही साधना।”

मनुष्य के भीतर की ज्वाला ही उसका भाग्य है।

जब आत्मविश्वास, कर्तव्य और सकारात्मक सोच एक साथ जलते हैं, तब सफलता निश्चित होती है।

आज का दिन मेरा है

हर सुबह उठकर कहो “आज मैं अपनी जीत स्वयं लिखूँगा।”

मैं स्वयं का सर्वश्रेष्ठ रूप हूँ “मैं जैसा हूँ, वैसा ही अद्वितीय हूँ।”

मैं विजेता हूँ “मैं कर सकता हूँ, और मैं करूँगा।”

प्रेरणा:

जब भीतर आग जलती है, तब बाहर की आँधियाँ भी रुक जाती हैं।

“जो स्वयं को जीत ले, उसे दुनिया की कोई लड़ाई नहीं रोक सकती।”

सकारात्मकता का मंत्र

सकारात्मक सोचो, अपने आप पर विश्वास रखो।

यदि तुम अपने कर्तव्य को सलाम करते हो, तो फिर दुनिया में किसी को सलाम करने की आवश्यकता नहीं। कर्तव्य की बात करो, अधिकार की नहीं। (“मैं कर्ता नहीं हूँ” — इस विश्वास रूपी अमृत को पीकर सुखी हो सकते हैं।)

प्रेरणा: कर्तव्य ही वह साधना है जो मन को शुद्ध करती है। जो अपने कर्म को ईश्वर पर अर्पण समझता है, वह हर परिस्थिति में विजयी रहता है।

आदमी दुनिया भर की नज़रों में गिर जाए फर्क नहीं पड़ता, पर अपनी नज़रों में नहीं गिरना चाहिए।

प्रेरणा: स्वाभिमान आत्मा का दीपक है, जिसे बुझाने वाला स्वयं का विनाश करता है।

हमारे दिमाग में करोड़ों विचार हैं ,विचारों को पैसों में बदलने के लिए सही विचार करना ज़रूरी है।

प्रेरणा: विचार ही बीज हैं —सही बीज बो दो, फसल सफलता की होगी।

‘नहीं चाहते’ अथवा ‘चाहते’ — इन दो शब्दों को गौर करो।जिस पर आज अधिक समय लगाते हो, वही तुम्हारे पास आता है।

प्रेरणा: जहाँ ध्यान है, वही ऊर्जा बहती है।सोचो वही, जो पाना चाहते हो।

अगर कुछ पाना है और दृढ़ निश्चय मन में कर लिया,तो हमेशा मनचाही चीजों पर ध्यान केंद्रित करो।

प्रेरणा: संकल्प की ऊर्जा सबसे शक्तिशाली साधना है।

अपने विचारों को बदलकर दृढ़ निश्चय से हर परिस्थिति को बदला जा सकता है।

प्रेरणा: परिस्थितियाँ बाहर नहीं, पहले भीतर बदलो -- दुनिया स्वयं झुक जाएगी।

हमारा पूरा जीवन हमारे दिमाग में घूमने वाले विचारों का प्रकटीकरण होता है।

प्रेरणा: विचार ही वास्तविकता बनते हैं —जो सोचते हो, वही बनते हो।

समय लगने और देर होने से आपका फायदा ही होता है।

प्रेरणा: धैर्य ईश्वर का तरीका है — कभी देर नहीं होती, केवल तैयारी होती है।

इस संसार में कमाने लायक कुछ है तो वह ‘इज्जत’ है। पैसा जा सकता है, पर इज्जत एक बार गई तो वापस नहीं आती।

प्रेरणा: सम्मान सबसे बड़ी संपत्ति है —जिसे कमाना मुश्किल और खोना आसान है।

इंसान को गुस्से को पालना आना चाहिए;गुस्सा पालने वाला ही अंत में महान बनता है।

प्रेरणा: काबू में रखा क्रोध शक्ति बनता है,फूट पड़ा क्रोध विनाश करता है।

दूसरों के लिए कुछ करने पर सुकून मिलता है, क्योंकि अंधेरे को अंधेरा नहीं, रोशनी मिटा सकती है।

प्रेरणा: सेवा ही वह दीपक है जो आत्मा को उजास देता है।

आराम मदद करने पर मिलता है, न कि गुस्सा मिटा देने पर।

प्रेरणा: शांति बदले में नहीं, करुणा में मिलती है।

बदला लेने पर चार दिन का सुकून मिलता है, पर माफ़ करने से ज़िंदगी भर का सुकून मिलता है।

प्रेरणा: माफी आत्मा की विजय है — जहाँ क्षमा है, वहाँ भगवान है।

किसी और के लिए जब कुछ करते हो, अंदर बहुत शांति मिलती है — दूसरों की मदद करो।

प्रेरणा: जो दूसरों के आँसू पोंछता है, उसकी आँखों में कभी आँसू नहीं आते।

जब तक हम किसी के हमदर्द नहीं बनते, हम दर्द से और दर्द हमसे जुदा नहीं होता।

प्रेरणा: करुणा ही मुक्ति का द्वार है, हर वक्त मुस्कुराना चाहिए।

जीतने वाले कोई अलग काम नहीं करते, वो हर काम को अलग ढंग से करते हैं।

प्रेरणा: रचनात्मकता ही सफलता की असली पहचान है।

भले लोगों का कुछ नहीं होता, पर बुरा सोचने वाले किसी भी हद तक जाते हैं और मुँह की खाते हैं।

प्रेरणा: असत्य का जोश अल्पकालिक है, सत्य की शांति शाश्वत है।

जो संबंध पहले से चले आ रहे हैं, वो बहुत आगे तक जाते हैं।

प्रेरणा: रिश्ते पेड़ की जड़ों की तरह होते हैं — सिंचाई की जरूरत होती है, बदलाव की नहीं।

अपनों को दी हुई तकलीफ भुलाई नहीं जा सकती है।

प्रेरणा: अपनों का दिल तोड़ना सबसे बड़ी हानि है — जो लौटकर कभी नहीं भरती।

सिक्के हमेशा आवाज़ करते हैं, मगर नोट हमेशा खामोश रहते हैं। इस कारण जब बड़े बनो तो शांत रहो — आवाज़ करना छोटे और नीच व्यक्ति का स्वभाव होता है।

प्रेरणा: महानता हमेशा मौन में जन्म लेती है।

खुश वो होते हैं जो खुशियाँ बाँटते हैं — बटोरने में तो जिंदगी गुजर जाती है। अर्थात् दूसरों को खुशियाँ बाँटो और जिंदगीभर मज़े करो।

प्रेरणा: जो देता है, वही अमीर है।

समंदर के समान बड़ा और खारा होने से अच्छा, दरिया समान छोटा और मीठा होना चाहिए — अर्थात् विनम्रता रखो।

प्रेरणा: विनम्रता ही आत्मा की सबसे बड़ी ऊँचाई है।

ऊँचा लक्ष्य, ऊँची उड़ान “लक्ष्य ऊँचा रखो, उड़ान भी ऊँची होगी।”

प्रेरणा: छोटे सपने देखने वाला कभी बड़ी उड़ान नहीं भरता।

सुबह का एक छोटा-सा सकारात्मक विचार, पूरे दिन का स्वरूप बदल सकता है।

प्रेरणा: हर दिन एक बीज है — उसे आशा से सींचो, वह सुख का वृक्ष बनेगा।

आईना कभी झूठ नहीं बोलता, और परछाई कभी साथ नहीं छोड़ती।

प्रेरणा: ईमानदारी और आत्मसंगति — यही सच्चे साथी हैं।

सपने ही सफलता की जड़ हैं, जो हमें आगे बढ़ने की शक्ति देते हैं।

प्रेरणा: सपना ही वह दीपक है जो अंधेरे में दिशा दिखाता है।

जीवन की दौड़ को अकेले खड़ा होकर झेलना पड़ता है।

प्रेरणा: भीड़ साथ नहीं चलती, विजेता हमेशा अकेला होता है।

याद रखो, जीवन आसान तब होता है, जब हम परिस्थितियों के साथ झुकना और ढलना सीख जाते हैं।

प्रेरणा: लचीलापन कोई कमजोरी नहीं —जीवन का सबसे बुद्धिमान गुण है।

अंधकार प्रकाश का विरोधी नहीं है, वह तो केवल प्रकाश की अनुपस्थिति है।

ठीक वैसे ही जैसे भय, साहस की अनुपस्थिति है।

प्रेरणा: जहाँ साहस है, वहाँ भय का अस्तित्व नहीं।

तुम्हारा हर कदम एक चुनाव है और जीवन की हर परीक्षा एक चुनौती।

चुनाव और चुनौती ही व्यक्ति का चरित्र गढ़ते हैं।

प्रेरणा: चरित्र किसी परिस्थिति में नहीं, बल्कि हमारे चयन में प्रकट होता है।

सुख की निरंतर तलाश ही दुख का सबसे बड़ा कारण है। सुख खोजने में मत भागो, जीवन को जैसा है, वैसा स्वीकारो। स्वीकार करने में ही सच्ची शांति है।

प्रेरणा: स्वीकार ही समाधि है — जहाँ स्वीकार है, वहाँ कोई दुख नहीं रहता।

अंतिम प्रेरणा:

जो अपने कर्म, विचारों पर विश्वास करता है और हर परिस्थिति में मुस्कुराना जानता है वही वास्तव में गीता का सच्चा साधक है। जो को उपासना मानता है,

शकुनि — मतलब बाज (विश्वसनीयता, आकर्षण और कर्म की ताकत)

कुछ भी परफेक्ट नहीं होता; हमें बस हर चीज़ को अपनाना होता है। कोई निपुण/परिपूर्ण नहीं होता — अर्थात् कुछ कमियाँ तो हर इंसान में होती हैं। अपनी गलती से सीखना ही अलग शक्ति का कारक बनता है।

प्रेरणा: कमियाँ मनुष्य की पहचान नहीं, उसकी सीखने की क्षमता हैं जो अपनी खामियों से सीखता है, वही बदलता है — और फिर वही सबका नेतृत्व करता है

सामर्थ्य — व्यक्ति की कोई निर्बलता न हो, ये मानना हमारी भूल है। अर्थात् हर व्यक्ति की कोई न कोई कमजोरी होती ही है।

प्रेरणा: सौम्यता में ही वास्तविक सामर्थ्य होता है — और किसी की कमजोरी जानकर उसे नाटकीयता से आँकलना मूर्खता है।

योद्धा की शक्ति का स्मरण शत्रु को और योद्धा में अपनी मर्यादा का स्मरण स्वयं को हो तो उसकी पराजय नहीं हो सकती।

प्रेरणा: सम्मान की याद दोनों ओर समता बनाती है — और समता में ही अक्षय विजय का बीजारोपण होता है।

श्रेष्ठ मनुष्य का लक्षण होता है कि वो अंत तक प्रयास करना बंद नहीं करता।

प्रेरणा: कोशिश की लौ बुझती नहीं — यही श्रेष्ठता की पहचान है।

मनुष्य जिस वस्तु का मूल्य नहीं चुकाता वह उसका मूल्य नहीं समझता।

प्रेरणा: मूल्य का माप अनुभव है — जब भुगतान करना पड़े तब ही समझ आती है।

ईश्वर ने भीम को ज्ञान नहीं दिया कि कैसे दुर्योधन का वध हो — अर्थात् वो साथ है पर कर्म/अपनी शक्ति (पुरुषार्थ) का उपयोग स्वयं करना होता है (अथवा लोग कर्म छोड़ कर केवल पूजा करने लगेंगे)। कर्म के बिना कुछ प्राप्त नहीं होता।

प्रेरणा: ईश्वर साथ है, पर हाथ में हल वही है — जो किसान खुद चला कर फसल उगाता है।

जिनके इरादे नेक होते हैं उनके दोस्त अनेक होते हैं।

प्रेरणा: नेक इरादे चुंबक की तरह लोग खींचते हैं — अकेला चलने पर भी साथ बनता जाता है।

कोई भी लक्ष्य मनुष्य के साहस से बड़ा नहीं; हारा वही जो लड़ा नहीं।

प्रेरणा: साहस की सीमा तय करो — और हर बाधा को एक चुनौती मान कर आगे बढ़ो।

कोई भी कार्य असंभव नहीं होता; अथवा असंभव कार्य भी विश्वास से करें तो सफलता अवश्य मिलती है।

प्रेरणा: विश्वास वह जादू है जो असंभव को संभव में बदल देता है।

युद्ध कभी भी बल से नहीं जीता जा सकता; युद्ध केवल आत्मबल से ही जीता जा सकता है।

प्रेरणा: भीतर की दृढ़ता ही बाहर के तूफ़ान को शांत कर देती है।

मनुष्य का सबसे बड़ा पाप ही उसकी सबसे बड़ी निर्बलता है (दुर्योधन का पाप — अपनी जांघ पर द्रौपदी को बैठाने के लिए कहना — वही जांघ उसकी निर्बलता थी)।

प्रेरणा: जो पाप पर गर्व करता है, वही अंततः खुद पतन का कारण बनता है।

आप जितना ज्यादा अच्छा महसूस करोगे, आपकी ओर उतनी ही ज्यादा अच्छी चीज़ें आकर्षित होंगी।

प्रेरणा: भावनाएँ ऊर्जा हैं — अच्छी ऊर्जा अच्छे अवसर बुलाती है।

जब निराश महसूस हो, गाना गुनगुनाने लगे; अपने सच्चे प्यार के बारे में सोचो — आप अच्छा महसूस करोगे।

प्रेरणा: सरल क्रियाएँ मन का मौसम बदल देती हैं; खुशी की आदत बनाओ।

हमारे पास हमेशा ऐसी चीज़ें/विचार होने चाहिए जो पल में हमारी भावनाओं को बदल सकें।

प्रेरणा: प्रोएक्टिव शिष्टाचार — तैयार उपाय रखें, भावनाएँ तभी स्थिर रहेंगी।

ताबीज में कोई ताकत नहीं होती; उसके पहनने वाले में ताकत होती है।

प्रेरणा: संकेत नहीं, श्रद्धा; वस्तु नहीं, विश्वास — शक्ति भीतर से आती है।

भावना — इच्छा है, और इच्छा — प्रेम। प्रेम वही दे सकता है जो पूर्णतया तृप्त हो।

प्रेरणा: तृप्ति ही दाता बनाती है; अधीरता केवल लेने वाली बनाती है।

विचारों, भावनाओं को समझने और चालू रखने से हम वास्तव में अपना निर्माण करते हैं।

प्रेरणा: सोच और भावना ही जीवन का निर्माण ब्लूप्रिंट है — इसे संभाल कर रखो।

जीवन की रचनात्मक प्रक्रिया — हमारा संकल्प है; और वह हमारे सामने स्पष्ट होनी चाहिए।

प्रेरणा: जब संकल्प स्पष्ट हो, तो मार्ग अपने आप बनते हैं।

हम सोचते हैं कि हमें यह चाहिए, लेकिन हम यह नहीं सोचते कि यह हमें प्राप्त कैसे होगा — अपने संकल्प से दृढ़ता से अपने विचार पर अड़े रहने से होगा।

प्रेरणा: इच्छा + योजना + दृढ़ता = उपलब्धि।

रोकना से निराशा आती है; शंका को विश्वास से दबाओ — यह सोचें ‘यह जरूर होगा, होगा ही’।

प्रेरणा: शक को विश्वास से दबाना अभ्यास मांगता है — पर परिणाम चमत्कारी हैं।

आग्रह में विश्वास की शक्ति होनी चाहिए तो आपका कार्य अथवा मनचाही वस्तु जरूर मिलेगी।

प्रेरणा: आग्रह नहीं आस्था — जब आग्रह में आस्था हो, तो ऊर्जा लक्ष्य को खींचती है।

हर किसी को खुश करना शायद हमारे बस में नहीं — लेकिन किसी को हमारी वजह से दुख न पहुँचे — यह तो हमारे बस में है।

प्रेरणा: अकेले पूरी दुनिया नहीं बदलोगे; पर अपने आस-पास की दुनिया जरूर संवरेगी।

जीवन सिर्फ आकर्षण के नियम पर चलता है

गुरुत्वाकर्षण का नियम जिस प्रकार चीजों को नीचे की ओर खींचता है, उसी प्रकार आकर्षण का नियम आपके विचारों को अपनी ओर खींचता है।

प्रेरणा: जहाँ ध्यान है, वहाँ जीवन खिंचता है—इसलिए विचारों का चयन समझदारी से करो।

बुरा महसूस करते समय अच्छे विचार रखना असम्भव होता है।

प्रेरणा: पहले स्थिति बदलो — फिर विचार। छोटे-छोटे क्रियात्मक कदम लो।

हमारी भावना हमारे जीवन चक्र का मूल कारण है।

प्रेरणा: भावना = चालक; इसे साफ और सकारात्मक रखो।

जितना प्रेम का भाव रखोगे, उतने ही शक्तिशाली बनोगे।

प्रेरणा: प्रेम शक्ति है — न कि कमजोरियाँ।

जब तक लगातार विचार करके किसी चीज के लिए आह्वान नहीं करोगे, तब तक कोई भी चीज आपकी और आकर्षित नहीं हो सकती।

मित्रों — हमेशा स्पष्ट कल्पना करनी चाहिए और उसे ही माँगना चाहिए।

प्रेरणा: अस्पष्ट चाहत अधूरी रहती है; स्पष्ट चाहत का शक्ति केन्द्र होता है।

हमेशा यकीन करें — माँगें पूरी होंगी; आस्था पक्की होनी चाहिए कि जो आप चाहते हैं, वह मिलेगा।

प्रेरणा: विश्वासतेज तुम्हारी राह को रोशन करेगा।

सफलता का मंत्र

हमें हमेशा खुद से सवाल करते रहना चाहिए कि अब आगे और क्या — इससे पता चलता है कि हम क्या नहीं जानते और क्या सीखना चाहिए।

प्रेरणा: जिज्ञासा ही विकास का ईंधन है।

सफलता हासिल करने के लिए टीम लीडर को अपनी टीम पर पूरा भरोसा होना चाहिए।

प्रेरणा: नेतृत्व = विश्वास + साझा लक्ष्य।

मुश्किल काम को छोड़ देना हल नहीं है; उस परेशानी का समाधान निकालने का प्रयास करो।

प्रेरणा: समस्या भागने से नहीं, हल करने से मिटती है।

अपनी गलतियों का दोष दूसरों को देने के बजाय अपनी कमियों को स्वीकारें।

प्रेरणा: स्वीकृति बदलने की शुरुआत है।

एटिट्यूड छोड़ो — आपको हर चीज सीखने की प्रकृति अपनानी होगी।

प्रेरणा: सीखने की ललक ही समय की सबसे बड़ी पूँजी है।

नेटवर्किंग के बिना आगे नहीं बढ़ सकते — हमेशा मधुर संबंध विकसित करने चाहिए।

प्रेरणा: लोग अवसर हैं; संबंध पुला।

लोगों की सलाह पर जरूर गौर करना चाहिए।

प्रेरणा: अनुभव साझा करने में न्याय है — पर निर्णय अंततः तुम्हारा।

नियमित रूप से अपना और अपनी टीम का फीडबैक लेते रहना चाहिए।

प्रेरणा: सुधार चक्र लगातार होना चाहिए — तभी विकास स्थायी है।

अपना काम करते हुए कामयाबी का इंतजार जारी रखना चाहिए।

प्रेरणा: धैर्य और सततता — यही सफलता की गुरुत्वाकर्षण है।

अंतरीक्षण — भीतर की जागरूक दृष्टि

जीवन में वही बढ़ते हैं जो अवसर पकड़ कर उसे भुनाते हैं।

प्रेरणा: अवसर ढूँढना नहीं — उसे बनाने का हुनर सीखो।

जिसकी जैसी दृष्टि होती है, उसको सारी सृष्टि वैसी ही नजर आती है।

प्रेरणा: दुनिया तुम्हारे नजरिए का दर्पण है — नजरिया बदलो, दुनिया बदल जाएगी।

सफलता हमेशा के लिए नहीं होती; असफलता कभी घातक नहीं होती।

प्रेरणा: अस्थायी घटनाएँ जीवन नहीं परिभाषित करतीं — प्रतिक्रिया करती है।

रणनीति कितनी भी सुंदर क्यों न हो, पर उसके परिणामों पर जरूर विचार करना चाहिए।

प्रेरणा: योजना + परीक्षण = स्थायी सफलता: झटपट की चमक नहीं।

साहस मनुष्य का वह गुण है जो मनुष्य के सब गुणों का कारण होता है।

प्रेरणा: साहस बिना गुण अधूरे हैं — वह सबका जनक है।

आशावादी हर आपदा में अवसर देखता है; निराशावादी अवसर में भी आपदा देखता है।

प्रेरणा: दृष्टिकोण ही वास्तविक संपत्ति है।

लगातार प्रयास से ही अपने सपने साकार हो सकते हैं।

प्रेरणा: रोजाना की मेहनत ही इतिहास बनाती है।

स्वयं को जानने के लिए स्वयं की समीक्षा जरूरी है।

प्रेरणा: रिफ्लेक्शन ही सुधार का आरंभ है।

कड़वे अतीत को याद करना अवसाद का कारण बनता है — वर्तमान पर असर डालता है; उसे भूल जाना चाहिए।

प्रेरणा: अतीत को सबक बनाओ, बोझ नहीं।

वाणी — जो बोली जाए वही

व्यक्ति के जीवन का सारा चमत्कार उसकी वाणी में ही समाया रहता है।

प्रेरणा: बोलने में शुद्धता जीवन को शुद्ध करती है।

वाणी का जिह्वा से गहरा संबंध होता है — रस और रस का जीवन मन तथा प्राण होते हैं। मतलब: वाणी की सीमा व्यक्ति का ज्ञान है; मन और प्राण उसकी शक्तियाँ हैं।

प्रेरणा: शब्दों में अर्थ और भाव में शक्ति — दोनों साथ चाहिए।

मौन व्यक्ति को अपनी छवि दिखाई देती है जिसे वह देखना नहीं चाहता है।

प्रेरणा: मौन आत्मनिरीक्षण कराता है — पर उसका भय भी आ सकता है।

मौन व्यक्ति स्वयं से बातें करता है; स्वयं से बातें करने वाला अहंकारी हो सकता है।

प्रेरणा: मौन उपयोगी है, पर आत्मसंवाद विनम्रता से होना चाहिए।

ईश्वर का एक ऐसा उपहार जिसके बिना क्षण भर भी अकेला रहना मानो सज़ा है — वह है वाणी।

प्रेरणा: वाणी उपहार है; इसका सही प्रयोग जीवन को अर्थ देता है।

वाणी का कार्य है भीतर की हलचल को बाहर प्रकट करना।

प्रेरणा: बोलो सोच-समझ कर — और सुनो उस विचार को जो शब्दों से पहले आता है।

हमेशा संतुलित बात कहो और अच्छे संवाद का प्रयोग करो।

प्रेरणा: संतुलन वाणी की मुद्रा है — जो जुड़े, न कि तोड़े।

असफलता का मौसम — सफलता के बीज बोने का श्रेष्ठ समय

अगर आप लगातार आगे बढ़ना चाहते हैं तो हमेशा कुछ नया करना होगा।

प्रेरणा: नयापन ही प्रगति का जीवित रूप है।

पुरानी सफलता और कार्यशैली में बदलाव आपको कुछ नया करने की प्रेरणा देती है।

प्रेरणा: अद्यतन रहो — वही टिकता है जो बदलता है।

सफलता उन्हीं को मिलती है जो बदलाव के लिए तैयार रहते हैं।

प्रेरणा: लचीलापन जीत का आधार है।

अच्छी शुरुआत करते ही आधा कार्य समाप्त हो जाता है।

प्रेरणा: शुरुआत साहस मांगती है — और आधी जंग पक्की कर देती है।

एक आत्मा जो दोनों शरीर में निवास करती है, उसे मित्र कहते हैं।

प्रेरणा: सच्चा मित्र वह है जो तुम्हारे अंदर भी मौजूद हो।

दुश्मनों पर विजय पाने की तुलना में मन/इच्छा पर विजय पाने का ज्यादा महत्व है।

प्रेरणा: भीतर की जीत सबसे बड़ी जीत है।

चोर को अपनी ताकत बनाओ — कमजोरी की सीढ़ी नहीं।

प्रेरणा: विफलता का संसाधन ही आज़ादी का आधार बन जाता है।

अगर आप जल्दबाजी और हड़बड़ी में हो तो जान लो कि विचार और कार्य डर पर आधारित हैं — अर्थात् भविष्य में बुरी चीजें उत्पन्न कर रहे हो।

प्रेरणा: धीमा और सटीक — यह बेहतर है।

कुछ पल का समय निकालो और असफलता को दूर भगाओ और खुद को बदल लो।
अर्थात् जल्दबाजी न करो।

प्रेरणा: विराम से बुद्धि आती है, जल्दबाजी से पछतावा।

ज्ञान

हो सकता है आपके विचारों से सहमत न हों लोग, पर अपने अधिकार और विचार को प्रकट करना चाहिए।

प्रेरणा: विचार साझा करो — पर विनम्रता और तर्क के साथ।

समापन प्रेरणा:

यह भाग बताता है कि अंदर की आवाज़, विचारों की स्पष्टता तथा कर्म की दृढ़ता ही वास्तविक शक्ति हैं।

जो अपने भावनाओं को नियंत्रित कर सकता है, जो वाणी में संतुलन रखता है, और जो निरंतर सीखता रहता है — वही सन्देश देता है कि बाज की तरह दूर तक देखना और सही वक्त पर पंख फैलाना ही जीवन का सिद्धांत है।

विश्वास, परिवार और आकर्षण का नियम(आत्म-निर्माण, कल्पना और कृतज्ञता की दिशा)

हमेशा अपने अधिकारों की रक्षा करने का प्रयास करना चाहिए।

प्रेरणा: अपना सम्मान बचाना अधिकार है — पर गरिमा से।

सर्वदा हमें अपने बड़ों को रोकना चाहिए।

प्रेरणा: अनुभव का आदर करना बुद्धिमत्ता है; मार्गदर्शन देना प्रेम है।

स्मृतियाँ चाहे अच्छी हों या बुरी हमेशा खुशी देती हैं।

प्रेरणा: यादें जीवन की पुस्तक हैं — उनसे सीखकर मुस्कुराना कला है।

जो लोग चीजों, लोगों और परिस्थितियों को सहज भाव से जैसा है वहाँ है रूप में स्वीकार कर लेते हैं, वे हरदम खुशमिजाज रहते हैं।

प्रेरणा: स्वीकार की शांति में ही अंतर्निहित आनंद मिलता है।

भावुक व्यक्ति हमेशा फ़रेब के जाल में फंसते हैं।

प्रेरणा: संवेदनशीलता हो तो विवेक भी रखें — तभी सुरक्षा में सौंदर्य होगा।

आपका यकीन/जानना और विश्वास की मंज़िल की समय अवधि तय करता है।

प्रेरणा: पक्का विश्वास समय को संक्षेप कर देता है — धैर्य उसका साथी हो।

हमें अपनी शक्ति का विश्वास करना होगा — यह विश्वास ही हमें हमारी चीज़ें पाने में मदद करता है; पूर्ण विश्वास ही तरक्की का मूल मंत्र है।

प्रेरणा: विश्वास ही वह ऊर्जा है जो सपना हकीकत बनाती है।

हमेशा अपने यकीन पर यकीन करें और बुरे विचारों को निकाल फेंकें।

प्रेरणा: मन को साफ रखो — वहाँ ही सफलता अंकुरित होती है।

परिवार

1. सफल विवाह वह है जिसमें पति-पत्नी एक-दूसरे के मतभेदों में भी खुशी ढूँढ़ लेते हैं।

प्रेरणा: समझौता नहीं, प्रेम का निर्माण — यही रिश्तों की गहराई है।

2. जिंदगी की भागदौड़ तो चलती रहती है; अगर अब भी आप वक्त न निकाल पाते तो कम से कम प्रेम से ही देखें, उनके बीच जाओ, स्मृतियों को याद करो — ऐसा लगेगा मानो प्रेम के समंदर में गोते लगा रहे हो। उठो देर न करो — सब कुछ बदल सकता है। प्रेम से सदैव प्रेम का व्यवहार करें।

प्रेरणा: समय दो — समय लौटकर नहीं आता; प्रेम वह नाव है जो हर दूरी पार कर देता है।

3. जीवन में दुख की बात तो यह है कि हम जल्दी बड़े तो हो जाते हैं — पर जल्दी समझदार नहीं होते।

प्रेरणा: उम्र बढ़ती है अनुभव से, पर समझदारी अभ्यास से — सीखते रहो।

4. खुशी अपने आप नहीं मिलती — यह आपके अपने कर्मों से ही आती है।

प्रेरणा: कर्म का फल ही हँसी का बीज है; बोओ, और मुस्कुराओ।

5. जब आप सब कुछ गवा देते हैं तो उससे प्राप्त शिक्षा को न गवाओ।
प्रेरणा: जो खोकर मिला, वही अमूल्य — उसे जीवन का पाठ बनाओ।

6. धोखे की कलाई जरूर खुलती है — चाहे जल्दी खुले या फिर काफी देर से।
प्रेरणा: सत्य की रोशनी देर तक नहीं रुकती; धैर्य रखें।

7. परिवार लोगों का समूह नहीं, बल्कि एक-दूसरे के प्रति सम्मान और दुख में दुखी होना तथा खुशी में खुश होना होता है।

प्रेरणा: परिवार वह धागा है जो जिंदगी के कपड़े को जोड़ता है — इसे मजबूत रखें।

खुशहाल जीवन के स्रोत

विश्वास — मंजिल तक पहुँचने की आंतरिक शक्ति

विश्वास केवल एक भावना नहीं, बल्कि वह आंतरिक शक्ति है जो मनुष्य को कठिन से कठिन मार्ग पर भी आगे बढ़ने का साहस देती है।

जब व्यक्ति यह निश्चय कर लेता है — “मैं अपनी मंजिल पर अवश्य पहुँचूँगा” — तभी उसकी यात्रा वास्तविक अर्थों में शुरू होती है।

मंजिल तक पहुँचना केवल बाहरी प्रयासों का परिणाम नहीं होता; यह भीतर के अटल विश्वास का फल होता है।

जिसे अपने उद्देश्य की पूर्ति का यकीन है, उसके कदम डगमगाते नहीं — चाहे राह कितनी ही लंबी क्यों न हो।

संकल्प वह बीज है,
विश्वास उसका जल है,
और निरंतर कर्म उसका प्रकाश।

जिसके भीतर यह त्रिवेणी बहती है, वह असफलता से टूटता नहीं, बल्कि उससे सीखकर और मजबूत बनता है। वह जानता है कि परिणाम केवल समय का प्रश्न है — प्रयास का नहीं।

अक्सर लोग इसलिए रुक जाते हैं क्योंकि उन्हें स्वयं पर विश्वास नहीं होता। पर जिसने यह स्वीकार कर लिया कि “मेरी मंज़िल मेरा इंतज़ार कर रही है”, उसके लिए हर बाधा एक परीक्षा मात्र बन जाती है।

प्रेरणा: दृढ़ संकल्प ही लक्ष्य को नज़दीक लाता है।
जब विश्वास अडिग हो, तो दूरी भी दिशा बन जाती है।

जीने का तरीका

1. अगर आप बुरी चीज़ों को अपने पास नहीं बुलाना चाहते हैं तो कुछ पल का समय निकालें और खुद को बदल दें।

प्रेरणा: अंतर कुछ पल में आता है — ठहर कर सोचो, फिर कदम बढ़ाओ।

2. हमेशा खाली समय का लाभ उठाकर अपनी मनचाही चीज़ों को पाने की कल्पना में जुट जाएँ।

प्रेरणा: कल्पना ही वास्तविकता की नींव है — रोज़ अभ्यास करो।

3. हमारी सोच हमारे साथ होने वाली घटनाओं को हमारे अनुकूल बनाती है।

प्रेरणा: विचार ही निर्माता है — उसे सकारात्मक रखो।

सोचना, माँगना और पाने का तरीका बदलो

1. “मैं यहां जाऊँगा” यह सोचने की बजाय “मैं वहां पहुँच गया” यह सोचना चाहिए।

प्रेरणा: पहले मानसिक चित्र, फिर भौतिका।

2. “मुझे तरक्की चाहिए” यह सोचने की बजाय “मैं प्रमोट/पदोन्नत हो गया” यह सोचो।

प्रेरणा: मन में जीत बिठाओ — शरीर उसी के अनुसार चलेगा।

3. अर्थात् पीछे न भागो — अपने पीछे भगाओ।

प्रेरणा: आकर्षण की ऊर्जा को अपने पक्ष में करो।

4. जिस प्रकार पैसे के पास ही पैसे आते हैं — वह जानता है “यह मेरा है” — उसके पास वह पहुँच जाता है; दूसरी तरफ लोग पैसे के पीछे भागते हैं।

प्रेरणा: अभिमान न कर के अभिलाषा ठोस बनाओ — धन भी मार्ग खोज लेता है।

5. वर्तमान परिस्थितियाँ चाहे जैसी हों, जैसे ही जीवन का रहस्य समझ आता है और आप उसका इस्तेमाल करते हैं तो परिस्थितियाँ आपके अनुरूप हो जाती हैं।

प्रेरणा: रहस्य समझ कर चलना — और दुनिया तुम्हारे कदमों को अपनाएगी।

6. आकर्षण का नियम हमारे विचारों के प्रति आज्ञाकारी होता है — हमारा जितना है; तुरंत कार्य करता है।

प्रेरणा: विचारों का संचयन — और परिणाम शीघ्र।

7. हम लगातार अपने अतीत के विचारों और कार्यों के परिणामों के साथ जीते रहते हैं।

प्रेरणा: अतीत सबक है, बंधन नहीं — सीख ले और आगे बढ़।

8. हम किसी भी समय अपने जीवन की तस्वीरें बदल सकते हैं — बस मनचाहे तरीके को सोचें।

प्रेरणा: तुम कलाकार हो — पैलेट हाथ में रखो और रंग भर दो।

9. ध्यान समस्याओं और शिकायतों पर न केन्द्रित करो — ध्यान उस पर करो जो चाहते हो और महसूस करो।

प्रेरणा: फोकस वही, जो फल देगा।

10. फोकस उस पर करो जो चाहते हो, उस पर नहीं जो नहीं चाहते हो — जो ज्यादा सोचोगे, पाओगे।

प्रेरणा: दिशा तय करो — ऊर्जा खुद परिणाम देगी।

11. सबका विरोधी क्यों जीतता है — सब ऊर्जा उसकी तरफ लगा देते हैं; मतलब विरोध के बजाय अपने जीत के बारे में सोचोगे — हमेशा विजय होगी; ऊर्जा अपनी जीत के लिए खर्च करो।

प्रेरणा: ऊर्जा निवेश वही जहाँ फल चाहिए — बहस में नहीं, काम में लगाओ।

प्रगति का स्रोत — कृतज्ञता / धन्यवाद / आभारी होना

1. जो कुछ पास है अगर उसे महसूस करोगे तो और ज़्यादा चीज़ें आकर्षित करोगे; या कहो कि पा ही लोगे — आप इन अब प्राप्त चीज़ों के लिए धन्यवाद देना न भूलें। कृतज्ञ होना हमारे जीवन का प्रगति मार्ग है।

प्रेरणा: कृतज्ञता ही आकर्षण का सबसे मजबूत नियम है — धन्यवाद दो, और और पाओ।

2. आभार मानना एक ऐसा फ़ार्मूला है जो सब सुखों का कारण बन जाता है। हमारी शोहरत और दौलत कमाने के लिए कृतज्ञता का दैनिक अभ्यास करें।

प्रेरणा: रोज़ “धन्यवाद” कहो — यह दरवाज़े खोलता है।

3. आपको महान बनना है तो जो मिला उसके लिए, उसके कारक को सैकड़ों बार धन्यवाद दें — यह आपको समर्थ बना देगा और आप मंज़िल पा लोगे।

प्रेरणा: निरंतर आभार, निरंतर चमत्कार।

4. अगर कोई चीज़ आपके मस्तिष्क में है तो वह आपके शरीर में भी होगी — जीत की/प्रगति की/उन्नति की/परोपकार की/और आभार मानने की कल्पना करते रहो।

प्रेरणा: शरीर और मन एक हैं — जहाँ मन जाता है, शरीर उसी दिशा में चलता है।

5. जिस चीज़ को हम देखते हैं, सोचते हैं, उस पर ऊर्जा लगाते हैं — क्या आप चाहते हो वह सोचे उसे ही देखें।

प्रेरणा: दृष्टि वही — और फिर वास्तविकता वही बन जाती है।

6. युद्ध विरोधी है तो शांति का पक्ष लो; अगर ये नहीं चाहते तो जो चाहते हैं, वो सोचो और देखो।

प्रेरणा: शांत मन से बड़ा परिवर्तन आता है।

7. मस्तिष्क में कल्पना करो — जहाँ आप मानसिक तस्वीर देखते समय खुद को पहचाना चाहते हो; जब आप महसूस कर लेते हो तो आपको वह मिल भी जायेगी।

प्रेरणा: इमेजिनेशन प्रैक्टिस — फिर अनछुए भी सुलभ हो जाते हैं।

8. अपने जीवन के छिपे रहस्य/जादू को जागृत करने के लिए प्रेम, समृद्धि की भावना महसूस करो — शक्ति उत्पन्न होगी।

प्रेरणा: भावना से ऊर्जा बनती है; ऊर्जा से परिणाम।

9. हमेशा निश्चित की भावना रखें — यह भावना मनचाही उपलब्धि प्राप्त करने की शक्ति प्रकट कर देगी।

प्रेरणा: निश्चितता आत्मा का ईंधन है।

10. कैसे होगा यह सोचना मेरा काम नहीं है; मेरा काम होगा, होगा ही, मेरा काम हो जाएगा — यह सोचना उसे महसूस करना है — यह विश्वास ही हमारी जीवन प्रगति की शक्ति है।

प्रेरणा: परिणाम की चिंता छोड़ो; प्रक्रिया में खो जाओ — फल खुद आएगा।

11. मैं अपने अधिकार क्षेत्र में ही जा सकता हूँ; मेरा अधिकार मन विचारों पर है — तो उसे जैसा चाहता हूँ वैसा सोचो और आनंद में खो जाओ — विश्वास करो आप मंजिल पा लोगे।

प्रेरणा: अधिकार मन का — इसलिए मन महान सोच रखो।

12. बार-बार कल्पना, लगातार कृतज्ञता का एहसास — अगर आप जीवन का नियम बना लें तो आपके साथ जादू होने लगेगा; जो चाहोगें वह घटित हो जाएगा; आप चार्ज हो जाओगे; सारी शक्तियाँ सक्रिय होंगी और आप विजयी बनोगे।

प्रेरणा: रोज अभ्यास करो — और देखो कैसे जीवन बदलता है।

13. जो आप नहीं चाहते उससे डरिए और उससे जुड़ी सारी भावनाएँ हटा लो।

प्रेरणा: भय निकालो — स्थान पर भरोसा भरा रखना।

14. चाहत जब बढ़ती है तो अनचाहत दूर जाती है।

प्रेरणा: फोकस बढ़ाओ — अवांछित बातें खुद गईं।

15. जब प्रेरणा मिले तो उस पर अमल करो और विश्वास करो।

प्रेरणा: गति में ही ताकत है — अभी करो।

16. हमें जिंदगी के हर पहलू में अमीर होना चाहिए।

प्रेरणा: समृद्धि केवल धन में नहीं, स्वास्थ्य, संबंध और शांति में भी मापी जाती है।

17. जो मैं चाहता हूँ वो जरूर होगा — प्रकट मेरा विश्वास है; मुझे नहीं पता कैसे पर होगा तो जरूर।

प्रेरणा: अनिश्चितता स्वीकार करो — पर ज्ञान के साथ कदम बढ़ाओ।

18. खुशियों और ख्वाहिशों के बीच विरोधाभास रहता है — उसे दूर करें।

प्रेरणा: संतुलन वह कला है जो चाह और संतोष को जोड़े रखती है।

समापन प्रेरणा :

जीवन अकेले खड़े रहने की कहानी नहीं है; यह उन अदृश्य स्तम्भों पर टिका होता है जो हमें भीतर से स्थिर रखते हैं। विश्वास, कल्पना, कृतज्ञता और परिवार — ये चार ऐसे आधार हैं जिन पर संपूर्ण जीवन टिका होता है।

दान, विश्वास और आंतरिक संकेत (दान का पुण्य, आत्म-निर्माण, विश्वास और जीवन के इशारे)

हर मौके पर जरूरतमंदों को सौगात बाटनी चाहिए — एक तो सुकून मिलता है, दूसरों आपके अपने पापों से मुक्ति होती है; पर लोग इन बातों का कोई महत्व नहीं देंगे। यही दुनिया है पर आप अपने पापों की जो जाने-अनजाने हो गई हैं उसके लिए जरूरतमंदों को बांटे अपनी शक्ति के अनुसार।

प्रेरणा: दान सिर्फ दूसरों के लिए नहीं — यह आत्मा की सफाई और शांति भी है। करो जो कर सकते हो, बिना दिखावे के।

दूसरों के बारे में अत्याधिक सोच कर हम अपने जीवन को व्यर्थ में गंवा देते हैं — हमें अपने कर्म पर विश्वास करना चाहिए।

प्रेरणा: विचारों का प्रयोग कर्म के लिए करो, चिन्ता के लिए नहीं।

आपका विश्वास हमेशा आपके शब्दों और कामों में प्रकट होता है।

प्रेरणा: शब्द और कर्म — दोनों में सच्चाई हो तो लोग और भाग्य दोनों साथ देते हैं।

अपने हौंसले को यह मत बताओ कि तुम्हारी परेशानी कितनी बड़ी है; अपितु परेशानी को बताओ — हौंसला कितना बुलंद है।

प्रेरणा: सामने वाले को शक्ति का अहसास दो — समस्या का विवरण नहीं।

असफलता का कारण समय पर साहस की कमी होना है — समय पर साहस का संचार नहीं होता और भयभीत हो जाते हैं।

प्रेरणा: साहस वह क्षण है जो भविष्य बदल देता है — इंतजार मत करो, उठो और करो।

जुनून आपसे वो करवाता है जो आप कर नहीं सकते; हौंसला आपसे वो करवाता है जो आप करना चाहते हैं; अनुभव आपसे वो करवाता है जो आपको करना चाहिए।

प्रेरणा: तीनों मिलकर कर्म का पर्व तैयार करते हैं — जुनून, हौंसला और अनुभव।

एक नकारात्मक विचार या शक आपके हजारों सपनों को जला सकता है — हमेशा सकारात्मक ही सोचें।

प्रेरणा: नकारात्मकता की एक चिंगारी ही जंगल जला देती है — अपने मन का पहरा रखो।

असफलता का मुख्य कारण खुद पर विश्वास न होना है — अपने विचारों पर/इरादों पर खुद विश्वास करो।

प्रेरणा: आत्म-विश्वास ही सफलता का प्रथम ताला खोलता है।

सफलता तुम्हारा परिचय दुनिया से करवाती है और असफलता तुम्हें दुनिया का परिचय करवाती है।

प्रेरणा: असफलता भी विद्यालय है — सीख कर आगे बढ़ो।

मेरी मंजिल मेरे करीब है — इसका मुझे एहसास है; गुमान नहीं; इरादों पे मेरा ये विश्वास है।

प्रेरणा: आत्म-विश्वास और विनम्रता साथ रखें — यही पक्की जीत का सूत्र है।

बुरे विचारों की मेरे जीवन में कोई जगह नहीं है।

प्रेरणा: खिड़की खोलो, ताज़ा हवा आने दो — बुराई बाहर जाएगी।

दिल ने कहा — दिल से

मुझे जिंदगी में महान सफलता मिलना तय है। हमारे गुरुओं को

प्रेरणा: यह शब्द संकल्प बन गया है — अब उसे कर्मों से पूरा करो।

मैं किस प्रकार से अपने आप को बदलकर समाज की मदद कर सकता हूँ— आप समाज की सेवा उस मार्ग पर चलकर कर सकते हैं, जो हमारे महान गुरुओं ने दिखाया है। उनके उपदेशों और विचारों को अपने जीवन में अपनाकर हम अपनी दिशा, सोच और कर्म को सकारात्मक बना सकते हैं। शान्तिपूर्ण और सद्भावनापूर्ण तरीके से जब हम उनके सिद्धांतों पर अमल करते हैं, तो समाज में स्वतः परिवर्तन आता है क्योंकि निर्मल मन ही वास्तव में सुन्दर मन होता है — अर्थात् यह हमारा स्वभाविक गुण है।

प्रेरणा: शांति और सेवा से बड़ा सामाजिक परिवर्तन होता है — छोटे कदम से शुरुआत करो।

हमें अपने आप को स्वभाविक रूप में ही रखना चाहिए; परंतु मनुष्य स्वभाविक गुण भूल कर स्वभाव के विपरीत चलने लगा है। हमारे गुण निर्मल और सुंदरता पसंद करना है — तो मैं किसी भी परिस्थिति में अपने और समाज के बारे में अच्छा ही सोचूँ; मेरी सोच को विश्वास में बदल कर मैं सब कुछ बदल सकता हूँ। यही मेरा स्वभाविक गुण है — जो आप बोओगे वही पाओगे।

प्रेरणा: भीतर का बीज जैसा है, बहार की फसल वैसी होगी — बीज सशक्त रखो।

हम जिनको आकर्षित करते हैं वो हमारा हो जाता है — यही पर्यावरण का भी स्वभाविक गुण है। साफ-सुथरा और आपसी प्रेम का वातावरण — गणित के अनुसार समझा जाए तो हम पर्यावरण को और पर्यावरण हमें आकर्षित करता है।

प्रेरणा: आप किस माहौल का हिस्सा बनना चाहते हो — वही तुम्हें बुलाएगा।

अब मैं आर्कषण के नियम को गणित का यह सूत्र समझ चुका हूँ — मुझे सुंदरता पसंद है; मैं गंदगी से नफरत करता हूँ तो मित्रों समय नष्ट मत करो — आत्ममंथन करो; आत्मचिंतन से मूल स्वभाव का परिचय होगा।

प्रेरणा: आत्मनिरीक्षण से ही असली परिवर्तन आरंभ होता है।

सोच को निर्मल और बलवान बनाओ — जीवन का यही उद्देश्य होना चाहिए कि हम जीवन को कला से भी सुंदर बनाएँ।

प्रेरणा: जीवन को कला मानो — रचो, संवारो, जीयो।

जो मूल स्वभाविक गुण आपको विरासत में मिला है उसे इस्तेमाल करो; समाज में लोगों को और अपने जीवन को उर्जावान बनाओ।

प्रेरणा: विरासत केवल पूंजी नहीं — गुण भी हैं, उन्हें जियो।

मैंने जब से आर्कषण का नियम जाना है जीवन सुंदर और सरल बन गया है; मैं अपने आप को उर्जावान महसूस करता हूँ और लोगों को इसका एहसास करवाता हूँ।

प्रेरणा: ज्ञान लगाकर व्यवहार बदलो — जीवन स्वतः बदल जाएगा।

शायद आज मेरा परिचय मेरे स्वभाविक गुण से हुआ है — मैं जिस प्रकार अंदर से सुंदरता देखता हूँ वही पता हूँ: अपने चारों तरफ सुंदर वातावरण हमें हमेशा प्रसन्न रखता है।

प्रेरणा: जो अंदर है, बाहर दिखता है — अंदर को साफ रखो।

इसे समझने वाला व्यक्ति अवश्य महान बनता है।

प्रेरणा: सहज समझ ही महानता की राह है।

याद रहे — जिस चीज पर दृढ़ता से विश्वास करते हैं वह आपकी वास्तविकता बन जाती है।

प्रेरणा: विश्वास की ताकत को कम मत आंको।

माफ करना — ऐ बुरे विचारों कहो 'कहीं और जाओ'; यहाँ तुम्हारा ठिकाना नहीं — मैं तो अपने सुंदर और नेक विचारों का साथी हूँ; उन पर और अपने विश्वास पर पूर्ण विश्वास है।

प्रेरणा: नकारात्मकता को स्पष्ट नहीं — मजबूती से बाहर करो।

नेकी करी नहीं जाती — हो जाती है; दिल दिया नहीं जाता — प्यार हो जाता है; यह मेरी सोच और भावना का परिणाम होता है। मेरे को मेरी भावना का परिचय भी नहीं होता है; मैं गुमनामी में ही जीता रहता हूँ पर इसका जब एहसास अथवा ज्ञान प्राप्त हो जाता है — मंजिल मेरी मुट्ठी में आ जाती है।

प्रेरणा: निस्वार्थता का फल तुरंत नहीं — पर निश्चित है।

मंजिल का रास्ता मैं स्वयं बनाता हूँ। कब उस पर चलते-चलते मंजिल तक पहुँच जाता हूँ, यह मुझे भी पता नहीं चलता। यही जीवन का नियम है — जो सच में काम करता है वही सफलता पाता है। अपने विचारों, भावनाओं और विश्वास में आकर्षण जगाओ, और अपनी मंजिल को स्वयं हासिल करो।

प्रेरणा: चलते जाओ — रास्ता कदम-कदम पर बनता है।

अपने जीवन का उद्देश्य समझो — देर न करो; समय रूकता नहीं; अपने उद्देश्य की पूर्ति के लिए जब प्रेरणा मिले तुरंत पूरे जी-जान से लग जाओ; मंजिल अवश्य मिलेगी। हर मंजिल मेरे अगले कदम पर मेरा इंतजार कर रही है — ऐसा विश्वास जरूर होना चाहिए।

प्रेरणा: अभी करो — समय तुम्हारा सहयोगी नहीं, साथी है; उसे खोना मत।

विश्वास ही जीवन की शक्ति है।

प्रेरणा: विश्वास वही ईंधन है जो निश्चा करता है कि तुम कितनी दूर जाओगे।

याद रखें: — हर मुश्किल या विपत्ति के भीतर उसके बराबर या उसके बड़े लाभ का बीज होता है।

प्रेरणा: हर संकट में अवसर का बीज छिपा होता है — उसे खोजो।

मन के विचारों को दृढ़ता के साथ हमेशा सामने रखो।

प्रेरणा: बार-बार दोहराओ — विचार जड़ों तक जमेंगे।

परिवर्तन संसार का नियम है — रुको मत; एक मंजिल के बाद दूसरी मंजिल के बारे में सोचो; वहां पहुँच कर फिर नई मंजिल देखो — यह हमें उच्च पद पर पहुँचाएगा।

प्रेरणा: लक्ष्य का तय क्रम रखो — हर एक नई चढ़ाई नई शक्ति देती है।

मेरा मूल स्वभाव है समय के साथ चलना — तो समय कब रुका है; जो मैं एक मंजिल पाने पर रुक जाऊँगा?

प्रेरणा: यात्रा निरंतर है — आराम के लिए ठहराव, पर संकल्प का न तोड़ना।

जिंदगी में वक्त से ज्यादा अपना और पराया कुछ नहीं होता — वक्त अपना होता है तो सब अपने होते हैं; तो वक्त के साथ ही चलना जीवन का आनंद है।

प्रेरणा: समय की कदर करो — वही तुम्हें सब कुछ लौटाता है।

हम कब बड़े होंगे — इस छोटी-छोटी बातों के रहस्य को जानने से ही बड़ा होना कहलाता है; इसे समझदारी कहते हैं।

प्रेरणा: महानता छोटी-छोटी आदतों में निहित है।

हर मनुष्य अपने स्तर की दुनिया अपने हाथों आप ही लिखता है।

प्रेरणा: कलम तुम्हारे हाथ में है — लिखो बड़ी कहानी।

हमेशा याद रहे — स्वास्थ्य सबसे बड़ी दौलत है, संतोष सबसे बड़ा खज़ाना है, आत्मविश्वास सबसे बड़ा मित्र है।

प्रेरणा: इन्हें पालो — बाकी सब सहायक है।

विश्वास का ज्ञान और अज्ञानता — हमारे कर्मों का प्रतिफल

मस्तिष्क की धूल हटाओ — बचपन का ज्ञान याद रखो।

प्रेरणा: सरलता और सच्चाई बचपन के उपहार हैं — लौट आओ उनमें।

स्कूल से प्रेरणा लेकर मैं जीवन के उद्देश्य के लिए समाज में निकल जाता हूँ — किस विश्वास के साथ?

प्रेरणा: शिक्षा का सार कार्य में उतारना है।

जब बच्चा पैदा होता है मां के सीने से चिपका रहता है — किस विश्वास के साथ... महसूस करो... सो...

प्रेरणा: मूल विश्वास ही जीवन का आधार है — उसे महसूस करो।

जब मैं सोता हूँ तो थकान दूर होती है — किसी विश्वास के साथ...

प्रेरणा: विश्राम भी श्रद्धा से काम करता है — विश्वास रखो।

गंदगी त्यागते ही क्या आनंद मिलता है, क्या शांति मिलती है...

प्रेरणा: शुद्धता का अनुभव अंदर से आता है।

मंदिर और मजारों पर जाते हैं किस विश्वास के साथ...

प्रेरणा: श्रद्धा का रंग अलग-अलग है, पर मूल वही — आत्मा की शांति।

हमारा राष्ट्रगान याद करो — हम होंगे कामयाब एक दिन; मन में है विश्वास पूरा है — विश्वास कहा गया वह विश्वास क्यों हम भुला बैठे हैं — याद करो और विश्वास से अपनी इच्छा पर डटे रहो — ईश्वर हमारे अंदर है, हम अपने से कहे 'अर्पण' — ईश्वर कहते हैं कार्य अवश्य पूरा होगा।

प्रेरणा: देश और आत्मा दोनों में विश्वास रखो — कर्म अपने आप आकार ले जाएंगे।

याद कर ऐ इंसान — ध्यान दिलाता है, रोज उठाता है भगवान
हर चीज़ का मतलब होता है — हर पल का अनुभव होता है — जागो; एक इंसान इस विश्वास के साथ अजय कहता है 'मानो रे इंसान, मानो रे इंसान'

प्रेरणा: जागरूकता का आह्वान — सुनो भीतर की आवाज़।

ऐ इंसान जरा गौर फरमाओ — ये सब तेरे साथ हुआ है।

प्रेरणा: संकेत पढ़ो — जीवन संकेतों से भरा है।

मैं जो सोचा था यह बिल्कुल वैसा है।

प्रेरणा: सुसंगत सोच ही साकार करती है।

अरे मैं तुमको फोन करने की सोच रहा था — मैंने काश आज भगवान से कुछ और माँगा होता — टेलीपैथी कुछ होती है — मेरे यार लोग बोलते हैं 'मैं सोचता रहा, और उसका मैसेज मिला' — बहुत दिन से चाहता था आज मिला — ईश्वर का बहुत-बहुत धन्यवाद।

प्रेरणा: छोट-छोटे चमत्कारों पर आभार रखना सीखो — वे भरोसे को बढ़ाते हैं।

जब भी परेशान होता हूँ — माँ की गोद में असीम शांति मिलती है।

प्रेरणा: मातृत्व की गोद, दुनिया की सबसे पहली मंदिर है।

एकांत में दुनिया से दूर शांति मिलती है।

प्रेरणा: मौन में ही आत्मा सुने; रोज कुछ क्षण भुगत लो।

बार-बार मौसम बदलता है — कुछ इशारा करता है।

प्रेरणा: परिवर्तन को पहचानो; वह तुम्हें दिशा देता है।

हम रोज धूल साफ करते हैं पर इशारा नहीं समझते हैं।

प्रेरणा: प्रतीकात्मक क्रिया का अर्थ जानो — जीवन संकेतों से भरा है।

समापन प्रेरणा :

यह भाग बताता है कि दान, आत्मनिरीक्षण, विश्वास और जीवन के सूक्ष्म संकेत हमारे वास्तविक मार्गदर्शक हैं।

जब तुम दूसरों के लिए दो, अपने विचारों को शुद्ध रखो, और छोटे-छोटे इशारों पर ध्यान दो — तब जीवन स्वतः मार्ग बनाकर तुम्हें अपनी मंजिल तक पहुँचा देगा।

संकेत, विचार और वास्तविकता (अन्तरात्मा के इशारे — विचारों का नियंत्रण — वास्तविकता का निर्माण)

कोई याद कर रहा है हिचकी आ रही है। किसी ने खींचा हमें, कुछ जाना पहचाना लगता है।

प्रेरणा: छोटे-छोटे संकेतों को सुनो — वे अक्सर भीतर की सच्ची आवाज़ होते हैं।

आज मैंने सोचा या सोच रहा था देखो टीवी में वो फिल्म आ रही है।

प्रेरणा: जब सोच और बाहर की घटनाएँ मेल खाती हैं, समझो तुम सही दिशा में हो।

हर रोज, रोजमर्रा हम ये शब्द सुनते हैं बहुत बार सुनते हैं पर गौर नहीं फरमाते अगर गौर करते तो सबक याद हो, पर जिस प्रकार स्कूल में गौर न करके हमने जो शिक्षा प्राप्त नहीं होती उसी प्रकार रोज जो ईश्वर की शिक्षा है फिर भी हम भूल जाते हैं।

प्रेरणा: रोज के सबक पर ध्यान दें — वही जीवन का पाठ पढ़ाते हैं।

मेरा अधिकार

प्रेरणा: अपने अधिकारों की समझ आपको सीमाओं में सुरक्षा और स्वतंत्रता देती है।

जो मेरे अधिकार क्षेत्र में नहीं है उसके लिए क्यों परेशान होना पर मनुष्य होने के नाते आभास होते ही सुधार या स्थान परिवर्तन कर लेना चाहिए।

प्रेरणा: अपनी ऊर्जा को वही लगाओ जो तुम्हारे नियंत्रण में है — बचे हुए छोड़ दो।

मन के विचारों का आना:- यह हमारे कंट्रोल बस में नहीं होना पर कुछ कहता है। हर

विचार।

प्रेरणा: विचार आते हैं — चुनना तुम्हारा काम है।

तुफानों का आना:- यह हमारे कंट्रोल में नहीं होना पर पता चलते ही बचाव के उपाय तो कर सकते हैं।

प्रेरणा: तूफान रोकना मुश्किल है, पर सुरक्षा की तैयारी हमेशा संभव है।

वातावरण में तापमान का परिवर्तन हम उससे बचने का उपाय तो कर सकते हैं।

प्रेरणा: परिवर्तन स्वीकारो और उसके अनुसार खुद को ढालो।

मन के विचार:- यह हमारे बस में नहीं होता पर यह वही होता है जो हम देखते हैं। सोचते हैं हमने अच्छा और बुरा जो सोचा और देखा विचार उसका प्रतिबिम्ब होते हैं।

प्रेरणा: जो देखो और सोचो, वही जीवन का प्रतिबिम्ब बनता है — इसलिए समझदारी से चुनो।

कुछ विचार अचानक आते हैं वह हमारे कर्मों का फल होता है जो हमें आभास कराता है जिसे सिक्स सेंस कहते हैं।

प्रेरणा: ऐसे आंतरिक आभासों का सम्मान करो — वे अक्सर मार्गदर्शक होते हैं।

जिस प्रकार हम अच्छे और बुरे की पहचान कर अपने लिए चुनते हैं विचार भी उसी प्रकार से है। जो हमारे लिए एक दिशा निर्देश देते हैं। जो अच्छा लगे उसे अपना तो जो बुरा उसे छोड़ दो।

प्रेरणा: विचार चुनना सीखो — वही तुम्हें सही राह दिखाएंगे।

अनुमान के अनुसार रोज हमें 60000 विचार आते हैं।

प्रेरणा: विचारों की भीड़ में फोकस वही करो जो तुम्हें आगे ले जाए।

महत्व इस बात का नहीं कि क्या कर रहे हैं बल्कि महत्व इस बात का होता है कि हम उसे किस तरह से कर रहे हैं।

प्रेरणा: काम का तरीका ही उसके परिणाम तय करता है — नीयत और शैली महत्व रखती है।

तुफान का आना:- यह एक परिवर्तन का कारण है इस कारण हम इसे हमेशा बुरा भी नहीं मान सकते हर तूफान तबाही लाता है ऐसा नहीं कुछ तो आबादी भी लाते हैं हमें हर चीज की जरूरत होती है। इसके लिए ही तो मंथन होता है। समुद्र मंथन नौ रत्नों का कारण, दही

मंथन-मक्खन आत्ममंथन-शांति मिलती है। इसे स्वयं का तूफान भी कहते हैं। सुनामी/तूफान कुछ बाहर लाता है कुछ अपने साथ ले जाता है। यह हमें विश्लेषण करना है कि क्या पाया क्या खोया अर्थात् दही खोई मक्खन और छाछ पाया।

प्रेरणा: तूफान को परिवर्तन का अवसर समझो — उसमें से जो अच्छा निकले उसे अपनाओ।

वातावरण में परिवर्तन:- समय की तरह मौसम में बदलाव आता है। वातावरण गर्म/ठण्डा हो जाता है। हम क्या करते हैं अपने अधिकार के अनुसार उससे अपना बचाव ही तो कर सकते हैं।

प्रेरणा: बदलते मौसम के अनुसार खुद को सुरक्षित रखना बुद्धिमानी है।

अर्थात् हमें अपने अधिकार क्षेत्र को समझना होगा उसके अनुसार ही हमें अपना काम करना है। बीच में जो अधिकार में नहीं है उसके लिए परेशान होने का मतलब नहीं है। ठीक कहा है जो होगा उसके लिए क्यों परेशान हो, और जो नहीं हो सकता उसके लिए परेशान होने का क्या फायदा।

प्रेरणा: ऊर्जा विवेक से उपयोग करो — अनावश्यक चिंता खोखली है।

वास्तविकता से परिचय

विचारों की दिशा — समस्या से समाधान तक

हम अक्सर अपनी परेशानियों और उनसे होने वाली दिक्कतों के बारे में लगातार सोचते रहते हैं। जितना अधिक हम समस्या पर विचार करते हैं, उतना ही वह हमारे मन में बड़ी होती जाती है।

प्रेरणा:

समस्या पर अधिक सोचने से समाधान नहीं मिलता —

सही दिशा में कार्य करना ही उपाय है। भागना नहीं, सामना करना वास्तविकता यह है

कि हम उसी चीज़ के बारे में सोचते रहते हैं जिसे हम नहीं चाहते। उस पर गुस्सा करते हैं, उससे बचना चाहते हैं, पर अनजाने में उसी को अपने विचारों से ऊर्जा देते रहते हैं।

गुस्सा समस्या को दूर नहीं करता —

वह उसी प्रकार की और परिस्थितियों को आकर्षित करता है।

जब हम जल्दी-जल्दी परेशानी से भागना चाहते हैं, तब भी हमारा ध्यान उसी पर रहता है। और जिस पर ध्यान रहता है, वह और प्रबल होता है।

प्रेरणा:

भागने से अच्छा है सामना करना —

तभी समस्या हल होती है।

आवेश को रचनात्मक दिशा दो

जिस प्रकार गुस्से में हमें अनगिनत कठोर शब्द याद आ जाते हैं,

उसी प्रकार यदि हम चाहत के विषय में उसी तीव्रता से सोचें, तो परिणाम बदल सकते हैं।

परेशानी को जितना समय देते हो,

उसका आधा समय भी यदि अपने लक्ष्य और चाहत पर केंद्रित कर दो —

तो परिस्थिति बदलने लगती है।

कल्पना करो, अनुभव करो, महसूस करो — जैसे तुम्हारी चाहत पूरी हो चुकी है।

मन उसी दिशा में कार्य करना शुरू कर देता है।

प्रेरणा:

आवेशपूर्ण फोकस को रचनात्मक दिशा दो — वही इच्छा को साकार करेगा।

विचारों की कार्यप्रणाली पहचानो

हम समस्या हटाने के लिए भी उसी समस्या पर विचार करते रहते हैं।

यहीं भूल है।

जब हम विचारों की कार्यप्रणाली को समझ लेते हैं,
तो जान जाते हैं —“जिस पर ध्यान, वही विस्तार।”
अब निर्णय हमारा है — क्या हम समस्या को पोषित करेंगे या समाधान को?

प्रेरणा:

विचारों की शक्ति को पहचानो,
उसे सकारात्मक दिशा में लगाओ — परिणाम अवश्य आएँगे।

विश्वास — विचारों की जड़

जिस बात पर दृढ़ विश्वास किया जाता है,
वह धीरे-धीरे वास्तविकता बनती जाती है।

विश्वास कोई एक क्षण का भाव नहीं —
यह रोज का अभ्यास है।

प्रेरणा:

विश्वास अभ्यास है — रोज दोहराओ और परिवर्तन देखो।

इरादों की स्पष्टता

अक्सर हम जो चाहते हैं, वह स्पष्ट नहीं होता।
हम सोचते कुछ हैं, कहते कुछ हैं और करते कुछ और हैं।

जब अपने इरादों का वास्तविक परिचय होगा,
तब समझ पाओगे — “मैं चाहता क्या था, और सोच क्या रहा था।”

प्रेरणा:

इरादों की स्पष्टता और आत्मनिरीक्षण ही सही लक्ष्य तय करते हैं।

सिद्धांत और प्रयोग

हर व्यक्ति गणित का सूत्र पूरी तरह नहीं समझता,
पर उसे प्रयोग करना जानता है क्योंकि उससे हल निकलता है।

उसी प्रकार विचारों के सिद्धांत को मानकर उसका प्रयोग करना शुरू करो।
अनुभव स्वयं प्रमाण बन जाएगा।

प्रेरणा:

सिद्धांत समझो,
पर प्रयोग करके देखो — अनुभव ही सत्य सिद्ध करता है।

सचेतनता — विचारों का पहरेदार

मन को खुला छोड़ दिया जाए तो वह भटकता है।
पर यदि हम सचेत रहें, तो सही विचार चुन सकते हैं।

हर विचार को प्रवेश देने से पहले पूछो —
“क्या यह मुझे आगे ले जाएगा?”

प्रेरणा:

सचेतनता ही विचारों का पहरा है — उसे जागृत रखो।

समापन विचार

समस्या जीवन का हिस्सा है, पर समाधान विचारों की दिशा में छिपा है।
मन को प्रशिक्षित करो, इरादे स्पष्ट रखो, विश्वास दृढ़ रखो — तुम देखोगे,
परिस्थितियाँ बदलने से पहले तुम्हारा अनुभव बदल चुका होगा।

अच्छा अहसास:- प्यार, आभार, आनंद, तीव्र इच्छा, संतोष, आशा, खुशी, उत्साह,
खुशी की आशा करना।

प्रेरणा: इन भावनाओं को पल-पल पोसो — ये तुम्हारे जीवन के आधार बनेंगे।

बुरा अहसास:- डर, अवसाद, आत्म-गलानी, नाराज़गी, क्रोध, घृणा, प्रतिशोध, उब,
खीजना, आलोचना

प्रेरणा: इन भावों को पहचानो और उन्हें तुरंत त्यागो — वे ऊर्जा चोर हैं।
अपने विचारों को आंखें मूंद कर उस बात स्थान या जो सोच रहे है उसे महसूस कर —
अगर यह एक अच्छा अहसास है तो उसे दिल से करने लगे; अगर अहसास बुरा हो तुरंत
दूर हटो।

प्रेरणा: महसूस करना अभ्यास है — दिल की सहमति ही कदम बढ़ाओ।
यदि आपका भविष्य बनाते हो — यही हमारा कर्तव्य है। कर्तव्य मतलब करने योग्य।

प्रेरणा: भविष्य का निर्माण अभी से करो — छोटे-छोटे कर्म जोड़ो।

थोड़ा रुक जाओगे तो

प्रेरणा: विराम सोचने का समय देता है — लेकिन रुक कर निराश न हो।
हमेशा छोटा लालच इंसान को मुसीबत में डालता है।

प्रेरणा: संतोष ही सुरक्षा है — लालच जाल है।

हर कार्य/ हर विचार तुरंत अमल में नहीं लाना चाहिए। थोड़ा विचार करो — सोचो उस
कार्य में किस तरह का अहसास हो रहा है। यदि ऐसा अहसास हो जिससे खुशी महसूस
हो रही है तो तुरंत अमल में लाओ अन्यथा रुको और दूसरा विचार और कार्य का विचार
करो जब तक सुखद अहसास महसूस न हो।

प्रेरणा: अनभिज्ञ क्रिया छोड़ो — सुखद अनुभूति से कार्य करो।

ईश्वर कहते हैं:-

तू करता वही है जो तू चाहता है

पर होता वही है जो मैं चाहता हूँ।

तू वही कर जो मैं चाहता हूँ।

फिर होगा वही जो तू चाहता है।

यहाँ तू और मैं एक ही हैं — जरा गौर फरमाओ मैं ईश्वर अंश हूँ। तो गलत क्यों हो रहा हूँ।
सिर्फ बिना सोचे विचारों और अहसास का ख्याल न रख कर के किया गया कार्य तो
मनुष्य अब संभल जा — रुको, जानो, देखो, समझो फिर अमल में लाओ।

प्रेरणा: मन-ईश्वर का समन्वय जब बना, तभी कर्म फलदायी होते हैं — सोचकर करो।
सौ कमियाँ मुझमें सही मगर एक खूबी है — आंखें खुलने पर पहचान होने पर रास्ता बदल — ऐसे जियों की मिसाल बन जाओ।

प्रेरणा: कमियों को स्वीकार करो; गुणों को तेज करो — बदलो खुद को प्रेरणा बन कर।
सुख हो या दुख रखें सकारात्मक सोच।

प्रेरणा: दृष्टिकोण तुम्हारा सबसे बड़ा साथी है — उसे सकारात्मक बनाओ।
एक गुड न्यूज में बड़ी ताकत होती है — सौ दर्द आदमी भूल जाता है। जैसे माँ प्रसव पीड़ा के बाद बच्चे को गोद में ले लेती है। सारा पीड़ा भूल जाती है। अर्थात् जीवन का सबसे खुश पल भी सरे आम परेशानी दे कर आता है।

प्रेरणा: आशा हमेशा साथ रखो — खुशियाँ अक्सर पीड़ा के बाद मिलती हैं।
हमेशा इस पल के अहसास को याद करके दुख का सामना करना चाहिए — खुशी का पल चार कदम दूर है।

प्रेरणा: वर्तमान की पकड़ ही तुम्हें आगे बढ़ाती है।
हमेशा जुनून से चीजों को जीतने का हौसला होना चाहिए पर ध्यान रहे जिसका वजूद हो अन्यथा जुनून बेकार/व्यर्थ हो जाता है।

प्रेरणा: जुनून को वास्तविक साधन बनाओ — ठोस योजना के साथ।
जब आप महसूस करते हैं कि बहुत अच्छा होने वाला है तो यह हमारी सोच और विश्वास का नतीजा होता है। भगवान मेहनत का फल जब देता और इंतजार के बाद तो छप्पर फाड़ कर देता है — हमारी कल्पना से परे विश्वास रखो।

प्रेरणा: भरोसा और प्रयास का मिलन चमत्कार रचता है।
जब हम अपने जीवन की घटनाओं को दूसरों से जोड़ने लगते हैं तो उसी समय से नकारात्मक सोच मन में प्रवेश करना प्रारंभ कर देती है। कभी दूसरों से खुद की तुलना मत करो। घटि घटनाओं को सहजता से स्वीकार करना चाहिए — सकारात्मक सोच के रास्ते में विघ्न तो आ सकते हैं पर उसका परिणाम हमें सुखद ही मिलता है।

प्रेरणा: तुलना छोड़ो — अपनी राह बनाओ।
सकारात्मक सोच दुख में सुख का अनुभव करने का अहसास कराती है।

प्रेरणा: मन की दिशा बदलो — दर्द भी अवसर बन जाता है।

आगे बढ़ने के लिए

गलती से सबक ले — मन में विचार करना चाहिए कि आखिर भूल कहाँ हुई — पुरानी गलतियों को अपने काम पर हावी नहीं होने देना चाहिए। काम से जुड़े हर पहलू पर पूरी तरह से विचार करोगे तो गलतियाँ कम होंगी — काम करने में जल्दबाज़ी न दिखाओ। लोगों को कहने का मौका न दो कि आपके काम में विश्वसनीयता नहीं है।

प्रेरणा: निरीक्षण + सुधार = विश्वसनीयता।

हमेशा सबसे और सबके साथ मिलकर मुद्दे को समझने का प्रयास करना चाहिए। ज्यादा से ज्यादा सामाजिक बनना चाहिए। टीम मेंबर्स को लगातार प्रेरित भी करना चाहिए तभी हमें हमेशा सफलता मिलेगी।

प्रेरणा: टीमवर्क और प्रेरणा — सफलता के दो पंख हैं।

समापन प्रेरणा:

यह भाग सिखाता है कि संकेतों को पढ़ो, विचारों का चयन करो, और वास्तविकता को सृजित करो।

जब तुम अपने विचारों को जागरूकता से संचालित करोगे, हर तूफान में सीख निकालोगे, और हर कदम पर सकारात्मक अहसास अपनाओगे — तब जीवन की दिशा अपने आप बदल जाएगी।

नेतृत्व, खुशी और आत्मिक विकास(टीम नेतृत्व, तनाव प्रबंधन, खुशी के स्रोत और धर्मात्मा होने की राह)

लीडर को अपने हर टीम मेंबर के कल्चर और सोच को समझने की कोशिश करनी चाहिए। मल्टी-कल्चरल टीम मेंबर्स को एक-दूसरे पर विश्वास करना चाहिए और लीडर को विशेष प्रयास करते रहने चाहिए।

प्रेरणा: नेतृत्व समझने से शुरू होता है — जब लीडर जानता है, टीम बढ़ती है। हमेशा करे सबका सम्मान और कार्य चाहे अच्छा क्यों न चल रहा हो, किसी भी आपात स्थिति की तैयारी कर लेनी चाहिए।

प्रेरणा: छोटा विनम्रता का कदम बड़ी आपदा से बचा सकता है — तैयारी में ही शांति है।

तनाव के कारण असल में हमारी क्षमताओं का हास होता है — हमारी आधी ऊर्जा तनाव से उबरने में ही निकल जाती है। तनाव की वजह जरूरत से ज्यादा काम लाद देना होता है — जो काम जरूरी न हो उन्हें दूर रखें; अपनी प्राथमिकता तय करनी चाहिए।

प्रेरणा: प्राथमिकता तय कर लो — ऊर्जा बचाओ, प्रभाव बढ़ाओ।

बेवजह के कटाक्षों, झगड़ों, डांट को पर्सनली न लें।

प्रेरणा: प्रतिक्रिया छोड़ो — समझो और आगे बढ़ो।

खुशी का रहस्य अपने आप से सवाल करें,

क्या आप मिलनसार, चुस्त और जिंदगी के प्रति लचीला रवैया रखने वाले इंसान हैं?

प्रेरणा: लचीलापन जीवन का अमृत है — इसे जियो।

क्या आपका रुख सकारात्मक है और आप झटके से जल्दी उबर कर महसूस करते हैं कि जिंदगी आपके नियंत्रण में है?

प्रेरणा: नियंत्रण का अनुभव आत्मविश्वास देता है।

क्या सेहत, आर्थिक हालात और सुरक्षा जैसी आपकी बुनियादी जरूरतें पूरी हैं?

प्रेरणा: जरूरतें सँभालो — फिर खुशी का बीज बोओ।

क्या आप अपने नजदीकी लोगों पर निर्भर कर सकते हैं? क्या आप अपनी अपेक्षाएं पूरी कर देते हैं और हर काम पूरी लगन से करते हैं?

प्रेरणा: निभाना है तो पूरे मन से — यही आत्म-सम्मान है।

अपने आप को 1-10 के स्केल पर जज करो — आपको खुद पता लग जाएगा कि कितने खुश हो।

प्रेरणा: खुद का मूल्यांकन सुधार की दिशा दिखाता है।

खुशी पैसों से नहीं मिलती — खुशी के लिए नकारात्मक चीजों पर ध्यान देना छोड़ दो, जैसे क्या गलत है या क्या हमारे पास नहीं है।

प्रेरणा: ध्यान जहाँ, जीवन वहीं खिला।

स्वयं को समय दिए बिना खुशी नहीं मिल सकती — मंथन करो, मन को ध्यान में विश्राम करने का समय दो, सोचो।

प्रेरणा: ध्यान ही मनौती का स्रोत है।

सुख पैसे से नहीं — एक-दूसरे के प्रति समर्पण में मिलता है — कि 'वो मेरा कितना ख्याल रखता है'।

प्रेरणा: समर्पण रिश्तों का प्राथमिक मूल्य है।

खुशी के लिए — जिंदगी के प्रति रवैया और खुद को हालात के मुताबिक ढालने की क्षमता और हंसने की कला — ये ही हमारी जिंदगी को खुशनुमा बनाते हैं।

प्रेरणा: हँसी अभ्यास है — रोज़ करो।

कभी भी अतीत की असफलता को न सोचो — बस सफलताओं के बारे में विचार करो; कामयाबियों को याद करो — यह आपके मन में आत्मविश्वास पैदा करेगा।

प्रेरणा: स्मृति से ऊर्जा लो, पछतावे से नहीं।

अपने मन को सुंदर बनाओ — विचारों को सुंदर बनाओ — यह आपके हाथ में है।

प्रेरणा: आंतरिक कला ही बाहरी जीवन संवारती है।

हम सब अलग-अलग हैं — हमारी विचारधारा/गुण/अहसास सब दूसरों से अलग हैं; कोई मेरे जैसा नहीं हो सकता — इस कारण दूसरों से तुलना कभी न करो।

प्रेरणा: तुलना की जगह अपनी उत्कृष्टता निखारो।

जिस चीज़ का शौक है — उसके लिए थोड़ा समय निकालें; यह शौक ही आपको कुछ बनाएगा।

प्रेरणा: शौक में छिपा है प्रतिभा का बीज।

दूसरों की जिंदगी से तुलना कर हम दूसरों की जिंदगी जीने की विफल कोशिश करते हैं — हमें अपनी ओर देखना है, अपने खास गुण पर ध्यान देना है और उसे निखारने की कोशिश करनी चाहिए।

प्रेरणा: अपनी राह पर काम करो — वहाँ तुम्हारी जीत है।

यही हमारा मुस्कान विज्ञान का ज्ञान है।

प्रेरणा: मुस्कान अभ्यास से बनती है — फैला दो।

जरूरत से ज्यादा चीजों की भीड़ इकट्ठा न करो — जिस चीज की जरूरत नहीं, उन्हें सजा कर क्यों रखा जाए। अत्याधिक जानकारी और चीजें तनाव पैदा करती हैं।

प्रेरणा: सरलता में शांति है — कम रखो, साफ रखो।

आपकी खुशी किस पर है — आपकी सुख-शांति के बारे में सोचना अध्यात्मिक चेतना का काम होता है — उसके पास गहरी अंतर्दृष्टि होती है; अतः ध्यान लगाना चाहिए जब समय मिले।

प्रेरणा: ध्यान ही आंतरिक दीपक है।

आपको प्रयत्नपूर्वक ध्यान के क्षणों में जाना होगा — अपने भीतर खो जाना; कुछ भी परेशान न करे; विचार और कल्पनाएं भी वहां पांव न रखें पाएं। यह आपको ताजा करेगा, शक्ति देगा।

प्रेरणा: संक्षिप्त मौन, बड़ी ऊर्जा।

जिस प्रकार बहुत किताबें फाइल होने पर भी हमें उन्हें देखने का समय नहीं मिलता, उसी प्रकार मन के अंदर जो चल रहा है बस चलता जा रहा है — उस पर ध्यान केंद्रित करने की आवश्यकता है। हमारी खुशी हमारे अंदर हुई है — उसके लिए समय निकालें; ध्यान पर बैठो और अपने अंदर की फाइल पढ़ो — आपकी शांति का राज वहीं पर है।

प्रेरणा: आत्मपठन ही आत्म-उपचार है।

जिंदगी उसी को आजमाती है जो हर मोड़ पर चलना जानता है — कुछ पाकर तो हर कोई मुस्कुराता है; जिंदगी उसी की होती है जो सब खो कर भी मुस्कुराना जानता है।

प्रेरणा: स्थिरता और आशा — इनसे जीवन खिलता है।

दिल में प्यार जगाओ — रखना, मुस्कुरा कर हर रिश्ते बनाए रखना।

प्रेरणा: प्यार रोज़ निखारो — यह सबसे मजबूत पूँजी है।

हमारे विकास का रास्ता

पास होने से अच्छा है साथ होना। पास पास होने पर अगर मतभेद हो तो क्या फायदा — दूर रह कर भी हम एक दूसरे की मदद करें तो ज्यादा अच्छा है। अपना विकास करना है

तो हमें अपनी और दूसरों की मदद करनी होगी — हमें साथ-साथ सबको एक साथ चलना होगा; हमारा समाज का विकास एक गठबंधन से ही हो सकता है।

प्रेरणा: साथ का अर्थ केवल निकटता नहीं, सहयोग है।

समय को व्यर्थ न खोकर प्राप्त साधनों को लाभ के अनुकूल बनाया जाए और लक्ष्य पर पहुंचकर ही विश्राम लिया जाए।

प्रेरणा: मेहनत के बाद विश्राम मीठा होता है — पहले गति, फिर विश्राम।

विकास के लिए यदि सच्चा प्रयत्न करने पर भी तुम सफल न होओ तो कोई हानि नहीं — परायज बुरी वस्तु नहीं है; यह विजय की दिशा को कुछ मार्ग ही दिखाती है।

प्रेरणा: असफलता मार्गदर्शक है, शत्रु नहीं।

मानव जीवन का मूल उद्देश्य अपनी आत्मिक शक्तियों का विकास करना है — यही हमें पूर्ण शांति और सुख देगा; इस कारण अपनी आत्मा की शुद्धि करते रहना चाहिए।

प्रेरणा: आत्म-शुद्धि जीवन का असली काम है।

हमारे रास्तों में विकट परिस्थितियाँ आती हैं और आती रहेंगी — हमें विवेक से काम लेना है। ईश्वर की आस्था पर विश्वास रखो; हम प्रभु की कार्यविधि का रहस्य नहीं जानते — विचलित हुए बिना पूरे विश्वास से कार्य में लगे रहो; हमारा विकास अवश्य होगा — हमेशा सकारात्मक सोच रखो।

प्रेरणा: विश्वास और विवेक का संयोजन अटूट विकास देता है।

धर्मात्मा क्या है

सच्चे व्यक्ति के हृदय में प्रेम, ईमानदारी, सत्यता, उदारता, दया, श्रद्धा, भक्ति और उत्साह के भाव उत्पन्न होते हैं — ये सब हमारी आत्मा के स्वाभाविक गुण हैं; ये ही मनुष्य की स्थायी शक्तियाँ हैं। हमें इसे हमेशा प्राप्त करने का प्रयत्न करना चाहिए।

प्रेरणा: गुणों की खेती ही धर्मात्मा बनाती है।

केवल 'ईश्वर' कहना/रहना से धर्मात्मा नहीं होते — धर्मात्मा वह होता है जो परमात्मा के आदेशों पर बताए गए मार्ग पर/जिस उद्देश्य के लिए जन्म हुआ है — उस कार्य को अपनी आत्मा से करें, दिल से करें।

प्रेरणा: कर्म और श्रद्धा साथ चलें — तभी धर्मात्मा बनते हैं।

हमेशा जन्म परमात्मा की इच्छा से लिया — हमने स्थान, कुल, जाती अथवा मोनी परमात्मा की इच्छा से प्राप्त किया है; तो हमें जिस योनि में जिस समाज में जन्म मिला — उसके अनुरूप कर्म करने के लिए विवश है; यही हमारा धर्म है।

प्रेरणा: परिस्थिति स्वीकारो, पर कर्म करते जाओ।

धर्म के अनुसार कर्म करना और उसे अपनी पूरी शक्ति से और आत्मविश्वास से करना है — ईश्वर द्वारा नियुक्त स्थान पर हम कर्म करने के लिए विवश हैं। जो जन्म के अनुसार आचरण करते हैं — वही धर्मात्मा होते हैं, प्रसन्न रहते हैं।

प्रेरणा: कर्तव्य निर्वाह में ही आनन्द है।

मुझे किसी को 'मतलबी' कहने का क्या हक है — मैं खुद ईश्वर को मुसीबतों में याद करता हूँ।

प्रेरणा: सहानुभूति का अधिकार सब पर बराबर है।

बड़प्पन

क्रोध का परित्याग कर दो — जो कुछ करना चाहते हो, शांतिपूर्वक कहो तो उन समस्याओं का आधा हल तो अपने आप हो जाएगा जिनके लिए तुम बेचैन हो।

प्रेरणा: शब्दों का सौम्य रंग विघ्न घटाता है।

बड़प्पन क्षमा करने में है — क्रोध तो स्वयं को जलाता है।

→ **प्रेरणा:** क्षमा दिल को ठंडक देती है — बड़े लोग क्षमा करते हैं।

याद रखें, धैर्य हमेशा आपके आत्मविश्वास को बढ़ाएगी; लगन आपको मंजिल तक अवश्य पहुंचाएगी — मूल्यवान है जिंदगी — हर लम्हा जी भर जियो।

प्रेरणा: धैर्य और लगन — जीवन की दो पटरियाँ हैं।

जो हाथ फूल बांटता है, उस हाथ में भी सुगंध आ जाती है।

प्रेरणा: देना खुद को महकाता है।

बादलों की तरह अपना धन शुभ कर्मों में खर्चो — जो कल फिर भर जाएगा; मिलनसार व्यवहार ही हमारा बड़प्पन कहलाता है। निष्ठुर स्वभाव का मनुष्य काठ के समान होता है। बड़ा होता कद से/ पैसों से नहीं — अपने व्यवहार से मनुष्य बनता है।

प्रेरणा: उदारता ही असली प्रतिष्ठा है।

दान करो, क्षमा करो, दूसरों से उदासीनता छोड़ो — हमेशा शांत मन से सोचो क्या चाहिए; जो गलत है उसे प्यार से ही पाया जा सकता है। क्रोध से क्रोध ही मिलेगा — बड़े बनो; क्रोध का परित्याग करो।

प्रेरणा: मीठी वाणी और बड़ा दिल — दोनों पहनों।

आज ही हर उस व्यक्ति को क्षमा करने का संकल्प करो जिसने तुम्हें कभी चोट पहुंचाई हो।

प्रेरणा: क्षमा से हल्का जीवन मिलता है।

खुद से प्यार करो

अगर तुम किसी से प्यार करते हो तो पहले खुद से प्यार करो — बिना तुम्हारी खुशी के वह खुश नहीं हो सकता। ऐसा तो हो ही नहीं सकता कि तुम दुखी रहो और दूसरों से प्यार करते रहो या जो दूसरे तुमसे प्यार करते हैं उनके लिए अपने आप को दुख पहुंचाओ। प्यार तो एक विश्वास है जो हम एक दूसरे से करते हैं — अगर विश्वास नहीं तो प्यार नहीं पहुँचता। अपने आप को समझो — क्या चाहते हो और क्या करते हो।

प्रेरणा: आत्म-प्रेम ही दूसरों को देने की शक्ति है।

खुद से कहो — एक सुबह तुम जब भी आओगे बस खुशियां लाना, हर चेहरे की हँसी सजाना, हर आँगन में फूल खिलाना।

प्रेरणा: संकल्प को रोज दोहराओ — और जीवन खिल उठेगा।

जीवन बहुत सुंदर है — इसे और सुंदर बनाओ; मन ऐसा रखो कि किसी को बुरा न लगे; दिल ऐसा रखो कि किसी को दुखी न करो; स्पर्श ऐसा रखो कि किसी को दर्द न हो; रिश्ता ऐसा रखो कि उसका अंत न हो।

प्रेरणा: जीवन की सुंदरता तुम्हारे छोटे-छोटे कर्मों से बनती है — आज से शुरू करो।

मुस्कान, सकारात्मकता, मौज-मस्ती और साहस

(जीवन का आनंद, अवसर और सफलता के सूत्र)

इन बातों को याद करो — खुद से प्यार करो — हमेशा हर हाल में मुस्कुराओ — फिर देखो, जिंदगी तुम्हारी ही होगी।

प्रेरणा: मुस्कान तुम्हारी चाबी है — इसे खोला करो, दुनिया तुम्हारे कदम चूमेगी।

एक मिलन है — मुस्कुरा लीजिए — जिंदगी आखिर जिंदगी है — खुद से प्यार करो।

प्रेरणा: आत्म-प्रेम से जीवन खिल उठता है; यह हर रिश्ते की आधारशिला है।

टीचर केवल ज्ञान बढ़ाता है, पर जागरूकता बढ़ाता है।

प्रेरणा: शिक्षा से दिमाग खुलता है — जागरूकता से जीवन बदलता है।

सकारात्मक सोच वाले इंसान — जब मौका मिले उनके बारे में जानो — उनके सोचने का तरीका, जीने का तरीका देखो। मुसीबत तो इंसान का अक्स/साया है — उसके बिना पहचान कहाँ होती है।

प्रेरणा: संकट में चरित्र चमकता है — इसलिए प्रेरणास्पद लोगों की आदतें अपने जीवन में उतारो।

युवराज सिंह, हरभजन सिंह

युवराज: — कैंसर से पीड़ित होने के बाद भी जीना नहीं छोड़ा — जिंदगी और मौत से लड़कर फिर टीम में अपनी जगह बनाई — यह सकारात्मक सोच और दृढ़ निश्चय का नतीजा था।

हरभजन: — टीम में वापसी के लिए उन्होंने निरंतर मेहनत की। अपने विश्वास और संकल्प के बल पर उन्हें फिर से अवसर मिला। 2015 विश्व कप टीम का हिस्सा बनकर उन्होंने सिद्ध किया कि दृढ़ निश्चय ही सफलता के नए आयाम गढ़ता है।

प्रेरणा: लगातार प्रयास और विश्वास — दोनों मिलकर चमत्कार करते हैं।

वक्त बदलता है — जिंदगी के साथ जिंदगी बदलती है — वक्त के साथ।

प्रेरणा: बदलते समय में खुद को तराशो — यह ही बुद्धिमानी है।

जो हो गया उसे सोचा नहीं करते; जो मिल गया उसे खोया नहीं करते; हासिल उन्हें होती है जो वक्त और हालात पर रोया नहीं करते।

प्रेरणा: स्वीकारो, सीखो, और आगे बढ़ो — यही विजेता की राह है।

सकारात्मक सोच — ईश्वर का चमत्कार और मनुष्य का विश्वास
एक अमीर इंसान था — समुद्र में अकेले घूमने के लिए नाव बनवाई — छुट्टी के दिन वह नाव लेकर गया; बीच समुद्र में बड़ा तूफान आ गया — नाव तहस नहस हो गई — पर वह लाइफ जैकेट पहनकर कूद गया। तूफान शांत हुआ तो वह तैरते हुए एक टापू पर पहुंच गया — चारों ओर पानी ही पानी था।

प्रेरणा: मुश्किलें जब गहरी हों, तब भी अंदर की हिम्मत ही रस्ता दिखाती है।

उसने सोचा — मैंने किसी का कुछ बुरा नहीं किया तो मेरे साथ ऐसा क्यों हुआ? उसने सोचा — भगवान ने मौत से बचाया तो आगे भी रास्ता दिखाएगा। धीरे-धीरे फल खाकर दिन बिताने लगा। समय के साथ भगवान से यकीन उठने लगा — झोपड़ी बना ली — फिर एक रात झोपड़ी जली — तब वह फूट-फूट कर रोया। तभी दो लोग नाव लेकर आये और बोले — हम किसी को बचाने आए हैं।

प्रेरणा: धैर्य और श्रद्धा की परीक्षा में अक्सर वही जीतता है जो हार नहीं मानता।

यह दर्शाता है — सोच, चमत्कार, विश्वास — हम भी सफल आदमी बन सकते हैं।

प्रेरणा: भरोसा और मेहनत का संगम जीवन बदल देता है।

खुद पर दबाव न बनाएं — अपनी भावनाओं पर नियंत्रण रखें। कुदरत की नजर में सफलता कोई मायने नहीं रखती — वह धैर्य और त्याग की कद्र करती है। समय गंतव्य का यथार्थ से परिचय करवाता है।

प्रेरणा: शान्त मन से काम लो — समय सब कुछ परखता है।

भोर की पहली किरण में शुद्ध ऑक्सीजन और कुदरती माहौल में सैर करने से सेहत सुधरती है — दिमाग पूरे दिन फ्रेश रहता है।

प्रेरणा: सुबह की साधना — सबसे सस्ता और सबसे असरदार टॉनिक है।

क्या यह सब सोचने का आपके पास समय है? यदि है तो आप भी सफल आदमी बन सकते हैं।

प्रेरणा: वक्त निकालो — अपने भविष्य को संवारो।

सफलता के लिए स्वस्थ होना, फ्रेश मूड में काम करना, भावनाओं पर निगरानी/कंट्रोल रखना तथा समय के हिसाब से अपने आप को बदलने का हुनर होना चाहिए।

प्रेरणा: तन, मन, दिशा — तीनों साथ होने चाहिए।

दबाव इंसान को कमजोर बनाता है — जो आज उसका है कल तुम्हारा होगा — कभी भी दबाव में सफलता हासिल नहीं होगी। सफलता के लिए पूर्ण रूप से फ्रेश और एकाग्रचित्त होकर कार्य करने की जरूरत है।

प्रेरणा: शांत मन की ताकत तेज़ मन की चुभन से अधिक है।

सफलता मिलेगी — कुछ रचनात्मक और सकारात्मक सोच और विश्वास से कार्य करने पर — सच्चाई यह है कि अच्छे हुनर को हर जगह सराहना मिलती है — यह सराहना हमें हमारे कामों के लिए प्रोत्साहन और विश्वास देती है।

प्रेरणा: कौशल में निवेश करो — दुनिया उसे देखेगी और मान करेगी।

यकीन मानो — पूरे जोश और विश्वास के साथ किया गया कार्य अवश्य पूरा होता है। कुछ कर दिखाने की चाह है तो सबको साथ ले और पूर्ण विश्वास के साथ कार्य में जुट जाओ — और सफल आदमी बन जाओ।

प्रेरणा: साझा विश्वास से ताकत दोगुनी हो जाती है।

सफलता के लिए महत्व कार्य नहीं — कार्य करने का ढंग / तरीका महत्व रखता है।

प्रेरणा: शैली और नीयत — दोनों ही फल देती हैं।

सफलता के लिए / जीतने के लिए हमेशा कोशिश करते रहो — कभी हौंसला मत हारो। चुनौतियाँ पसंद करो — उसके लिए अच्छी योजना और पूरी तैयारी करो — खुद पर भरोसा रखो — जो करना चाहते हो कर डालो — ज़म कर मेहनत करो — पैसा अपने आप आएगा — हमेशा सकारात्मक दृष्टिकोण रखें — हमेशा मज़े लेने की कोशिश करो — चाहे काम हो या छुट्टी — मज़ा लो हमेशा।

प्रेरणा: काम में मज़ा हो तो मेहनत आनंद बन जाती है — और सफलता साथ।

मेरा यह वाक्य है — रोज मौज लो — मैं इस पर ही अमल करता हूँ मेरा मानना है — जिंदगी को भरपूर जीओ — मैं जीता भी हूँ — जिस चीज़ में आनंद आता है करता हूँ — हर पल आनंद लेता हूँ।

प्रेरणा: जीवन का आदर्श — काम भी, मौज भी।

याद रहे — मजे करते हुए काम करोगे तो पैसा अपने आप ही आ जायेगा। आनंद मतलब खुश दिल — मतलब हमारे आस-पास का अच्छा माहौल — मतलब हमारे योग्य करने लायक कर्म — तो मैं उसे मन से करूँगा — तरक्की स्वाभाविक ही होगी — और जब तरक्की होगी तो पैसा तो बनेगा ही।

प्रेरणा: जुनून और खुशी से किया काम बाज़ार में पहचान पाता है।

अवसर को कसकर पकड़े बिना कुछ नहीं हो सकता — इसलिए मेहनत करो, अवसर मत गवाओ और मंजिल पाने के लिए एड़ी-चोटी का जोर लगाओ।

प्रेरणा: अवसर आते हैं — पकड़ने वाला वही जो तैयार होता है।

हमेशा परिस्थितियों के सर्वश्रेष्ठ पहलू को ही देखो — आपको नए विचार और नई योजनाएँ मिलेंगी। जब आपके पास एक उद्देश्य और जीवन के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण होता है, तो आपके पास निशाना साधने के लिए एक लक्ष्य होता है।

प्रेरणा: सकारात्मक नजरिया लक्ष्य को स्पष्ट करता है।

कड़ी मेहनत और मजे का नाम ही जिंदगी — तभी तो आप सफल आदमी बन सकते हो।

प्रेरणा: परिश्रम में खुशी भर दो — वह सफलता की चाबी है।

मौज-मस्ती और संतुलन

बेकार का तनाव दूर करो — कभी भी रुको मत — समय और परिवर्तन के साथ चलो — मौज में रहो — कभी भी सिर्फ पैसा कमाने की कोशिश मत करो।

प्रेरणा: पैसा लक्ष्य नहीं, सुविधाओं का साधन है — लक्ष्य खुशी और योगदान हो।

यदि सिर्फ पैसा/मुनाफा ही लक्ष्य होगा तो आपको कभी सफलता नहीं मिलेगी। सफलता का मतलब मौज-मस्ती से क्या मजा — मौज ही जीवन की कुंजी होती है — मौज-मस्ती के बिना किया कार्य सुंदर अथवा सटीक नहीं हो सकता — कुछ खामियाँ रह ही जाएँगी — इस कारण कहता हूँ कार्य करो दिल से; मजा लेते हुए किया कार्य अवश्य सफल होगा।

प्रेरणा: हृदय की भागीदारी काम को उत्कृष्ट बनाती है।

अपने काम में आपको आनंद आना चाहिए — जिस कार्य में आनंद न हो उसे छोड़ दो — अपने चारों ओर देखो और क्या विकल्प है — वह काम करो जिसमें तुम्हें सच्ची खुशी मिलती है।

प्रेरणा: खुशी ही दीर्घकालिक प्रेरणा है — उस पर टिको।

काम काजी जीवन से अपने निजी जीवन को अलग करने का लक्ष्य बना लो — अपने निजी समय में मौज-मस्ती करो — इससे आपको खुशी मिलेगी जिससे आप अपने जीवन में काम/व्यवसाय का अधिक आनंद उठा सकोगे।

प्रेरणा: संतुलन ही स्थायी सफलता का राज है।

यदि ऐसा कर पाओगे तो कार्य अत्यधिक ऊर्जा और विश्वास के साथ करोगे — ऐसा करने पर सफलता तो मिलेगी ही — यह सब संभव हुआ — मौज-मस्ती के कारण। सफलता बिना खुशी के नहीं मिलती — क्यों कि खुशी व्यक्ति को मेहनत दिल से और पूर्ण विश्वास से कराती है।

प्रेरणा: खुश दिल, तेज दिमाग — यही जीत की जोड़ी है।

साहसी बनो

अपने लक्ष्य का पीछा करो — साहसी बनो — अपना वादा पूरा करो जो अपने आप से पूरे विश्वास से किया था।

प्रेरणा: संकल्प निभाना बहादुरी है — हर अनुशासित कदम वीरता है।

मैं जिस एक चीज की हमेशा कोशिश करता हूँ वह है अपना वादा पूरा करना — मैं अपना लक्ष्य तय करता हूँ और उस पर कायम रहता हूँ। सफलता सिर्फ किस्मत की बात नहीं

होती — आपको खुद पर भरोसा रखना होता है और काम को अंजाम देना होता है। इससे दूसरों को भी आप पर भरोसा करने लगते हैं।

प्रेरणा: विश्वसनीयता का निर्माण कड़ी मेहनत और निरंतरता से होता है।

पैसा इस्तेमाल करने के लिए होता है — हमें रिस्क लेने के लिए साहस का परिचय देना होगा — लोगों की घटिया चालों पर नजर रखना होगा — और काम में मज़ा आना ज्यादा महत्वपूर्ण है।

प्रेरणा: बुद्धिमत्ता से जोखिम लो — पर दिल से काम करो।

आप जीतते और हारते हैं — पर हारने पर अफसोस न करें — कभी पीछे मुड़कर न देखो — अतीत को बदल नहीं सकते — उससे बस सीखने की कोशिश करो — आपको जो सपना है बस उसका पीछा करो और सावधान रहो।

प्रेरणा: पछतावे से बिना सीख के न रहें — सीखो और बढ़ो।

आप खुद को चुनौती दो तो आप प्रगति करोगे — आपका जीवन बदल जायेगा — आपका दृष्टिकोण सकारात्मक हो जायेगा। जब तक खुद को साबित न करें हार मत मानो — यही सफलता और साहस का उदाहरण है।

प्रेरणा: चुनौती जीवन की जिम है — जाओ और ट्रेन करो।

जिनमें अकेले चलने के हौंसले होते हैं — उसके पीछे एक दिन काफिला होता है।

प्रेरणा: अकेला कदम पहले हो सकता है — पर उसकी गूँज बाद में बहुता बन जाती है।

समापन प्रेरणा:

यह भाग सिखाता है कि मुस्कान, सकारात्मकता, मज़ा, और साहस ही जीवन को सार्थक बनाते हैं।

जब तुम दिल से काम करोगे, खुशी के साथ जियोगे, और हर मुश्किल में मुस्कुराने का अभ्यास करोगे — तब सफलता तुम्हारे पीछे नहीं, तुम्हारे साथ चलने लगेगी।

जीवन के अच्छे विचार

आत्मा का प्रकाश, मेरी आत्मा में सदा प्रकाश है।

प्रेरणा: भीतर की लौ कभी बुझने नहीं देती — उसे पोषित करो, और तुम अँधियारे को चीर दोगे।

मैं समृद्ध हूँ, प्रसिद्ध हूँ, क्योंकि मैं स्वयं पर विश्वास करता हूँ।

प्रेरणा: आत्म-विश्वास ही असली दौलत है — उसे जगाओ और संसार सम्मान देगा।

जीवन एक कैमरा है

जीवन बिल्कुल कैमरे जैसा है।

जो महत्वपूर्ण है उसी पर ध्यान केंद्रित करो।

अच्छे पलों को कैद करो।

और यदि कोई तस्वीर सही न बने तो एक और अवसर हमेशा मिलता है।

प्रेरणा: एक विफल प्रेम के पीछे नई संभावना छिपी होती है — फिर से क्लिक करो, फिर से जियो।

प्रेम और संतुलन

प्रेम साइकिल चलाने जैसा है।

संतुलन बनाए रखने के लिए लगातार आगे बढ़ते रहना पड़ता है।

प्रेरणा: प्रेम में स्थिरता निरंतरता से आती है — रुको मत, धीरे-धीरे पर सदा आगे।

समय, सत्य और संस्कार की यात्रा

समय अमूल्य है।

महत्वपूर्ण कार्य को टालो मत, क्योंकि कल का भरोसा नहीं।

आज ही वह कर लो जो जीवन में सबसे आवश्यक है।

प्रेरणा: कल का भरोसा नहीं — आज की हिम्मत समय को तुम्हारे साथ रख देगी।

जीवन एक ही बार मिलता है

जीवन केवल एक बार मिलता है।

पर यदि उसे सही ढंग से जिया जाए तो एक ही बार जीना पर्याप्त है।

प्रेरणा: गुणवत्ता से जियो — फिर एक जीवन ही काफी है।

काम और आनंद

हंसने की वजह पैदा करो।

कार्य चाहे जो हो जहाँ हो — सही तरीके से करते हैं तो न केवल काम जल्दी होता है बल्कि अच्छा भी होता है।

यह काम बड़ी बात नहीं है — जब काम जल्दी और अच्छे तरीके से होता है तो काम में खूबी नहीं बल्कि आनंद आता है।

यदि हमें कार्य में आनंद आने लगे तो हम और मज़ा लेने लगते हैं — क्योंकि आनंद हमें अच्छा लगता है — हमें फिर प्रतिष्ठा प्राप्त होती है।

प्रेरणा: काम में उल्लास लाना कला है — वही काम को उत्कृष्ट बनाती है।

हमें कार्य करने से पहले उसके बारे में विचार कर लेना चाहिए — कुछ समय सोचने में लगाना चाहिए। हम जो काम कर रहे हैं — कैसे उसे और बेहतर बना सकते हैं, कैसे कुछ नया कर सकते हैं। बार-बार पुराने चादर पर सोने में अच्छा नहीं लगता — नई चादर सुकून देती है, सुंदर लगती है। कुछ नया करोगे तो उत्साह भी होगा — “मैं कुछ नया कर रहा हूँ” — यह भावना उत्पन्न कर देगा; इस प्रकार के कार्य में पैसा और आनंद दोनों प्राप्त होंगे।

प्रेरणा: नवाचार का छोटा कदम आता है — और वह कदम खुशी व सफलता दोनों जोड़ देता है।

पेशानी बाहर नहीं हमारे अंदर होती है — हम भटकते रहते हैं। अपने निर्णय को पक्का करके किया गया कार्य आनंददायक होता है — चाहे किसी भी पेशानी में हों; हम अपनी पेशानी के लिए खुद जिम्मेदार होते हैं। हमें कोई भी कार्य शांतिपूर्वक और सोच-समझकर करना चाहिए; सफलता और आनंद दोनों ही प्राप्त होंगे — होगा ही होगा।

प्रेरणा: शान्त मन + ठोस निर्णय = आनंद और सफलता का फार्मूला।

जीवन का परिचय

दूसरों के आराम का ख्याल रखोगे तो प्रकृति आपके आराम का ख्याल रखेगी।

प्रेरणा: परोपकार का वृत्त पूरक होता है — बाहर की सहारा भीतर बनता है।

सफल और सार्थक जीवन शानदार हो — यह जरूरी नहीं।

प्रेरणा: सरलता में भी महानता बसती है।

सभी जानने के बाद भी जो निर्णय न ले — उस पर विश्वास करना मुअखरता होती है।

प्रेरणा: निर्णय लेने की हिम्मत ही नेतृत्व है।

निर्णय हर हाल में लेना चाहिए — क्योंकि गलत निर्णय लिए बिना हम सही निर्णय नहीं ले सकते।

प्रेरणा: कोशिश ही अनुभव देती है — अनुभव ही बुद्धि।

गलत आदमी कितना भी सही कार्य कर ले वह गलत ही होगा।

प्रेरणा: चरित्र का आधार कर्म से जुड़ा है — सत्य का मार्ग अपनाओ।

सफल व्यक्ति अपने नियम और कायदे का पक्का होता है।

प्रेरणा: अनुशासन सफलता की नींव है।

ऊंचा उठने वाला वर्तमान के गुलाम नहीं होते — बस चलते हैं सांस के साथ और हर मकान पर पहुंच जाते हैं।

प्रेरणा: निरंतरता समय की दीवारें तोड़ देती है।

जिस व्यक्ति के मन में किसी प्रकार का संकोच नहीं होता — साहस, शक्ति और धैर्य होता है — वह कुछ जरूर बनता है। ईश्वर ने जो जीवन दिया है वह उसकी धरोहर है; हमारा दायित्व है उसे संभाल कर रखना — जो यह समझता है वह ज्ञानी कहलाता है।

प्रेरणा: जीवन विरासत है — उसे सजाना हमारा धर्म।

सिद्धांतवादी मनुष्य उच्चतम शिखर पर पहुंच जाता है।

प्रेरणा: सिद्धांत-आधारित जीवन लंबी उड़ान देता है।

श्री श्री रविशंकर — नई राह बनाने वाला मनुष्य ही समाज को आगे बढ़ने का कार्य करता है — हर सफल व्यक्ति नई राह पर चलता है।

प्रेरणा: नवप्रयास समाज का पथ प्रशस्त करते हैं।

जब हम इस पर विचार उद्देश्य स्पष्ट रखते हैं तो परिणाम अवश्य मिलता है।

प्रेरणा: स्पष्ट उद्देश्य — सटीक परिणाम।

स्वच्छता और सुंदर वातावरण से मन प्रफुल्लित होता है; उसी प्रकार स्वच्छ संगति के बिना उद्देश्य पूरा नहीं हो सकता — हमारा मस्तिष्क का वातावरण ठीक कर देती है।

प्रेरणा: बाहर की सफाई, भीतर की शांति का आईना है।

बिना कर्म के अभिलाष करने से उपलब्धियाँ नहीं मिलतीं।

प्रेरणा: इच्छा बनाम कार्य — कर्म को चुनो।

रोज कार्य की प्राथमिकता तय करें — जरूरत के हिसाब से, चाहे कहीं हो — प्राथमिकता के अनुसार किया कार्य समय पर और सरलतापूर्वक पूरा होता है।

प्रेरणा: प्राथमिकता = समय प्रबंधन; यही सफलता की कुंजी।

जो कार्य पूर्णतया गंभीरता से दिल की गहराई से किया जाता है — उसकी सुंदरता पर देखते ही बनती है।

प्रेरणा: मन लगाकर किया गया कार्य स्वयमेव महान बनता है।

संसार में कुछ भी निरर्थक या बेकार नहीं होता — हर चीज का कुछ न कुछ इस्तेमाल होता है; सबके अंदर गुण होता है।

प्रेरणा: हर वस्तु और व्यक्ति में मूल्य है — उसे खोजो।

कैसा चश्मा है

सबकी अपनी बंधी हुई दृष्टि होती है — उसे वही दिखता है। गुण-दोष हर मनुष्य में होते हैं — यदि किसी का काम देखकर उसमें दोष ढूंढने लगोगे तो तुम्हारी बुद्धि आगे चलकर दूषित हो जाएगी — तुम्हें अच्छे-आगे कामों में दोषी दिखेगा; अर्थात् अपने आप को जलाओगे और दूसरे को भी दुखी करोगे। सबके गुणों को देखने की आदत डालो।

प्रेरणा: नजरिया बदलो — गुण देखें, न कि दोष खोजें।

हम जैसा चश्मा पहनेगे हमें वैसी चीजें दिखाई देने लगती हैं — हमें देखने का नजरिया बदलने की जरूरत है।

प्रेरणा: दृष्टि बदलो — दुनिया बदल जाएगी।

सम्मान का मतलब यह है कि आप हर एक के साथ कैसा व्यवहार करते हैं — सिर्फ उन्हीं के साथ नहीं जिन्हें प्रभावित करना चाहते हैं। हमें सबके साथ अच्छा व्यवहार करना

चाहिए — हमें अपना वास्तविक परिचय अपने आप से कराना होगा; हमें सबके प्रति सम्मान करने से हमारी सारी शक्तियाँ जागृत हो जाएंगी — इस कारण शांत होकर हमेशा चिंतन करो — क्रोध पर विजय प्राप्त करनी होगी।

प्रेरणा: सम्मान हर किसी का अधिकार है — उसे दिल से निभाओ।

क्रोध पर विजय प्राप्त करने के लिए थोड़ा समय निकालो — अर्थात् तुरंत रिएक्ट मत करो — सोचो फिर बोलो — जरूर काम बन जाएगा; आत्मसंतुष्टि करनी होगी।

प्रेरणा: विराम एक बुद्धिमान क्रिया है — गुस्सा ठहराओ, बुद्धि बोलने दो।

बड़प्पन मत दिखाओ अर्थात् जबरदस्ती गुस्सा/लड़ाई मत करो — अपना चेहरा आईने में देखो।

प्रेरणा: खुद से इमानदार रहो — वही असली शोभा है।

परिस्थितियाँ और आस्था

रास्ता यदि आकर्षक है तो जीवन सरल रहता है। हमारे अंदर हमेशा तरह-तरह के विचार आते हैं पर किसी भी हालत में हमें अपना ईश्वर पर से विश्वास नहीं हटाना चाहिए। अगर मन का हो रहा है तो अच्छी बात है — नहीं तो कुछ और अच्छा होने वाला होगा — विश्वास रखो।

प्रेरणा: आस्था धैर्य को पोषित करती है — और धैर्य से मार्ग खुलता है।

विश्वास करने के अलग-अलग भाव हो सकते हैं — उन पर विचार करो: मैं ईश्वर को पिता, दोस्त, मेरे बच्चे, मेरे प्रियतम के भावों से देखता हूँ — और मैं उसमें विलीन हो गया — यह अलग-अलग भाव, गीता में बताए गए हैं।

प्रेरणा: ईश्वर से जो भी सम्बंध महसूस करो — वह तुम्हें दिशा देगा।

अर्थात् पिता — सिखा रहा है, बचा ही लेगा; दोस्त — मजा ले रहा है, अंत में मेरे साथ ही होगा; बच्चा — शरारत कर रहा है, आगे ठीक हो जाएगा; प्रियतम — तुम तो उसे प्यार से मनाओगे; और अगर उसमें अपने आप को समझा लिया तो फिर क्यों अविश्वास करना — तुम्हें मोक्ष मिल जाएगा — यही जीवन के मूल सिद्धांत है।

प्रेरणा: हर अभिव्यक्ति में ईश्वर का प्यार छिपा है — उसे पहचानो।

कर्म — सफलता — प्रतिष्ठा

कर्म, सफलता, प्रतिष्ठा — यह एक रेल के समान है जो हमेशा साथ-साथ चलते हैं; इंजन सफलता है, बीच के डिब्बे और प्रतिष्ठा गार्ड के केबिन — जरा आँखें मूँद कर इसे महसूस करें। बिना कर्म के (इंजन के) जीवन कहाँ? बिना डिब्बों के (सफलता) सफ़र कहाँ? बिना सम्मान के (गार्ड) सुखमय जीवन कैसे (सफल यात्रा)? किसी भी हालत में कोई शॉर्टकट लगाने के बावजूद हमें यह सब प्राप्त नहीं हो सकता। हमें मेहनत तो करनी ही होगी और लक्ष्य पर पहुंचने के लिए सीधा और सच्चा पथ अपनाना होगा — तभी सब प्राप्त होगा।

प्रेरणा: कर्म इंजन है — उसे चलाओ, बाकियाँ स्वयम् जुड़ती जाएँगी।

सफलता मिलती है — एकाग्रता से, गहराई के साथ किसी कार्य के लिए विचार करने से — हर छोटे-छोटे पहलू को सोचने से और उसको अमल में लाने से — और प्रतिष्ठा/पैसा तो अपने-आप पीछे-पीछे चलता है।

प्रेरणा: ध्यान और गहराई — यह सफलता का आकर्षण है।

गार्ड का डिब्बा पीछे रहता है या इंजन के आगे — वह इंजन के पीछे ही रहता है; कभी-कभी दोनों होते हैं पर डिब्बे के आगे पीछे — अर्थात् कर्म तो करना ही पड़ेगा — इंजन तो लगाना ही पड़ेगा। हमें पैसे के पीछे-पीछे भागने की आवश्यकता नहीं — वह तो कर्म करने के बाद पथ पर चलने के बाद मेरे पीछे-पीछे गार्ड के डिब्बे की तरह दौड़ा आएगा।

प्रेरणा: पैसा परिणाम है — कर्म प्राथमिकता।

श्लोक याद करो — पोस्ट याद करो — क्या कहता है।

प्रेरणा: शास्त्र-ज्ञान से कर्म का मार्ग स्पष्ट होता है — उसे समय-समय पर याद रखो।

समापन प्रेरणा — अध्याय:

यह हिस्सा बताता है कि आत्मा का प्रकाश, समय की कीमत, प्रेम-संतुलन और कर्म की महत्ता — ये सब मिलकर जीवन को सार्थक बनाते हैं।

जब तुम अपने भीतर की रोशनी पर विश्वास करोगे, अपने समय को सजग रखोगे, प्रेम में संतुलन बनाए रखोगे और कर्म को ईमानदारी से निभाओगे — तब सफलता, प्रतिष्ठा और आनंद अपने आप तुम्हारे पीछे चलने लगेंगे।

जीवन के अच्छे विचार (जारी)

याद रहे आपकी खुशी गुस्से की तुलना में बहुत सस्ती होनी चाहिए।

प्रेरणा: छोटी-सी मुस्कान बड़ी-सी जीत है — उसे महंगा मत बनाओ।

शक्ति का अनुभव

शक्ति क्या है — अपने अंदर ऐसा पाना कि ऊर्जा कर संसार हो रहा है — इसका हमने अनेकों प्रकार से लगभग रोज अनुभव किया है परंतु जीवन में इस अनुभव को हम उपयोग में नहीं लेते। यह उसी प्रकार से है — मेरे पास होते हुए भी लंबी यात्रा होने के बावजूद पैदल ही सफर पर निकल पड़ो — यह इसी प्रकार से हमारे साथ हो रहा है और लगभग रोज ही होता है — जरा ध्यान दो।

प्रेरणा: भीतर की ऊर्जा को पहचानो — उसे कार्य में लगाओ, चमत्कार तुम्हारे कदम चूमेंगे।

गुस्सा आता है तो क्या होता है

प्रेरणा: गुस्सा ऊर्जा है — उसे विध्वंस न बनाओ, सृजन में डालो।

डर लगता है तो कैसे भागते हैं

प्रेरणा: भागना स्वाभाविक है — पर साहस से रुक कर सामना करने में असली शक्ति है।

जब खुश होते हैं तो कैसे मन प्रफुल्लित होता है

प्रेरणा: खुशी की लहरों को पहचानो — वे तुम्हें ऊँचा उठाती हैं।

कुछ जीतने के बाद थकान में भी कहां से ऊर्जावान होते हैं

प्रेरणा: लक्ष्य-उपलब्धि का स्फूर्ति स्रोत है — उसे संचित करो और फिर आगे बढ़ो।

यह दर्शाता है कि हमारे अंदर हर परिस्थिति में ऊर्जा का संचार होता रहता है — जरूरत पर ही बाहर आती है। तो इस फैली ऊर्जा को एक जगह पर एकत्रित करके एकाग्रचित होकर यदि कोई कार्य साधने का प्रयास करेंगे तो सफलता मिलेगी ही मिलेगी।

प्रेरणा: ऊर्जा को केंद्रित करो — परिणाम अनिवार्य है।

इसी प्रकार धन को इकट्ठा करके अपनी जरूरतें हम पूरा कर ही लेते हैं — हमें अपने इस हौसले को जो गुस्से पर आता है, डर के समय आता है, प्रफुल्लित होते समय महसूस

करते हैं अथवा दौड़ की थकान होने पर ही होता है — हिम्मत करके उसका फल/इनाम लेने के लिए खड़े हो जाते हैं — उसे ऊर्जा का एक कृति करके कार्य करने की आवश्यकता है।

प्रेरणा: भावनाओं को कर्म में बदलो — वही असली विजेता बनाता है।

हम हमारे संघर्ष से अपनी आत्मा को मजबूत बनाते हैं — महत्वपूर्ण सफलता नहीं होती; उसकी सफलता के लिए गिरकर उठने की शक्ति या आत्मबल की आवश्यकता है — यह हमारी शक्ति है — इसे पहचानो और जरूरत पर इसका इस्तेमाल करके जीवन सुखी बनाओ।

प्रेरणा: गिरना भी प्रशिक्षण है — उठना निर्णायक शक्ति।

जीवन के उद्देश्य/महत्वपूर्ण — पैसा है

पैसे महत्वपूर्ण क्योंकि इसके बिना हमारी जरूरतें पूरी नहीं हो सकती — अर्थात् इसके बिना कुछ कर पाना संभव नहीं है; परंतु पैसा ही सब कुछ नहीं होता — पैसा सिर्फ हमारा उद्देश्य पूरा करने के लिए होता है। पैसे की जरूरत होती है तो पहले अपने जीवन का उद्देश्य क्या है उसे पहचानो — उसकी पूर्ति के लिए हमें पैसा चाहिए — पैसा है तो उद्देश्य पूरा करूंगा — यह तो नहीं हो सकता।

प्रेरणा: उद्देश्य पहले, साधन बाद में — प्राथमिकता स्पष्ट रखो।

हर आदमी में बदलने की क्षमता तो होती है — जिसने अपने आप को बदल लिया मतलब उसे जीवन का उद्देश्य मिल गया — फिर वह उसे पूरा करने के लिए लग जाए पूरे विश्वास के साथ — उद्देश्य के साथ-साथ पैसा अपने आप ही आ जाता है, मगर विश्वास पर विश्वास होना चाहिए। हमेशा याद रखो — उद्देश्य के पीछे लगे रहो; प्रयास कभी भी फेल नहीं होता; पैसे के पीछे मत भागो — पैसे को पीछे चलने दो; कार्य करते रहो — पैसा तो आ ही जाएगा। गीता में यही आती है — कर्म करो, फल की चिंता मत करो — अर्थात् जीवन का उद्देश्य कम करो, फल का नहीं — फल तो आज नहीं तो कल मिल जाएगा ही मिला।

प्रेरणा: कर्म को प्राथमिक बनाओ — फल प्रकृति का काम है।

मेरा जीवन मेरे देश है — इस विचार पर मंथन करने की आवश्यकता है और विचार को जानकर मानकर उसे पर पूरे विश्वास से कार्य करने की आवश्यकता है — मेरा यह उद्देश्य होना चाहिए; इसे ही बुद्धि में धारण करें।

प्रेरणा: उद्देश्य बड़ा हो तो कर्म महान बन जाते हैं।

शॉर्टकट / छोटा लालच

सफलता का एक फार्मूला यह भी है — जरा ध्यान दें — कई बार जब आप परेशानी में होते हैं तो कुछ ऐसा आपके सामने आएगा कि आप शॉर्टकट का रास्ता अपना कर कार्य पूरा कर सकते हैं — क्योंकि आप परेशान हैं। दिल से कुछ अच्छा करना चाहते हैं — किसी के प्रति बड़ा भाव नहीं है तो कार्य बन जाता है — तो गलत तरीके से भी काम बन जाता है — जानकर अथवा बन जाएगा — इस बात का एहसास होने पर मैं हमेशा गलत तरीके का इस्तेमाल करूंगा — यह छोटा लालच इंसान को गलत रास्ते पर चलने के लिए उकसाता है। मुसीबत में एक बार गलत किया आज माफ किया जा सकता है पर इस आदत बना लो। छोटा लालच इंसान को कमजोर बना देता है — लोभी व्यक्ति बार-बार गलत ही करने का सोचता है और अपना जीवन तबाह कर लेता है।

प्रेरणा: छोटी सरलता का दायरा बड़ा विनाश कर देता है — सचेत रहो।

यह कदापि भी उचित नहीं होता और मनुष्य छोटे-छोटे लालच में फंसता चला जाता है और अपना दुर्भाग्य लिख लेता है। अतः यह कहना उचित होगा किसी भी परिस्थिति में शॉर्टकट का रास्ता नहीं अपनाना चाहिए — नहीं तो लालच में फंस ही जाएगा मनुष्य और यह हमारी रोज की दिनचर्या का एक पल होगा जिसके कारण किसी दिन सब नष्ट हो जाएगा — सिस्टम और नियम का उल्लंघन पश्चाताप का कारण बन जाएगा।

प्रेरणा: ईमानदारी रास्ते को सुरक्षित रखती है — वैसा ही बनो।

आप उस टारगेट पर निशाना नहीं मार सकते, जिसे आप देख ही नहीं सकते हो।

प्रेरणा: लक्ष्य की स्पष्टता पहले — फिर निशाना।

एहसास — अगर एहसास हो तो अजनबी अपने भी; अगर एहसास ना हो तो अपने भी अजनबी होते हैं।

प्रेरणा: ध्यान और अनुभव से ही नज़दीकी बनती है।

यह बात रिश्ते पर लागू नहीं होती — एहसास हमारा, हमारे ऊपर विश्वास का भी होता है — एहसास पैसा कमाने का भी होता है — एहसास प्यार का भी होता है — जब यह एहसास है कि क्या हो रहा है यह हमारे कार्य-कुशलता का परिचय होता है — यही बात हर जगह लागू होती है। मुझे परिश्रम का एहसास है — कितना परिश्रम मैं करता हूँ, मुझे मेरी मंज़िल का एहसास हो ही जाता है कि उसका फल क्या होगा।

प्रेरणा: एहसास से दिशा मिलती है — उसे नकारो मत।

क्या हम अपने जीवन में इस महत्व को देते हैं — इस बात को अमल में लाते हैं कि गलती का एहसास होने पर सुधार करते हैं या ‘जाने दो’ कहकर आगे बढ़ जाते हैं? यह छोटी पर महत्वपूर्ण विषय-वस्तु है जिस पर विचार किए बिना आपको सफलता नहीं मिल सकती। आज जीवन में एहसास को महत्व देना शुरू करो — हर चीज को फील करना शुरू करो — मतलब एहसास करो जो गलत है उसका जो चाहिए वो करना है — जैसे ही कोई एहसास फूल आपके अंदर स्पर्ति/खुशी करता है समझो आपको मंज़िल मिल गई — बात इसे पकड़ लो — उसे जाने मत दो — हमेशा ‘मुझे यही चाहिए’ — उस पर अमल करो — बाकी जाने दो; हमारी सच्ची खुशी उस में ही होती है।

प्रेरणा: आज का एहसास तुम्हारा कमाना है — पकड़ो और आगे बढ़ो।

याद रहे प्रकृति आपका समर्थन करेगी यदि आपकी इरादे बहुत शुद्ध और स्पष्ट हैं।

प्रेरणा: नेक इरादे धरती से भी मिलते हैं — भरोसे के साथ बढ़ो।

हमारे मन में कुछ विचार अनायास ही आ जाते हैं — उसके महत्व को समझने के लिए हमेशा अपने को तैयार रखें। बिना भटकाये हुए मन को एकाग्र करने की कला सीखने में हम अपने उद्देश्यों को ठीक से समझ पाते हैं — अगर विचार प्रफुल्लित करने वाला है तो पहला कदम उठाओ — कार्य को अंजाम दे डालो।

प्रेरणा: विचारों को तुरंत कर्म बनाओ — तभी शक्तियाँ साथ देंगी।

कभी ऐसा कार्य न करें जिसकी वजह से आप रात को न सो पाएं — हमेशा लोगों की मदद के बारे में सोचो कि आप क्या कर सकते हैं। पैसा ही सारी बुराई की जड़ ऐसा नहीं है — उसका उपयोग लोगों की भलाई के लिए करो। हम अपनी नेकी करने की शक्ति को

बढ़ाने का तरीका यह भी है कि हम किसी का नुकसान ना करें — बस इतना तो कर ही सकते हैं।

प्रेरणा: नीच कर्मों से परहेज़ — दान और सेवा से मन भारी होगा और चैन मिलेगा।

हमेशा अपनी आत्म-सम्मान की रक्षा करें — सम्मान का मतलब यह है कि आप सबके साथ कैसा व्यवहार करते हैं — अपनी अच्छाइयों को बनायें, सही काम करें तथा सबका साथ न्याय संगत रहे — अपने हर कार्य के लिए जवाबदेह होना चाहिए।

प्रेरणा: सम्मान कमाओ — वह कर्म से ही मिलता है।

यह सब वही कर सकता है जिसके अंदर अहंकार ना हो — जिसकी स्वयं की कोई समस्या न हो — वहीं दूसरे की मदद करेगा। अपने मंज़िल को पाने के लिए अडिग रहो, डटे रहो। इंसान की सबसे बड़ी जरूरत जिंदगी के अर्थ और उद्देश्य का एहसास होना है — लक्ष्य आपको अर्थ और उद्देश्य दोनों का एहसास दिलाते हैं।

प्रेरणा: उद्देश्य का ज्ञान ही जीवन का प्रकाश है — उस पर चलो।

धैर्य से कार्य करो — उद्देश्य स्पष्ट है तो प्रगति आपका साथ देगी।

प्रेरणा: निरंतरता और धैर्य से सफलता पक्की हो जाती है।

स्पष्टता क्या है, मनचाही खुशी होना

स्पष्ट लक्ष्य होना, स्पष्टता का महत्व समझना जरूरी है — आप काम को सार्थक और उद्देश्यपूर्ण बना लो।

प्रेरणा: स्पष्ट लक्ष्य — मार्गदर्शक दीपक

क्या मैं चाहता हूँ — निश्चित तौर पर यही चाहता हूँ।

प्रेरणा: ठोस निर्णय ही ऊर्जा को दिशा देते हैं।

क्या करना है — हाँ, मुझे यही करना है।

प्रेरणा: वचन से कर्म तक का सफर छोटा नहीं।

बार-बार लिखना है और मिटाना नहीं है — एक बार सोच कर अच्छा विचार कर के निश्चित विचार का होना।

प्रेरणा: दृढ़ता शब्दों को कर्म में बदल देती है।

अपने निश्चय और मंज़िल के लिए निश्चित होना — मंज़िल के लिए सफलता पाने तक प्रयत्न करते रहना।

प्रेरणा: निश्चितता = शांति; शांति में ही स्थिर प्रयास रह पाते हैं।

यह मुख्य बातें हमें हमारी सोच, लक्ष्य, चाहत, मंज़िल या ये कहे हमारे जीवन की स्पष्टता का एहसास कराती है।

प्रेरणा: स्पष्टता से ही असली शुरुआत होती है।

हम कार्य बिना स्पष्टता के, मंज़िल बिना स्पष्टता के चालू कर देते हैं — यही हमारी असफलता का मूल कारण है। लक्ष्य, इच्छा से एकदम अलग होता है — यह स्पष्ट होता है — हमारे मन-मस्तिष्क में लिखा होता है और विशिष्ट हमें होता है — हम उसके भटकने नहीं देते। जहां पर नहीं पा कर सकते ऐसा दृढ़ संकल्प होना चाहिए — आपको हर खुशी के लिए महत्वपूर्ण है। कितने विश्वास से आप कार्य की ओर कदम उठा रहे हैं।

प्रेरणा: लक्ष्य पर अडिग रहो — भटकाव नहीं मंज़िल तक ले जाएगा।

अपने विशिष्ट और सम्मान का ध्यान रखें — जिम्मेदारी

अगर मैं नहीं बदलूंगा तो कोई नहीं बदलेगा — मैं क्यों नहीं? आप जिम्मेदारी लो और जिंदगी में आगे बढ़ते चले जाओगे।

प्रेरणा: परिवर्तन की शुरुआत स्वयं से होती है — उसे करो।

गलती की जिम्मेदारी लो — यही इलाज है कुछ पाने का। जिम्मेदारी स्वीकार करने भर से ही नकारात्मक भावना खत्म हो जाती है — व्यक्तिगत जिम्मेदारी स्वीकार किए बिना प्रगति संभव ही नहीं हो सकती।

प्रेरणा: जिम्मेदारी स्वीकारना ही स्व-अधिकार का पहला कदम है।

जिम्मेदारी लेते ही आप काम को विश्वास से करते हैं — दिल से करते हैं — गलती की जिम्मेदारी लेते ही सुधार करते हैं — कार्य की जिम्मेदारी लेते ही कार्य में लग जाते हैं — विचार करते हैं — लक्ष्य की ओर चलते हैं।

प्रेरणा: जिम्मेदारी = प्रेरणा + अनुशासन।

अतीत की घटनाओं के बारे में छोड़ दो — अफ़सोस और शिकायत की बजाय खुद जिम्मेदारी लो और बदल डालो जो गलत है — दूसरों की तरफ़ ना देखो — खुद एक जिम्मेदार नागरिक बनो।

प्रेरणा: बीती बातों में समय न गँवाओ — आज के कर्म से भाग्य बनाओ।

अध्याय — जिम्मेदारी, फैसला और शक्ति (जारी)

जिम्मेदारी लेते ही आपके अंदर एक नियंत्रण हो जाता है और आप लगातार स्थिति को नियंत्रण में करने का प्रयास करने लगते हैं और आप एक आत्मविश्वासी और शक्तिशाली मनुष्य बन जाते हैं।

प्रेरणा: जिम्मेदारी से ही आत्म-शक्ति की चाभी मिलती है—इसे हाथ में लो।

आज आप अपने लिए कुछ जिम्मेदार हैं — याद रखें बीच का रास्ता लो।

प्रेरणा: संतुलन ही बुद्धिमत्ता है — अतिओज और उपेक्षा दोनों से बचो।

फैसला – एक छोटी प्रेरक बात

जब किसी विचार से भीतर शांति और सच्चा आनंद महसूस हो, समझ लो वही तुम्हारा लक्ष्य है।

फैसला लेना जरूरी है, क्योंकि बिना निर्णय के जीवन भटकता रहता है।

डर, असफलता, और “लोग क्या कहेंगे” — ये सब हमें रोकते हैं, लेकिन जो एक कदम साहस से बढ़ाता है, वही आगे बढ़ता है।

स्पष्ट उद्देश्य, दृढ़ निश्चय और सही दिशा में कदम — यही सफलता की शुरुआत है।

प्रेरणा: निर्णय लो, पहला कदम बढ़ाओ — मंज़िल खुद करीब आने लगेगी।

प्रमाण पत्र

हमारे जीवन में कुछ सत्य ऐसा है जिसे माना जा सकता है — उसके लिए प्रमाण की आवश्यकता नहीं होती — जैसे सुंदरता, प्रेम, ईश्वर — यह सब हमारे देखने के नज़रिए पर निर्भर करता है। जो मेरे लिए सुंदर है दूसरों को वह भी सुंदर न लगे — मैं जिसे प्रेम

करता हूँ दूसरे को उसमें प्रेम जैसा कुछ दिखाई न देता — ईश्वर है पर मेरे पास क्या है — उसे प्रमाण करने के लिए यह सब महसूस करने की कला है।

प्रेरणा: अनुभव प्रमाण से बड़ा होता है — उसे संवेदना से जानो।

जिसकी जैसी दृष्टि होगी उसे वैसा ही दिखेगा — जो हमारे अंदर होता है वो हमें दिखाई देता है।

प्रेरणा: भीतर का प्रतिबिंब बाहर दिखता है — आंतरिक शुद्धि जरूरी है।

मन में कुछ भाव आने से जिज्ञासा होने से निर्णय लेने से जो दिल चाहता है — हमें वैसा ही दिखने लगता है — एहसास करना एक दिल की कला है जो आत्मा से महसूस होती है।

प्रेरणा: दिल की आवाज़ सुनो — वह मार्गदर्शक है।

आत्मा हमारे आत्मा का परिचय देता है — हम क्या सोचते हैं क्या चाहते हैं — यह सब अत्यधिक ज्ञान से होता है — आप विचार, मन और कर्म शुद्ध रखोगे तो हमारी शक्ति जागृत होती है — सब साफ-साफ दिखाई देने लगता है — गलत और सही का एहसास हो जाता है — इसके लिए प्रमाण नहीं चाहिए — इसे एहसास कहते हैं।

प्रेरणा: शुद्ध आत्मा — स्पष्ट दृष्टि।

आदतें

अगर आप अतीत में लिए गए निर्णय को देखते रहेंगे या खुद को रोक रखेंगे तो जिंदगी में तरक्की नामुमकिन नहीं हो — तब पर भी मुश्किल जरूर हो जाती है अतः समय के अनुसार हमें बदल जाना होगा — जो भी आवश्यक परिवर्तन है उसके लिए तैयार होना होगा।

प्रेरणा: अनुकूलन और परिवर्तन — जीवन की आवश्यक कला है।

आपको उन गुणों और व्यवहारों के बारे में ही सोचना होगा जो एक आदर्श स्वरूप देती हैं — जिन्हें आप पाना चाहते हैं। आप में ऐसी क्या क्षमताएं और योग्यतायें हैं। आप जो चाहें पा सकते हैं क्योंकि ईश्वर कभी घटिया सामान नहीं बनाता।

प्रेरणा: आत्म-मूल्यांकन से प्रतिभा जागती है — विश्वास रखो।

आपको अपनी आँखों को पूरी ईमानदारी के साथ अपना मूल्यांकन करना होगा — आप पाएंगे कि आपकी 70 प्रतिशत समय गलत आदतों की वजह से बेकार चला जाता है — शायद यह समय आपकी पुरानी यादों के कारण है — परन्तु आप समय और स्थिति बदल गई है — हमें बदलना ही होगा।

प्रेरणा: ईमानदार निरीक्षण ही सुधार की शुरुआत है।

आपको किस चीज ने रोक रखा है — उसका कारण क्या है — क्यों नहीं आप मेहनत करने पर भी मनचाहा पैसा नहीं कमा पाते — शायद उसका कारण हमारी पुरानी धारणा/आदत तो नहीं है। एक बार खुद के साथ पूरी तरह ईमानदार होकर देखें — आपको अपनी गलत आदतें खुद पता चल जाएंगी — उन्हें तुरंत बदल डालो।

प्रेरणा: जब सच देखो, तभी बदलना आसान है — कार्रवाई करो।

प्रकृति का उपहार

प्रकृति आपको हर सकारात्मक चीज के लिए पुरस्कार देती है — हमारे जीवन के हर पहलू पर नेचर हमें उपहार स्वरूप कुछ न कुछ देता रहता है। हमने इसका एहसास किया होगा — अब इसको समझने की आवश्यकता है।

प्रेरणा: प्रकृति का साथ पाना ईमानदार जीवन की देन है।

जीवन में खुशी और तनाव दोनों में प्रकृति से रोज मिलता है — हम जब अपना काम दिल से करते हैं और पूरा कर लेते हैं तो हमें प्रकृति का उपहार खुशी के रूप में मिलता है — हम जब अपना काम 90 से 95 प्रतिशत तक कड़ी मेहनत से करते हैं पर 100 प्रतिशत पूरा नहीं करते तो प्रकृति हमें तनाव देती है अर्थात् असंतुष्टि के रूप में हमें दंड मिलता है — कार्य पूरा न करने के लिए।

प्रेरणा: परिश्रम पूर्णता को बुलाता है — प्रकृति उसका पारितोषिक देती है।

हमें विषम परिस्थितियों में भी अपने संकल्प से 1 इंच नहीं हटना चाहिए — पूर्ण रूप से अनुशासित होकर काम पूरा करना होगा — तभी स्फूर्ति, शांति और खुशी का अहसास पैदा होगा। याद रहे महत्वपूर्ण कार्य करने के लिए निरंतर प्रयास आपको लगातार खुशी और उल्लास का एहसास दिलाता है।

प्रेरणा: अनुशासन ही असल इनाम का द्वार है।

अब जब आपकी आदत 100 प्रतिशत काम को पूरा करने की हो जाएगी तो आपका जीवन इस तरह सुधारने लगेगा जिसकी आप कल्पना भी नहीं कर सकते और खुश रहेंगे — रोज प्रकृति के उपहार से नवाजे जाएंगे। इसके विपरीत अधूरा काम 90 से 95 प्रतिशत तक किया तनाव/चिंता का उपहार देता है।

प्रेरणा: पूर्णता की आदत जीवन बदल देती है — कदम दर कदम।

प्रमुख योग्यता है — विश्वनीयता

एक ऐसी छवि की — जो भी काम करेगा अच्छा होगा, पूरा होगा, टाइम पर होगा, सुंदर होगा — हमें हमेशा तरक्की दिलाता है — यह विश्वनीयता ही हमारे लक्ष्य को पूरा करती है। हमारा विश्वास, लोगों का विश्वास और हमारी क्या थी — यही हमारा लक्ष्य पूरा करने का दृढ़ संकल्प होना चाहिए। हमारा लक्ष्य जो पैसा कमाना, समाज, प्रतिष्ठा और सुखी जीवन — सबको हम एक साथ ही इस प्रकार की विश्वनीयता पैदा करवाने पर पा लेते हैं — समय के बिना लक्ष्य का निर्णय व्यर्थ है — हमें हर दिन सुधार में थोड़ा वक्त देना चाहिए।

प्रेरणा: भरोसा अर्जित करने में समय लगता है — पर वह सफलता का स्थायी मार्ग है।

एक खेल बना लो — आप हर लक्ष्य के लिए एक पैमाना, पायदान, स्कोरकार्ड, टारगेट्स और डेडलाइन सही करेंगे — फिर उस पर ध्यान लगाओ — उसे पूरा करो — लक्ष्य प्राप्त होगा — एक-एक बार ऐसा होने से हमारे अंदर तथा लोगों में विश्वनीयता बढ़ेगी जो हमारे प्रगति का हिस्सा बनेगा।

प्रेरणा: मीटर, माप, डेडलाइन — ये सरल उपकरण सफलता तय करते हैं।

हमेशा समाधानों के बारे में सोचो — हमेशा चिंता करो क्या सही है — शंका और डर (नकारात्मक) विचारों को अपने आत्मविश्वास से कार्य करके दूर भगाओ — आत्मविश्वास होने पर हमेशा सकारात्मक सोच बनती है।

प्रेरणा: समाधान-केंद्रित सोच ही डर को ध्वस्त करती है।

सिर्फ प्रतिक्रिया करना गलत है।

प्रेरणा: सक्रिय बनो — प्रतिक्रिया नेकी नहीं, दृष्टि चाहिए।

कुछ याद रखें:

महत्वाकांक्षा की लगाम को हमेशा पकड़ कर रखें।

सतर्कता के साथ सपने देखो — समीक्षा करो।

जीवन की मूलभूत जरूरत के प्रति जागरूक रहो।

नए विचारों के लिए दिमाग खुला रखो।

पसंद का काम करो या जो मिला उसे पसंद करो।

अपने काम को स्वयं से जोड़ने के लिए वह कार्य दिल से करो।

लाभ के लिए कार्य करो — लाभ के लिए नहीं।

कुछ चीज नापने के लिए नहीं होती — महसूस करने के लिए होती है — प्यार को, खुशी को — हम नाप नहीं सकते, महसूस कर सकते हैं।

प्रेरणा: संवेदना और विवेक — जीवन की असली नाप हैं।

इस प्रकार काम के लिए दिल में खुशी महसूस करो — हमारा सपना अवश्य ही पूरा होगा — अपने पर हंसना सीखो — ये आपके मूड को बेहतर बनाता है और हमारा सेंस ऑफ ह्यूमर भी विकसित करता है। हमें जितना अपराधबोध होता है उतनी हमारी शक्तियाँ कम हो जाती हैं — हम जब यह कहते हैं मैं अच्छा करूँगा तो अच्छा ही होगा — तो जब गलत करूँगा तो कभी मेरे साथ भी बुरा होगा — सकारात्मक सोच रखो — जीवन ईमानदारी से जियो।

प्रेरणा: हंसना, सीखना और ईमानदार रहना — सफलता के सरल मंत्र।

काम की गहराई, विवेक, अवसर और गरूर

काम कितना ही छोटा हो उसकी गहराई में जाना चाहिए — उसकी सुंदरता बढ़ेगी और हमारा आत्मविश्वास बढ़ेगा।

प्रेरणा: गहराई में दिल लगाओ — छोटे काम भी महिमाशाली बन जाते हैं।

सुधारना एवं बिगाड़ना केवल मनुष्य के सोच और स्वभाव पर निर्भर होता है।

प्रेरणा: बदलने का निर्णय ही सुधार की पहली सीढ़ी है।

अक्सर जो खाली समय होता है उसमें हम ज्यादा तनाव वर्जित कर लेते हैं।

प्रेरणा: खाली समय को सहेजो — वह तुम्हारे सृजन का माध्यम बन सकता है।

प्राण ऊर्जा सकारात्मक सोचने से ही जागृत होती है — दो लोग एक उद्देश्य के लिए साथ हों तो सेंस बनता है।

प्रेरणा: सकारात्मकता फैलाओ — साथ में शक्ति दोगुनी हो जाती है।

जल्दी शुरुआत करें — बुढ़ापे का इंतजार न करें।

प्रेरणा: अभी का पहला कदम ही भविष्य बदलता है।

सच्चा योग काम में डूब जाना है।

प्रेरणा: समर्पण ही साधना है — कर्म में ही ध्यान।

हर समस्या सुलझाई जा सकती है।

प्रेरणा: समाधान खोजने का दृढ़ निश्चय रखें — रास्ता मिल ही जाएगा।

हमारी सीमाएं हमारी कल्पना में हैं।

प्रेरणा: कल्पना बढ़ाओ — सीमाएँ स्वयं घटती जाएँगी।

ज्यादा पाने के लिए ज्यादा बनना होगा।

प्रेरणा: बढ़ो, सीखो, बनो — फिर फल अपने आप आएगा।

गुण सब में होते हैं लेकिन योग्यता के लिए कड़ी मेहनत की जरूरत होती है।

प्रेरणा: प्रतिभा पर परिश्रम का तेल डालो — चमक स्वतः बढ़ेगी।

जहाँ काम करो दिल से करो — अपना आदर्श क्षेत्र मान लो — अथवा अपने आदर्श क्षेत्र में पहुंच जाओ — सचमुच काम से प्रेम करो — यह पता लगाओ कि काम में आनंद आता है — उसे करो।

प्रेरणा: प्यार जब काम में मिले — वही तुम्हारी असली ताकत बनता है।

हमारे विवाद का कारण — प्रेरणा (श्री विवेकानंद जी से)

हम अपनी सोच, अपने धर्म या जितना हमें पता है, उसे ही संपूर्ण मान बैठते हैं और दूसरों को समझने की कोशिश ही नहीं करते — जैसे कुएँ का मेंढक जो कोई संसार समझता है — जानने की पानी की कोई सीमा नहीं होती; हम जितना पाते हैं वह कमी होता है। संसार में बहुत कुछ है जिसे समझना जानना बाकी है।

प्रेरणा: ज्ञान के समंदर में उतरना जारी रखो — अहंकार छोड़ो।

हम भ्रम से सत्य की प्राप्ति नहीं कर सकते — हम सत्य से ही सत्य को प्राप्त कर सकते हैं। अतः अहंकार अथवा फालतू विवाद में न पड़े — चीजों को अपनाया सीखें — प्रतिष्ठित अथवा सुलझे हुए मूल्यों को परिभाषित करने वाला मूर्ख होता है — उसे मनाना ही सच्ची मनुष्यता है।

प्रेरणा: विनय से सीखो — यही बुद्धिमत्ता है।

जिस तरह हमारे वर्तमान कर्मों का प्रभाव हमारे जीवन पर होता है, उसी प्रकार हमारे पूर्ण जीवन के कर्मों का प्रभाव भी हमारे वर्तमान जीवन पर पड़ रहा है। आज जब भी बोलो या कुछ करो — सटीक करो और अपने और समाज के मुस्कुराने की वजह बनो — और दूसरों के लिए भी।

प्रेरणा: हर कर्म का प्रभाव बड़ा होता है — उसे सजगता से करो।

चीजों को समझना/न समझना ही हमारे विवाद का कारण बनता है — श्री विवेकानंद जी ने उदाहरणों से प्रकट किया है कि... (आपके वर्णनानुसार)।

प्रेरणा: समझकर बोलो — विवाद घटेगा, सम्मान बढ़ेगा।

क्योंकि विचारधारा को आगे बढ़ने पर ज्ञान ही मिलता है — इस पृथ्वी पर जो हो रहा है उसमें मेरा अभिलाषा है तो उसके लिए परेशान क्यों होना — आत्मा और हिंदुत्व को बड़े विस्तार से परिभाषित किया जा चुका है — आज उसे खोदने की आवश्यकता नहीं है — जो मनुष्य सब बता होते हुए भी गलती करते हैं — उसे क्या कहते हैं?

प्रेरणा: समझने की चाह रखें — बहस से समाधान नहीं, संवाद से मिलता है।

मैं (आप) समझ गया हूँ — जो बातें ज्ञानी/महापुरुष/वैज्ञानिक/गणितज्ञ आदि ने परिभाषित की हैं और जिनका प्रयोग आजमाया जा चुका है — उसे अपनाकर आगे बढ़ना चाहिए

— ना कि 'किंतु/परंतु' करते रहना — कुछ चीजों को मान्यता दे कर जीवन नष्ट मत करो — इसे जानकर अपना जीवन उस हिसाब से चलाओ — कभी जीवन में अंधकार नहीं मिलेगा।

प्रेरणा: परखा हुआ ज्ञान ही व्यवहार में हितकारी होता है।

हम जीवन का मूल्यांकन इस बात से करते हैं कि हमें कितना दिया गया है — पर असल मूल्यांकन यह होना चाहिए कि हमने क्या-क्या और कितना लिया — गुण, व्यक्तित्व, ख्याति — बहुत कुछ मिलेगा; जब हम जागृत होकर सोचेंगे तो अपनी जिंदगी को सवार सकेंगे और विवाद खत्म होगा — प्रेरणा से सीखें।

प्रेरणा: ग्रहण करने की जगह देने की दृष्टि अपनाओ — जीवन खिल उठेगा।

परिस्थितियाँ मनुष्य के अपने हाथ में हैं — सामर्थ्य के अनुसार परिस्थितियों को बदल लो।

प्रेरणा: परिस्थितियाँ चुनौती नहीं, अवसर हैं — आकार देना हमारा काम।

धर्म और ज्ञान: सही अर्थों में विवेकपूर्ण आचरण ही धर्म है।

प्रेरणा: धर्म कर्म में है, दिखावे में नहीं।

विवेक और समय के साथ चलना

विवेक मतलब समय के साथ चलना — जैसे-जैसे समय बदलता है हमारी समस्याओं के समाधान भी बदलते हैं — हमें बदलाव के अनुरूप समाधान खोजने होंगे अन्यथा हम पीछे रह जाएंगे। जो व्यक्ति समय के अनुरूप अपडेटेड रहेगा वही विवेकपूर्ण आचरण कर पाएगा।

प्रेरणा: अपडेट रहो — यही सफलता का रहस्य है।

मनुष्यता का एक गुण है — जो अपने ही दुख से नहीं बल्कि दूसरों के दुख से भी दुखी होता है। याद रखें: सुख में भले ही न जोड़े लेकिन वेदना हमें जोड़ती है — हम एक-दूसरे से संवेदनाओं के कारण जुड़े हैं — इसका अर्थ है समाज। जब हम दूसरों के सुख में अपना सुख खोजते हैं तभी सच्चा सुख मिलता है।

प्रेरणा: दूसरों की खुशी में अपनी खुशी खोजो — यही मानवता है।

अवसर

हर इंसान के जीवन में अवसर आते हैं — बस उसे समय पर पहचानने की आवश्यकता है — यह पूरी तरह हमारे ऊपर होता है — हम इसे पहचानें और उसका उपयोग करें। एक अवसर खोना सफलता खोना है — और जो कुछ नहीं कर पाया उसने अवसर के साथ-साथ अपनी जिंदगी भी खो दी।

प्रेरणा: अवसर पटरी पर ठहरे ट्रेन की तरह है — पहचानो और छोको।

अवसर व्यक्ति, घटना, सलाह, संदेश या स्थान किसी भी दशा में आ सकता है — वह कीमती है — उसे पहचानो — ईश्वर सबको अवसर देता है — ईश्वर हमारे बच्चे हैं — जब हम बच्चों की बात नहीं मानते तो जीवन व्यर्थ कर लेते हैं — उसी प्रकार ईश्वरीय संकेत न समझ पाने वाले जीवन को व्यर्थ कर देते हैं।

प्रेरणा: संवेदनशील रहो — संकेत मिलते ही कार्रवाई करो।

स्टेशन है तो ट्रेन रुकेगी — इंसान है तो अवसर मिलेगा — उसे पहचानो — आजीवन सीखने के प्रति समर्पित रहो — पुस्तक पढ़ो, टेप सुनो, कोर्स करो, सेमिनार में भाग लो और सीखी बातों को काम में लो — उसका उपयोग करो।

प्रेरणा: सीखना अवसरों के दरवाजे खोलता है — रोज़ सीखो।

गरूर — आतंकवाद का आरम्भ

गरूर और अहंकार इंसान को अभिमानी बना देते हैं — अभिमानी किसी को कुछ नहीं समझता और जब उसके पास पावर/पैसा आ जाता है तो वह लोगों पर हुकुम चलाने लगता है — धीरे-धीरे अंदर अहंकार पलता है और यहीं से आतंक और बढ़ना शुरू होता है — जब वह अपने भीतर महल बना लेता है तो वह आतंकवादी बन जाता है।

प्रेरणा: विनम्रता की जड़ मजबूत करो — अहंकार से बचो।

आतंक फैलाने वाला पहला स्टेप वही है — हर वह व्यक्ति जिसका गुस्से से डर लगता है वह आतंकवादी का पहला रूप है — आतंक किसी भी रूप में हो सकता है — आतंकारी राजा (उदा. सद्दाम), आतंकी महाराज (उदा. कुछ दावेदार), आत्याचारिक सामाजिक पुरुष — ये सभी एक ही जड़ के फल हैं: अहंकार और गरूर।

प्रेरणा: अधिकार का प्रयोग सेवा के लिए करो, तानाशाही के लिए नहीं।

हमने कई आतंकवादी स्वयं पैदा किए — जानबूझकर या अनजाने — यदि समाज उन्हें प्रारम्भ से ही सहन न करे तो वे बढ़ते नहीं। यह बिमारी महामारी बन चुकी है — इसे जड़ से हटाना होगा — समाज में सहनशीलता कम कर दे, पर सही का साथ दें।

प्रेरणा: सहनशीलता सीमित, सच्चाई का साथ असीमित रखो।

हमें अपने आप को और अपने समाज को बचाना है — खराब को निकाल फेंको — तभी सुंदर समाज का निर्माण हो सकेगा।

प्रेरणा: समाज की रक्षा में हर व्यक्ति की सक्रिय जिम्मेदारी है।

जागृति — आत्मा का जागरण

1 विचार और परिवेश का प्रभाव

न्याय का उदारता से कोई मतलब नहीं

जीवन के बारे में आपका दृष्टिकोण और खुद के बारे में आपका आकलन अपने मूल्यों के बारे में आपका जो अनुमान है उसमें आपका परिवेश काफी हद तक रंग बढ़ता है उसके आसपास का माहौल आपके पूरे करियर को डालता है आकर देता है बदलता है यह हर दिन आपके संपर्क में आने वाले लोगों के चरित्र को बदल देता है अतः जीवन में सही लोगों का चुनाव करें उनसे ही जुड़े कुछ ऐसा होना चाहिए ऐसा ही समाज में जागृति होनी चाहिए।

“जागृति तब शुरू होती है जब हम अपने चारों ओर के अंधकार को पहचान लेते हैं और भीतर के प्रकाश को जलाने का साहस करते हैं।”

2 कर्म और आत्म-उन्नति की दिशा

भगवान बुद्ध ने कहा ईश्वर कभी क्रोध करना नहीं सिखाता। न ही किसी शास्त्र में यह

कथन है कि ईश्वर किसी की हानि करता है तो तुम पहले शुद्ध और सदाचारी बानो

जिससे तुम्हें जागृति ज्ञान मिलेगा उन्होंने कहा है अपनी उन्नति अपने ही प्रयत्न से होगी

अन्य कोई तुम्हारा सहायक नहीं हो सकता है हम कर्म शक्ति द्वारा ही उच्च स्थिति को

प्राप्त कर सकते हैं यह जागृति की कर्म ईश्वर के प्रति विश्वास का ज्ञान प्राप्त हो गया है

मरने से उसे पर चलकर व्यक्तियों का मार्ग सुगम हो सकता है।

“कर्म ही वह दीपक है जो आत्मा के मार्ग को आलोकित करता है।”

3 स्थिरता और अंतर्मन का संतुलन

प्रकृति हमारे सामने एक संयोग उपस्थित करती है हम उसे देखकर अनदेखा कर देते हैं या हमारे अंदर मौजूद अज्ञानता का डर जागृति होने पर भी इस्तेमाल करने से रोकता है और मेरी जागृति का पैमाना यह है कि मैं अंदर से कितना स्थिर हूं हम जितने विचलित/विखंडित रहते हैं उतने ही उलझनों और दुविधा में फंसे रहते हैं।

“जिसने मन को स्थिर कर लिया, उसने संसार को जीत लिया।”

4 प्रेम और विश्वास की शक्ति

प्रेम में सबसे अधिक हमारे सोई हुई शक्ति और अनजानी क्षमताओं को जागृत करने की अदभुत क्षमता होती है उतने आध्यात्मिकता से दूर रहते हैं और मुझे विश्वास है जिस दिन विश्वास कर्म में ईश्वर में होगा आध्यात्मिक सभा उत्पन्न हो जाएगा हम जागृत हो जाएंगे और एक कामयाब और सफल जिंदगी पा सकेंगे।

“विश्वास, प्रेम और कर्म— ये तीनों मिलकर आत्मा को जागृति की चोटी तक ले जाते हैं।”

5 आत्म-चिंतन और सच्ची जागृति

मुझे लगता है हम सभी को अपने आपको टटोलकर इस पर भी सच्चाई का पता लगाने के

लिए कुछ समय जरूर देना चाहिए ताकि हम दूसरों की जिंदगी में की गई गलतियों को अपनी जिंदगी में दुहराने से अपने आपको बचा सकें। यह तब होगा जब मैं जागृति का एहसास अपने अंदर महसूस करूंगा।

“सच्ची जागृति तब होती है जब हम अपने भीतर झांकने का साहस करते हैं।”

6 उल्लास, लक्ष्य और संकल्प — प्रेरणा की गति

उल्लास और सकारात्मकता

उल्लास से भरा हुआ मन खुशी से भर मन पॉजिटिव थॉट्स को सक्रिय कर देता है हम होने वाली घटनाओं को रोक नहीं सकते हैं। पर जाग्रति होने पर ध्यान आने पर उनसे दूर हो सकते हैं कुछ लोग या यो कहे लोगों के पास आंखों की रोशनी है पर भविष्य की दृष्टि नहीं अर्थात हम अपने तथा लोगों में जागृति पैदा करने की सकारात्मक सोच पैदा करनी होगी जिससे लोगों में विचारों का परिवर्तन होगा लोगों को प्रेरित करना होगा कि वह अपने जीवनकाल कुछ ऐसा करें जिससे लोगों को सकारात्मक विचारधारा में ला सके हमारा और देश का विकास संभव हो पाएगा उदाहरण है अरविंद केजरीवाल, लोगों के दिलों को जीता यह उनकी सादगी सकारात्मक की जीत है।

प्रेरक पंक्तियाँ:

हर सकारात्मक विचार एक बीज है — उसे रोज़ पानी दो, कल वृक्ष बन जाएगा।

जो मन आनंदित रहता है, वही संसार को बदलने की चेष्टा कर सकता है।

काव्य-श्लोक:

“मन उजियारा, कर्म उजियारा — जग जागृत होगा उसी सवेरा।”

ऊंचाई/सफलता — परिश्रम के पीछे का चेहरा

ऊंचाई/सफलता

महान और सफल लोग आकर्षित करते हैं परंतु उनके चमचमाते चेहरे के पीछे मेहनत पसीने का भरा चेहरा हमने नहीं देखा जो चमकते चेहरे के पीछे छुपा रहता है जब तक उसे छिपे हुए चेहरे को नहीं देखेंगे हमारे काम सिद्ध नहीं होंगे हम उनकी मेहनत समझ नहीं पाएंगे उनके परिश्रम उनके बलिदान क्या खाया उन्होंने यदि तुम धन और यश कमाने पर केंद्रित रहोगे तो सफलता नहीं मिल सकती तुम्हें सर्वश्रेष्ठ उसे कार्य में बनना होगा

सफलता पैसा अपने आप ही मिल जाएगा ऊंचाई पर पहुंचने के लिए एकाग्रता को बनाए रखना होगा जब आप ऊंचाई पर पहुंच जाते हैं तो जिंदगी ज्यादा मुश्किल हो जाती है परंतु आप भावनाओं को अच्छा रखें और संभावनाओं को जिंदा रखें महत्वपूर्ण यह नहीं कि हमने क्या चुना अपितु हम जो चुना उसके लिए क्या करते हैं कैसे लक्ष्य हासिल करते हैं क्या हमारी आत्मा को सुकून है या हमने सुकून खो दिया आपने देखा ऊंचाई पर जाना कितना मुश्किल है चमकता रहना सर्वश्रेष्ठ होना, एकाग्र होना, सकारात्मक सोचना और आत्मा का सुकून यह सब के साथ ऊंचाई पर जाना और आंतरिक संतुलन बनाना ही महान लोगों की पहचान है रूठों पर बातें बंद मत करो बातों से अक्सर उलझनें सुलझी जाती है।

प्रेरक पंक्तियाँ:

चमकता चेहरा लक्ष्य नहीं; छिपा हुआ परिश्रम असली मान है — उसे सीखो और अपनाओ।

एकाग्रता, तप और सादगी — ये तीनों ही सफलता के सत्य साथी हैं।

जब मुश्किल बढ़े, तब अपने अंदर के संसाधन जगाओ — वही तुम्हारी असली पूँजी है।

काव्य-श्लोक / प्रेरणास्पद वचन:

“न रुकना, न झुकना — बस चलते जाना; शिखर की चमक मेहनत से ही मिलना।”

लक्ष्य पर ध्यान और योजना

खुद को लक्ष्य पर देखें और महसूस करें

महान व्यक्तियों के विचार हमें यह सिखाते हैं कि समय के खिलाफ दौड़ केवल सार्थक और प्रमाणिक कार्यों के लिए ही लगनी चाहिए। यदि कोई प्रयास सही मूल्यांकन और स्पष्ट योजना के बिना किया जाए, तो वह समय और धन—दोनों की बर्बादी बन जाता है।

असफलता का मुख्य कारण अक्सर अनावश्यक योजना बनाना और समय पर स्वयं का मूल्यांकन न करना होता है।

जब आप किसी सरोवर में उतरते हैं, तो उसकी गहराई का पता तभी चलता है जब आप शांत होकर भीतर झांकते हैं। उसी प्रकार, जब मन शांत होता है, तभी हमें समझ आता है—हम क्या कर रहे हैं और क्यों। हमारे विचार हमारे भीतर की तरंगों की तरह हैं। मन को स्थिर कर हम अपने भीतर की आवाज़ को महसूस कर सकते हैं।

सही और महत्वपूर्ण विचार ही हमारे भविष्य की दिशा तय करते हैं और हमारी योजनाओं की गुणवत्ता बढ़ाते हैं।

हम अपनी योजना की सटीकता तो देख लेते हैं, पर क्या हम यह सोचते हैं कि अगर परिस्थितियाँ बिगड़ जाएँ, तो हमारी दूसरी योजना क्या होगी? हमें हमेशा दूसरे पहलू पर ध्यान रखना चाहिए और उसके लिए तैयार रहना चाहिए।

सफलता के लिए—

- घर से उद्देश्य लेकर निकलें।
- मन को शांत रखें।
- घड़ी सिखाती है कि हर मिनट कीमती है।
- शीशा हमें खुद के भीतर देखने की प्रेरणा देता है।
- खिड़की दुनिया को समझना सिखाती है।
- कैलेंडर दृढ़ रहना सिखाता है।
- दरवाज़ा बताता है कि लक्ष्य पाने के लिए पूरी ताकत लगानी होगी।

सफलता के सारे राज हमारे सामने ही होते हैं—केवल हमें अपनी आँखें खोलने और गंभीरता से विचार करने की आवश्यकता है।

प्रेरक पंक्तियाँ:

योजना न सिर्फ बनाओ — समय-समय पर उसे आँककर सुधारते रहो।

जोखिमों का विकल्प सोचो; 'योजना बी' तुम्हें संकट में बचाएगी।

शांत मन में ही सटीक निर्णय जन्म लेते हैं — मानसिक शांति को प्राथमिकता दो।

काव्य-श्लोक / श्लोकानुशासक:

“यत्नेन योजय दृष्टिं, समये परख कर कार्य;

विच्छेदो न कर ग्रस्त तुम — बुद्धि संग चलो सार्थक मार्ग।”

तत्परता और सफलता

तत्परता सफलता की पहली शर्त है एक तत्पर व्यक्ति कभी भी बिना मूल्यांकन किए कोई भी कार्य नहीं करता। तत्परता से कार्य करना ही सफलता की राह पर आगे बढ़ना है। बिना तत्परता के हम कुछ भी हासिल नहीं कर सकते। परिस्थितियाँ चाहे जितनी अनुकूल हों, परंतु लक्ष्य को सामने रखकर एक ही दिशा में निरंतर तत्परता से कदम बढ़ाने पर ही सफलता मिलती है।

इसके लिए आलस को पूरी तरह त्यागना आवश्यक है। तत्परता और सच्चाई से किया गया कार्य ही हमारी सफलता का आधार बनता है। वहीं, थोड़ी-सी लापरवाही भी हमारी पूरी योजना को नष्ट कर सकती है।

यदि हम मन लगाकर, पूरी सतर्कता और आत्मविश्वास के साथ, सम्पूर्ण समर्पण से किसी कार्य को करते हैं, तो वह कार्य अवश्य सिद्ध होता है। इसलिए हमें अपनी योग्यता को निरंतर विकसित करते रहना चाहिए।

अहंकार हमारा सबसे बड़ा दुश्मन है। सफलता को टिकाए रखना आसान नहीं होता, और यदि कोई व्यक्ति सफलता के शिखर पर पहुँचकर भी अहंकारी हो जाता है, तो वह स्वयं के लिए और समाज के लिए अभिशाप बन जाता है। इसलिए सफलता के साथ-साथ अहंकार को दूर रखना ही सच्ची सज्जनता है।

हर व्यक्ति अपनी छवि के अनुसार अपनी दुनिया बनाता है। चुनाव करने का अधिकार सभी के पास है, परंतु जिम्मेदारियों से भागने का नहीं।

प्रेरक पंक्तियाँ:

तत्परता और सतर्कता — ये दो गुण सफलता के सबसे भरोसेमंद साथी हैं।

आलस को हराने का पहला कदम — आज का कार्य आज ही शुरू कर देना।

सफलता से बड़ी शिक्षा है विनम्रता — उसे कभी न खोने देना।

संकल्प श्लोकः

“उत्साहो यथा वीरः स्याद्, तत्परता सिद्ध्यै कृते;

नाभिमानं हान्यो भवेत् — कर्मणि लक्ष्यमधिगच्छते।”

संकल्प, स्पष्ट लक्ष्य और अभ्यास

नाश्ते के बगैर काम चला लो परंतु संकल्प के बिना नहीं, लक्ष्य पाने के लिए आपको लक्ष्य स्पष्ट साधना होगा उसके पश्चात अपनी वास्तविकता में लौटकर उसकी योजना बनानी होगी हर दिन हर छोटे और हर मिनट की योजना ताकि सीमित समय में ज्यादा से ज्यादा हासिल कर सकूँ मेरी सफलता का मूल कारण होगा बुद्धिमत्ता अर्थात् उचित और समय पर लिया गया निर्णय अन्यथा लोगों की तरह मैं भी भटकता रहूँगा क्योंकि दुनिया ऐसे लोगों से भरी है और समाज उन्हें गैर बुद्धिमत्ता पूर्ण निर्णय लेने वाला मान लेना उन्हें उनके लक्षण से दूर कर देगा हर समय और तत्परता से लिया निर्णय निर्धारित लक्ष्य तक पहुंचने में मदद करता है हर मामले में आपको अपनी सर्वोच्च प्राथमिकता पर ध्यान साधना चाहिए हर पल प्राथमिकता एकदम स्पष्ट होनी चाहिए अपना लक्ष्य साधना के साथ समय-समय पर उसका आकलन/अपनी समीक्षा भी करनी चाहिए हमेशा उसके अंतिम परिणाम को महसूस करना चाहिए आप अपने लक्ष्य के नजदीक पहुंच गए हैं साथ-साथ याद रहे हैं आपका लक्ष्य सकारात्मक तो हो इस सोचने के अलावा जानना भी होगा तभी संकल्प पूरा होगा इसे गहराई से महसूस करना है और पूरा यकीन करना है तो कोई भी चीज करो लक्ष्य पूरा होने से रोक नहीं सकती लक्ष्य सागर आत्मक होना चाहिए वर्तमान में होना चाहिए और व्यक्तिगत होना चाहिए।

प्रेरक पंक्तियाँ:

स्पष्ट लक्ष्य — आधा युद्ध जीता; शेष का रण रोज़ की लगन है।

हर दिन छोटे लक्ष्य तय करो — जीत की आदत बनाओ।

संकल्प और अभ्यास साथ हों तो कोई बाधा स्थायी नहीं रहती।

काव्य-श्लोकः

“निश्चयः परमं बलम् — दृढ संकल्प, सुनिश्चित पथ;

यः करोति न हटति सः — लक्ष्य-स्वप्न पावे सदा सत्या”

समस्या: चुनौती को स्वीकारो

एकाग्रता से ऊर्जा जुटाओ, संयम से कर्म करो।

समस्या प्रमाण है कि हम जीवित हैं, जागृत हैं और आगे बढ़ रहे हैं।

छोटी परेशानी छोटा बनाती है, बड़ी परेशानी महाना।

समस्याओं से डरना नहीं— वे जीवन की जननी हैं।

संघर्ष से ही शक्ति जन्म लेती है, और प्रयास से ही भविष्य बनता है।

प्रेरक पंक्तियाँ:

समस्या में अवसर छिपा रहता है — आँखें खोलकर उसे खोजो।

जो व्यक्ति समस्या से भागता है, वह सीखने का अवसर खो देता है।

समस्या तुम्हें मजबूत बनाती है — उसे अपना गुरुमंत्र मानो।

काव्य-श्लोक:

“समस्या यदि पथ में आए, न घबराना न हटना;

धैर्येन तदा विजयं लभ्यते — कठोर परिश्रम से॥”

(सीधा आगे बढ़ना — इसी भाव में)

इस संसार में हर नया काम किसी समस्या से ही जन्म लेता है।

मैं कुछ नया तब करूँगा, जब समस्या आएगी—

अन्यथा जो जैसा है, वैसा ही चलता रहता है।

मुश्किलें उन्हीं को मिलती हैं

जो उन्हें बेहतरीन ढंग से सुलझाने की ताकत रखते हैं।

जीवन की चुनौतियाँ ही हमारी क्षमताएँ तय करती हैं—

यही उज्ज्वल भविष्य का पहला कदम है।

सब्र के साथ कर्म करो;
सब्र हमें गिरने नहीं देता,
और समस्या हमें चलने पर मजबूर करती है।

मैं परिश्रम करूँगा,
और परिश्रम का फल अवश्य मिलेगा—
इसलिए मैं कहता हूँ: समस्या अच्छी है।

प्रेरक पंक्तियाँ:

चुनौतियाँ तुम्हें परखती हैं — और तुम्हारी असल शक्ति सामने लाती हैं।
जहाँ आशंका हो, वहाँ विश्वास घोलो; पक्का इरादा रखो और आगे बढ़ो।

काव्य-श्लोक:

“यः कदाचित् न क्लेशं भीतः, स एव श्रेष्ठाः —

कठिनाई हो मित्र, पर वह तुम्हें नया विहंग बनाती। ”

समाज, श्रद्धा और सत्य

समाज में दुखों का एकमात्र कारण है विचारों का विकृत होना

समाज की सत्यता पहचान है

जीतने के गुण सीखने हैं वहीं इस दौर में दूर तक जिसका नहीं रिश्ता रहा मैदान से

श्रद्धा ही समस्त कल्याण करने वाली शक्ति है श्रद्धा रखने से समस्त कल्याण हो जाता है

श्रद्धा ही त्यागे श्रद्धा ने संपूर्णता को प्राप्त कराने का भार ग्रहण कर रखा है

झूठी प्रतिष्ठा के मुंह में व्यक्ति अपना धन और समय व्यर्थ कर देते हैं समाज इन लोगों के

साथ खेलता है और अपना स्वार्थ सिद्ध करता है उसे अतः दुखरू ही प्राप्त होता है।

जो दूसरों के ऐब देखता है वह अपनी मिथ्या अहंकार बढ़ता है अपनी बुराई की ओर
अंधा हो जाता है।

धर्म सदाचारी कल्याणकारी आदर्शवादी सिद्धांतों को लिख सकते हैं बता सकते हो परंतु

प्रभाव तभी पड़ेगा जब समाज इन बातों से प्रभावित हो उनका अनुकरण कर हमेशा यह चेष्टा रहेगी समाज पहचाने परंतु सत्यता इसके पैर है।
मैं समाज को पहचानता हूँ परंतु कर्तव्य करना नहीं छोड़ सकता क्रमबद्ध योजना बनाकर चलता रहूँगा।

प्रेरक पंक्तियाँ:

समाज का रूप बदलता है जब व्यक्तिगत विचार शुद्ध और उच्च हो।
श्रद्धा और सत्य का संतुलन ही समाज को दीर्घायु बनाता है।
झूठी प्रतिष्ठा की चकाचौंध छोड़कर, सादगी और सत्य को अपनाओ।

काव्य-श्लोक:

“सत्यमेव जयते — सत्य की जड़ गहरी हो, तब समाज फलित होता।”

आदत — शक्ति व साधना

आदत — मेरी शक्ति

आदत बिजली की शक्ति के समान तेज और प्रभावशाली होती है।
किसी कार्य को बार-बार करते-करते मनुष्य उसी कार्य का अभिन्न हिस्सा बन जाता है।

मेरी आदत यदि सिगरेट पीना है,
तो उसके न मिलने पर मैं बच्चे की तरह मचलने लगता हूँ।
यह आदत मुझे खींचने, गुस्सा करने और चिड़चिड़ाणे पर मजबूर कर देती है—
मानो कुछ शरारती बच्चे मेरा खिलौना लेकर खेल रहे हों
और मैं उसे पाने के लिए परेशान हूँ।

आदत को समझो।

आदत किसी चीज़ को पूरे दिल-ओ-जान से चाहती है।

जैसे—

काम पूरा होने के बाद ही खाना खाने की आदत,
या गाड़ी तेज चलाने की आदत।

जब आदत बन जाती है,
तो हमारे भीतर एक नई शक्ति का संचार हो जाता है।
हम कार्य को सहज और सुंदर तरीके से करने लगते हैं।
आदत का मन और मस्तिष्क पर अधिकार हो जाता है,
और परिणामस्वरूप हम वही करते हैं जिसकी हमें आदत है।

लेकिन आदत बदलना भी एक आदत ही होनी चाहिए।
जो बुरा लगे, जो गलत लगे—
उसे बदलने की आदत डालनी चाहिए।

यदि आदत इतनी शक्तिशाली है,
तो मैं उसका गलत उपयोग ही क्यों करूँ?

यह कहना कि “मेरी आदत आदत है, छूटती नहीं”—

यह भी तो एक आदत ही है।

जब पकड़ में आना आदत हो सकता है,
तो छोड़ना भी आदत बन सकता है।
जब किसी के गिरफ्त में रहना संभव है,
तो बदलाव के गिरफ्त में रहना भी संभव है।

आदत समय के साथ बदलनी चाहिए।
एक ही जगह पड़े रहना आदत नहीं,
जड़ता कहलाती है।

आदत की शक्ति को पहचानो—
और जो चाहो,
आदत बनाकर कर डालो।

प्रेरक पंक्तियाँ:

आदत को बदलना भी एक साहसिक अभ्यास है — रोज़ थोड़ा-थोड़ा बदलो, जीत होगी निश्चिता।

अच्छी आदतें बनाओ, वे तुम्हारी पहचान और ताकत बन जाएँगी।

जो आदतें जीवन खा रही हैं, उन्हें धीरे-धीरे त्यागना ही सच्ची आज़ादी है।

काव्य-श्लोक:

“यदा सर्वं सुसंगतं स्यात् — स्वाभाविकं भवति शुद्धः;

आदतों का स्वरूप बदलो, तब जीवन बने उत्तम निर्मला।”

जीवन का मार्ग — संतोष, संकल्प और लगन की दीक्षा

जीवन का मार्ग

जीवन एक उलझा हुआ सरल मार्ग है इसे प्रसन्नता के साथ पूरा किया जा सकता है यह तभी संभव होगा जब मनुष्य स्थिति पूर्णतया संतुष्ट रहे अपनी शक्ति और सीमा के अनुरूप इच्छाएं करें और उन्हें पाने के लिए संपूर्ण शक्ति का उपयोग करें स्वर्ग किसी स्थान विशेष का नाम नहीं है यह तो मनुष्य के सोने अच्छे दृष्टिकोण की प्रक्रिया है जो हमेशा ऊंचा सोचता है अच्छा करता है उसे घर में या यह कहें हर घड़ी स्वर्ग का आनंद मिलता है हमेशा हृदय को निर्मल रखें ईर्ष्या क्रोध और छल कपट से दूर रहें परिस्थितियों को सुलझाने और प्रतिकूलताओं से लड़ने के लिए मनोबल की आवश्यकता होती है मनोबल का विकास केवल प्रसन्नता से होगा तभी स्वर्ग मिलेगा।

प्रेरक पंक्तियाँ:

स्वर्ग बाहर नहीं — भीतर की शांति में बसता है; अपने हृदय को निर्मल रखो।

अपनी सीमाओं को पहचानो, पर उस सीमा में सर्वश्रेष्ठ दे दो — यही सच्ची प्रसन्नता है।

काव्य-श्लोक (दोहा-सा):

“मन निर्मल, जीवन अविरल; प्रसन्नता जहां, वहाँ स्वर्ग मिल सकता है।”

बुरे स्वभाव बुरे कर्मों से बचे और मनुष्य को किसी भी परिस्थिति में निराश नहीं होना चाहिए सौ असफलताएं मिलने पर भी जो प्रयत्न करता है वह अवश्य सफल होता है अप्रिय स्थिति होने पर भी प्रसन्न रहें प्रयास करते रहें।

प्रेरक पंक्तियाँ:

असफलता अंत नहीं, शिक्षक है — उठो, सीखो और आगे बढ़ो।

निराशा में भी मुस्कराहट रखें; प्रयास की लौ कभी बुझने मत दें।

काव्य-श्लोक:

असफलता के बाद जो उठे, वही विजयी बनता है; प्रयत्न ही मनुष्य का परम हथियार। ”

नियंत्रित विचार हमारे मित्र होते हैं और अनियंत्रित विचार हमारे शत्रु होते हैं इस कारण विचार की शक्ति का इस्तेमाल अनुशासित तरीकों से ही करना चाहिए विचारा का तजे विजय दिलाता है जीतने के लिए कुछ अलग सोचना जरूरी है श्रेष्ठ मनुष्य का लक्षण है कि अंत तक प्रयास बंद नहीं करता और विजय प्राप्त कर ही लेता है यही जीवन का सच्चा मार्ग है शक्ति का उपयोग करें जीवन सफल बनाएं।

प्रेरक पंक्तियाँ:

अपने विचारों का स्वामी बनो — वे तुम्हें तोड़ भी सकते हैं और बना भी सकते हैं।

अनुशासनित चिंतन से ही सच्ची जीत मिलती है; प्रतिरोधों को बुद्धि से काटो।

काव्य-श्लोक / स्फूर्तिवचन:

“विचार संयम्य सिद्धिं कुरु — बुद्धि की जोत से पथ प्रकाशमाना”

कौन सही है कि बजे क्या सही है सोच

सेल्फ मेड

हम अपने नजरीयों के कारण ही भटकते रहते हैं हमेशा भुगतान से ज्यादा काम करते हैं

तो अवश्य वह दिन आ जाएगा जब आपको योगदान से कई गुना फल मिलेगा हमेशा ज्यादा जिम्मेदारी की डिमांड करें चालू काम से अलग भी काम करें चाहे आपका कर्तव्य के दायरे में ना आता हो परंतु काम को लपक ले समय व्यर्थ ना करें कार्य फटाफट और अच्छी तरह से करें जिससे आपके प्रति सकारात्मक छाप होगी और आप जल्दी ऊपर पदों पर पहुंच जाएंगे।

प्रेरक पंक्तियाँ:

अपना नजरिया बदलो, परिणाम बदलेंगे — सेल्फ-मेड बनना नजरिये से शुरू होता है।
जिम्मेदारी लो; काम को अवसर समझकर लपको — यही तेज प्रगति की कुंजी है।

काव्य-श्लोक:

“कर्तव्यस्य आलिङ्गनेन — सफलः स्वयं बनता आनन्देन।”

(कर्तव्य को आलिंगन करके ही मनुष्य साकार रूप से सफल होता है।)

आपसे जितना काम करने की अपेक्षा होती है और आप जितना काम करते हैं यही अनुपात से भविष्य में सफलता भी मिलती है।

आज जितनी अपेक्षा है, उससे अधिक करें—आपको बेहतर परिणाम मिलेंगे।
दूसरे आपसे जितनी उम्मीद करते हैं, उससे अधिक करें।
व्यस्त रहें, कम बोलें और समय बर्बाद न करें।
यह जीवन एक मैराथन दौड़ की तरह है—लगातार दौड़ते रहिए, गतिशील बने रहिए।

जब आप निरंतर प्रयास करते हैं, तो आप उत्साही और रचनात्मक बनते जाते हैं,
और उतनी ही गहराई से सफलता को महसूस करते हैं।

सेल्फ-मेड मैन की जीवनियाँ यही सिखाती हैं कि **अतिरिक्त प्रयास ही सफलता का असली रहस्य है।** यह आपकी उत्पादकता को दोगुना करता है और आपको सफलता के फास्ट-ट्रैक पर पहुँचा देता है।

यह आदत आपके सपनों को पंख देगी, नए-नए अवसर सामने आते जाएंगे—
जहाँ सफलता आपका इंतज़ार कर रही होगी।

प्रेरक पंक्तियाँ:

उम्मीद से अधिक दो — दुनिया प्रशंसा नहीं, परिणाम देखती है।

लगातार छोटे-छोटे अतिरिक्त कदम तुम्हें फास्ट-ट्रैक पर ले जाते हैं।

प्रेरक दोहा:

“अधि कर्म करो, फल की चिंता त्यागो; अधिक दिया कर, उद्धार पाया करो।”

लचीले मनुष्य

अत्यधिक और अप्रत्याशित लक्ष्य वही लोग प्राप्त करते हैं,

जो परिवर्तन को स्वीकार करने का साहस रखते हैं। दौलत परिवर्तन समय का स्वभाव है,

इसीलिए हमें अपनी सोच और कार्य-दिशा में लचीलापन रखना आवश्यक है।

नई जानकारी के प्रति खुला मन रखें और स्वयं को लगातार तैयार करते रहें।

बनाने या मिटाने के लिए कभी-कभी एक नया विचार ही पर्याप्त होता है।

सही समय पर प्राप्त उपयोगी जानकारी समय और धन—दोनों की बचत कर सकती है।

आज परिवर्तन के लिए तैयार रहना अनिवार्य है। यह याद रखें—जो आज काम कर रहा है, वह कल अप्रासंगिक भी हो सकता है और उसकी जगह कुछ नया आ जाएगा।

इसलिए नए के लिए स्वयं को तैयार रखें। यह मत सोचिए कि लोग क्या कहेंगे या कौन क्या चाहेगा—केवल यह सोचिए कि **क्या सही है और क्या उपयोगी है**। इस युग में साहस और लचीलेपन के साथ हम अपनी इच्छानुसार मुकाम प्राप्त कर सकते हैं। हमेशा वास्तविकता और व्यावहारिकता के सिद्धांत पर कार्य करने का प्रयास करें।

परिस्थितियों का सामना — लचीलापन ही बुद्धिमत्ता है। दुनिया जैसी है, उसे वैसा ही स्वीकार करना ही परिपक्वता की पहली सीढ़ी है।

सच्चाई से आँखें चुराने वाला व्यक्ति भ्रम में जीता है, पर जो वास्तविकता का सामना करता है, वही आगे बढ़ता है।

जीवन में परिस्थितियाँ स्थिर नहीं रहती। समय बदलता है, लोग बदलते हैं, अवसर बदलते हैं। ऐसे में यदि हम केवल जिद पर अड़े रहें, तो नुकसान हमारा ही होता है।

यदि परिस्थितियाँ बदल जाएँ, तो संघर्ष का अर्थ भी बदल जाता है। कभी-कभी संघर्ष छोड़ना हार नहीं, बल्कि नई रणनीति की शुरुआत होता है। लक्ष्य वही रह सकता है, परंतु उसे पाने का तरीका बदलना आवश्यक हो जाता है।

स्पष्टता और लचीलापन — दोनों आवश्यक हमेशा अपने उद्देश्य के प्रति स्पष्ट रहें। परंतु योजना को परिस्थिति के अनुसार बदलने के लिए तैयार रहें।

स्पष्टता दिशा देती है, लचीलापन गति देता है। यदि दिशा हो पर लचीलापन न हो, तो टकराव होगा। यदि लचीलापन हो पर दिशा न हो, तो भटकाव होगा।

दोनों का संतुलन ही सफलता का सूत्र है।

जो व्यक्ति सजग और जागरूक रहता है, वह हर बदलाव को पढ़ लेता है। वह समय की धारा के विरुद्ध नहीं तैरता, बल्कि उसकी दिशा को समझकर अपनी नाव मोड़ लेता है। और यही कारण है कि वह आश्चर्यजनक ढंग से अपने लक्ष्य तक पहुँच जाता है।
लचीलापन बहुमूल्य गुण है — समय के साथ झुको, पर लक्ष्य से न हटो।

प्रेरक पंक्तियाँ:

परिस्थितियों का सच्चा साहस स्वीकारना है — तब तुम नई राहों का निर्माण कर पाओगे।

स्पष्टता रखो, पर रणनीति बदलने का साहस भी जुटाओ।

श्लोक-भाव:

“विपरीते सन्धि न कुर्याः — परन्तु प्रयत्न न त्यजेत्;

हालात अनुसारं कर्म कुर्वन्तु चक्रवर्तिनः। ”

नजरिया ही सब कुछ है

आपको जागरूक रहना चाहिए अगर आप बुद्धिमान है तो आपका नजरिया ऐसा होना

चाहिए विपत्ति में निराशा न्यूनतम हो और समझदार लोग अपने लक्षण तक पहुंचने के लिए

न्यूनतम प्रतिरोध की राह पर चलते हैं ऐसा नजरिया रखते हैं कि बाधा की संख्या न्यूनतम हो जिससे हमारे जीवन की रोज-रोज की गतिविधियां सुचारू रूप से चलती है भविष्य सुरक्षा खोजने वालों का नहीं जोखिम लेने वालों का बनता है हमारा नजरिया समस्या को प्रभावी ढंग से निपटने का होना चाहिए।

प्रेरक पंक्तियाँ:

नजरिया बदलो — समस्याएँ अवसर बन जाएँगी।

जोखिम संभालने का तरीका सीखो; भविष्य वही पाता है जो जोखिम को समझे।

दोहा:

“दृष्टिकोण शुद्ध हो तो, राहें सरल हो जातीं; संकट में धैर्य रखो, विजय साथ जाती।”

समस्या का स्पष्ट रूप से जानना,समस्या के कारण को परिभाषित करना,समस्या के समाधान को देखना है।

समाधान से क्या हासिल होता है

यह नजरिया रख के कार्य को करें कोई भी समस्या समस्या नहीं रह जाएगी आपके पास ज्यादा विकल्प खोजने का नजरिया होना चाहिए अपने आप को जीवन के उतार चढ़ाव के बावजूद बेधड़क काम करना चाहिए मुश्किल को जीवन का हिस्सा माने जब यह हमारे सामने आए तो नजरों को चुराने की बजाय आंखों को मिलकर उसका सामना करें और अपने साथ से उसे ऊंचा उठ जाए ऐसा होने पर विजय मुस्कुरा कर हमारा सम्मान करती है ऐसा ही हमारा नजरिया होना चाहिए यही हमें विजय की ओर ले जाता है दृष्टिकोण बदलो अपना और दुनिया का स्वरूप समझो अपने को अच्छा बना डालो।

प्रेरक पंक्तियाँ:

समस्या को परिभाषित करो, फिर उसे टुकड़ों में तोड़कर हल करो।

विकल्पों की सूची बढ़ाओ — हर विकल्प एक नया मार्ग खोलता है।

श्लोक-रूपक:

“यथा दृष्टि स्पष्टा, तथा कर्म सिद्ध्यति; दृष्टिकोण परिवर्तित कर, विजयं सर्वोत्तम लभेता।”

कोशिश

जब परिस्थितियां गड़बड़ हो जैसे वे कई बार होगी जैसे चढ़ाई ही चढ़ाई है मंजिल नजर नहीं आ रही है जैसे कम हो कर्ज सर पर हो आह निकल रही हो आराम करो पर हार न मानो कोशिश करते रहो कई असफलताएं पलट जाती है जब इंसान कोशिश करता है लगा रहता है हार नहीं मानता कोशिश के एक और प्रहार से जीत सकता है सफलता असफलता के अंदर छुपी होती है बस कोशिश का हथौड़ा मारने की जरूरत होती है इस कारण हमेशा संघर्ष करते रहें जब आप पर तेज प्रहार हो जब सब बड़ा नजर आने लगे तो कभी हार मत मानो कोशिश करो जी तुम्हारी ही होगी।

प्रेरक पंक्तियाँ:

एक और कोशिश करो — अक्सर वही आखिरी कोशिश होते हुए जीत दिलाती है।

थकान को समझालो, पर इच्छाशक्ति को नहीं छोड़ो।

प्रेरक दोहा:

“कोशिश में जो दृढ़ रहे, विजयी बने; एक और प्रहार करो — मंजिल होगी तेरी।”

मुझे यह करना होगा—यह संकल्प बार-बार दोहराने से डर का उपचार होता है। कोशिश ही वह दवा है, जो हमें आगे बढ़ने की शक्ति देती है।

यदि थक गए हों, तो थोड़ा विश्राम करें— लेकिन रुकें नहीं।

क्योंकि इससे हमारे भीतर साहस और आत्मविश्वास और अधिक बढ़ता है।

कभी हौसला मत छोड़िए क्योंकि यही वह स्थान और यही वह समय होता है,
जहाँ परिस्थितियाँ अपना रूप बदलती हैं।

जब आप हताशा के बावजूद लड़ते रहते हैं, तो एक मौन अजेय शक्ति आपके भीतर
जागृत हो जाती है।

इसीलिए कहा गया है— कोशिश करने वालों की कभी हार नहीं होती।

हर कठिनाई के बावजूद डटे रहने और सहने वालों की हार नहीं होती।

यही गुण एक सच्चे विजेता की पहचान है।

जब भी मन में हार सताने लगे, और प्रयास कमजोर पड़ने लगें— तो याद रखिए,
कोशिश से असफलताएँ भी पलट जाती हैं। साहस के साथ फिर प्रयास करें,
विश्वास की कमी कभी न होने दें। सफलता आपका इंतज़ार कर रही है।

आगे बढ़ते रहिए— हार मत मानिए, कोशिश जारी रखिए।

प्रेरक पंक्तियाँ:

आराम भी रणनीति है — फिर जूझने का साहस दुगना कर देता है।

विश्वास जगा कर फिर प्रयास करो; सफलता धीरज की मित्र है।

काव्य-श्लोक:

“सहाय शान्ति पुनरुक्ति — विश्राम के पश्चात पुनरागमन;

धैर्येण प्रयत्ने च — विजय सुनिश्चित भवति।”

निरंतर लगन सावधानी समय का सदुपयोग छोटे को बड़ा बना सकते हैं।

प्रेरक पंक्तियाँ:

छोटी-छोटी लगनें बड़े परिणाम बनाती हैं — समय को साधो।

सावधानी और निरंतरता — सफलता का स्थायी मिश्रण है।

दोहा:

“नित्य लघु प्रयास, अन्ते महान विजयो; समय का सदुपयोग, जीवन संवारो।”

लगन

परिश्रम और योग्यता से लगभग हर काम संभव है महान कार्य शक्ति में नहीं लगन से हो जाते हैं डर पर विजय पाना साहस की आदत विकसित करना हमारी यही लगन होनी चाहिए।

जब विपत्ति और निराशा के बीच भी लगन से जुटे रहते हैं तो अपनी लगन की आदत को आप और मजबूर कर देते हैं आप ज्यादा सशक्त और संकल्पवान बन जाते हैं और अपनी लगन के कारण सफलता का गुण विकसित कर लते हैं।

मानव इतिहास लगन की विजय की कहानी है हर मन व्यक्ति को सफलता और उपलब्धि की ऊंचाइयों पर पहुंचने से पहले जबरदस्त मुश्किलों और संकटों को झेलना पड़ा है उनकी विजय गाथा और पहचान उनकी सहनशक्ति और लगन का परिणाम है।

शंका और डरों को दूर रचो लगन से कार्य करते रहे अपने आप से कहे हम न तो झुकेंगे नहीं असफल होंगे कभी हार नहीं मानूंगा अपने आप को बुलंद आवाज में बोलो डर और शंका दूर हो जाएगी कभी-कभी हार मत मानो यही लगन होनी चाहिए।

लगन का गुण इस बारे की गारंटी देता है कि आप अंततः जीतेगें ही, लगन और संकल्प भी सर्वशक्तिमान है याद रहे अजेय इच्छा शक्ति और अटल लगन सफल लोगों की पहचान है विपत्ति के प्रभाव से इंसान के अंदर शक्तियों और सोई शक्ति और छुपे हुए गुण का विकास हो जाता है जो विपत्ति से पहले खोए रहते हैं परंतु उनके प्रभाव के कारण शक्ति साहस चरित्र और लगन बाहर आते हैं लगन की वह शक्ति है जो मेरी अपनी शक्ति है लगन आपकी सबसे बड़ी संपत्ति है।

प्रेरक पंक्तियाँ:

लगन वह मशाल है जो अँधेरे में मार्ग दिखाती है — कभी मत बुझने देना।

शंकाओं को चुनौती में बदलो; लगातार प्रयत्न ही विजयी बनाते हैं।

अटल संकल्प और दैनिक परिश्रम — यही जीवन का अविचलित सूत्र है।

प्रेरक श्लोक / दोहा:

“योग्यो यस्य प्रयत्ने स्यात् — स आर्द्र विजयी भवेत्;

लग्नेन युक्तः मनुष्यः, स्वप्न साक्षात् करयेत्।”

आत्म सम्मान — अनुशासन, दृष्टि और आत्मा की पूजा

आत्म सम्मान आत्मा का सम्मान कीजिए आदेशों का पालन करें सफलता का महत्वपूर्ण गुण आत्म अनुशासन है आत्म अनुशासन का मतलब यह है कि आप में आपकी चारित्रिक शक्ति और इच्छा शक्ति के आधार पर वह करने की योग्यता है जो आपको करना है जब आपको करना है चाहे करने का मूड हो या ना हो चरित्र का अर्थ है संकल्प पर तब भी अमल करना जब शक्ति और योग्यता खत्म हो गई है आप किसी भी कीमत पर अपने आप को अनुशासित रखते हैं चाहे किसी भी परिस्थितियों है अपने संकल्प पर अमल करते हैं अंततः आत्म अनुशासन के कारण से उद्देश्य से हासिल हो जाता है।

प्रेरक पंक्तियाँ:

आत्म-आज्ञा ही सच्ची आज्ञादी है — जहां आदेश नहीं, वहाँ असत्य का वास होता है।

अनुशासन वह पुल है जो लक्ष्य को वर्तमान से जोड़ता है — इसे रोज पार करो।

काव्य-श्लोक / दोहा:

“अनुशासनं परमं धनम् — चरित्रे दृढे विजयं प्राप्तिः।”

(अनुशासन सर्वोच्च धन है; दृढ़ चरित्र से ही विजय प्राप्त होती है।)

लक्ष्य पूरा करने के लिए कोई भी योजनाएं हम बना ले परंतु आत्म अनुशासन की जरूरत है हमको नई योजना नई जानकारी के अनुसार योजना भी बनानी हो तो आत्म अनुशासन की जरूरत होती है ताकि हम समय का इस्तेमाल करें सकें बिना लाग लपेट के उद्देश्य में लग रहे समय-समय पर समय परिवर्तन के हिसाब से आवश्यक चीज सीखने के लिए

हमेशा अनुशासित होना पड़ेगा यह अनुशासित व्यवहार आत्म अनुशासन है यही हमारी सकारात्मक सोच है जो हमें मुश्किलों से बाहर निकलती है हर परिस्थिति में कार्य को पूरा करें चाहे मन हो ना हो सारे समय हो ना हो परंतु जो कार्य जो जिम्मेदारी अपने ली है

उसे पूरा करें यही हमारा संकल्प होना चाहिए इसको ही आत्मा अनुशासित व्यक्ति (स्वयं पर नियंत्रण) कहा जाता है वही सफलता की ऊँचाई पर पहुंचता है स्थाई सुख प्राप्ति के लिए अपने को धर्म का आश्रय लेना पड़ेगा धर्म आत्म का अनुशासित कार्य करना।

प्रेरक पंक्तियाँ:

योजना बदलती रहे मगर अनुशासन अटूट रहे — यही अनुशासित व्यक्तित्व की पहचान है। धर्म का आश्रय लेने का अर्थ है कर्म को पवित्र समझना — तब फल से मन मुक्त रहता है।

काव्य-श्लोक:

“यथाऽवलोक्य नित्यं कर्म, तदा फलात् न भयं भवेत्;

अनुशासनं हि धर्मः स्यात् — सुख स्थायी तद्भवेत्।”

जीवन का मंत्र

अपने काम को अपना धर्म समझना होगा, अपने काम में आनंद लेना होगा ।

अपने मन को भटकाव से रोकना होगा, दूसरों से अपनी तुलना करना बंद करना होगा ।

ध्यान रखने से हमारी शक्ति बढ़ती है, समय बर्बाद नहीं होता ।

लाभ के लिए कार्य करें, लोभ के लिए नहीं। जीवन में नई उमंग और नई दिशा के लिए नए विचारों का होना अनिवार्य है। अवसर खोना, वास्तव में सफलता खोने के समान है।

हमारे विचार हमारे जीवन का **पावर हाउस** होते हैं।

जो जितना अधिक संघर्ष करता है, वह उतना ही अधिक परिपक्व और मूल्यवान बनता है।

आत्मविश्वास सबसे बड़ा गुण है। खुद पर विश्वास करना ईश्वर पर विश्वास करने के समान है। अपनी दृष्टि को दूर तक फैलाइए, भविष्य के दर्शन कीजिए और विवेक के साथ कर्म कीजिए / सफलता और असफलता दोनों ही हमारे कर्मों का परिणाम हैं, इसलिए दोनों पर समान रूप से चिंतन आवश्यक है। उम्दा और सकारात्मक सोच हमारे व्यक्तित्व को प्रभावशाली बनाती है— यही सच्ची और स्थायी स्मार्टनेस है।

हम जो भी करते हैं, वह कई गुना बढ़कर किसी न किसी रूप में हमारे पास लौटकर आता है।

विवाह का अर्थ है, एक-दूसरे के प्रति समर्पण।

जहाँ समर्पण होता है, वहीं प्रेम स्वतः प्रकट होता है।

जीवन गंगा की तरह निरंतर, निर्मल और प्रवाहित रहे।

स्वतंत्रता का सम्मान करें, क्योंकि स्वतंत्रता से ही रचनात्मकता का विस्तार होता है।

चापलूसी और दिखावटी व्यवहार क्षणिक रूप से लाभदायक लग सकते हैं, पर हमारी आंतरिक ऊर्जा को धीरे-धीरे क्षीण कर देते हैं।

अंत में यह स्मरण रखें— इस संसार में कुछ भी स्थायी नहीं है। पर सही विचार सही कर्म और सही दृष्टि जीवन को सार्थक अवश्य बना देती है।

प्रेरक पंक्तियाँ:

अपने काम को पूजा समझो — तब हर कर्म में आत्म-सम्मान उभरकर आएगा।

तुलना छोड़ो; तुलना से समय और शक्ति दोनों नष्ट होते हैं — अपनी कहानी लिखो।

स्वतंत्रता का आदर रखो — वही सृजन की ईंधन है।

दोहा / श्लोक:

“कर्म एव तपसा विद्यते — नेतु तु लोभे न विचलयेत;

स्वतन्त्रता धार्यताम् — सृजनं तत्रैव सार्थकम्।”

जीवन दर्शन – मन और आत्मा की स्वच्छता

हम रोज शरीर को सुंदर और स्वच्छ बनाने के लिए स्नान करते हैं, पर क्या हम उतनी ही चिंता अपने मन और आत्मा की सुंदरता के लिए भी करते हैं?

जीवन का चक्र अनंत काल से चलता आ रहा है— यह सत्य हम सभी जानते हैं। फिर भी इस जन्म में जो कार्य अधूरे रह जाएंगे, उनके लिए हमने क्या योजना बनाई है?

मनुष्य प्रायः भ्रम में भटकता रहता है— घर, पैसा, बच्चे और संसार के सुखों में उलझा हुआ। पर इसके आगे क्या है? यह प्रश्न बहुत कम लोग स्वयं से पूछते हैं।

मैं अनंत काल से शरीर बदलता आ रहा हूँ। हर जन्म में मेरा कर्तव्य है, कि मैं कुछ ऐसा करूँ जिससे इस जीवन में मेरी आत्मा का विकास हो सके।

इसलिए आवश्यक है कि मनुष्य केवल कमाने और संग्रह करने तक सीमित न रहे, बल्कि अपनी आत्मा के विकास के लिए भी विचार करे, चिंतन करे और कर्म करे।

शरीर की शुद्धि रोज़ होती है, अब समय है मन और आत्मा की शुद्धि का।

प्रेरक पंक्तियाँ:

शरीर की सफाई के साथ आत्मा की पवित्रता भी अनिवार्य है — प्रतिदिन उसका संकल्प करो। **जन्म-जीवन का उद्देश्य आत्मा का विकास है** — इसे छोटी-छोटी आदतों से आगे बढ़ाओ।

काव्य-श्लोक:

“नित्यम् स्नानं शरीरस्य — पर आत्मनः स्निग्धता;

मनश्च दिव्ये भवेत् — साधना यथावत् कुर्वीता”

हम भविष्य के लिए धन जमा करते हैं, योजनाएँ बनाते हैं, ग्रोथ के बारे में सोचते हैं। पर हमारा कर्तव्य है, कि हम थोड़ा समय अपनी आत्मा के भविष्य के लिए भी निकालें।

जब हम आत्मा के विषय में सोचते हैं, तो हमें परमात्मा के निकट जाने का मार्ग स्वतः दिखाई देने लगता है। धीरे-धीरे हम उसके और करीब पहुँचते हैं।

यदि किसी आदत, दुख या बंधन से छुटकारा पाना है, तो केवल बाहरी इलाज पर नहीं, बल्कि मन पर अधिक जोर देना चाहिए।

यदि इस संसार के जाल से मुक्त होना है, तो मन को भोगों से हटाकर आत्मा के विकास से जोड़ना होगा। ऐसा करते ही मार्ग भी स्पष्ट होगा और लक्ष्य भी।

इस कार्य की शुरुआत अभी करें। अन्यथा घूम-फिरकर फिर यहीं आना पड़ेगा।

इसे ऐसे समझें— जैसे फिल्में चलती रहीं, घटनाएँ घटती रहीं और मैं पूरी जिंदगी वहीं बैठा रहा। जीवन मुस्कुराते-मुस्कुराते बीत जाएगा, पर आत्मा का विकास नहीं होगा।

आत्मा जहाँ है, वही ठहरी रहेगी। जबकि आत्मा का विकास ही हमारे इस सृष्टि में आने का वास्तविक कारण है।

आज रुकिए और स्वयं से पूछिए— मैं किस भूल-भुलैया में खो गया हूँ? और अपनी आत्मा को कितना समय दे रहा हूँ?

यही स्वाध्याय है। यही जागृति की शुरुआत है।

प्रेरक पंक्तियाँ:

आत्मा के कल्याण के लिये आचरण और चिंतन दोनों जरूरी हैं — दोनों पर समय दो।

बुढ़ापे की प्रतीक्षा मत करो; आज का कार्य ही आत्मा का सद्ग्रह बनाता है।

श्लोक:

“आत्मनः विकासाय किञ्चित् कालं दत्तम्; न विलम्बे पुनराशाः।

आजाचरः क्रियते यदि — परमात्मा समीपं गम्यम्।”

सच्ची उपासना और विचारों की साधना

आपके पास आध्यात्मिक विकल्प होने चाहिए। उपासना तभी सच्ची होती है, जब ईश्वर जीवन में घुल-मिल जाए। दिन भर हमारे मन में अनेक विचार आते-जाते रहते हैं, पर अक्सर हम उनके अनुरूप कार्य नहीं करते। लेकिन यदि उपासना सच्ची हो,

तो विश्वास रखिए—

ईश्वर स्वयं आपके विचारों के अनुरूप रचनात्मक कर्म करने की प्रेरणा देता है, और आप तुरंत कार्य में प्रवृत्त हो जाते हैं।

आप कोई भी कार्य करें, पर विचारों की साधना और ईश्वर की उपासना आपकी नियमित दिनचर्या का अवश्य हिस्सा होनी चाहिए।

इस प्रकार का अभ्यास आपको अपने क्षेत्र में और अधिक सक्षम, संतुलित और प्रभावशाली बना देता है।

अच्छे विचारों का सतत संग्रह मनुष्य को बिना असफलता के समृद्ध और खुशहाल बना सकता है।

समस्याएँ और संकट जीवन में कभी रुकते नहीं। हम उनके होने को नहीं, पर उनके प्रति अपनी प्रतिक्रिया को अवश्य चुन सकते हैं। और यही सफलता की कुंजी है।

सफल लोग समस्या देखकर घबराते नहीं। वे गहरी साँस लेते हैं, स्वयं को शांत करते हैं और स्पष्टता के साथ सोचते हैं। वे हर परिस्थिति में किसी न किसी अच्छाई को खोजते हैं और संभावित समाधान पर ध्यान केंद्रित करते हैं।

यही है **विचारों की सच्ची साधना**,

यही है **जीवन में ईश्वर की वास्तविक उपस्थिति**।

प्रेरक पंक्तियाँ:

उपासना-चिंतन और कर्म का त्रिआधार जीवन को पूर्ण बनाता है — **इन्हें दिनचर्या बनाओ**।

समस्या पर धीमी स्थिर प्रतिक्रिया शत्रु को मित्र में बदल देती है — **आत्म-नियमन सीखो**।

(विचारों का मंथन हमें मुश्किलों पर विजय दिलाता है, कोशिश करते रहें)

व्यक्ति की परख

प्रत्येक व्यक्ति की परख उसके अपने आदर्शों और कर्मों के अनुसार करनी चाहिए, न कि दूसरों के आदर्शों के आधार पर। जब हम ऐसा नहीं करते, तो हम दूसरों के आदर्शों को अपनी दृष्टि से देखने लगते हैं, तुलना करते हैं और अनावश्यक निर्णय करने लगते हैं, जो कि गलत है। किसी भी व्यक्ति को समझने और परखने के लिए उसके उद्देश्य को ध्यान में रखना आवश्यक है, क्योंकि संसार में प्रत्येक व्यक्ति का उद्देश्य अलग होता है और इसी कारण उसके कार्य भी भिन्न होते हैं। अधिकांश मतभेद और अनबन का मूल कारण यही है कि हम दूसरों के उद्देश्य को समझे बिना उनका मूल्यांकन करने लगते हैं। इसलिए व्यक्ति को जाति, धर्म या बाहरी पहचान के आधार पर नहीं, बल्कि उसके उद्देश्य, सोच और कर्मों के आधार पर देखना और परखना चाहिए। इस सत्य को समझने का प्रयास करने से जीवन में सहिष्णुता और संतुलन आता है। साथ ही यह भी सत्य है कि लोग जिस अवस्था में जन्म लेते हैं, उसी में बने रहना चाहते हैं, फिर भी असंतोष से घिरे रहते हैं,

और यदि उस अवस्था को बदलने का प्रयास करते हैं, तो कई बार और अधिक परेशान हो जाते हैं। इसलिए स्वयं को समझना, दूसरों को स्वीकार करना और तुलना से ऊपर उठकर जीवन को देखने का प्रयास करना ही सच्चा जीवन-दर्शन है।

जैसे उदाहरण है

जन्म के आधार पर किसी व्यक्ति का मूल्यांकन नहीं किया जाना चाहिए। पांडव हों या कर्ण — मनुष्य का वास्तविक महत्व उसके कर्म और उद्देश्य से होता है। जो लोग स्वयं को बदलने का प्रयास करते हैं, उन्हें अक्सर कठिनाइयों का सामना करना पड़ता है। गौतम बुद्ध और ओशो (रजनीश) जैसे महान व्यक्तियों ने भी अपने जीवन में अनेक परेशानियाँ देखीं, क्योंकि उन्होंने समाज की जड़ धारणाओं को चुनौती दी।

अंततः मनुष्य को अपने जीवन का उद्देश्य पहचानना और समझना चाहिए। किसी व्यक्ति का आकलन उसकी जाति या वेशभूषा के आधार पर नहीं, बल्कि उसके विचार, कर्म और उद्देश्य के आधार पर होना चाहिए। तभी संसार से कठिनाइयाँ कम होंगी और लोगों के बीच समन्वय और सद्भाव स्थापित होगा।

मृत्यु का भय, धर्म का आधार और मन की विजय

मनुष्य का जीवन एक रहस्य है, और मृत्यु उस रहस्य का अंतिम द्वार। किंतु आश्चर्य यह है कि जो जन्म लेता है, वह मृत्यु से भयभीत क्यों होता है?

मृत्यु का भय बाहरी नहीं, भीतरी है। जब मनुष्य अकेला होता है, तब उसकी अंतःचेतना उससे प्रश्न करती है — “क्या तुमने इस जीवन का सदुपयोग किया?” यदि जीवन सत्कर्मों, सेवा और सत्य से भरा है, तो हृदय में शांति रहती है। परंतु यदि जीवन स्वार्थ, छल और मोह में बीत गया हो, तो वही स्मृतियाँ भय का रूप लेकर सामने खड़ी हो जाती हैं।

मनुष्य संसार में ऊँचा पद पा ले, धन-संपत्ति अर्जित कर ले, सम्मान प्राप्त कर ले — फिर भी भीतर का भय समाप्त नहीं होता। एक ओर वह संसार को नश्वर कहता है, दूसरी ओर मृत्यु से काँपता है यही माया है।

मृत्यु से बचने का उपाय मृत्यु से भागना नहीं, बल्कि जीवन को सार्थक बनाना है। जब जीवन परोपकार, सत्य और धर्म से आलोकित होता है, तब मृत्यु केवल परिवर्तन बन

जाती है, अंत नहीं। जो व्यक्ति परमात्मा द्वारा प्रदत्त शक्तियों का सदुपयोग करता है, वह निर्भय होकर जीवन जीता है।

धर्म का आधार बाहरी आडंबर नहीं, बल्कि आंतरिक अनुभव है। सत्य को तर्कों से नहीं, अनुभव से जाना जाता है। केवल शब्दों में धर्म का वर्णन करना सरल है, परंतु उसे जीवन में उतारना कठिन।

सच्चा धर्म वही है जो व्यवहार में दिखाई दे — जो स्वार्थ को घटाए और प्रेम को बढ़ाए। धर्म का सार प्रेम है। जैसे माता का अपने बालक के प्रति निष्कपट स्नेह, वैसे ही मनुष्य का समस्त सृष्टि के प्रति प्रेम ही धर्म है।

विभिन्न संप्रदायों, मतों और कर्मकांडों में उलझकर धर्म की प्राप्ति नहीं होती। धर्म किसी विशेष वेश, नाम या परंपरा का बंधन नहीं है। धर्म वह है जो मनुष्य को भीतर से शुद्ध करे, उसे करुणामय बनाए और उसके जीवन में सत्य का प्रकाश जगाए।

“ॐ” समस्त ध्वनियों का मूल है — वह एकता का प्रतीक है। उसी प्रकार धर्म का मूल भी एकता है। जब मनुष्य स्वार्थ से ऊपर उठता है, तब उसके भीतर ईश्वर प्रकट होता है।

मनुष्य के विकास का सबसे बड़ा शत्रु उसका अपना मन है। मन ही बंधन है और मन ही मुक्ति। यदि मन दुर्बल है, तो संसार की छोटी-सी बाधा भी पर्वत बन जाती है। पर यदि मन दृढ़ है, तो पर्वत भी रेत के समान प्रतीत होता है।

जीवन एक संग्राम है। प्रत्येक क्षण परिस्थितियाँ बदलती हैं। कभी सुख, कभी दुःख; कभी सफलता, कभी असफलता। जो मनुष्य अपने मन को संयमित कर लेता है, वही इस संग्राम में विजयी होता है।

मन की दुर्बलताओं — भय, क्रोध, ईर्ष्या और संदेह — को त्यागकर जब मनुष्य दृढ़ संकल्प के साथ आगे बढ़ता है, तब उसका व्यक्तित्व प्रकाशमान हो उठता है। वह परिस्थितियों का दास नहीं, उनका स्वामी बन जाता है।

अंततः सत्य यही है —

मृत्यु का भय तब मिटता है जब जीवन धर्ममय हो।

धर्म तब जागता है जब प्रेम प्रकट होता है।

और प्रेम तब प्रकट होता है जब मन पर विजय प्राप्त होती है।

जो मन का स्वामी बन गया, वह संसार का विजेता बन गया।

जो स्वार्थ से ऊपर उठ गया, वह ईश्वर के निकट पहुँच गया।

और जिसने जीवन को सेवा और सत्य में समर्पित कर दिया, उसके लिए मृत्यु भी केवल एक नए प्रकाश की ओर यात्रा बन जाती है।

(मन ही मनुष्य के बंधन और मुक्ति — दोनों का कारण है)

अभिमान और विनम्रता का सत्य

मनुष्य को अपने ज्ञान का अभिमान तो होता है, परंतु अपने अभिमान का ज्ञान नहीं होता। यही सबसे सूक्ष्म और खतरनाक स्थिति है।

जब व्यक्ति कुछ प्राप्त करता है — ज्ञान, धन, पद या प्रतिष्ठा — तो उसके चेहरे पर एक चमक आ जाती है। यह चमक उसकी आत्मा की प्रसन्नता भी हो सकती है, परंतु यदि उसमें “मैं” का भाव जुड़ जाए, तो वही चमक घमंड में बदल जाती है।

सच्ची आभा वह है जो स्वयं प्रकट होती है, जिसे बताने की आवश्यकता नहीं होती। जैसे सूर्य का प्रकाश स्वयं दिखाई देता है, वह स्वयं यह घोषणा नहीं करता कि “मैं चमक रहा हूँ।” उसी प्रकार मनुष्य के श्रेष्ठ कार्य और सद्गुण भी बिना प्रचार के प्रकट होते हैं।

जनता आपकी प्रशंसा कर सकती है, परंतु अपने मुख से अपनी प्रशंसा करना उचित नहीं। भले ही आप न्याय और सत्य के आधार पर अपनी उपलब्धियों का वर्णन करें, फिर भी लोगों के मन में विरोध उत्पन्न हो सकता है। ख्याति को घोषणा की आवश्यकता नहीं होती; वह कर्मों की सुगंध की तरह स्वयं फैलती है।

अहंकार आत्मा की आभा पर पड़ा हुआ पर्दा है। जैसे धूल दर्पण की चमक को ढक देती है, वैसे ही अभिमान व्यक्ति की वास्तविक महानता को ढक देता है।

यदि आप स्वयं को विकसित करना चाहते हैं, तो यह सदैव स्मरण रखें — अभिमान से सब कुछ खो जाता है। सफलता मिलने पर सिर झुकाना सीखें। महान व्यक्तियों के जीवन को देखकर नम्रता का अभ्यास करें।

आपके गुण अधिक समय तक छिपे नहीं रह सकते। उन्हें प्रचार की आवश्यकता नहीं, आचरण की आवश्यकता है। अभिमान न तो सच्ची प्रशंसा दिलाता है, न सहायता और न प्रेम। इसके विपरीत, विनम्रता हृदयों को जोड़ती है।

नम्रता वह भाषा है जिसे हर आत्मा समझती है। जितना व्यक्ति विनम्र होता है, उतना ही ईश्वर उसके भीतर प्रकट होता है।

प्रेरक विचार

सच्ची चमक कार्यों में हो, शब्दों में नहीं
सफलता के बाद सिर झुकाना ही स्थायी उन्नति है।
अभिमान पतन का मार्ग है, विनम्रता उत्थान का।

- जब कार्य बोलते हैं, शब्द मौन हो जाते हैं।

(अभिमान विनाश का कारण है, जबकि विनय सभी समृद्धियों की जड़ है)

कर्म सिद्धांत (कर्म ही चरित्र, कर्म ही भाग्य)

कोई भी व्यक्ति सम्मान तभी पाता है जब वह अपना कोई भी काम दूसरों पर नहीं थोकता
हमें कर्म सिद्धांत को समझना चाहिए जो इसे नहीं समझ पाए वह बस इंतजार करते रहते
हैं हमें हमारा कर्मों का फल अवश्य ही मिलता है चाहे जो हो समय लगेगा पर मिलेगा
जरूर हमारे जीवन का नाता हमारे परिवार समाज और देश के साथ है परंतु यह जानना
पड़ेगा कि हमारा नाता हमारे कर्मों के साथ पहले है जिस कारण में हमारा वर्तमान मिला
है हमारे द्वारा प्रतिदिन की क्रिया हमारे जीवन पर प्रभाव डालती है यही हमारा कर्म
कहलाता है जैसे पढ़ना लिखना उठना बैठना सोना खाना पीना घूमने आदि हमारे घर में
किसी खास उद्देश्य से प्रेरित होकर किया गया कार्य कर्म कहलाता है।

प्रेरक विचार:

कर्म ही वह बीज है जिससे भाग्य का वृक्ष उगता है।
जो दूसरों पर दोष डालता है, वह अपने भविष्य का द्वार बंद करता है।
अपनी जिम्मेदारी स्वीकारना ही आत्म-विकास की पहली शर्त है।
हर छोटा कर्म भविष्य की दिशा तय करता है।

श्लोक:

“कर्मणि एवाधिकारस्ते, मा फलेषु कदाचन।”

अर्थ: तुम्हारा अधिकार केवल कर्म करने में है, उसके फल पर नहीं।

कर्म और फल के बीच गहरा संबंध है जिस प्रकार कठपुतली चलती है पर चलने वाला नहीं दिखता उसे प्रकार जीवन चलता है कर्म (चलाने वाले) नहीं दिखते हैं अतः हमारे फल का कारण के समान है पहले कर्म के फल आते हैं फिर उसे फल से वैसे ही कर्म होते हैं और हम इसमें उलझ कर घूमते रहते हैं हमारी कोई भी वाणी और क्रिया बेकार नहीं जाती उसका फल हमको अवश्य मिलता है।

प्रेरक विचार:

कर्म अदृश्य है, पर उसका प्रभाव शाश्वत है। जो बोओगे वही पाओगे — यही सृष्टि का नियम है। हर विचार, हर शब्द एक ऊर्जा है जो भविष्य बनाती है। कर्म का पहिया सटीक चलता है, बस प्रतीक्षा धैर्य से करो।

श्लोक:

“यद् यद् बीजं बोति जनः, तत् तत् फलमवाप्नुयात्।”

अर्थ: मनुष्य जो भी बीज बोता है, उसी का फल उसे प्राप्त होता है।

हमारे द्वारा कहा गया शब्द/सोचा विचार हकीकत में परिवर्तित होता है आपको हमेशा अपने ऊपर समय देना चाहिए अपने जीवन को सुखी बनाना हमारे हाथ में है हम अपने सुख और दुख के रचयिता हैं विचार करें और कर्म सिद्धांत पर अमल करें।

प्रेरक विचार:

अपने विचारों को नियंत्रण में रखो, वे ही तुम्हारा कल लिखते हैं।

आत्म-परिवर्तन की कुंजी आत्म-चिंतन में है।

सुख-दुख बाहरी नहीं, तुम्हारे सोच का प्रतिबिंब हैं।

श्लोक:

“यथा चिंतयति मनः, तथा भवति जनः।”

अर्थ: जैसा मनुष्य सोचता है, वैसा ही वह बन जाता है।

सदगुण (संतोष, कर्तव्य और आत्मोन्नति का मार्ग)

चाहत दुख में होती है और संतोष सुख में होता है

किसी की गलती देखकर बोखलाना नहीं चाहिए न ही उसका बुरा चाहना चाहिए दूसरों को सीख देने की बजाय अपनी सीख मानकर अनुसरण करना चाहिए सच्ची कमाई उत्तम गुना का संग्रह हमें हमेशा यह याद रखना होगा ईश्वर और नरक का पूरा-पूरा अस्तित्व इस लोक पर उपलब्ध है हम अपने अधिकार पर ही दृष्टि रखते हैं यह भूल जाते हैं कि अधिकार का दूसरा पहलू कर्तव्य जो एक का अधिकार है वह दूसरे का कर्तव्य है। यदि हम अपने कर्तव्य पर ध्यान दे तो सबको अधिकार आप ही प्राप्त हो जाएंगे।

प्रेरक विचार:

संतोष आत्मा की शांति है, और चाहत उसकी अशांति।

दूसरों को बदलने से पहले खुद पर ध्यान दो।

अधिकार नहीं, कर्तव्य का पालन — यही सच्चा धर्म है।

श्लोक:

“कर्तव्यं परमं धर्मं, संतोषः परमं सुखम्।”

अर्थ: कर्तव्य ही सर्वोच्च धर्म है, और संतोष ही सर्वोच्च सुख है।

अधिकार का भूखा कहता है यह सब अमुक चीजें दूसरों से चाहिए कर्तव्य का उपासक कहता है दूसरों से हर चीज मुझे प्राप्त होनी चाहिए। चाहना तो दोनों है परंतु भाव अलग-अलग है एक का भाव कटुता दूसरे का भाव प्यार है इस प्रकार के हमें गुण होने चाहिए इसे हमें समझ लेना चाहिए।

प्रेरक विचार:

कर्तव्य में प्रेम है, अधिकार में आग्रह।

जिसने देने की कला सीखी, उसने पाने का रहस्य जान लिया।

प्रेम भाव में छिपा कर्तव्य ही आत्मिक परिपक्वता है।

श्लोक:

“दानं धर्मस्य लक्षणं, लोभो दुःखस्य कारणम्।”

अर्थ: दान धर्म का लक्षण है, और लोभ दुख का मूल कारण।

खुद की उन्नति के लिए इतना समय लगा दो कि किसी और की निंदा का समय ही ना ठो याद रहे हमेशा प्रेम कोई भावना नहीं है और हम हमेशा वह पा जाते हैं जिसकी जरूरत होती है।

प्रेरक विचार:

स्वयं को इतना व्यस्त रखो कि आलोचना के लिए समय न बचे।

प्रेम क्रिया है, भावना नहीं — वह कर्म में झलकता है।

अपनी ऊर्जा को निर्माण में लगाओ, निंदा में नहीं।

श्लोक:

“प्रेमो न भावः केवलं, कर्मरूपः सनातनः।”

अर्थ: प्रेम केवल भावना नहीं, बल्कि कर्म के रूप में प्रकट होने वाला सनातन सत्य है।

सदकर्मों का फल जरूरत के समय मिलता है हमें मेहमान या जरूरतमंद सभी की सहायता निस्वार्थ भाव से करनी चाहिए जो होता है अच्छे के लिए होता है जो बुरा लग रहा है वह देखने के लिए पर वह बुरा नहीं है क्योंकि जो होता है अच्छे के लिए होता है।

प्रेरक विचार:

निस्वार्थ कर्म ही आत्मा का आभूषण है।

हर घटना में भलाई छिपी होती है — बस नजर चाहिए।

जब तुम अच्छाई करते हो, ब्रह्मांड उसका उत्तर देता है।

श्लोक:

“सत्कर्मणां फलं कालात्, स्वयमेव उपतिष्ठते।”

अर्थ: सत्कर्मों का फल समय आने पर स्वयं ही प्राप्त होता है।

चाहिए तो क्या की क्या मानते हैं जो मानता है वही बनता है कामयाब होना बच्चों का खेल है मान लो मान लो मान लो अपना लो अपना लो बन जाओगे सब कुछ आसान है कुछ नहीं बदला तो कुछ नहीं बदलने वाला क्योंकि मुश्किल हो का सफलता के साथ कुछ कनेक्शन नहीं है सिर्फ करने का है यार मुझे मनाना है कि मुश्किल मेरे लिए आसान है आसान है आप कुछ करना होगा मानकर चलना ही नहीं वह की अमल करना होगा उसे पर चलना होगा एक्शन लेना ही होगा सब कुछ कर सकता हूँ इस प्रकार के साथ गुना का संग्रह ही नहीं करना है व्यर्थ में समय नष्ट करने के बजाय आज और अभी से जो बड़ा समझा है उसे अपने जीवन में अपना-अपना है तभी समाज का और अपना कल्याण हो सकता है हमें हमें चाहिए याद रखना है कि मैं आज क्या हूँ जो हो चुका है उसे याद करना और आपके रखना समय व्यस्त करना है आज के लिए सोचो उसके लिए जियो यही यद्गुण है हमेशा दूसरों की मदद करो और ऐसा ही ज्ञान बांटो यही मेरी चाहत है यह आसान है होगा ही होगा।

प्रेरक विचार:

विश्वास ही चमत्कार का प्रारंभ है।

हर कठिनाई को आसान मानो — वह वैसी ही बन जाएगी।

“करना” ही जीवन का असली जादू है, सोचना नहीं।

आज से शुरू करो — भविष्य अभी लिखा जा रहा है।

श्लोक:

“श्रद्धावान् लभते ज्ञानं, ततः कर्मफलप्राप्तिः।”

अर्थ: श्रद्धा रखने वाला ज्ञान पाता है, और ज्ञान से कर्म सफल होता है।

कल्पना (कुछ भी मुश्किल नहीं — सब संभव है)

जीवन उतना कठिन नहीं होता जितना हम उसे बना लेते हैं। सत्य यह है कि कुछ भी असंभव नहीं; सब कुछ संभव है। कठिनाई का जन्म बाहरी परिस्थितियों से कम और हमारे मन की धारणाओं से अधिक होता है।

कल्पना ही सृष्टि का प्रथम चरण है। जो हम अपने मन में स्पष्ट रूप से देख पाते हैं, वही धीरे-धीरे हमारे जीवन में आकार लेने लगता है। कल्पना केवल स्वप्न नहीं, बल्कि भविष्य की झलक है।

जब आप अपने लक्ष्य को महसूस करना शुरू करते हैं — जैसे वह पहले ही प्राप्त हो चुका हो — तब आपकी चेतना उसी दिशा में कार्य करने लगती है। कल्पना महत्वाकांक्षा को जन्म देती है, महत्वाकांक्षा उत्साह को, और उत्साह आपको मंजिल की ओर बढ़ाता है। अपने रोम-रोम को प्रगति के चिंतन में लगा दो। यदि विचार दृढ़ हों, तो प्रगति को रोकने की सामर्थ्य किसी में नहीं।

बड़े कार्य करने से पहले हृदय से भय को निकालना आवश्यक है। भय पूर्णतः अनुचित नहीं; वह हमें सावधान करता है, हमारी कमियों की ओर संकेत देता है। परंतु यदि भय ही हमारा स्वामी बन जाए, तो वह हमारे कदम रोक देता है।

जीत की कल्पना करो, मन की शांति की कल्पना करो, सफलता की अनुभूति करो — और विश्वास रखो कि वह साकार होगी।

प्रेरक विचार

- कल्पना सृष्टि का पहला कदम है — सब कुछ पहले मन में बनता है।
- डर केवल संभावना की छाया है।
- अपने विचारों में वही बोओ जिसे साकार देखना चाहते हो।

श्लोकः

“यथा कल्पना मनसि, तथा सृष्टिः भवति बाह्यतः।”

अर्थ: जैसी कल्पना मन में होती है, वैसा ही सृजन बाहर होता है।

आसमान छूने की इच्छा रखो। ज़मीन की सीमाओं में मत बंधो। जीवन का आनंद लो, केवल दुखों की वजह मत खोजो। जब तुम ग़म से ऊपर उठते हो, तो तकदीर भी बदलने लगती है।

यह केवल कोरी कल्पना नहीं। अपनी कमियों को पहचानो, उन्हें सुधारो। हौसला बुलंद करो और मार्ग पर चल पड़ो। जो समाधान खोजता है, वही सफलता का सूरज देखता है। सफलता भाग्य से नहीं, दृष्टिकोण से आती है। जो कठिन को आसान मान लेता है, उसके लिए रास्ते स्वयं खुलने लगते हैं।

प्रेरक विचार:

- जो आसमान छूना चाहता है, उसे ज़मीन से ऊपर सोचना होगा।
- हौसला सूरज है — उठो और अपनी किस्मत स्वयं चमकाओ।
- सफलता उसी की होती है जो कारण नहीं, समाधान खोजता है।

श्लोक:

“उत्तिष्ठ जाग्रत प्राप्य वरान्निबोधत।”

अर्थ: उठो, जागो और लक्ष्य प्राप्त होने तक रुको मत।

रिशतों की कामयाबी

रिशतो की कामयाबी के लिए लोगों की अच्छाई देखनी होती है ना कि उनकी कमियां

रिशते है नए जमाने के ये छूटने लगे हैं अहम की दीवारों से टकराकर टूटने लगे हैं

क्योंकि संबंधों से बढ़कर धन अधिक महत्वपूर्ण हो गया है लोग उन्ही रिशतों को स्थान देते हैं जहां धन का डेरा होता है इस सुनामी में माता-पिता सब सगे संबंधी बह गए हैं धन के लोभ यह कहने पर विवश कर देता है बाप बड़ा ना भैया सबसे बड़ा रुपैया।।

प्रेरक विचार:

रिशतों की जड़ अच्छाई में है, संपत्ति में नहीं।

जहाँ धन सर्वोच्च होता है, वहाँ संबंध कमजोर पड़ जाते हैं।

प्रेम के बिना कोई रिश्ता नहीं टिकता — केवल दिल जोड़ता है, धन नहीं।

श्लोक:

“स्नेहेन बध्यन्ते हृदयानि, न तु धनसंपदया।”

अर्थ: दिल आपस में प्रेम से जुड़ते हैं, धन से नहीं।

कहां से लाऊं पैसा कहां से लाऊं रिश्ता जब तक हम अहम न दूर कर पाएंगे रिश्तो को न पाएंगे कुछ पाने के लिए कुछ खोना प्रथा है आम की दीवार/पैसों का गुर्रर छोड़ना पड़ेगा

अगर रिश्तो को कामयाब बनाना है।

प्रेरक विचार:

अहम छोड़ो — संबंध खुद खिल उठेंगे।

प्रेम त्याग माँगता है, सौदा नहीं।

रिश्ते दिल से बनते हैं, जेब से नहीं।

श्लोक:

“अहं त्यक्त्वा सदा प्रेम करो, तत्रैव सौख्यं वसति नित्यम्।”

अर्थ: जब अहंकार छोड़ा जाता है और प्रेम अपनाया जाता है, वहीं स्थायी सुख बसता है।

दोस्ती, संतोष और मन की शक्ति — जीवन के स्थायी सूत्र

दोस्ती और रिश्ते

हम जानते हैं जीवन में दोस्त की क्या भूमिका होती है उसके बिना जीवन में अधूरापन महसूस होता है उसी प्रकार रिश्तो के बिना सब सुना है उसे तोड़ना बहुत आसान है और बनाए रखना उतना ही कठिन है जिस प्रकार हम क्रोध पर अंकुश लगा अपना जीवन का लक्ष्य पाते हैं ठीक उसी प्रकार रिश्तो को बनाने के लिए अपने अंदर हमें अंकुश लगाना पड़ेगा हमेशा अच्छाई देखी होगी और कुछ बातों का भूलना पड़ेगा यह स्वभाव ही हमें कामयाब बना सकता है। अपने रिश्तों को सुधारो अपना जीवन सुधरेगा मेरा आज और कल सुधर जाएगा। क्योंकि सब आसान है।

प्रेरक पंक्तियाँ:

रिश्ते नाजुक धागों की तरह हैं — समझदारी से सँभो लो।

कुछ छोटी-छोटी भूलों को माफ़ करना, बड़े रिश्तों को बचा सकता है।

दोस्त वही है जो कठिन समय में साथ खड़ा रहे — उसे पहचानकर निखारो।

श्लोक / काव्यांशः

“स्नेहः शस्त्रं न तेषां — क्षमया बन्धनं दृढीकुरु।”

(अर्थ : प्रेम ही असली शक्ति है — क्षमा से बंधन दृढ़ होते हैं।)

जिसे थोड़े में संतोष नहीं वह किसी भी चीज से संतुष्ट नहीं हो सकता।

प्रेरक पंक्तियाँ:

सन्तोष की छोटी चिंगारी ही बड़े सुख की ज्वाला बनती है।

संतोष सिखता है कि जो है उसी में खुशी खोजो — फिर वृद्धि स्वाभाविक है।

श्लोक / दोहा:

“सन्तोषो हि सम्पदाः — यः तिष्ठति स परितोषि भवति।”

(अर्थ : जो संतोष रखता है, वह सच्ची संपन्नता को पाता है।)

संतोष का पाठ

जीवन में असफलता कोई नहीं मांगता तो तुम क्यों असफलता का शोक मनाते हो

प्रत्येक पराजय हमारा ध्यान हमारे निर्बलता की ओर आकर्षित करती है किसी ने किसी

दिशा में पराजय हमें कुछ सिखा जाती है और हमें सफल बना जाती है विश्वास कीजिए

आप में वे सभी उतमोत्तम तत्व विद्यमान हैं जिनमें उन्नति होती है ना जाने कब किस

समय किस अवसर किस परिस्थिति में आपके जीवन का आंतरिक द्वार खुल जाए और

आप सफलता के उच्चतम शिखर पर पहुंच जाएं जिन्हें उन्नति के पद पर चलना है उन्हें

परिश्रम को अपना अभिन्न मित्र बनाना होता है आप अपने सात्विक विचारों द्वारा अपनी

पूरी दशाओं को बदलकर अपने भाग्य का निर्माण कर सकेंगे।

प्रेरक पंक्तियाँ:

हर हार के भीतर सीख छिपी होती है — उसे खोजो और आगे बढ़ो।

परिश्रम तुम्हारा स्थायी मित्र हो; उसे अपनाओ।

सात्विक विचारों से भाग्य भी मार्ग बदल लेता है।

श्लोकः

“विप्रतिपत्तौ शिक्षायां, विजयं भविष्यति ध्रुवम्।”

(अर्थ : विपरीतताओं में मिली शिक्षा निश्चित रूप से विजय दिलाएगी।)

यदि आपको अपनी दशा सुधारनी है पूर्ण स्वस्थ रहना है तो क्रोध चिंता देश शोक इत्यादि विचारों को सदा के लिए अपने अंतःकरण से निकाल दीजिए संतोष कीजिए आपके दशा में आवश्यक सुधार होगा क्योंकि जिसका मन शांत होता है वह ना तो स्वयं परेशान होता है ना दूसरों को परेशान करता है आपके पास जो नहीं है उसकी अभिलाषा करके जो है उसे वर्थ में नष्ट करो अपना मन शांत करें यही हमारे जीवन में सुख का उदय करेगा आवश्यकता मात्रा अपने अंदर उत्साह का संचार करने की होती है।

प्रेरक पंक्तियाँ:

क्रोध और चिंता ऊर्जा चुराते हैं — शांति उन्हें लौटाओ।

जो शांत है, वही सृष्टि की धारा को समझ पाता है।

संतोष से मन को सुकून मिलता है; सुकून से कार्य सम्पन्न होते हैं।

श्लोकः

“शान्तचित्तो भव — सर्वसुखप्रदः स्यात्।”

(अर्थ : शान्तचित्त व्यक्ति ही सर्वसुख का अधिकारी बनता है।)

दृष्टिकोण

हर बात को हासिल कर सकते हैं उसके लिए महत्वपूर्ण कारक हमारा दृष्टिकोण रवैया महान होता है अगर पसंद है तो अच्छा अन्यथा उसे बदल दो इस प्रकार का दृष्टिकोण होने पर व्यक्ति को लक्ष्य प्राप्त करने से कोई नहीं रोक सकता और गलत रवैया की मानसिकता से काम करने वाले की कोई मदद नहीं करता है सकारात्मक और लोगों के कार्य के लिए आभारी होने का हमारा भैया हमारी जिंदगी को सफल बनाता है याद रहे हमेशा से प्रसन्नता हमारे अंदर ही होती है यह भारी परिस्थितियों पर निर्भर नहीं करती है

मेरे मानसिक विचारों तरीकों से संचालित होती है अर्थात् व्यक्ति मात्र अपना दृष्टिकोण बदलकर अपना भविष्य बदल सकता है हम दसूनों के प्रति जो नजरिया रखते हैं वह हमें वैसा ही दिखाई देता है किसी ने कहा है जीवन आनंद देने के लिए है सोने के लिए नहीं है अपना दृष्टिकोण बदलो जीवन बदल जाएगा निराशा से दूर होने के लिए खुद को सकारात्मक रास्ते पर डाल दो या संभव लगता है पर मुश्किल बिल्कुल नहीं है इसके लिए सिर्फ लक्ष्य पर ध्यान देना होगा विश्वास के साथ एक ही लक्ष्य पर रेडी होकर कोशिश करनी होगी आप निर्धारित लक्ष्य प्राप्त कर ले में फिर आप अपना दृष्टिकोण समिति बदलकर अपने जीवन का पूर्ण आनंद लेकर भरपूर जीवन जी लेंगे लोगों से प्रेरणा लेना सीखें सभी लोग मरते हैं पर वास्तव में सभी लोग जीते नहीं हैं।

प्रेरक पंक्तियाँ:

सही दृष्टिकोण भीतर से शुरू होता है — उसे रोज पालो।

आभार की भावना जीवन को समृद्ध बनाती है; रोज़ छोटी-छोटी चीज़ों का धन्यवाद करो।

विश्वास जोड़े रखो और लक्ष्य पर अडिग रहो — दुनिया साथ देगी।

श्लोक:

“दृष्टि बद्धा चेत् कर्म साध्यते, दृष्टेः परिवर्तनाद् जीवन विजयी।”

(अर्थ : दृष्टि बदलने से कर्म सुलभ होते हैं; दृष्टि का परिवर्तन जीवन को विजयी बनाता है।)

मन की शक्ति

हमारी सोच हमें निर्बल बना देती है और कुछ कार्य करने नहीं देती है व्यक्ति जितना अपने शरीर से कार्य करता है उसे कई गुना कार्य वह अपने मन से करता है मन की शक्तियों को जागरूक करने की आवश्यकता है अर्थात् शक्तियों का जागरण करना पड़ता है जो व्यक्ति आत्मा की शक्ति को जगा लिया वह ब्रह्म होकर भी युवा बना रहता है अपने अंदर उत्साह के संचार मात्र से स्वामी ऊर्जा मिलने लगती है अतः मनुष्य को हमेशा सकारात्मक चिंतन करते रहना चाहिए कुछ कर गुजरने का हौसला हो तो उम्र एवं चुनौतियां कुछ मायने नहीं

रखती है केवल नकारात्मक सोच ही हमारी बाधा है मन की शक्ति सकारात्मक सोच से प्राप्त होती है बस सकारात्मक सोच और अपने सपने पूरे करें।

प्रेरक पंक्तियाँ:

मन की शक्ति अनंत है — उसे सकारात्मक दिशा में मोड़ो।

उम्र केवल अंक है; दृष्टि और जोश से सब संभव है।

नकारात्मकता को रद्द करो; ऊर्जा का सही उपयोग करो।

श्लोक:

“मनसः विजयं प्राप्तः — सर्वे विजयी भवन्ति ते।”

(अर्थ : मन पर विजय पाने वाले, सभी क्षेत्रों में विजयी होते हैं।)

हमेशा अच्छा ही खोजे बुराई नहीं, माफ करें और माफी मांगें, मन से मन लगाकर काम करें, सगे संबंधी हो दोस्तों से प्रसन्नता का संबंध रखें, बुरे विचारों पर यकीन नहीं करते उसे बाहर फेंकते हैं, जीवन में काम को किसी बड़े उद्देश्य से जोड़कर देखते हैं, मैं अपनी जिंदगी के लिए खुद ही जिम्मेदार हूँ, जो करो मन से दिल से,

रोज लो मौज लो ना मिले तो खोज लो

प्रेरक पंक्तियाँ:

माफ़ करना आत्मा की शुद्धि है — इसे अभ्यास बनाओ।

बड़े उद्देश्य से काम जुड़ो — तब रोज़ का श्रम भी आनंद बन जाता है।

जिम्मेदारी स्वीकारो, जीवन का स्वामी बनो।

श्लोक / दोहा:

“सर्व मनसा प्रवर्तते — अतः मनो यथावत् धारयेत्।”

(अर्थ : सब कुछ मन के साथ चलता है — इसलिए मन को नियंत्रित रखो।)

मनचाही चीज और ख्वाहिशें पूरी होती है सिर्फ आदमी विश्वास और साथ के साथ डटे रहने पर हर चीज का हल होता है आज नहीं तो कल होता है स्थिति के आगे अपने

हथियार मत डाल पूरे आदमी विश्वास मन से सकारात्मक तरीके से चल पड़े हल और रास्ता निकल जाएगा हम परिस्थितियों काम तनाव में इतने पागल हो जाते हैं जकड़ जाते हैं कि कुछ सूझता ही नहीं है और हम पर डर हावी होने लगता है इस समय शांत बैठकर गहरी सांस लें और अपने प्रभु व उसके ऊपर विश्वास रखें सोचें कि यह मुश्किल समय कट जाएगा मैं जीत जाऊंगा बस निराशा को निकाल फेंके और विश्वास पर विश्वास रखें।

प्रेरक पंक्तियाँ:

विश्वास वह पूँजी है जो संघर्ष में मार्ग बनाती है।

घबराहट में साँस लें, फिर विचार करें — समाधान उभर आता है।

आशा बनाये रखो; अँधेरा गुजरता है, उजाला लौटता है।

श्लोक:

“विश्वासो धर्मनिष्ठः — सदा पन्थान् प्रदर्शयेत्।”

(अर्थ : विश्वास धर्मसम्मत होने पर हमेशा मार्ग दिखाता है।)

हमारे बुलंद हौसले से मुश्किल परिस्थिति में भी रास्ता निकल आता है लक्ष्य पाने के लिए एनर्जी एवं फोकस दो महत्वपूर्ण चीज होती है अतः एक साथ सब कुछ करने की बजाय एक या दो लक्ष्य पर ही फोकस करना चाहिए जिससे हमारे सारे लक्ष्य पूरे होते चले जाते हैं।

प्रेरक पंक्तियाँ:

फोकस वही शक्ति है जो बिखरे संसाधनों को एक दिशा दे देता है।

एक समय में एक लक्ष्य पर सम्पूर्ण ऊर्जा लगाओ — सफलता ज़्यादा सुनिश्चित होगी।

ऊँचा हौसला और सटीक लक्ष्य — दोनों साथ हों तो विजय निश्चित है।

आत्म शांति और सफलता

सफलता का एक ही रहस्य है उसे बुरी तरह चाहे सफलता की कोई उम्र नहीं होती है हम किसी भी उम्र में किसी भी पल सफलता को प्राप्त कर सकते हैं अर्थात् कभी यह नहीं सोचना चाहिए कि समय निकल गया और अपने अंदर का उत्साह कम कर दें।

प्रेरक पंक्तियाँ:

इच्छा की तीव्रतम ज्वाला ही सफलता की चाबी है — उसे बुझने मत देना।

उम्र केवल संख्या है; जज्बा अनमोल है।

अभी शुरू करो — सफलता किसी समय-सीमा की मोहताज नहीं।

श्लोक:

“इच्छा यथा दृढा, तथा एवं सिद्धिः।”

(अर्थ : इच्छाशक्ति जितनी दृढ़ होगी, सफलता उतनी ही निश्चित होगी।)

सफलता के लिए पुराने लोगों का अनुभव छोटी-छोटी कहानियों का इस्तेमाल करना चाहिए उनसे प्रेरणा लेते रहना चाहिए कभी-कभी जो बात हमने तरीकों से नहीं समझ पाए वह कहानी के माध्यम से तुरंत समझ जाते हैं हमेशा यह याद रखना चाहिए कि मेरी ताकत मेरी दृढ़ इच्छा शक्ति होती है जो आपके पास नहीं उसके लिए हीन भावना नहीं होनी चाहिए हमेशा वह महारथी ही नाम कमाते हैं जो अपनी कमजोरी को अपनी ताकत बना लेते हैं यकीन मानो दृढ़ता से डटे रहो ईश्वर रास्ता जरूर दिखाएंगे।

प्रेरक पंक्तियाँ:

अनुभवों की कहानियाँ मार्गदर्शक होती हैं — उन्हें सुनो और अपनाओ।

कमजोरी को स्वीकार कर उसकी दिशा बदलो — वही ताकत बनती है।

दृढ़ता का साथ निभाओ; राह खुद बनती जाएगी।

श्लोक:

“अनुभवेण गुरुतरं ज्ञातम् — धैर्येण पन्था निर्मीयते।”

(अर्थ : अनुभव से बड़ी सीख मिलती है; धैर्य से मार्ग बनता है।)

हमेशा निस्वार्थ रिश्तो की सलाह पर ही अमल करें अपने विवेक का परिचय देते हुए उसे पर आगे चल याद रखें सलाहकार स्वार्थी भी हो सकता है अच्छा ही कहा गया है सुनो सबकी पर करो मन की जब हम अपने विवेक और अंतरात्मा की बात सुनेंगे तो उन्नति के पद पर आगे बढ़ेंगे हमें अपना बचाव स्वयं करना है अपने कार्यों की समीक्षा अवश्य

करें अगले दिन के कार्यों की योजना बनाएं इस प्रकार हम हमेशा सफलता को प्राप्त करेंगे और हमें आत्म शांति का अनुभव प्राप्त होगा मन द्वारा मान ली गई सफलता पूरी होनी ही होनी है अत आनंदित हो मान ले सब अच्छा कार्य पूरे हो गए हैं विश्वास करें शीघ्र और सफलता हमारे कदम चूमेगी।

प्रेरक पंक्तियाँ:

सलाह सुनो पर विवेक से चुनो — अंत में निर्णय तुम्हारा होना चाहिए।

योजना और समीक्षा सफलता के दो स्तम्भ हैं — इन्हें बनाये रखो।

आत्म-शांति का मार्ग स्वयंसजगृति से होकर जाता है।

श्लोक:

“विवेकसहितं श्रव्यं — कर्मणि सिद्धिः सुलभा।”

(अर्थ : विवेक के साथ सुनी हुई सलाह और कार्य करने से सिद्धि मिलती है।)

चाहत मन की / लक्ष्य और सत्यता

दृष्टि नहीं दृष्टिकोण सही होना चाहिए जिदंगी में जो हम चाहते हैं उसके ना मिलने का एकमात्र कारण है हमारी सोच में हमेशा ही सोचते हैं कि मुझे वह क्या नहीं मिल सकती हो सकता आप महसूस करें वह मेरी चीज है ऐसा सोचते हैं मां के भाव बदल जाएंगे फिर क्या मस्त रहो और काम को करें कार्य उद्देश्य पूरा होगा या हो गया ऐसे देखते हुए करते रहे फायदा कुंठा से दूर हो गए प्रश्न रहने लगे ऐसा कार्य करने से हमारा उत्पादन अच्छा होगा ज्यादा हमें नींद पर्याप्त मात्रा में आएगी अंत हमारा नाम होगा राज होता पूरा हुआ सोचे पर नहीं हुआ।

प्रेरक पंक्तियाँ:

दृष्टिकोण बदलो — असम्भव भी सम्भव हो जाता है।

रोकावटें विचारों की उपज हैं; विचार बदलो तो रास्ता खुल जाएगा।

कार्य पर दृढ़ रहो, परिणाम समय पर मिलेंगे।

श्लोक:

“यथा मनो तथा जगत् — मनं परिवर्त्य, जगत् परिवर्तते।”

(अर्थ : जैसा मन होगा, वैसा संसार दिखेगा — मन बदलो, दुनिया बदलेगी।)

सत्यता को पहचानने से जो ज्ञान मिला उसे जल्दी से समय पर इस्तेमाल करने से उद्देश्य पूरा होता है पर अपने कार्य शैली और सोचने के ढंग को दुरुस्त नहीं करते यदि सब मनुष्य यह करने लगे तो संसार में चारों तरफ प्रसन्नता ही हो जाएगी कुछ बिरले ही सोच और समझ आने पर अपने ऊपर इसका इस्तेमाल करते हैं या तो कर विधि से परंतु हम बार-बार भूल जाते हैं जो एक बोलने के क्रम को त्याग कर प्रतीक करके ज्ञान और अच्छी बातों का अनुसरण करते हैं वही अपने लक्ष्य की प्राप्ति करते हैं।

प्रेरक पंक्तियाँ:

ज्ञान को अनुप्रयोग में बदलो — तभी वह फल देगा।

आदतें बदलो, तो समाज भी बदलता है — छोटी-छोटी क्रियाएँ बड़ा प्रभाव डालती हैं।

श्लोक:

“ज्ञानेन कर्म प्रवर्तते — क्रियासु लक्ष्यम् अवाप्नोति।”

(अर्थ : ज्ञान के द्वारा कर्म आरम्भ करो — कर्मों से ही लक्ष्य प्राप्त होता है।)

मन पर गहरा प्रभाव

मनुष्य का मन बहुत कोमल होता है। जिस प्रकार कपड़े पर लगा दाग यदि पक्का हो जाए तो महंगे से महंगे धुलाई भी उसे पूरी तरह नहीं मिटा पाती, उसी प्रकार मन पर लगी गहरी चोट भी आसानी से नहीं मिटती। शब्दों के तीर दिखाई नहीं देते, परंतु उनका घाव वर्षों तक भीतर चुभता रहता है। इसलिए हमें कभी भी किसी को कष्ट नहीं देना चाहिए।

ज्ञान हमें तीन प्रकार से प्राप्त होता है—

मनन से – जो सर्वश्रेष्ठ है।

अनुसरण से – जो सबसे आसान है।

अनुभव से – जो प्रायः कड़वा होता है, पर सबसे शिक्षाप्रद भी।

अतः आरंभ चाहे जैसा हो, अंत बेहतर होना चाहिए। इसके लिए निरंतर चिंतन और मनन आवश्यक है। दूसरों के अनुभवों और कार्यों का अनुसरण करके हमें अच्छे और बुरे की पहचान करनी चाहिए। मेरे जीवन का यही गहरा सत्य है कि बिना निश्चय के कोई भी कार्य श्रेष्ठ नहीं बनता। जब तक हम दृढ़ संकल्प नहीं करते कि यह कार्य पूर्ण समर्पण से करना है, तब तक वह अधूरा ही रहेगा।

हमें चिंता नहीं, चिंतन करना चाहिए। छोटा-सा शब्द “चिंता” सब कुछ जला देता है, जबकि गहराई से किया गया “चिंतन” हमें निश्चित रूप से मंजिल तक ले जाता है। यदि हम दूसरों को प्रभावित करना चाहते हैं, तो पहले उनकी सहायता करें। याद रखें—कोई भी कार्य या घटना बिना कारण नहीं होती। हर क्रिया के पीछे एक उद्देश्य छिपा होता है। हमें उसे निरर्थक समझने की भूल नहीं करनी चाहिए।

हम इस जीवन में केवल एक माध्यम हैं। घटनाएँ घटती हैं और हम उनके माध्यम से अपने निर्धारित कर्तव्यों को निभाते हैं। यदि मंजिल पाना है, तो मन की गहराई और उसके प्रभाव को समझना आवश्यक है। साथ ही यह भी याद रखना चाहिए कि सामने वाला भी हमारी ही तरह सोचता और महसूस करता है। उसके मन में क्या चल रहा होगा—यह समझना ही सच्ची संवेदनशीलता है।

ज्ञान तीनों आयामों से आता है—सुनो, देखो और अनुभव करो। अनुभव का फल कड़वा हो सकता है, पर वह अमूल्य होता है। दूसरों की परिस्थिति को समझना ही सच्ची करुणा है, और यही समाज को जोड़ने का आधार बनता है।

जब हम स्वयं को खुश करने के लिए किसी का अपमान करते हैं, तो वास्तव में हम अपना ही सम्मान खो देते हैं। हर अपमान मन में गहरी फांस की तरह चुभता है, जो निकल जाने के बाद भी निशान छोड़ जाता है। इसलिए नम्रता और सम्मान के साथ कार्य करना चाहिए। मन में पड़ा अच्छा या बुरा प्रभाव हमारे कर्मों में प्रकट होता है।

सफलता का कोई शॉर्टकट नहीं होता। वह समय और संघर्ष मांगती है। हर गहरी छाप हमें कुछ न कुछ सिखा जाती है और उसका असर हमारे दैनिक जीवन में दिखाई देता है। कई बार हम परिस्थितियों की मजबूरी में कार्य करते हैं, परंतु नियम चाहे जैसे हों—यदि उन्हें लागू करने वाले लोग अच्छे हैं, तो परिणाम भी अच्छा ही होगा।

अतः किसी नियम या उदाहरण का सहारा लेकर किसी को ठेस न पहुँचाएँ। अधिकांश लोग दूसरों को नीचा दिखाने के लिए उदाहरण देते हैं और अनजाने में उनके मन पर अमिट छाप छोड़ देते हैं। इसका परिणाम प्रायः बुरा होता है। जो व्यक्ति मन के प्रभाव को समझता है, वह कभी किसी को दुख नहीं देता।

मन को समझना ही जीवन को समझना है। और जो मन को संभाल लेता है, वह अपने जीवन और समाज—दोनों को सुंदर बना सकता है।

(किसी को कष्ट न देना — यही सबसे बड़ा धर्म और सबसे सरल उदारता है)

जीत, धैर्य और विश्वास

जीत — उतार-चढ़ाव से जन्मी सफलता

हम सब जीतना चाहते हैं और उसके लिए निरंतर प्रयास भी करते हैं। परंतु यह स्मरण रखना चाहिए कि जीत का वास्तविक आनंद तभी मिलता है जब हमने हार का स्वाद भी चखा हो। यदि हमने हारना नहीं सीखा, तो जीत की महत्ता को भी नहीं समझ सकते।

जीवन के उतार-चढ़ाव को पार करके जो जीत मिलती है, वही पक्की और महत्वपूर्ण होती है। अचानक या संयोग से मिली जीत क्षणिक होती है; परिस्थितियाँ बदलते ही वह हाथ से निकल सकती है। इसलिए सच्ची जीत वही है जो प्रयास, धैर्य और अटूट विश्वास से अर्जित की जाए।

अधिकांश लोगों की समस्या यह होती है कि जैसे ही कुछ प्रतिकूल हो जाता है, वे अपना विश्वास खो बैठते हैं। वे हार मान लेते हैं। जबकि आवश्यक यह है कि हम अपने कार्य और अपने विश्वास को दृढ़ रखें। परिस्थितियाँ कैसी भी हों, प्रयास और विश्वास कम नहीं होने चाहिए।

जीवन में हर चीज—चाहे वह जीत हो, रिश्ते हों या एक छोटा-सा पौधा—फलने-फूलने के लिए समय, धैर्य, प्रेम और विश्वास की आवश्यकता होती है। जहाँ ये चारों तत्व हैं, वहाँ जीत निश्चित है।

याद रखें—जीवन का एक मंत्र है: जो होता है, अच्छे के लिए होता है। हर घटना किसी कारण और नियति के अनुसार घटती है। हमें शंका नहीं, विश्वास रखना चाहिए कि मेरी जीत मेरे विश्वास की ही होगी। जो मैंने सच्चे मन से चाहा है, वह अवश्य मिलेगा।

धैर्य एवं विश्वास — एक ही सिक्के के दो पहलू

“धैर्य” शब्द सुनने में सरल लगता है, पर उसे अपने जीवन में धारण करना कठिन है। जो व्यक्ति धैर्य और विश्वास को बनाए रखता है, वही अंततः प्रसिद्धि और सफलता प्राप्त करता है।

धैर्य और विश्वास एक ही सिक्के के दो पहलू हैं। विश्वास समाप्त होते ही अधीरता जन्म लेती है, और अधीरता अनुचित आचरण की ओर ले जाती है। इसलिए अपने मन के विश्वास को किसी भी परिस्थिति में डगमगाने नहीं देना चाहिए।

अपमान को बार-बार याद करना हमारे जीवन का उद्देश्य नहीं होना चाहिए। यदि हम हर बात को मन में बाँधकर बैठ जाएँ, तो शांति कैसे मिलेगी? धैर्य की साधना द्वारा मन की अविश्वास की लहरों को शांत रखना चाहिए। अन्यथा बनता हुआ कार्य भी अधूरा रह जाता है।

किसी भी निर्णय को तब तक स्थगित रखें जब तक मन शांत न हो जाए। उथल-पुथल में लिया गया निर्णय प्रायः गलत होता है। शांत मन से लिया गया निर्णय ही ज्ञानपूर्ण और संगत होता है।

मेरा विश्वास ही मेरी शक्ति है। जिस प्रकार हम किसी वस्तु पर अधिकार जताते हैं, उसी प्रकार अपने सकारात्मक विचारों पर भी अधिकार जताना चाहिए। “किंतु-परंतु” में उलझकर विश्वास को कमजोर न होने दें। धैर्यवान व्यक्ति ही अपनी इच्छित मंजिल तक पहुँचता है।

प्रगति और गुस्सा

गुस्से को पालना नहीं, संभालना सीखें। जिसे हम पालते हैं, वह बढ़ता है और अंततः हमें ही समाप्त कर देता है।

मनुष्य को गुस्सा तब आता है जब उसकी इच्छा के अनुरूप कार्य नहीं होता। पर क्या सामने वाला हमारी तरह सोचता है? उसकी परिस्थिति, उसका अनुभव, उसकी मनोदशा हमसे भिन्न हो सकती है। फिर हम उससे अपनी अपेक्षाएँ क्यों बाँध लेते हैं?

उम्मीदें ही अक्सर गुस्से का कारण बनती हैं। यदि हम अपेक्षाओं को समझदारी से नियंत्रित कर लें, तो गुस्से को भी संभाल सकते हैं। शांत मन से जीने पर हमारी काया और व्यक्तित्व दोनों सुंदर हो जाते हैं।

गुस्सा कुरूपता लाता है, जबकि शांत मन सुंदर विचार उत्पन्न करता है। जिसने समाज का कल्याण किया, उसका परिश्रम कभी व्यर्थ नहीं गया। कोई धन से प्रगति करता है, कोई सेवा से, कोई अध्यापन से, कोई नेतृत्व से—परंतु सभी की सफलता का आधार संयम और संतुलन ही होता है।

सुनना और समझना — जीवन का रहस्य

यदि हम अपने जीवन को ध्यानपूर्वक देखें, तो पाएँगे कि वह अपने आप में एक अद्भुत अनुभव है। उसके हर पल को सुनने और समझने की आवश्यकता है। जो समझते हैं, वही प्रसन्न रहते हैं।

ध्यानपूर्वक सुनना और समझना सुखद परिणाम देता है। यही जीवन का रहस्य है। महान पुरुष सकारात्मक सोच और मानव सेवा के भाव से जीवन जीते हैं। वे हर बात को मुस्कुराकर सुनते हैं और शांत मन से समाधान देते हैं।

यह संभव इसलिए होता है क्योंकि उन्होंने जीवन की वास्तविकता को समझ लिया है। यदि हम भी हर परिस्थिति में विचलित हुए बिना, प्रेमपूर्वक और ध्यानपूर्वक सुनें, तो हमारा और हमारे जीवन का विकास निश्चित है।

राग-द्वेष और शुभ-अशुभ

जब किसी व्यक्ति या वस्तु से अत्यधिक लगाव हो, उसे “राग” कहते हैं। और जब वही अपेक्षा पूरी न हो, तो वही भाव “द्वेष” में बदल जाता है। जहाँ राग है, वहीं द्वेष भी जन्म ले सकता है।

राग हमें बाँधता है, द्वेष दूसरों को आहत करता है। यदि हम अत्यधिक अपेक्षाएँ न रखें और किसी की प्रगति देखकर ईर्ष्या न करें, तो मन शांत रहता है।

शांत मन में न राग होता है, न द्वेष; न शुभ का अहंकार, न अशुभ का भय। जो कुछ होता है, वह परमात्मा की इच्छा से होता है। राग-द्वेष और मोह-माया का त्याग ही सच्चा ज्ञान है।

जो व्यक्ति गृहस्थ जीवन में रहते हुए इन भावों के साथ संतुलन स्थापित कर लेता है, वही जीवन का वास्तविक आनंद प्राप्त करता है।

निष्कर्ष:

जीत विश्वास से मिलती है, विश्वास धैर्य से मजबूत होता है, धैर्य संयम से टिकता है, और संयम शांत मन से आता है।

जिसने इन सूत्रों को अपने जीवन में उतार लिया, उसकी सफलता और शांति दोनों निश्चित हैं।

समय की परीक्षा और कर्ममय जीवन

समय की परीक्षा

समय समय-समय पर हमारे व्यक्तित्व की परीक्षा लेता रहता है। यही परीक्षा हमारे संयम, धैर्य और आचरण का सच्चा परिचय देती है। विषम परिस्थितियों में हम किस प्रकार व्यवहार करते हैं, यही हमारी वास्तविक शक्ति को प्रकट करता है।

हमें याद रखना चाहिए कि जीवन में काँटों से बचकर चलना है, उन्हें उखाड़ना नहीं। काँटे उखाड़ना सरल है, परंतु तब हमारे और एक हैवान में क्या अंतर रह जाएगा? इंसान वही है जो कठिन घड़ी में भी संयम न छोड़े।

परीक्षा की घड़ी में थोड़ा-सा अनुचित व्यवहार भी हमारी छवि को धूमिल कर सकता है। इसलिए समय की चाल को समझना और उसके अनुसार स्वयं को संतुलित रखना आवश्यक है। आपने सुना होगा—समय आने पर इंसान का इंसान से परिचय हो जाता है। वास्तव में संकट ही व्यक्ति के असली स्वरूप को उजागर करता है।

जब परिवर्तन संसार का नियम है, तो हमें भी उसी नियम के भीतर रहकर कार्य करना चाहिए। हमारी कार्यशैली और भाषा ऐसी होनी चाहिए कि विपरीत परिस्थिति भी हमारी स्थिरता देखकर शांत हो जाए। यही हमारी सच्ची विजय है।

इतिहास साक्षी है—जिसने विषम परिस्थितियों का सामना नहीं किया, वह महान नहीं बना। विरासत में मिली विजय केवल नाम देती है, पर संघर्ष से मिली विजय पहचान बनाती है। इसलिए परिस्थिति से विचलित न होना ही हमारी असली पहचान होनी चाहिए।

कर्ममय जीवन

“कर्म कर, फल की चिंता मत कर”—यह श्रीमद्भगवद्गीता का अमर संदेश है। परंतु क्या हम वास्तव में ऐसा कर पाते हैं? प्रायः हम कर्म करने से पहले ही उसके परिणाम की इच्छा करने लगते हैं। यही अधीरता हमें मंजिल तक पहुँचने से रोक देती है।

फल को परिपक्व होने में समय लगता है। जब फल छोटा होता है, तो वह दिखाई नहीं देता; पर जब वह पकता है, तो अपनी सुगंध स्वयं फैलाता है। उसी प्रकार हमें अपने कर्म की सुगंध फैलने का धैर्यपूर्वक इंतजार करना चाहिए। तुरंत परिणाम की अभिलाषा ही हमारे डूबने का कारण बनती है।

हम अपने कर्म और अपनी कार्यशैली के लिए स्वतंत्र हैं, पर फल हमारे अधिकार में नहीं है। जब हम अपने पथ पर चलते हैं, तो टकराव की संभावना कम होती है; परंतु जब हम दूसरों के मार्ग में हस्तक्षेप करते हैं, तो संघर्ष जन्म लेता है।

अर्थ कमाना हमारा प्रयास हो सकता है, पर फल तो कर्म का परिणाम है, जो अपने समय और स्वरूप में साकार होता है। संसार में कुछ भी निरर्थक नहीं है—हर कर्म का अपना प्रभाव और अपना भाग्य होता है।

स्वामी विवेकानंद ने कर्म के रहस्य को अनेक रूपों में समझाया। उनके अनुसार सहायता के भी स्तर होते हैं—

1. **आध्यात्मिक सहायता** – सर्वोच्च, क्योंकि यह मन और आत्मा को दिशा देती है।
2. **बौद्धिक सहायता** – जो विचारों को स्पष्ट करती है।
3. **भौतिक सहायता** – जो जीवन की आवश्यकताओं को पूरा करती है।
4. **शारीरिक सहायता** – जो तात्कालिक राहत देती है।

उदाहरण के लिए, एक भूखे व्यक्ति को भोजन देना आवश्यक है, पर वह केवल कुछ समय के लिए उसकी भूख शांत करेगा। यदि उसे ज्ञान और आत्मबल मिल जाए, तो वह स्वयं अपने जीवन को संवार सकता है।

संसार के दुखों का अंत केवल शारीरिक सहायता से नहीं हो सकता। जब तक मन और आत्मा का उत्थान नहीं होगा, तब तक क्लेश समाप्त नहीं होंगे। इसलिए कर्ममय जीवन का उद्देश्य केवल बाहरी सहायता नहीं, बल्कि आंतरिक जागरण भी होना चाहिए।

निष्कर्ष

समय की परीक्षा हमें परखती है, और कर्म हमें गढ़ता है। संयम से परीक्षा उत्तीर्ण होती है, और धैर्य से कर्म फलित होते हैं।

जो व्यक्ति समय की चाल को समझकर, बिना फल की चिंता किए, अपने कर्मपथ पर चलता है—वही अंततः महानता और शांति दोनों को प्राप्त करता है।

(संयम सर्वोच्च धर्म है — उससे व्यक्ति को वास्तविक प्रतिष्ठा मिलती है)

वक्त के आड़ने में मनुष्य का प्रतिबिंब

समय का चक्र निरंतर घूमता रहता है। कभी ऊपर, कभी नीचे — यही समय लाभ और हानि का कारण बनता है। समझदार लोग समय का लाभ उठा लेते हैं। हम सबके जीवन

में अनुकूल अवसर अवश्य आते हैं, परंतु उन्हें पहचानना और सही समय पर उनका उपयोग करना हमारे हाथ में होता है।

कबीर ने कहा है —

**“काल करे सो आज कर, आज करे सो अब,
पल में प्रलय होएगी, बहुरि करेगा कब।”**

अर्थात् जो करना है, अभी करो। क्योंकि विपदा किसी भी क्षण आ सकती है। जो व्यक्ति प्रयास करता है, उसे सफलता अवश्य मिलती है — या तो फल के रूप में या ज्ञान के रूप में। प्रयास कभी व्यर्थ नहीं जाता।

समय धन के समान है, और यह धन हम सबके पास समान रूप से होता है। समय नहीं बदलता, बल्कि इंसान बदल जाता है और अपने ही समय रूपी धन को नष्ट कर देता है। समय बहुत बलवान है; बड़े से बड़ा धनवान भी इसके सामने टिक नहीं पाया। इसलिए आवश्यक है कि हम समय के अनुरूप स्वयं को बदल लें। जो मनुष्य अपने आप को समय के अनुसार ढाल लेता है, उसे शांति, प्रगति और सम्मान सब प्राप्त होते हैं।

जीवन में प्रगति और शांति के लिए सहनशीलता को अपनाना आवश्यक है। बिना सहनशीलता के हम समय के साथ नहीं चल सकते, क्योंकि हर स्थिति हमारी इच्छा के अनुरूप नहीं होती। हमें हर क्षण परिस्थिति के अनुसार स्वयं को ढालना पड़ता है। यही सतत प्रयास जीवन की कुंजी है।

सहनशीलता के विषय में कहा गया है —

अपनी सहनशीलता को बढ़ाइए, छोटी-मोटी घटनाओं से हताश मत होइए। सहनशीलता चंदन के समान है; जो घिसता है वही भगवान के चरणों में चढ़ता है, और जो नहीं घिसता वह साधारण कार्य में उपयोग होता है।

हमें बहुत सी बातों को समय पर छोड़ देना चाहिए। सब ठीक हो जाएगा — परंतु आँख और कान खुले रखने होंगे। बिना सजगता के हम समय के साथ नहीं चल सकते। जीत

वास्तव में समय के अनुरूप दौड़ ही तो है। समय हमें इंसानों को पढ़ने का हुनर सिखाता है। इसलिए दूसरों पर नहीं, स्वयं पर विश्वास रखें।

जी लो हर लम्हा, उसके बीत जाने से पहले। लौटकर केवल यादें आती हैं, समय नहीं। समय की पहचान कर उसके साथ चलो, अन्यथा पीछे रह जाओगे। माया क्षणिक है, पर समय की महत्ता स्थायी है।

जो समय को पहचान लेता है, वही मंजिल पाता है।
हर क्षण जीवन है — उसे समझो, जियो और सार्थक बनाओ।

प्रसन्नता, उत्साह और रिश्तों की खूबसूरती

1. प्रसन्नता और उत्साह — मन की अवस्था

कोई व्यक्ति हमें दुख नहीं देता, न ही कोई वस्तु हमारे क्लेश का कारण होती है। हमारा अपना मन ही हमें दुखी बनाता है, और वही मन हमें उत्साहित और प्रसन्न भी करता है।

अक्सर हम जो हैं, उससे अलग दिखने का प्रयास करते हैं।
यदि हम साधारण हैं, तो असाधारण दिखना चाहते हैं।
यदि हम “बंदर” हैं, तो दुनिया को “शेर” दिखाने का प्रयास करते हैं।
इसी दिखावे की निरंतर कोशिश चिंता और तनाव का कारण बन जाती है।

जब वास्तविकता सामने आती है, तो हम ग्लानि और कुंठा से भर जाते हैं।
इसलिए प्रसन्न और उत्साहित रहने का पहला नियम है —
स्वयं को जैसा हैं, वैसा स्वीकार करना और वैसा ही प्रस्तुत करना।

याद रखें —

दुख की गहराई से ही उत्साह की ऊँचाई जन्म लेती है। साहसपूर्ण आनंद की उमंग का नाम ही उत्साह है। जो उपहास, निंदा या अपमान के भय से मुक्त हो जाता है, वही सच्ची प्रसन्नता का अनुभव करता है। स्वाभाविक जीवन ही आनंदमय जीवन है।
(जैसे हो, वैसे जियो—वही सच्चा आनन्द प्राप्त होगा)

2. रिश्तों की जड़ — परिवार

परिवार से हमारा रिश्ता जन्म के साथ मिलता है।
इसके बाद जीवन में हजारों रिश्ते बनते और बिगड़ते रहते हैं।
परंतु हमारी जड़ हमेशा परिवार में ही होती है।

रिश्तों का पौधा कहीं भी लगाया जा सकता है,
पर उसका पनपना हमारे व्यवहार, प्रेम और धैर्य पर निर्भर करता है।

यदि परिवार से दूरी बढ़ती है, तो खुशियों की गर्माहट कम होने लगती है।
अकेले हम सफल हो सकते हैं, पर सच्चा आनंद साझा रिश्तों में ही मिलता है।

जैसे पत्थर जब तक पहाड़ से जुड़ा है, उसका अस्तित्व है;
अलग होते ही वह अपनी पहचान खो देता है।
उसी प्रकार व्यक्ति भी रिश्तों से जुड़कर ही संपूर्ण बनता है।
(स्नेह और स्मृति से बने सम्बन्ध जीवन को समृद्ध बनाते हैं)

3. रिश्तों में मिठास और गर्माहट

छोटी-छोटी बातों को दिल से न लगाएँ।
कड़वाहट को मन में संजोकर रखना रिश्तों को कमजोर करता है।

रिश्तों को प्यार परोसकर तृप्त करना चाहिए।
भूखा रिश्ता अधिक समय तक जीवित नहीं रह सकता।

हमारी सच्ची खुशी का राज रिश्तों की गर्माहट में छिपा है।
जहाँ अपनापन, संवाद और सम्मान है,
वहीं हर आरजू पूरी होने का रास्ता खुल जाता है।

एक ऐसा रिश्ता अवश्य होना चाहिए —
जो भले कड़वा सच कहे,
पर जीवन को छांवदार मार्ग दिखाए।
(रिश्तों की दौलत वाला व्यक्ति कभी गरीब, अनाथ या अकेला नहीं होता।)

क्षमा, भलाई, शांति एवं मुस्कान — आत्मविजय का मार्ग

1. क्षमा: भीतर की मुक्ति

जीवन में जब हम मुसीबतों और द्वेष को ढोते-ढोते थक जाते हैं, तब एक क्षण ऐसा आता है जब हम उस दुर्भाव को छोड़ देना चाहते हैं।

क्रोध और घृणा का बोझ मन और शरीर दोनों को थका देता है।

जब हम कहते हैं — “चलो छोड़ो, जाने दो” — उसी क्षण भीतर एक नई शुरुआत होती है।

क्षमा केवल सामने वाले को मुक्त नहीं करती, वह सबसे पहले हमें मुक्त करती है।

क्षमा करने से क्रोध, ईर्ष्या और घृणा के भाव समाप्त होते हैं।

उसके परिणामस्वरूप समाज में शांति और हमारे भीतर प्रसन्नता जन्म लेती है।

प्रसन्न मन ही अच्छा सोचता है, नया रचता है, ध्यान करता है और शांतिपूर्वक सोता है।

यहीं से मनुष्य का वास्तविक स्वभाव — प्रेम और शांति — प्रकट होने लगता है।

2. सेवा और भलाई: सच्ची शांति का स्रोत

जब हम सेवा भाव से लोगों की भलाई के लिए कार्य करते हैं, तब जो संतोष प्राप्त होता है, वह लाखों खर्च करने पर भी नहीं मिलता।

वह है — आंतरिक शांति और सुकून।

किसी को क्षमा देना, किसी का भला करना — यही सच्चा आध्यात्मिक अभ्यास है। इससे मन में संतोष और तृप्ति का अनुभव होता है।

जो व्यक्ति सेवा और भलाई को अपनाता है, उसका चेहरा स्वतः मुस्कुराने लगता है।

मुस्कान से हम दूसरों की नकारात्मक भावनाओं को शांत कर सकते हैं।

एक शांत और प्रसन्न व्यक्ति समाज में सकारात्मक ऊर्जा फैलाता है।

(हँसी जीवन को भर देती है और उसे सुख से पूर्ण कर देती है।)

3. अपनी मुस्कान को किसी को छीनने न दें

अपनी मुस्कान को किसी भी परिस्थिति या व्यक्ति के हाथों मत सौंपिए।
मुस्कान कमजोरी नहीं, आपकी शक्ति है।

जब सब कुछ विपरीत हो और फिर भी आप मुस्कुरा सकें, तो परिस्थितियाँ स्वयं शांत हो जाती हैं।

जो वस्तु या व्यक्ति आपसे रूठा है, वह भी आपके धैर्य और सकारात्मकता के सामने टिक नहीं पाता।

जीवन में बहुत कुछ बदलता रहता है —

पर जिसने मुस्कुराना सीख लिया, उसने जीना सीख लिया।

(हँसी हृदय को प्रकाशित करती है और दुख को कम कर देती है।)

4. मुस्कान, प्रयास और आत्म-स्थिरता — आजमाइश में विजय

मैं मुस्कुराता हूँ क्योंकि मैं जानता हूँ — कुछ भी स्थायी नहीं है।

मैं हँसता हूँ क्योंकि मुझे विश्वास है — हर परिस्थिति बदलती है।

मेरी मुस्कान मेरे परिवार और मित्रों की मुस्कान लौटा सकती है।

इसलिए मुस्कुराइए — जीवन चलता रहेगा।

जब मन स्थिर हो, प्रयास जारी हो और चेहरे पर मुस्कान हो —

तब कोई भी आजमाइश आपको पराजित नहीं कर सकती।

(आनंद ही जीवन है — और प्रसन्न रहना हमारा स्वभाव।)

सतत प्रयास का महत्व

मनुष्य का जीवन निरंतर प्रयास की साधना है। अधूरे प्रयास हमें भ्रमित कर सकते हैं, पर सतत प्रयास ही जीवन को निखारते, संवारते और तराशते हैं। संघर्ष वह प्रक्रिया है, जो व्यक्ति को भीतर से मजबूत बनाती है। सोना जब तक अग्नि में नहीं तपता, तब तक आभूषण नहीं बनता; उसी प्रकार मनुष्य भी कठिनाइयों से गुजरकर ही परिपक्व बनता है।

अक्सर हम कुछ प्रयासों के बाद यह मान लेते हैं कि “यह मेरे बस की बात नहीं।” यही सोच हमारी प्रगति रोक देती है। असफलता अयोग्यता का प्रमाण नहीं, बल्कि अधूरे प्रयास का संकेत है। यदि हम हर असफलता को अंतिम सत्य मान लें, तो हम अपने ही सामर्थ्य के साथ अन्याय करते हैं।

सफलता का मार्ग धैर्य, विश्वास और निरंतर कर्म से निर्मित होता है। जो व्यक्ति संघर्ष के बीच भी प्रयास करना नहीं छोड़ता, वही अंततः अपने लक्ष्य तक पहुँचता है।

प्रेरक कहानी : पत्थर और शिल्पकार

एक नगर में एक प्रसिद्ध शिल्पकार रहता था। वह एक बड़े पत्थर को तराशकर एक सुंदर मूर्ति बना रहा था। राह से गुजरने वाला एक व्यक्ति रोज उसे देखता और सोचता—“इतनी चोटें इस कठोर पत्थर पर क्या असर डालेंगी?”

शिल्पकार प्रतिदिन हथौड़े से सैकड़ों प्रहार करता, पर कई दिनों तक पत्थर में कोई स्पष्ट परिवर्तन दिखाई नहीं देता। राहगीर हँसकर कहता, “इतने प्रयास व्यर्थ जा रहे हैं।”

एक दिन अचानक पत्थर दो भागों में विभाजित हो गया और उसमें से एक सुंदर आकृति उभर आई। राहगीर आश्चर्यचकित रह गया। उसने पूछा, “यह अंतिम प्रहार इतना प्रभावशाली कैसे हुआ?”

शिल्पकार मुस्कराया और बोला, “यह अंतिम प्रहार नहीं था जिसने पत्थर को तोड़ा; यह उन सभी पूर्व प्रहारों का परिणाम था, जो दिखाई नहीं दे रहे थे।”

यह कहानी हमें सिखाती है कि हर प्रयास, चाहे वह तुरंत परिणाम न दे, भीतर कहीं न कहीं परिवर्तन अवश्य कर रहा होता है। हमें केवल अंतिम सफलता दिखती है, पर उसके पीछे असंख्य अदृश्य प्रयास छिपे होते हैं।

संदेश

यदि हम थोड़े से प्रयास के बाद हार मान लेते हैं, तो हम उस “अंतिम प्रहार” तक पहुँच ही नहीं पाते, जो सफलता का द्वार खोलता है। इसलिए परिस्थितियाँ कैसी भी हों, प्रयास जारी रखना ही बुद्धिमत्ता है।

संघर्ष हमें तोड़ता नहीं—हमें गढ़ता है।
हार प्रयास में नहीं, प्रयास छोड़ देने में है।
निरंतरता ही साधारण को असाधारण बनाती है।

(जो प्रयत्न से संभव है, उसे छोड़ना नहीं चाहिए।)

उम्मीद, प्रेम और संयम का जीवन-पथ

1. मंज़िल की ओर बढ़ते कदम

जब राहों में मुश्किलें बढ़ने लगें और लोग आपसे जलने लगें, तब घबराइए नहीं।
यह संकेत है कि आप आगे बढ़ रहे हैं और आपकी प्रगति दिखाई देने लगी है।

हम उम्मीद से ही आहत भी होते हैं और उम्मीद से ही जीवित भी रहते हैं।
इसलिए उम्मीद को कमजोरी नहीं, अपनी शक्ति बनाइए।
भरोसे के साथ आगे बढ़िए — पहाड़ भी रास्ता दे देते हैं।

2. सुख और समृद्धि का वास्तविक आधार

सुख की बुनियाद प्रेम और शांति पर टिकी होती है।
जिस घर में प्रेम, शांति, भाईचारा और सद्भाव होता है, वहीं समृद्धि का वास होता है।
नकारात्मकता, कटुता और अहंकार में सुख स्थायी नहीं रह सकता।

यदि रिश्तों में मधुरता है, तो जीवन में समृद्धि स्वयं आने लगती है।
सच्चा सुख बाहरी वस्तुओं से नहीं, आंतरिक वातावरण से जन्म लेता है।

3. शिकायत नहीं, शालीनता का मार्ग

जीवन में सात बातों की कभी शिकायत नहीं करनी चाहिए—

1. अपनी किस्मत की।
2. औलाद के सामने अपने बड़ों की।
3. अपने घर की स्थिति की।
4. अपने माता-पिता और गुरु की।

5. पत्नी के सामने उसके घर वालों की।
6. गैरों के सामने अपने दोस्तों की।
7. मेहमानों के जाने के बाद उनकी।

शिकायतों से समय और मन दोनों नष्ट होते हैं।

सम्मान, धैर्य और आत्म-नम्रता रिश्तों को गहरा और स्थायी बनाते हैं।

जहाँ शिकायत कम और समझ अधिक होती है, वहीं शांति और प्रतिष्ठा बनी रहती है।

खोखले रिश्ते

मनुष्य का जीवन रिश्तों से ही अर्थपूर्ण बनता है, परंतु जब इन्हीं रिश्तों में उदासीनता और दिखावा आ जाता है, तो वे धीरे-धीरे खोखले हो जाते हैं। मित्रों और संबंधियों के प्रति हमारी बेरुखी ही उस रिक्तता को जन्म देती है, जिसे हम बाद में अकेलेपन के रूप में अनुभव करते हैं। ऐसे संबंध कुछ समय के लिए हमारी आवश्यकताएँ पूरी कर सकते हैं, पर वे हृदय को संतुष्टि नहीं दे पाते।

सच्चे रिश्ते वे होते हैं जिन्हें दिल से स्वीकार किया गया हो — जो सुख में नहीं, बल्कि कठिन समय में साथ खड़े हों। आज अक्सर हम साथ रहते हैं, पर साथ नहीं होते। एक ही घर में रहते हुए भी मन दूर-दूर होते जा रहे हैं। सम्मान का स्थान दिखावे ने ले लिया है, और अपनत्व औपचारिकता में बदल गया है।

खोखले रिश्ते अंततः हमें तन्हाई की ओर धकेल देते हैं। जब संबंध केवल स्वार्थ या दिखावे पर टिके हों, तो वे समय की परीक्षा में टूट जाते हैं। ऐसे रिश्तों में रहने से बेहतर है कि हम उन्हें पहचानें और सुधारें, क्योंकि झूठे संबंध अंततः मन को भीतर से मौन और कठोर बना देते हैं।

समय के साथ भावनाएँ दबती चली जाती हैं और व्यक्ति भीतर ही भीतर खालीपन अनुभव करने लगता है। इसलिए आवश्यक है कि हम अपने रिश्तों की कद्र करें। जीवन अनिश्चित है; देर-सबेर हर किसी को इस सत्य का अनुभव होता है। जिसने सच्चे रिश्ते बनाए हैं, वह हर परिस्थिति को मुस्कान और परस्पर सहारे से पार कर लेता है।

“आई लव यू” — यह शब्द भले छोटा हो, पर जब हृदय से निकले, तो वह संबंधों को नई ऊँचाई दे देता है। प्रेम ही जीवन की आधारशिला है। प्रेम के बिना हर संबंध केवल औपचारिकता बनकर रह जाता है।

अपने आप से प्रेम करें, दूसरों का सम्मान करें, और जीवन के प्रत्येक क्षण का सदुपयोग करें। स्नेह, विश्वास और सम्मान से ही संबंध मजबूत बनते हैं।

प्रेरक पंक्तियाँ:

असली रिश्ते गहराई से निभाए जाते हैं — दिखावे से नहीं।

संबंधों की कीमत समय बताता है; उन्हें संजोकर रखना ही बुद्धिमत्ता है।

प्रेम शब्द छोटा हो सकता है, पर उसका प्रभाव जीवनभर रहता है।

जहाँ सम्मान और स्नेह है, वहीं सच्चा संबंध है।

(सच्चा बंधन स्नेह से बनता है; वह किसी औपचारिक उपाय से उत्पन्न नहीं होता।)

समस्या की जड़ें और आत्म-दृष्टि

मनुष्य का स्वभाव है कि वह अपनी समस्याओं का कारण बाहरी परिस्थितियों या अन्य व्यक्तियों को मान लेता है। किंतु जब तक हम अपनी कठिनाइयों की जड़ दूसरों में खोजते रहेंगे, तब तक समाधान की दिशा में एक भी ठोस कदम नहीं बढ़ा पाएँगे। समस्या का अस्तित्व उतना महत्वपूर्ण नहीं है, जितना उसके प्रति हमारी प्रतिक्रिया।

जीवन में अनेक परिस्थितियाँ ऐसी होती हैं जिन पर हमारा कोई नियंत्रण नहीं होता। यदि हम उन्हीं पर ध्यान केंद्रित करते रहेंगे, तो चिंता और असंतोष बढ़ेगा। बुद्धिमत्ता इसी में है कि हम अपने अधिकार क्षेत्र को पहचानें और उसी पर कार्य करें।

सबसे पहला प्रश्न जो हमें स्वयं से पूछना चाहिए — मैं वास्तव में चाहता क्या हूँ? यदि उत्तर है — “मैं प्रसन्न रहना चाहता हूँ,” तो हमें यह स्वीकार करना होगा कि प्रसन्नता अपेक्षाओं के बोझ के साथ संभव नहीं।

अधिकांश समस्याओं की जड़ दूसरों से अपेक्षाएँ रखना है — “वह ऐसा करे”, “उसे वैसा सोचना चाहिए” जब अपेक्षा पूरी नहीं होती, तो क्रोध जन्म लेता है; क्रोध से अशांति; और अशांति से समस्या गहराती जाती है। इसके विपरीत, जहाँ अपेक्षा नहीं होती, वहाँ क्रोध भी नहीं होता। जहाँ क्रोध नहीं, वहाँ शांति का निवास होता है।

शांति ही वह भूमि है जहाँ समाधान अंकुरित होते हैं। शांत मन से विचार करने पर वही परिस्थिति, जो पहले असहनीय प्रतीत होती थी, एक सीख या अवसर बन जाती है। ध्यान, आत्मचिंतन और संयम हमें भीतर की शक्ति से जोड़ते हैं।

समस्या को जड़ से समाप्त करने का मार्ग बाहरी परिवर्तन नहीं, बल्कि आंतरिक अनुशासन है। जब हम अपने मन, विचारों और भावनाओं पर नियंत्रण स्थापित करते हैं, तब परिस्थितियाँ हमें नियंत्रित नहीं कर पातीं।

यदि हम यह संकल्प लें कि क्रोध को अपने निर्णयों का आधार नहीं बनने देंगे, तो धीरे-धीरे अपेक्षाएँ कम होंगी और समस्याएँ स्वतः हल्की पड़ जाएँगी। आत्म-दृष्टि ही वास्तविक समाधान का प्रारंभ है।

प्रेमक पंक्तियाँ:

- दूसरों को दोष देने से शक्ति क्षीण होती है; जिम्मेदारी लेने से शक्ति बढ़ती है।
- अपेक्षाएँ छोड़ो, आत्म-नियंत्रण अपनाओ — शांति स्वतः स्थिर हो जाएगी।
- मन की शांति समस्याओं को घटाती है; क्रोध और अपेक्षा उन्हें बढ़ाते हैं।
- समस्या का मूल भीतर होता है — समाधान भी भीतर से ही प्रारंभ होता है।

(शांति अपने भीतर खोजो, दूसरों के दोषों में मत उलझो।)

प्रेम और मोह का अंतर

मानव जीवन में प्रेम और मोह दोनों ही अत्यंत सूक्ष्म भावनाएँ हैं। देखने में दोनों समान प्रतीत होते हैं, परंतु उनके परिणाम और स्वरूप भिन्न होते हैं।

प्रेम स्वतंत्रता देता है, मोह बाँधता है। प्रेम में करुणा, धैर्य और समर्पण होता है। यदि प्रिय व्यक्ति से कभी मतभेद भी हो जाए, तो प्रेम उसे पीड़ा नहीं पहुँचाता। प्रेम जोड़ता है, लौटकर पास लाता है, क्योंकि उसका आधार स्वार्थ नहीं, अपनापन है।

मोह आकर्षण और अपेक्षा से उत्पन्न होता है। जब हमारी अपेक्षाएँ पूरी नहीं होतीं, तो मोह क्रोध और दूरी में परिवर्तित हो जाता है। मोह में व्यक्ति पाने की इच्छा से बँधा रहता है; प्रेम में देने का आनंद होता है।

प्रेम त्यागमय है। वह दूसरे के सुख में अपना सुख खोजता है। मोह स्वामित्व चाहता है, इसलिए उसमें भय और असुरक्षा बनी रहती है। जहाँ प्रेम है, वहाँ विस्तार है; जहाँ मोह है, वहाँ संकुचना।

जीवन की परिपक्वता इसी में है कि हम इन दोनों के अंतर को समझें। यदि हमारे संबंध त्याग, करुणा और सम्मान पर आधारित हैं, तो वे प्रेम के निकट हैं। यदि उनमें आग्रह, नियंत्रण और अपेक्षा अधिक है, तो वह मोह का संकेत है।

अंततः, सच्चा प्रेम व्यक्ति को ऊँचा उठाता है, जबकि मोह उसे बंधनों में जकड़ देता है। आत्मदृष्टि और जागरूकता से ही हम इन भावनाओं को पहचान सकते हैं और जीवन को अधिक शांत, संतुलित और सार्थक बना सकते हैं।

प्रेरक पंक्तियाँ:

- प्रेम त्याग है; मोह अपेक्षा का बंधन है — अंतर समझो और प्रेम को चुनो।
- प्रेम में करुणा है; मोह में आग्रह।
- प्रेम जोड़ता है; मोह तोड़ता है।
- जहाँ प्रेम है, वहाँ शांति है; जहाँ मोह है, वहाँ अशांति।

(प्रेम त्यागमय और मंगलकारी है; मोह बंधन उत्पन्न करने वाला है।)

संयम और कार्यालय जीवन

संयम केवल आश्रमों या उपदेशों की वस्तु नहीं है, यह हमारे दैनिक जीवन—विशेषकर कार्यालय जीवन—का मूल आधार है। पागल केवल पागलखाने में ही नहीं होते, कभी-कभी वे हमारे आसपास भी मिल जाते हैं। इसलिए सबसे पहले हमें स्वयं को संतुलित और संयमित रखने की आवश्यकता है।

संयम अपने और अपनों दोनों के लिए आवश्यक है। जिनसे हम प्रेम करते हैं और जिनके लिए कुछ करना चाहते हैं, उनके लिए धैर्य और आत्मनियंत्रण अनिवार्य है। हमें याद रखना चाहिए कि हर जीत की एक कीमत होती है। जीवन में कुछ भी मुफ्त नहीं मिलता, पर यह भी सत्य है कि कोई भी प्रयास व्यर्थ नहीं जाता। हमारे दर्द का हर कतरा भविष्य में अनुभव और शक्ति बनकर हमारे काम आता है।

ईश्वर के यहाँ देर हो सकती है, पर अंधेर नहीं। इसलिए विश्वास बनाए रखना चाहिए। जो लोग सफलता के मार्ग में आने वाली देरी को धैर्यपूर्वक स्वीकार नहीं कर पाते, और जो कठिनाइयों से संघर्ष करना नहीं जानते, वे अपनी कमियों का दोष भाग्य पर डाल देते हैं। वास्तविक विजेता वही है जो परिस्थिति से लड़ता है, स्वयं को सुधारता है और संयम बनाए रखता है।

बाधाएँ, कठिनाइयाँ और आपत्तियाँ—ये सब सफलता की कसौटियाँ हैं। इन्हें पार करने के लिए संयम ही सबसे बड़ा साधन है। जिस व्यक्ति में संयम नहीं होता, उसकी जीवनशैली अस्थिर और अव्यवस्थित हो जाती है। वहीं संयमित व्यक्ति निरोगी, योग्य और सम्मानित बनता है।

कार्यालय में भी संयम अत्यंत आवश्यक है। तनाव, प्रतिस्पर्धा और दबाव के बीच यदि हम अपने विचारों, वाणी और व्यवहार को नियंत्रित रखें, तो कार्य में उत्कृष्टता और जीवन में संतुलन दोनों प्राप्त होते हैं। दृढ़ता और संयम के साथ किया गया कार्य ही सच्ची सफलता की ओर ले जाता है।

प्रेरक पंक्तियाँ:

- संयम सफलता की कील है — इसे प्रतिदिन कसते रहो।
- दर्द व्यर्थ नहीं जाता; वह अनुभव बनकर तुम्हें सशक्त करता है।

- धैर्य वह मित्र है जो देर से आता है, पर साथ कभी नहीं छोड़ता।
- कार्यालय हो या घर, संयम से व्यवहार श्रेष्ठ बनता है।

(संयम विजय का आधार है और धैर्य से मार्ग प्रशस्त होता है। संयम से किया गया कर्म जीवन को सुव्यवस्थित बनाता है।)

समय, ऑफिस और व्यवहार

किसी भी व्यक्ति के लिए समय की पाबंदी अत्यंत आवश्यक गुण है। जो व्यक्ति समय का सम्मान करता है, वह प्रत्येक क्षेत्र में सफलता की ओर अग्रसर होता है। कार्यालय में समय पर पहुँचना, कार्यों को निर्धारित समय सीमा में पूरा करना और अनुशासन बनाए रखना व्यक्ति की विश्वसनीयता को मजबूत करता है। इसके साथ ही मधुर वाणी और विनम्र व्यवहार लोगों के हृदय जीत लेते हैं। ऐसा व्यक्ति सहकर्मियों के बीच लोकप्रिय होता है और उसके प्रति सम्मान व विश्वास स्वतः बढ़ता है।

सफल कार्यशैली का आधार है—सुनना, समझना और अवसर देना। जब हम दूसरों को अपनी बात रखने का अवसर देते हैं, तब वे हमारे प्रति विश्वास विकसित करते हैं और सहयोग की भावना बढ़ती है। नेतृत्व का अर्थ आदेश देना नहीं, बल्कि मार्गदर्शन करना है। अपनी क्षमता के अनुसार कार्य चुनना चाहिए और अनावश्यक बैठकों के बजाय लिए गए निर्णयों पर प्रभावी ढंग से कार्य करना चाहिए। समयानुसार योजना बनाना, मीटिंग, एजेंडा, दस्तावेज और कार्य-सूची को व्यवस्थित रखना—ये सभी सफलता के आधार हैं। कार्य ऐसा हो कि लोग हमारे कर्म से प्रभावित हों, न कि किसी दबाव से।

सकारात्मक व्यवहार और आशावादी दृष्टिकोण दूसरों के लिए प्रेरणा बनते हैं। प्रत्येक व्यक्ति के विचार अलग होते हैं; उन्हें सम्मान देना चाहिए, अनदेखा नहीं करना चाहिए। स्वच्छ मन और संतुलित विचार ही सही निर्णय दिलाते हैं। सत्संग, आत्मचिंतन और ईश्वर-स्मरण से मन निर्मल होता है, जिससे व्यक्ति सही और गलत की पहचान कर पाता है। जब हम समय, व्यवहार और सत्य को साथ लेकर चलते हैं, तब कार्यालय और समाज—दोनों में सफलता और सम्मान प्राप्त होता है।

प्रेरक पंक्तियाँ:

समय की पाबंदी और मधुर वाणी—ये दो गुण हर दिल में स्थान दिलाते हैं।
सुनना कला है, अवसर देना नेतृत्व की पहचान है।
संगठन और अनुशासन से किया गया कार्य ही स्थायी सफलता देता है।
(समय का सुव्यवस्थापन विजय का मूल है; शिष्ट वाणी हृदय जीत लेती है।)

वर्तमान ही प्रधान है

प्रारब्ध की प्रबलता के कारण जीवन में सुख-दुःख की परिस्थितियाँ सामने आती रहती हैं। जो परिस्थितियाँ आज हमारे सामने हैं, वे पूर्व कर्मों का परिणाम हो सकती हैं; परंतु वर्तमान में किए गए कर्म भविष्य के लिए संचित हो जाते हैं। इसलिए यह स्मरण रखना आवश्यक है कि चाहे अतीत में हमारे कर्म कैसे भी रहे हों, यदि हम आज से सत्कर्म करना आरंभ कर दें तो पाप का प्रभाव क्षीण होने लगता है। यदि पूर्व कर्मों का कोई परिणाम आता भी है, तो वह उतना तीव्र नहीं रहता और कभी-कभी वही हमारे लिए अनुभव और कीर्ति का कारण बन जाता है। इतिहास साक्षी है कि अनेक लोगों ने कठिन परिस्थितियों का सामना किया, पर अपने वर्तमान कर्मों की पवित्रता से उन्होंने जीवन की दिशा बदल दी।

जीवन का सबसे मूल्यवान क्षण वर्तमान है। जो बीत गया, उसे बदला नहीं जा सकता; पर आज का सदुपयोग करके भविष्य को अवश्य बदला जा सकता है। पश्चाताप तभी सार्थक है जब वह सुधार का मार्ग बने। आत्मग्लानि में डूबने के बजाय आत्मविश्वास के साथ कर्म करना ही सच्चा प्रायश्चित्त है। सच्ची साधना यह है कि हम अपनी भूल स्वीकार करें, उन्हें सुधारें और आगे से श्रेष्ठ आचरण अपनाएँ। किसी का अहित न करें, गलत सूचना न फैलाएँ और अपने कर्मों को ईमानदारी से निभाएँ। यही वर्तमान का सदुपयोग है और यही दुर्भाग्य को सौभाग्य में बदलने का मार्ग है।

प्रेरक पंक्तियाँ:

आज का सत्कर्म ही उज्ज्वल भविष्य की नींव है।
अतीत बदला नहीं जा सकता, पर वर्तमान से नया इतिहास रचा जा सकता है।

ईमानदार कर्म जीवन को ऊँचाई देता है—पछतावे में समय न गँवाएँ।
(अभी कर्म करो; अतीत को व्यर्थ स्मरण कर स्वयं को बाँधो मत।)

जीवन के चार स्तंभ

भारतीय दर्शन के अनुसार जीवन चार स्तंभों पर आधारित है—धर्म, अर्थ, काम और मोक्ष। ये चारों मिलकर मनुष्य के संपूर्ण विकास का मार्ग प्रशस्त करते हैं।

धर्म का अर्थ है—जो धारण किया जाए, अर्थात् वह आचरण और मूल्य जो जीवन को स्थिरता और दिशा देते हैं।

अर्थ केवल धन नहीं, बल्कि अपने अस्तित्व के मूल कारण को समझना और जीवन की आवश्यकताओं को संतुलित रूप से प्राप्त करना है।

काम का तात्पर्य इच्छाओं और भावनाओं से है—जिनमें क्रोध, लोभ, आकर्षण और वासनाएँ सम्मिलित हैं। इनका दमन नहीं, बल्कि सही समझ और नियंत्रण आवश्यक है।

मोक्ष इन सबका अंतिम लक्ष्य है—इच्छाओं और आसक्तियों से मुक्त होकर आत्मा का परमात्मा से योग स्थापित करना।

जब तक मनुष्य आत्मा और परमात्मा के संबंध को नहीं समझता, तब तक वह जन्म-मरण के चक्र में भटकता रहता है। मोक्ष केवल शरीर त्यागने से नहीं, बल्कि चेतना के जागरण से प्राप्त होता है। शरीर, मन और कर्म को शुद्ध करके, योग और साधना के माध्यम से, मनुष्य आत्मिक उन्नति कर सकता है। योग चक्रों और कुंडलिनी की जागृति का मार्ग दिखाता है, वहीं भक्ति पूर्ण समर्पण का पथ है। जो कुछ भी न समझ पाए, परंतु सच्चे हृदय से ईश्वर की शरण में चला जाए, उसे भी कृपा प्राप्त होती है। पूर्ण समर्पण ही सबसे सरल मार्ग है—अहंकार त्यागकर शरणागति में जाना ही कल्याण का कारण बनता है।

प्रेरक पंक्तियाँ

चार स्तंभ—धर्म, अर्थ, काम और मोक्ष—इनका संतुलन ही जीवन को सार्थक बनाता है। मोक्ष केवल त्याग नहीं, बल्कि समझ, संयम और समर्पण का परिणाम है।

योग और भक्ति दोनों से आत्मा ऊँचाई प्राप्त करती है—मार्ग भिन्न हो सकते हैं, लक्ष्य एक ही है। (धर्म, अर्थ, काम और मोक्ष—ये जीवन के चार प्रमुख लक्ष्य हैं।)

जब हम सत्य के समीप नहीं पहुँचते

जब हम सत्य के निकट नहीं होते, तब हमारी बुद्धि सत्य और असत्य का सही निर्णय नहीं कर पाती। निर्णय की स्पष्टता के बिना हमारा व्यवहार भी शुद्ध नहीं हो सकता। संसार में हम जैसा आचरण करते हैं, वैसा ही लौटकर हमारे पास आता है। इसलिए हमारा व्यवहार सदैव श्रेष्ठ, विनम्र और धर्मसम्मत होना चाहिए। हमें महान व्यक्तियों के आदर्शों का अनुसरण करना चाहिए और मन की दुर्बलताओं को त्यागकर अपने कर्तव्य पर केंद्रित रहना चाहिए। जिस उद्देश्य से हम इस संसार में आए हैं, उसे पहचानना और उसी दिशा में कर्म करना ही जीवन का सच्चा लक्ष्य है।

जब मन में ईश्वर का स्मरण होता है, तब निर्णय अधिक स्पष्ट और कल्याणकारी होते हैं। जीवन के कमजोर और भ्रमित क्षणों में दृढ़ निश्चय तथा ईश्वर पर विश्वास ही हमें संकटों से पार लगाता है। अभिमान मनुष्य को पतन की ओर ले जाता है, इसलिए विनम्रता और निःस्वार्थता को अपनाना आवश्यक है। दूसरों के कल्याण के लिए बिना लालच और बिना अपेक्षा के किया गया कर्म ही सच्चा धर्म है। यही निष्काम भाव अंततः आत्मिक उत्थान और मोक्ष का मार्ग प्रशस्त करता है। न किसी से घृणा करें, न किसी के प्रति द्वेष रखें—सत्य, प्रेम और करुणा से किया गया आचरण ही जीवन को सार्थक बनाता है।

भगवद्गीता का ज्ञान

भगवद्गीता केवल एक धार्मिक ग्रंथ नहीं, बल्कि जीवन जीने की कला का दिव्य मार्गदर्शन है। यह हमें सिखाती है कि संसार में जो कुछ भी घटित होता है, वह किसी कारण से होता है, और उस कारण में भी अंततः कोई न कोई कल्याण छिपा होता है। इसलिए परिस्थितियों को बोझ नहीं, बल्कि अवसर मानकर स्वीकार करना ही बुद्धिमत्ता है।

परिवर्तन संसार का अटल नियम है। जो आज है, वह कल बदल जाएगा। इस सत्य को स्वीकार करना ही प्रसन्नता का प्रथम मंत्र है। जो परिवर्तन से लड़ता है, वह दुखी होता है; जो उसे अपनाता है, वह शांत रहता है।

गीता का एक प्रमुख संदेश है—कर्म करते रहो, फल की चिंता मत करो। जब हम परिणाम की चिंता में उलझते हैं, तो वर्तमान का आनंद खो देते हैं। जीवन की यात्रा मंजिल पाने के लिए नहीं, बल्कि हर कदम का अनुभव लेने के लिए है।

स्वयं को जानने के लिए ध्यान (मेडिटेशन) अत्यंत आवश्यक है। ध्यान हमें बाहरी शोर से हटाकर भीतर की शांति से मिलाता है। हम संसार में धन और उपलब्धियों के पीछे दौड़ते हैं, पर अंततः खाली हाथ ही जाना है। इसलिए यह समझना आवश्यक है कि वास्तविक कमाई क्या है—सद्गुण, शांति, और आत्मविश्वास।

हम जैसा विश्वास रखते हैं, वैसा ही बनते जाते हैं। यदि हम सकारात्मकता और आस्था को अपनाएँ, तो जीवन स्वतः उज्ज्वल हो उठता है। संदेह मन को दुर्बल बनाता है, जबकि विश्वास उसे शक्ति देता है।

गीता यह भी स्मरण कराती है कि आत्मा न जन्म लेती है, न मरती है; वह केवल शरीर रूपी वस्त्र बदलती है। इसलिए मृत्यु का भय और भविष्य की चिंता त्यागकर वर्तमान में जीना ही सच्चा सुख है। जो वर्तमान में विश्वास और संतोष के साथ जीता है, वही वास्तविक अर्थ में सुखी है।

भागवद गीता का सार

जो व्यक्ति गीता के सार को समझने का प्रयास करता है, वह जीवन के परम सत्य के निकट पहुँचता है। गीता हमें सिखाती है कि केवल कर्म करना पर्याप्त नहीं, बल्कि कर्म के पीछे का भाव शुद्ध और निष्काम होना चाहिए। यदि भाव स्वार्थ, क्रोध, लोभ या अहंकार से जुड़ा है, तो कर्म का फल शांति नहीं देता। दुखों से मुक्ति का मार्ग एक ही है—कर्तव्य भाव से कर्म करना और फल की आसक्ति त्याग देना। निष्काम कर्म मनुष्य को भीतर से स्वतंत्र बनाता है और उसे मोह-माया के बंधनों से मुक्त करता है।

गीता का संदेश है कि शरीर नश्वर है, पर आत्मा शाश्वत है। परिवर्तन प्रकृति का नियम है; इसलिए शोक और भय में डूबना अज्ञान है। इंद्रियों से श्रेष्ठ मन है, मन से श्रेष्ठ बुद्धि और बुद्धि से भी श्रेष्ठ आत्मा है। जब मन और बुद्धि स्थिर हो जाते हैं, तब व्यक्ति समत्व भाव में स्थित होकर कर्म करता है—यही कर्मयोग है। संसार में रहकर भी उससे आसक्त न

होना ही सच्ची साधना है। जो व्यक्ति संयम, धैर्य और अनुशासन से जीवन जीता है, वही आत्मशांति और अंततः मुक्ति को प्राप्त करता है।

महाभारत भी हमें यही शिक्षा देता है कि धर्म का पालन ही जीवन की रक्षा करता है। प्रत्येक व्यक्ति अपने कर्मों का फल अवश्य भोगता है; इसलिए वाणी, व्यवहार और निर्णय में सावधानी आवश्यक है। मुक्ति शरीर त्यागने से नहीं, बल्कि जन्म-मरण के चक्र से ऊपर उठने से मिलती है। जब मनुष्य बिना अपेक्षा, बिना राग-द्वेष और बिना अहंकार के अपना कर्तव्य निभाता है, तब वही सच्ची स्वतंत्रता और आत्मिक संतोष प्राप्त करता है।

यह ग्रंथ स्पष्ट करता है कि प्रत्येक व्यक्ति को अपने कर्मों का फल अवश्य भोगना पड़ता है—चाहे वह शुभ हो या अशुभ। इसलिए कर्म करते समय सजगता, धर्म और सत्य का पालन आवश्यक है। महाभारत हमें यह भी सिखाता है कि स्त्री या पत्नी कोई वस्तु नहीं, बल्कि सम्मान और गरिमा की अधिकारी है। वाणी और व्यवहार में संयम अनिवार्य है, क्योंकि समय अत्यंत बलवान है और वही अंततः सत्य को प्रमाणित करता है।

अधर्म और अन्याय अंततः विनाश का कारण बनते हैं। कौरवों ने दूसरों का अधिकार हड़पने का प्रयास किया और सब कुछ खो दिया। युधिष्ठिर द्वारा द्रौपदी को दांव पर लगाना और दुर्योधन का अहंकार—इन सब घटनाओं ने यह स्पष्ट किया कि एक क्षण की भूल भी गंभीर परिणाम ला सकती है। अंततः धर्म की ही विजय हुई और यह संदेश स्थापित हुआ कि ईश्वर सत्य है और सत्य ही स्थायी है। यदि मनुष्य इन शिक्षाओं को समझकर अपने जीवन में उतार ले, तो सद्गति और आत्मिक उन्नति निश्चित है।

प्रेरणा :

सत्य को अपनाओ, क्योंकि सत्य ही स्थायी है।

कर्म करो, पर फल का मोह छोड़ दो—यही आंतरिक शांति का मार्ग है।

इच्छाओं को नियंत्रित करो, मन को स्थिर करो और आत्मा को पहचानो।

दुनिया में रहकर भी भीतर से स्वतंत्र रहो—यही जीवन की सच्ची विजय है।

(धर्म का त्याग विनाश करता है; धर्म का पालन रक्षा और सुख देता है। जो निष्काम कर्म में स्थित रहता है, वह परम शांति को प्राप्त करता है।)

मुक्ति

मुक्ति का अर्थ केवल शरीर त्याग देना नहीं है; वास्तविक मुक्ति जन्म और मरण के चक्र से ऊपर उठकर ईश्वर में लीन हो जाना है। हम जो भी कर्म करते हैं, उसका फल अवश्य मिलता है—जैसे अग्नि पर रखा भोजन धीरे या तेज आंच पर पकता ही है, वैसे ही कर्म भी अपने प्रभाव के अनुसार फल देता ही है। यही कर्म-फल का अटल नियम है। परंतु जब मनुष्य निष्काम भाव से, बिना किसी स्वार्थ या अपेक्षा के कर्म करता है, तब वह कर्म-बंधन से मुक्त होने लगता है। फल की इच्छा ही बंधन का कारण है; जब इच्छा समाप्त होती है, तब कर्म का चक्र भी शिथिल पड़ने लगता है।

हम प्रतिदिन जो करते हैं, उसका परिणाम हमें मिलता है—कार्य करते हैं तो वेतन मिलता है, भूल करते हैं तो दंड मिलता है, प्रेम करते हैं तो आनंद मिलता है। इसी प्रकार सुख-दुख का चक्र चलता रहता है। यदि हम हर कर्म को अपेक्षा और राग-द्वेष से जोड़ देते हैं, तो यह चक्र कभी समाप्त नहीं होता। इसलिए आवश्यक है कि हम अपने कर्तव्य को केवल कर्तव्य समझकर करें—न किसी से विशेष आसक्ति, न किसी से द्वेष। जब मन स्थिर हो, बुद्धि संयमित हो और भीतर कोई स्वार्थ न हो, तब कर्म साधना बन जाता है। यही साधना मनुष्य को ईश्वर के निकट ले जाती है और अंततः सच्ची मुक्ति प्रदान करती है।

प्रेरक पंक्तियाँ : मुक्ति निष्काम कर्म से संभव है—कर्म करो, पर फल की आसक्ति त्यागो। निःस्वार्थ भाव से किया गया कार्य ही कर्म-चक्र को शांत करता है। आंतरिक शांति ही मुक्ति का सच्चा मार्ग है।

(जो सुख-दुःख से परे स्थिर रहता है, वही मुक्ति के मार्ग पर स्थित होता है।)

विवेकानंद जी के प्रेरणादायक अनमोल विचार

Swami Vivekananda के विचार केवल शब्द नहीं, बल्कि जीवन को दिशा देने वाली चेतना हैं। वे कहते थे—“बस वही जीते हैं जो दूसरों के लिए जीते हैं।” उनके अनुसार जीवन का वास्तविक अर्थ परोपकार, कर्तव्य और आत्मविश्वास में निहित है। मनुष्य को अपना कर्तव्य निरंतर करते रहना चाहिए, क्योंकि हम वही बनते हैं जो हम सोचते हैं। इसलिए अपने विचारों को उच्च और सकारात्मक रखना आवश्यक है। वे यह भी सिखाते हैं कि संभव की सीमा जानने का एकमात्र तरीका है असंभव से आगे निकल जाना। जितना बड़ा संघर्ष होगा, विजय उतनी ही महान होगी। दिन में एक बार स्वयं से संवाद अवश्य करें—अपने भीतर की शक्ति को पहचानें, क्योंकि आत्मविश्वास ही सफलता का मूल है।

विवेकानंद जी मानते थे कि बाहरी व्यक्तित्व हमारे आंतरिक स्वभाव का विस्तृत रूप है। यदि भीतर पवित्रता, धैर्य और प्रसन्नता है, तो जीवन की हर बाधा धीरे-धीरे दूर हो जाती है। महान कार्य सदैव समय लेते हैं; वे धैर्य और एकाग्रता से ही पूर्ण होते हैं। वे हृदय और मस्तिष्क के टकराव में हृदय की सुनने की प्रेरणा देते हैं, क्योंकि करुणा और प्रेम ही मनुष्य को महान बनाते हैं। यदि हम अपनी कमियों के बावजूद स्वयं से प्रेम कर सकते हैं, तो दूसरों की कमियों से घृणा क्यों करें? दूसरों का हित देखने वाला ही आगे बढ़ता है। अपनी संस्कृति और अन्य संस्कृतियों का समान सम्मान करना ही सच्ची प्रगति का मार्ग है। अंततः मनुष्य का प्रभाव उसके चरित्र में निहित होता है, और एकाग्रता ही उन्नति का एकमात्र सशक्त विकल्प है।

प्रेरक वाक्य:

विवेकानंद के विचार कर्म, परोपकार और आत्मबल की पुकार हैं—उन्हें केवल पढ़ें नहीं, जीवन में उतारें। आत्म-संवाद से दृढ़ता जन्म लेती है और एकाग्रता से महान सफलताएँ।

(आत्म-वार्ता से दृढ़ता आती है; यही सफलता की नींव है।)

नजरअंदाज, समय प्रबंधन और आंतरिक परिवर्तन

हम अक्सर उन बातों को याद रखते हैं जिन्हें भूल जाना चाहिए, और यही विवादों की जड़ बन जाती है। छोटी-छोटी बातों को मन में संजोए रखना अहंकार और लापरवाही को जन्म देता है, जिससे रिश्तों में दूरी बढ़ती है। बुद्धिमानी इसी में है कि जो तुच्छ है उसे छोड़ दिया जाए और आत्मनिरीक्षण को स्थान दिया जाए। यादों को छाँटिए—जो शांति बढ़ाए वही संजोएँ। जीवन में जब कोई आपको नजरअंदाज करे या अनुचित व्यवहार करे, तब प्रतिक्रिया के बजाय प्रगति को चुनें। शांत रहना ही सबसे बड़ी शक्ति है; क्रोध पतन की ओर ले जाता है जबकि संयम संबंधों को संवारता है। कभी-कभी अपनों की दूरी भी परिस्थिति का परिणाम होती है, इसलिए समझ, स्नेह और धैर्य बनाए रखना ही परिपक्वता है। नजरअंदाज का सर्वोत्तम उत्तर अपनी उन्नति और आत्मसम्मान की रक्षा है।

जीवन सीमित है और समय अत्यंत मूल्यवान। हम इस संसार में केवल लेने नहीं, बल्कि कुछ देने के लिए आए हैं। सांसारिक जिम्मेदारियों का निर्वाह करते हुए सेवा और चरित्र निर्माण पर ध्यान देना आवश्यक है, क्योंकि अंततः मनुष्य अपने कर्म और योगदान से पहचाना जाता है। भविष्य का बीज आज के कर्मों में छिपा है—आज का एक निर्णय कल का परिणाम बनता है। इसलिए समय को व्यर्थ खर्च न करें, बल्कि निवेश की तरह उपयोग करें। सुविधा क्षेत्र से बाहर निकलकर चुनौतियों को स्वीकार करें, क्योंकि सफलता पहले भीतर परिवर्तन लाती है और फिर बाहरी पहचान देती है। समय ही धन है—जो इसे सही दिशा में लगाता है, वही समृद्धि और संतोष दोनों प्राप्त करता है।

प्रेरकपंक्तियाँ:

आज बीज बोओ — समय उचित समय पर फल देगा
साहस ही उत्थान का मार्ग है; वही नया जीवन रचता है।
समय धन के समान है—जो इसे सही ढंग से उपयोग करे, वही समृद्ध होता है।

आकाशवाणी और पुरातन ऊर्जा

प्राचीन भारतीय परंपरा में “आकाशवाणी” को ईश्वरीय संकेत या दिव्य संदेश के रूप में समझा जाता था। यह विश्वास विशेष रूप से **सतयुग, त्रेता युग और द्वापर युग** से जुड़ी कथाओं में मिलता है, जहाँ लोगों की चेतना, श्रद्धा और सामूहिक विश्वास अत्यंत प्रबल माने गए हैं।

कहा जाता है कि जब मन एकाग्र और शुद्ध होता है, तब विचारों की शक्ति बढ़ जाती है। एक ही भावना और संकल्प जब अनेक लोगों के भीतर एक साथ जागृत होते हैं, तो वातावरण में एक प्रकार की ऊर्जा उत्पन्न होती है। इसी अनुभव को कभी “आकाशवाणी”, तो कभी “अंतःप्रेरणा” कहा गया। आधुनिक समय में कुछ लोग इसी अनुभव को “टेलीपैथी” या “आकर्षण के सिद्धांत” से जोड़कर देखते हैं।

भारतीय ग्रंथों में अनेक प्रसंग मिलते हैं—

जैसे राम द्वारा समुद्र पर सेतु निर्माण (रामसेतु), या रावण द्वारा सीता हरण, तथा महाभारत काल में द्वापरिका का समुद्र तट पर निर्माण।

इन कथाओं को आस्था, प्रतीक और सांस्कृतिक चेतना के रूप में समझा जाता है। वे यह संकेत देती हैं कि उस काल की कल्पना में मनुष्य की मानसिक, आध्यात्मिक और वैज्ञानिक क्षमता अत्यंत विकसित मानी गई।

विश्वास का मन पर गहरा प्रभाव होता है। जब व्यक्ति पूर्ण श्रद्धा और एकाग्रता से किसी कार्य में जुटा है, तो उसकी सफलता की संभावना बढ़ जाती है। मन की शांति, दृढ़ संकल्प और सकारात्मक भावना आज भी व्यक्ति को असंभव प्रतीत होने वाले कार्यों की ओर अग्रसर कर सकती है।

अतः “आकाशवाणी” को केवल बाहरी चमत्कार न मानकर, उसे अपने अंतर्मन की जागृति, अंतःप्रेरणा और सामूहिक चेतना की शक्ति के रूप में समझना अधिक सार्थक है।

प्रेरक पंक्तियाँ

आकाशवाणी और आत्मिक अनुभूति संकेत हैं कि मन की शक्ति अपरिमित है। विज्ञान और अध्यात्म का संगम हमारी संस्कृति में सदैव रहा है — विश्वास की शक्ति आज भी जीवित है।

मन की एकाग्रता में चमत्कार छिपे हैं; अभ्यास से उसे जागृत करो।

संतुष्ट कार्य क्या है?

संतुष्ट कार्य वह है, जो केवल धन कमाने के लिए नहीं, बल्कि लोगों को खुश करके किया जाए। हम सभी धन अर्जित करते हैं, पर वास्तविक संतोष तभी मिलता है जब हमारा कार्य दूसरों के जीवन में प्रसन्नता और सकारात्मकता लाए।

व्यवसाय या कार्यस्थल पर खुशी का वातावरण होना चाहिए। अच्छी सोच, सहयोग की भावना और सम्मानपूर्ण व्यवहार — यही संतुष्टि की नींव हैं। यदि कार्य करते समय मन में कृतज्ञता हो, तो वही कार्य पूजा बन जाता है।

सकारात्मक सोच का अभ्यास आवश्यक है। रोजमर्रा के जीवन में “कमी” की भाषा न बोलें। संतोष रखें, धन्यवाद दें, और प्रसन्नता का वातावरण बनाएँ। जब हम सही सोचते हैं और सही बोलते हैं, तो हमारे बच्चे और आसपास के लोग भी वही सीखते हैं। धीरे-धीरे चारों ओर सकारात्मक ऊर्जा फैलती है।

जैसा सोचोगे, वैसा महसूस करोगे । जैसा महसूस करोगे, वैसा कर्म बनेगा । जैसा कर्म होगा, वैसा ही भाग्य बनेगा।

केवल धन बढ़ जाने से संतुष्टि नहीं आती। यदि भीतर शांति नहीं है, तो बाहरी सफलता भी अधूरी लगती है। इसलिए काम ऐसा करो जिसमें सम्मान हो, खुशी हो और संतोष हो।

हमेशा सकारात्मक सोच रखें। यह विश्वास रखें कि हमारे पास पर्याप्त समय और संसाधन हैं। कमी की मानसिकता नहीं, समृद्धि की मानसिकता अपनाएँ।

संतुष्ट कार्य वही है, जिसमें कर्तव्य हो, कृतज्ञता हो, और दूसरों के हित की भावना हो।

प्रेरक पंक्तियाँ

काम को सम्मान और खुशी से करो — वही धन सच्चा सुख देगा।

कृतज्ञता की भावना से कार्य में बरकत आती है।

संतोष और उदारता से कार्यस्थल का वातावरण बदल जाता है — लोग भी मिलते हैं
(कृतज्ञ होकर किया गया कर्म समृद्धि लाता है।)

प्रभावशाली व्यक्तित्व और प्राथमिकता का जीवन-दर्शन

मनुष्य का व्यक्तित्व ही उसकी वास्तविक पहचान है। संसार में वही व्यक्ति प्रभावशाली बनता है, जो स्वयं को निरंतर बेहतर बनाने का साहस रखता है। यदि हम वही करते रहेंगे जो अब तक करते आए हैं, तो परिणाम भी वही मिलेंगे। इसलिए परिवर्तन की शुरुआत स्वयं से करनी होगी — विचारों से, दृष्टिकोण से, व्यवहार से और आदतों से।

1. बदलाव की शुरुआत भीतर से

हर सफल व्यक्ति की कुछ समान विशेषताएँ होती हैं — स्पष्ट लक्ष्य, सकारात्मक सोच, सत्यनिष्ठा और आत्मविश्वास। वे परिस्थितियों का इंतजार नहीं करते, बल्कि स्वयं पहल करते हैं। वे दूसरों से अपेक्षा कम और स्वयं से अपेक्षा अधिक रखते हैं।

सच्चा परिवर्तन बाहर नहीं, भीतर से प्रारंभ होता है। जब सोच बदलती है, तो निर्णय बदलते हैं; जब निर्णय बदलते हैं, तो कर्म बदलते हैं; और जब कर्म बदलते हैं, तो व्यक्तित्व निखरता है। प्रभावशाली व्यक्ति वही है, जिसके कर्म उसके शब्दों से बड़े होते हैं।

2. आदर्श बनो, अपेक्षा नहीं

दूसरों से कुछ करने की अपेक्षा रखना हमारी सबसे बड़ी कमजोरी बन सकती है। यदि हम चाहते हैं कि लोग बदलें, तो पहले हमें उदाहरण बनना होगा। आदर्श बनने का अर्थ दिखावा करना नहीं, बल्कि अपने जीवन से प्रेरणा देना है।

छोटे-छोटे अच्छे कर्म — जैसे समय की पाबंदी, वचन का पालन, दूसरों की सहायता, और संयमित वाणी — धीरे-धीरे प्रभावशाली व्यक्तित्व की नींव रखते हैं। लोग हमारे शब्दों से कम और हमारे व्यवहार से अधिक प्रभावित होते हैं।

3. प्राथमिकता — सफलता का आधार

जीवन में प्राथमिकता तय करना अत्यंत आवश्यक है। जो कार्य महत्वपूर्ण है, उसे पहले करना चाहिए। व्यर्थ की चर्चाओं और अनावश्यक गतिविधियों में समय नष्ट करना प्रगति को रोक देता है।

प्रतिदिन अपने लक्ष्य की दिशा में एक कदम बढ़ाना ही आत्म-प्रतिबद्धता है। छोटी निरंतर प्रगति ही बड़ी उपलब्धियों का मार्ग बनाती है। याद रखें — आपके जीतने के लिए किसी और का हारना आवश्यक नहीं है। सच्ची सफलता वह है जिसमें सबका हित हो।

4. समझ और सहयोग

किसी भी निर्णय से पहले पूरी बात समझना आवश्यक है। अक्सर हम बिना समझे सलाह देने लगते हैं, जिससे भ्रम और गलतफहमी उत्पन्न होती है। पहले सुनें, फिर समझें, और उसके बाद बोलें।

जब लोग मिलकर निर्णय लेते हैं, तो वे भावनात्मक रूप से भी उस निर्णय से जुड़ जाते हैं। सहयोग से किया गया कार्य अधिक सफल और स्थायी होता है। एकता और संवाद व्यक्तित्व को प्रभावशाली बनाते हैं।

5. निरंतर सुधार और जागरूकता

स्वयं को बेहतर बनाने का प्रयास कभी बंद नहीं होना चाहिए। यदि हम सीखना छोड़ देते हैं, तो विकास रुक जाता है। नई तकनीक और नई जानकारी को जागरूकता के साथ अपनाना चाहिए। व्यवस्थित कार्यशैली समय और संसाधनों दोनों की बचत करती है।

प्रभावशाली व्यक्तित्व वही है, जो समय के साथ स्वयं को विकसित करता रहे, परंतु अपने मूल्यों को न छोड़े।

जीवन-सूत्र

- पहले स्वयं को बदलो, फिर संसार बदलने की सोचो।
- महत्वपूर्ण कार्यों को प्राथमिकता दो।
- आदर्श बनो, अपेक्षा नहीं।
- सहयोग से निर्णय लो, सम्मान से संवाद करो।

- निरंतर सीखते रहो और अपने व्यक्तित्व को निखारते रहो।

अंततः, प्रभावशाली व्यक्ति वह नहीं जो केवल सफल हो, बल्कि वह है जो अपने कर्मों से दूसरों के जीवन में सकारात्मक परिवर्तन लाए। व्यक्तित्व का प्रभाव शब्दों से नहीं, निरंतर कर्म, अनुशासन और प्राथमिकता से जन्म लेता है।

अवचेतन मन की शक्ति

अवचेतन मन हमारी जीवन-यात्रा को गहराई से प्रभावित करता है। यह हमारे दिमाग में हमारे ही द्वारा डाले गए विचारों और आदेशों के अनुसार कार्य करता है। जो बात हम बार-बार सोचते हैं, दोहराते हैं और जिस पर लगातार ध्यान देते हैं, वह धीरे-धीरे अवचेतन मन में स्थान बना लेती है।

शरीर की अनेक क्रियाएँ स्वतः होती हैं — जैसे साँस लेना, चलना, प्रतिक्रिया देना। उसी प्रकार हमारे विचारों और व्यवहार का बड़ा हिस्सा भी अवचेतन मन के प्रभाव से संचालित होता है। यह एक प्राकृतिक प्रक्रिया है, परंतु इसका निर्माण हमारे निरंतर अभ्यास और दोहराव से होता है।

जिस प्रकार कोई व्यक्ति प्रतिदिन अभ्यास करके किसी कला में निपुण हो जाता है, उसी प्रकार हम अपने विचारों और आदतों को दोहराकर उन्हें अवचेतन में स्थापित कर देते हैं। यदि हम सकारात्मक सोच, आत्मविश्वास और अच्छे कर्मों को बार-बार दोहराएँ, तो वही हमारी स्वाभाविक प्रवृत्ति बन जाती है।

इसलिए सावधान रहें —

आप अपने अवचेतन मन को जैसा प्रोग्राम करेंगे, वैसा ही परिणाम पाएँगे।

यदि उसमें भय, संदेह और नकारात्मकता भरेंगे, तो वही जीवन में प्रकट होगा।

यदि उसमें साहस, विश्वास और सफलता के विचार भरेंगे, तो वही वास्तविकता बनेगी।

अवचेतन मन हमारा शत्रु नहीं, बल्कि सबसे बड़ा सहयोगी है — बस उसे सही दिशा देने की आवश्यकता है।

प्रेरक पंक्तियाँ

बार-बार किया गया अभ्यास अंततः अवचेतन में रच-बस जाता है — अच्छी आदतों को रोज़ दोहराओ।

अवचेतन मन तुम्हारा सहायक या विरोधी बन सकता है — उसे बुद्धिमानी से प्रोग्राम करो।

शब्दों से पहले क्रिया; क्रिया से आदत; आदत से चरित्र बनता है — इसे समझो और अपनाओ।

(जो बार-बार अवचेतन में स्थापित किया जाए, वही स्थायी रूप से मन में बस जाता है।)

व्यक्ति की पहचान — प्रेरणा से प्रभाव

हमारा व्यक्तित्व ही हमारी सच्ची पहचान है।

दूसरों को प्रभावित करने के लिए सबसे पहले हमें स्वयं को बेहतर बनाना होगा। जब हम अपने भीतर सुधार का प्रयास करते हैं, तभी सकारात्मक सोच का आरंभ होता है।

हर व्यक्ति के अंदर अपार शक्ति छिपी होती है — आवश्यकता केवल उसे जगाने की है। प्रेरणा बाहर से नहीं, भीतर से उठती है। इसी आंतरिक प्रेरणा के बल पर मनुष्य किसी भी परिस्थिति में कठिन से कठिन चुनौती पर विजय प्राप्त कर सकता है। जैसे **राम** ने **रावण** पर विजय पाई, वैसे ही सत्य, साहस और संकल्प से हर बाधा को पार किया जा सकता है।

विश्व आज भी भारत की ऋषि-परंपरा, उनके ज्ञान और व्यक्तित्व से प्रभावित है। प्राचीन काल में हमारे ऋषियों ने जो गणनाएँ और सिद्धांत दिए, उन पर आज आधुनिक वैज्ञानिक संस्थाएँ जैसे **NASA** भी शोध कर रही हैं। यह हमारी विरासत की शक्ति है।

पर केवल अतीत पर गर्व करने से कुछ नहीं होगा। हमें अपने कर्मों से प्रभाव उत्पन्न करना होगा। यदि हम सकारात्मक सोच के साथ समाज के लिए कुछ सार्थक कार्य करें, तो आने वाली पीढ़ियों के लिए मार्गदर्शक बन सकते हैं।

हम ऋषियों की संतान हैं — हमें अपने भीतर के बल को पहचानना है, उसे जागृत करना है, और कुछ कर दिखाने की लगन रखनी है।

याद रखें — व्यक्तित्व शब्दों से नहीं, कर्मों से बनता है।

और प्रेरणा जब भीतर से उठती है, तभी वह संसार को प्रभावित करती है।

(अपने कर्मों से ही संसार प्रभावित होता है — व्यक्तित्व का प्रभाव वहीं से जन्म लेता है।)

संकट का समय — धैर्य, दूरदर्शिता और आत्मविश्वास

संकट का समय वास्तव में स्वयं को बदलने और निखारने का समय होता है। संकट का समाधान हमें एक कदम आगे बढ़ाता है। सच तो यह है कि संकट ही शांति के जन्म का कारण बनता है। जो व्यक्ति संकट से निकलता है, वह पहले से अधिक मजबूत, परिपक्व और आत्मविश्वास से भरा हुआ बनकर उभरता है। वही व्यक्ति महानता को स्पर्श करता है — यही सत्य है।

आत्मविश्वास क्या है?

यह विश्वास कि संकट से जूझकर हम और अधिक सशक्त बनेंगे। जैसे व्यायाम शरीर को बलशाली बनाता है, वैसे ही कठिन परिस्थितियाँ मनुष्य को भीतर से मजबूत करती हैं। प्रत्येक संकट के साथ उत्साह और अनुभव बढ़ता है। आत्मविश्वास जीवन को देखने का एक दृष्टिकोण है — और दृष्टिकोण हमारे अपने हाथ में होता है।

आत्मविश्वास का अर्थ है स्वयं पर भरोसा, सही निर्णय लेने की क्षमता और कुछ करने की प्रतिज्ञा। भूल और हानि की पीड़ा के नीचे कभी दबना नहीं चाहिए। जो बीत गया, उसे छोड़कर नई ऊर्जा के साथ नए दिन की शुरुआत करनी चाहिए। पूरे आत्मविश्वास से प्रयास करें, परंतु कभी अहंकार को स्थान न दें।

ऋतुएँ बदलती हैं, समय बदलता है। इसलिए भविष्य की चिंता में वर्तमान को मत खोइए। आज को जीएँ, आनंद में रहें, क्योंकि हर संकट स्थायी नहीं होता। समय परिवर्तनशील है — और परिवर्तन ही जीवन का नियम है।

संकट में धैर्य रखें, हिम्मत से जिएँ। कष्टों से मुक्त होने का यही सच्चा मार्ग है।

प्रेरक पंक्तियाँ

संकट ही वह चौराहा है जहाँ से नया रास्ता निकलता है — हर कठिनाई में अवसर छिपा है। डर से लड़ो, उससे भागो मत; संघर्ष ही तुम्हें मजबूत बनाता है।

(आज की हिम्मत ही कल की विजय है — उठो, भरोसा रखो और कदम बढ़ाओ।)

सुखी जीवन का एक पृष्ठीय सूत्र

मनुष्य जीवन का सबसे बड़ा सुख निरोग रहना है। स्वस्थ शरीर ही हर आनंद और उपलब्धि का आधार है। इसके साथ ही, किसी से उधार न लेना, आत्मसम्मान के साथ अपने देश में निडर होकर जीवन जीना और अपने पैरों पर खड़े रहना — ये सच्चे सुख के स्तंभ हैं। जो व्यक्ति अनावश्यक रूप से दूसरों पर निर्भर नहीं रहता, वही वास्तविक स्वतंत्रता का अनुभव करता है।

अच्छे लोगों की संगति जीवन को ऊँचा उठाती है। संगति हमारे विचारों, व्यवहार और भविष्य को प्रभावित करती है। इसलिए सदैव सज्जनों का साथ चुनें। वाणी को संयमित रखें, क्योंकि असंयमित शब्द संबंधों को तोड़ देते हैं। मधुर वाणी व्यक्ति के व्यक्तित्व को सुशोभित करती है। गुस्सा मनुष्य का सबसे बड़ा शत्रु है — यह बुद्धि को नष्ट कर देता है; जबकि त्याग और समर्पण की भावना जीवन में शांति और संतोष लाती है।

लालच और स्वार्थ अंततः दुख का कारण बनते हैं। मित्रों और सगे-संबंधियों के साथ विश्वासघात करना महापाप है। जीवन विश्वास, प्रेम और सद्भाव से ही सुंदर बनता है।

यदि किसी व्यक्ति के पास आजीविका के उचित साधन हैं, वह निरोग है, उसका जीवनसाथी समझदार है, उसकी वाणी मधुर है, और उसकी संतान संस्कारी व शिक्षित है — तो वह वास्तव में संसार के सुखी व्यक्तियों में से एक है। सुख केवल धन से नहीं, बल्कि संतुलन, सदाचार और संतोष से प्राप्त होता है।

महाभारत के प्रख्यात नीतिज्ञ विदुर ने भी जीवन में नीति, संयम, सत्य और धर्म का पालन करने को ही स्थायी सुख का मार्ग बताया है। जो व्यक्ति इन सिद्धांतों को अपनाता है, उसे समाज में सम्मान और आत्मा में शांति मिलती है।

अंततः, जीवन को सार्थक बनाना हमारे अपने हाथ में है। संयमित वाणी, शांत मन, परोपकार की भावना, और संतुलित जीवन — यही सच्चे सुख का शाश्वत मंत्र है।

(संयमित वाणी से जीवन शांत और आत्मा प्रसन्न रहती है।)

पुण्य, परिश्रम और लक्ष्मी का रहस्य

यदि लक्ष्मी केवल मेहनत से मिलती, तो हर मजदूर धनी होता;

यदि केवल बुद्धि से मिलती, तो हर पंडित और अध्यापक समृद्ध होता।

सत्य यह है कि जीवन में अच्छी संतान, संपत्ति और सफलता

पुण्य, परिश्रम और सकारात्मक दृष्टिकोण के संगम से मिलती है।

यदि हम अपना वर्तमान और परलोक सुखमय चाहते हैं, तो प्रतिदिन कम से कम दो पुण्य कार्य अवश्य करें और इस महत्व को दूसरों को भी समझाएँ।

यदि भरोसा केवल भगवान पर है, तो तकदीर में जो लिखा है वही मिलेगा;

पर यदि विश्वास स्वयं पर है, तो वही मिलेगा जो आप ठान लेंगे।

हर व्यक्ति दुख से बचना चाहता है। वह अपनी क्षमता के अनुसार प्रयास करता है—

और समय आने पर सफलता अवश्य मिलती है। पर वास्तविक सुख पाने के लिए सकारात्मक दृष्टिकोण के साथ-साथ दूसरों के प्रति संकीर्ण विचारों का त्याग करना होगा।

क्योंकि जहाँ ईर्ष्या और स्वार्थ होता है, वहाँ लक्ष्मी रुष्ट हो जाती है।

अपने सुख के साथ दूसरों का कल्याण करना ही हमारा कर्तव्य है।

जो दूसरों का भला करते हैं, प्रकृति और ईश्वर उनका भला अवश्य करते हैं— यही सृष्टि का नियम है।

यदि सुख ही सच्ची लक्ष्मी है, तो उसे पाने के लिए
मेहनत, प्रेम, दान और अच्छे विचारों को अपनाएँ।
जहाँ पुण्य होता है, वहीं माँ लक्ष्मी का वास होता है।

प्रेरक पंक्तियाँ

लक्ष्मी अंदर की पवित्रता और परोपकार से आती है — दान और परिश्रम अपनाओ।
दूसरों का भला सोचो; आपकी भलाई लौटकर अवश्य आएगी।
भरोसा रखो — कर्म का फल निश्चित है, प्रयास जारी रखो।

(पुण्य से ही लक्ष्मी वास करती हैं — दान से ईश्वर का अनुग्रह मिलता है)

मन की बीमारी

बीमारी, चाहे शरीर की हो या मन की — दोनों मनुष्य को कमजोर बना देती हैं।
शारीरिक रोग दिखते हैं, पर मानसिक रोग अक्सर अनदेखे रह जाते हैं।
जब इंसान मन से हार जाता है, तो उसका शारीरिक संतुलन भी बिगड़ जाता है।
वह स्वयं के नियंत्रण में नहीं रहता, और धीरे-धीरे उदासी या अवसाद (डिप्रेशन) का
शिकार हो जाता है।
डॉक्टर कहते हैं — शरीर पूरी तरह ठीक है।
फिर भी व्यक्ति भीतर से थका हुआ, कमजोर और निराश महसूस करता है।
इसलिए कहा गया है — **बीमारी तो बीमारी है — चाहे तन की हो या मन की।**”
मन की बीमारी केवल दवा से नहीं, बल्कि स्वयं पर नियंत्रण और विश्वास से दूर होती
है। कहा गया है — **“मन के हारे हार है, मन के जीते जीत।”**
जिसने अपने मन को जीत लिया, उसने संसार को जीत लिया।
और जो मन से हार गया — वह सबसे पहले खुद से दूर हो गया।
हर व्यक्ति को समाज में अपने मन को मजबूत रखना चाहिए।

मुश्किलें आएँगी, आलोचनाएँ होंगी, असफलताएँ भी मिलेंगी — परंतु हमें अपने ऊपर **विश्वास** बनाए रखना होगा। कठिनाइयों के पर्वत चाहे कितने ही ऊँचे क्यों न हों, हमें उन्हें **मन की शक्ति** से पार करना होगा।

यदि हम मन से हार मान लेंगे, तो जीवन में अकेले रह जाएँगे और दुनिया आगे निकल जाएगी। जीवन का असली आनंद **विश्वास में है।**

एक बार मन में दृढ़ विश्वास जगा लीजिए — फिर देखिए, जीवन कितना सुखद, सुंदर और संतुलित हो जाता है।

मन और तन, दोनों की बीमारियाँ मिटने लगती हैं।

मन का यही विश्वास हमें समाज में एक **नया मुकाम** देता है।

इसलिए हमें कभी हार नहीं माननी चाहिए — **जीवन के अंतिम क्षण तक प्रयास करते रहना चाहिए।**

प्रेरक पंक्तियाँ:

मनुष्य की सबसे बड़ी शक्ति उसका *मन* है — यदि वह दृढ़ है, तो कोई कठिनाई असंभव नहीं।

विश्वास, धैर्य और आत्मबल — यही मानसिक स्वास्थ्य की सबसे बड़ी औषधियाँ हैं। जीवन हारने से नहीं, हार मानने से रुकता है।

(मन ही मनुष्य के बंधन और मुक्ति — दोनों का कारण है।)

दूसरों का नज़रिया, दूरदर्शिता और अहंकार से मुक्ति

1. दूसरों का नज़रिया

जिस चीज़ को आप नज़रअंदाज़ कर देते हैं, अक्सर वही बात दूसरों को सबसे पहले दिखाई देती है।

मैदान में हारा हुआ इंसान फिर से जीत सकता है, परंतु मन से हारा हुआ इंसान कभी नहीं जीत पाता।

भीड़ हमेशा उसी रास्ते पर चलती है जो आसान लगता है, लेकिन इसका अर्थ यह नहीं कि भीड़ हमेशा सही होती है। अपने रास्ते स्वयं चुनिए—क्योंकि आपको आपसे बेहतर कोई नहीं जानता।

याद रखें—महानता कभी न गिरने में नहीं, बल्कि हर बार गिरकर उठ जाने में है। दूसरों के नज़रिया को लेकर चिंतित होना व्यर्थ है; यह आपके नियंत्रण में नहीं।

अपना समय नष्ट करने की बजाय अपनी गलतियाँ स्वीकार कर आगे बढ़ें। आत्मविश्वास और मेहनत से आप लोगों का नज़रिया बदल सकते हैं।

मुसीबतों से भागना हल नहीं; उनका सामना करना ही समाधान है। एक शांत समुद्र में नाविक कभी कुशल नहीं बन पाता—कुशलता चुनौतियों से ही आती है।

2. दूरदर्शिता

दूरदर्शिता तभी विकसित होती है जब हम किसी परिस्थिति को गहराई से समझते हैं और उसके परिणाम का अंदाज़ा लगा पाते हैं। यह अनुभव का ही परिणाम है।

इसलिए बुद्धिमान और अनुभवी व्यक्तियों की सलाह को गंभीरता से लेना चाहिए। परिस्थितियों का धैर्यपूर्वक विश्लेषण करें और फिर योजना बनाकर कार्य करें।

जब लोग एकजुट होकर विचार-विमर्श करते हैं, तब श्रेष्ठ निर्णय तक पहुंचना संभव होता है। बड़े से बड़ा संकट भी एकता से हल किया जा सकता है।

अक्सर हम जो बोलते और सोचते हैं, वह वह नहीं होता जो हम वास्तव में चाहते हैं। इसलिए स्पष्टता और दूरदर्शिता दोनों आवश्यक हैं।

यदि आप अपनी कल्पना को वास्तविकता में बदलना चाहते हैं, तो पहले उसे महसूस करें, उसे आकर्षित करें। यही दूरदृष्टि का विश्वास है।

सोच बदलें—समय बदल जाएगा; यही जीवन का सिद्धांत है।

3. अहंकार

अहंकार उन्नति के सभी रास्ते बंद कर देता है। यह धीरे-धीरे व्यक्ति को नीचे गिराता है, और उसे खुद इसका पता भी नहीं चलता।

सदाम हुसैन, गद्दाफी, मुशर्रफ जैसे अनेक उदाहरण हमारे सामने हैं—अहंकार का अंत सदा विनाश में होता है।

अहंकारी व्यक्ति की पहचान उसका भेदभावपूर्ण रवैया है। उसकी प्रशंसा करो तो वह और अधिक अहंकारी हो जाता है। परिणामस्वरूप उसके विकास के मार्ग स्वयं बंद हो जाते हैं।

हमारी कमियाँ ही हमें अधिक परिश्रम करने और आगे बढ़ने के लिए प्रेरित करती हैं। सुधार केवल विनय से आता है।

ज्ञान का वास्तविक रूप यह स्वीकार करने में है—“मैं सब नहीं जानता।” जब यह समझ आ जाती है, तो अहंकार स्वतः समाप्त हो जाता है।

4. मुसीबतें और जीवन दृष्टि

मुसीबतें जीवन की सच्चाई हैं। हर मोड़ पर इनका सामना करना पड़ता है। कुछ लोग इन्हें मुस्कुराकर स्वीकारते हैं, कुछ रोते रहते हैं।

जो व्यक्ति समस्याओं के समाधान खोजने पर ध्यान देता है, वही सफल होता है।

बिना संघर्ष की सफलता अक्सर निराशा देती है। आज का संघर्ष कल की कठिनाइयों के लिए हौसला बनता है।

जीवन को सार्थक बनाना है तो कठिन परिस्थितियों का साहसपूर्वक सामना करना होगा।

प्रेरक पंक्तियाँ

भीड़ का रास्ता छोड़कर अपनी राह चुनो—असली जीत वही है जहाँ साहस होता है।

अहंकार छोड़कर विनम्रता अपनाओ; यही उन्नति का मुख्य द्वार है।

मुसीबतें तुम्हारे साहस की परीक्षा हैं—जो टिके, वही बेहतर बनता है।

(अहंकार पतन का कारण है; विनय ही उत्थान की कुंजी है।)

मुसीबत — जीवन की सच्चाई

मुसीबत हमारे जीवन की एक सच्चाई है।
जिंदगी के हर मोड़ पर हमें इसका सामना करना पड़ता है।
कुछ लोग इसे हँसकर पार कर जाते हैं,
और कुछ रोते रह जाते हैं।
पर बिना मुसीबत के जीवन की कल्पना भी नहीं की जा सकती—
यही जीवन का सत्य है।

हर इंसान का परिस्थितियों को देखने का अपना नजरिया होता है।
कुछ लोग समस्याओं में उलझे रहते हैं,
तो कुछ लोग उनके समाधान और नए रास्ते खोजते हैं।

जो व्यक्ति कभी हार नहीं मानता,
जो अपने इरादों में हताश नहीं होता—
उसे कोई हरा नहीं सकता।

यदि जीवन को सार्थक बनाना है,
तो कठिन परिस्थितियों का साहसपूर्वक सामना करो।
बिना संघर्ष के मिली उपलब्धि
अंततः निराशा ही देती है।

आज हमारे चारों ओर ऐसे अनगिनत उदाहरण हैं
जो बताते हैं—
आज का संघर्ष ही
कल की मजबूती बनता है।

जीवन जीने का सकारात्मक नजरिया
हमें परिस्थितियों को समझना
और उनका हल पहचानना सिखाता है।

हमेशा बुलंद हौसले के साथ आगे बढ़ो,
आशावादी बनो,
सकारात्मक विचार रखो—
यही सफलता और संतुलित जीवन का मार्ग है।

प्रेरक पंक्तियाँ

हर मुसीबत तुम्हें परखती है— उसे स्वीकार करो और समाधान खोजो।
सकारात्मक दृष्टिकोण हिम्मत को खिलाता है; तुम जितना ऊँचा सोचोगे, उतना ऊँचा बनोगे।
गिरकर उठना ही जीवन की परीक्षा है— हर बार उठो और सीखो।
(संकटों में उत्साह ही विजय का मार्ग दिखाता है।)

जीवन के अच्छे विचार

1. एक अच्छा दिन जीवनभर याद रह सकता है, इसलिए अपने दिन की शुरुआत मुस्कान से करें।
2. असफलता कोई रूकावट नहीं, बल्कि सफलता की ओर बढ़ने का एक आवश्यक कदम है।
3. किसी और पर भरोसा करने से बेहतर है कि पहले स्वयं पर विश्वास करें।
4. खुशी ही जीवन की असली पूँजी है। स्वयं को जैसा हैं, वैसा स्वीकार करना ही सच्चा सुख है।
5. यदि आप स्वयं को नहीं पहचानते, तो पहले वास्तविकता को स्वीकार कीजिए — तनाव स्वतः कम होने लगेगा।
6. चुनौतियाँ हमें जिम्मेदार और मजबूत बनाती हैं। बिना संघर्ष सफलता संभव नहीं। हार न मानें और अनावश्यक अपराधबोध से बचें।
7. मैं खुश रहता हूँ, क्योंकि मैं अपेक्षाएँ कम रखता हूँ। अपेक्षाएँ अक्सर दुख का कारण बनती हैं।
8. हर चीज़ की सुंदरता हमारे विचारों पर निर्भर करती है। जैसे सुबह 7 बजे स्कूल की घंटी कष्टदायक लगती है, पर दोपहर 1 बजे वही घंटी मधुर प्रतीत होती है।

रिश्तों के लिए सुझाव

1. अपनों को यह एहसास कराइए कि वे आपके लिए विशेष हैं।
2. अपने व्यक्तित्व और आकर्षण को सहज रूप से व्यक्त करें।
3. हर समय उपलब्ध रहना आवश्यक नहीं; थोड़ी दूरी मूल्य बढ़ाती है।
4. हल्के-फुल्के और संकेतपूर्ण संवाद रिश्तों में मिठास लाते हैं।
5. रिश्तों में नवीनता और विविधता बनाए रखें।
6. साथ में समय निकालकर गुणवत्तापूर्ण पल बिताएँ।
7. कुछ समय के लिए मोबाइल और तकनीकी उपकरणों से दूर रहकर “टेक-फ्री समय” बनाएं।
8. कभी-कभी बिना योजना के घूमने निकल जाएँ — रोमांच रिश्तों को ताजगी देता है।
9. साथ बिताए हर पल में आनंद और सहजता शामिल करें।

प्रेरक पंक्तियाँ

अपेक्षाएँ घटाओ, आभार बढ़ाओ — जीवन हल्का और सुखद हो जाएगा।
समय रिश्तों को गहराई देता है — इसे नियमित बनाओ।

(मुस्कान से दिन का आरंभ होता है; आत्मविश्वास से फल निश्चित होता है।)

उम्र का पड़ाव (उम्र के प्रत्येक पड़ाव का सार)

पुरानी वस्तुओं का अपना ऐतिहासिक महत्व होता है। उसी प्रकार बढ़ती उम्र भी अनुभव और परिपक्वता का प्रतीक है। हमें कभी यह नहीं सोचना चाहिए कि उम्र बढ़ना एक समस्या है। जीवन के हर पड़ाव पर नई शुरुआत संभव है। प्रत्येक आयु का अपना सौंदर्य, उद्देश्य और संदेश होता है।

जीवन के चरण

(1) 0-5 वर्ष — बचपन (माँ की गोद, भोलापन)

यह जीवन की नींव है। इस अवस्था में माता-पिता के संस्कार, स्नेह और वातावरण हमारे व्यक्तित्व की पहली छाप बनाते हैं। यही हमारी शुरुआत है।

(2) 5-15 वर्ष — बाल्यपन (लड़कपन)

इस चरण में हम समाज से परिचित होते हैं। मित्र बनाते हैं, सीखते हैं, कभी ठोकर खाते हैं, कभी छल भी खाते हैं। यहीं से हमारा दृष्टिकोण बनना प्रारंभ होता है।

(3) 15-20 वर्ष — किशोरावस्था (दिवानगी और भटकाव)

यह परिवर्तन का समय है। मन चंचल रहता है, भावनाएँ तीव्र होती हैं। जो इस अवस्था को समझकर सही दिशा चुन लेता है, वह ऊँचाइयों को छू सकता है। यहाँ मार्गदर्शन और आत्मनियंत्रण की विशेष आवश्यकता होती है।

(4) 20-40 वर्ष — कर्मकाल (परिश्रम और लगन)

यह जीवन का सबसे सक्रिय और निर्माणकारी समय है। जिस उद्देश्य के लिए हम इस धरती पर आए हैं, उसे सार्थक करने का यही अवसर है। परिश्रम, लगन और लक्ष्य के प्रति समर्पण इस काल का आधार हैं।

(5) 40-50 वर्ष — आत्ममंथन (बुद्धिमत्ता)

इस चरण में व्यक्ति अपने जीवनपथ को पीछे मुड़कर देखता है। अनुभवों से सीखकर आगे की दिशा तय करता है और अपने उद्देश्य को और स्पष्ट रूप से साधता है।

(6) 50-60 वर्ष — उपलब्धि और संतोष

यह काल किए गए कर्मों के फल का अनुभव करने का है। व्यक्ति अपने निर्णयों का मूल्यांकन करता है और जीवन के सुंदर एहसासों को गहराई से जीता है।

(7) 60-70 वर्ष — नई पारी (आत्मविश्वास और मार्गदर्शन)

यह अनुभव बाँटने का समय है। अब तक अर्जित ज्ञान को समाज और परिवार में साझा किया जाता है। यह आत्मशक्ति और आत्मसंतोष का काल है।

(8) **70-100 वर्ष** — साधना और ईश्वर चिंतन

यह जीवन के सार को समझने और ईश्वर के निकट जाने का समय है। पूरे जीवन के कर्मों का फल इसी काल में अनुभव होता है। सकारात्मक सोच और आध्यात्मिकता इस चरण की शक्ति है।

जीवन का प्रभाव

हर पड़ाव पर हम किसी को प्रभावित करते हैं या स्वयं प्रभावित होते हैं। इसका असर हमारे मन और शरीर दोनों पर पड़ता है। इसलिए यह समझना आवश्यक है कि हर अवस्था में क्या करना है और क्या नहीं। यदि हम हर चरण को समझदारी से जिएँ, तो जीवन का उद्देश्य सहज ही पूर्ण हो सकता है।

प्रेरक पंक्तियाँ

हर आयु का अपना सौंदर्य है — उसे स्वीकारो और पूरी ऊर्जा से जियो।

उम्र बढ़ना अनुभव का खजाना है — उसे ज्ञान में बदलो।

हर पड़ाव में नया आरंभ संभव है — कभी देर नहीं होती।

(हर चरण नया अभ्यास और अवसर देता है; आयु नवता लाती है।)

नफरत नहीं, सोच बदलो

नफरत दीमक की तरह होती है, जो धीरे-धीरे हमें भीतर से खोखला कर देती है। इंसान अक्सर नफरत इसलिए करता है क्योंकि उसकी अपनी इच्छाएँ पूरी नहीं हो पातीं, या वह दूसरों की उपलब्धियों से स्वयं की तुलना करने लगता है। परंतु प्रश्न यह है — हम दूसरों से क्यों जलें? जीवन हमारा है, इसे अपनी खुशी और संतोष के लिए जीना चाहिए।

हम जिस व्यक्ति से नफरत करते हैं, वास्तव में वह व्यक्ति नहीं, बल्कि उसके प्रति हमारी सोच हमें कष्ट देती है। हमारी दृष्टि में वही दिखाई देता है, जो हमारी सोच का प्रतिबिंब होता है। यदि हम अपनी सोच बदल दें, तो पूरा नज़ारा बदल जाता है। जिस पर कभी नफरत होती थी, उसी पर दया और करुणा का भाव आने लगता है।

इसलिए व्यक्ति से नहीं, उसके घृणित कर्म से नफरत करें। अपनी बुराइयों और नकारात्मक सोच से नफरत करें, दूसरों की गलतियों को दया की दृष्टि से देखें। सोच बदलते ही जीवन बदल जाता है।

आत्मज्ञान और शक्ति का संतुलन

सहनशीलता को अपनी ताकत बनाइए, कमजोरी नहीं। जब सहनशीलता कमजोरी का रूप ले लेती है, तो लोग हावी होने लगते हैं। ऐसे समय पर अपनी शक्ति का शांत और संतुलित प्रदर्शन आवश्यक हो जाता है।

जैसे सूर्य अपने प्रकाश से अंधकार को दूर करता है, वैसे ही हमें समय-समय पर अपनी क्षमता का एहसास कराना चाहिए। जीवन में हर चीज का संतुलन है —

यह संसार द्वंद्व का खेल है। यहाँ हर चीज अपने विपरीत के साथ ही पूर्ण होती है। यदि दुख न हो तो सुख का मूल्य कौन समझे? यदि रात न हो तो सुबह की लालिमा का आनंद कैसे मिले। जीवन हमें यही सिखाता है कि हर परिस्थिति स्थायी नहीं होती। न दुख सदा रहता है, न सुख। इसलिए अहंकार में भी न बहें और निराशा में भी न टूटें।

संतुलन ही जीवन का सार है।

जब हम इस सत्य को स्वीकार कर लेते हैं, तब परिस्थितियाँ हमें हिला नहीं पातीं — ईश्वर के बनाए इस संसार में संतुलन ही नियम है। इसलिए नम्रता के साथ, उचित समय पर अपनी शक्ति का प्रदर्शन करना भी आत्मज्ञान का ही एक रूप है।

रिश्तों का सत्य और देखभाल

जीवन में अधिक रिश्ते होना जरूरी नहीं, पर रिश्तों में जीवन होना जरूरी है। रिश्तों को संभालना है तो यह समझना होगा कि क्या नहीं करना चाहिए।

जब दिल के रिश्ते खून के रिश्तों पर भारी पड़ने लगें, तो समझिए कि कहीं न कहीं खून के रिश्तों में धूल जम गई है। यह धूल लोभ, लालच, विलासिता, घमंड या बुद्धि के भ्रष्ट होने की हो सकती है।

रोग का समय पर उपचार न किया जाए तो वह लाइलाज हो जाता है। रिश्तों में भी समय-समय पर आत्मपरीक्षण आवश्यक है। मित्र, परिवार या स्वयं के प्रयास से गलतफहमियों

को दूर करना चाहिए। यदि बार-बार प्रयास के बाद भी सुधार न हो, तो दूरी भी कभी-कभी उपचार का एक माध्यम बन जाती है।

रिश्ते जोर से नहीं, तमीज और सम्मान से थामे जाते हैं। आप केवल उसी को समझा सकते हैं, जो समझना चाहता है। यदि सामने वाला सुनने को तैयार नहीं, तो संभव है हमारे कर्म और प्रार्थना में कहीं कमी हो।

रिश्तों की देखभाल एक सतत प्रक्रिया है — उन्हें सम्मान, धैर्य और विनम्रता से ही बचाया जा सकता है।

(सहनशीलता ही बल है, और विनय उसे उद्देश्यपूर्ण बनाता है।)

ईश्वर का मार्ग और हमारी इच्छाएँ

ईश्वर ने हमें अपनी इच्छा से किसी न किसी धर्म, समुदाय और परिवार में जन्म दिया है। हम जहाँ जन्म लेते हैं, वहाँ की परिस्थितियों और संस्कारों के अनुरूप कर्म करते हैं। परंतु यदि हमारे भीतर कुछ अलग करने की इच्छा जागती है, कुछ नया पाने या बनने की आकांक्षा उत्पन्न होती है, तो उसकी प्रेरणा भी ईश्वर ही देते हैं। अर्थात् हम अनजाने में भी उसी मार्ग पर चल रहे होते हैं, जो ईश्वर ने हमारे लिए चुना है।

जिस प्रकार हम यात्रा पर निकलते समय अपनी आवश्यकताओं और रुचियों के अनुसार सामान साथ रखते हैं, उसी प्रकार ईश्वर के मार्ग पर चलते हुए हमें अपनी सकारात्मक इच्छाएँ, अभिलाषाएँ और श्रेष्ठ संकल्प अपने साथ रखने चाहिए। जैसे अलग-अलग स्टेशनों पर हमें जरूरत का सामान मिल जाता है, वैसे ही जीवन की यात्रा में ईश्वर हमारे मार्ग पर हमारी आवश्यकताओं और सच्ची इच्छाओं की पूर्ति करते चलते हैं।

ईश्वर एक मार्ग और एक संकेत देता है

ईश्वर हमें एक मार्ग दिखाता है और समय-समय पर संकेत भी देता है। अनुभव यही कहता है कि जिस वस्तु या लक्ष्य के लिए सच्चे मन से प्रार्थना की जाए, वह उचित समय पर अवश्य प्राप्त होता है। विश्वास ही वह शक्ति है, जो हमें आगे बढ़ाती है।

याद रखें — विश्वास ही हमारा ईंधन (पेट्रोल) है। इसे कभी समाप्त नहीं होने देना चाहिए। जब तक विश्वास जीवित है, तब तक हमारी यात्रा चलती रहती है और हम अपने गंतव्य तक अवश्य पहुँचते हैं। मैंने अपने जीवन में अनुभव किया है कि ईश्वर पर अटूट भरोसा रखने से मार्ग अपने आप बनते चले जाते हैं।

मैं समाज से भी यही आग्रह करता हूँ कि ईश्वर के दिखाए मार्ग पर चलें, अपने विश्वास को दृढ़ रखें — इससे व्यक्तिगत और सामाजिक दोनों का कल्याण होगा।

विश्वास की शक्ति

ईश्वर का संकेत मिलते ही हृदय में संबल और मार्गदर्शन उत्पन्न होता है। विश्वास पर चलने वाला हर कदम अंततः प्रकाश तक पहुँचता है। यही हमारा अटूट ईंधन है।

साझा आस्था से समाज की शक्ति बढ़ती है। जब एक-एक व्यक्ति विश्वास और सद्भाव के साथ आगे बढ़ता है, तो वही मिलकर एक विशाल परिवर्तन का आधार बनता है।
(श्रद्धा ही मार्गदर्शक है — जहाँ विश्वास है, वहाँ प्रकाश होता है।)

परिस्थितियों में संतुलन और आत्मनियंत्रण

जिस प्रकार पिघली हुई बर्फ में शीतलता नहीं रहती, उसी प्रकार यदि हम परिस्थितियों में बह जाएँ तो हमारे व्यक्तित्व की शांति समाप्त हो जाती है। परिस्थितियों पर हमारा बस नहीं होता, पर स्वयं पर तो हमारा नियंत्रण होना ही चाहिए। ऐसा नहीं होना चाहिए कि परिस्थिति हमें अपने साथ बहा ले जाए। हमें अपने मन, वाणी और व्यवहार पर नियंत्रण रखना होगा।

यदि कभी हम परिस्थिति के अनुसार बह भी जाएँ, तो जैसे ही हमें इसका आभास हो, उसी क्षण स्वयं को संभाल लेना चाहिए और अपने आप से क्षमा मांगनी चाहिए — “मैं बह गया था।” बार-बार के इस अभ्यास से हम अपने ऊपर नियंत्रण स्थापित कर सकते हैं। जो व्यक्ति हर परिस्थिति में स्वयं को संतुलित रखता है, अपनी जीभ पर नियंत्रण रखता है, क्रोध को पी जाता है और मुस्कुराते हुए कार्य करता है — वही महान बनता है। महान लोग हमसे अलग नहीं होते; वे भी हमारे जैसे ही होते हैं, बस उनके पास आत्मनियंत्रण और मुस्कुराकर जीने की कला होती है।

सेवा का भाव (श्री श्री रविशंकर के अनुसार)

श्री श्री रविशंकर जी के अनुसार, हमें महान बनाने वाली सबसे बड़ी शक्ति सेवा है। सेवा का अर्थ है — जितना संभव हो सके उतना करना, और बदले में कुछ भी अपेक्षा न रखना। जब हम फल की इच्छा करने लगते हैं, तो वह सेवा नहीं रह जाती। हमारा प्रत्येक कार्य सेवा बन सकता है, यदि वह निस्वार्थ भाव से किया जाए। फल तो निश्चित ही मिलता है, पर उसकी चिंता किए बिना किया गया कार्य ही सच्ची सेवा है।

रिश्तों का महत्व और सोच की शक्ति

जिंदगी में रिश्तों की संख्या अधिक होना आवश्यक नहीं है, बल्कि रिश्तों में प्रेम होना अधिक महत्वपूर्ण है। छोटी-छोटी बातों को दिल में रखने से बड़े-बड़े रिश्ते कमजोर हो जाते हैं। यदि हम यह सोचते रहें कि लोग हमारे बारे में क्या कहेंगे, तो याद रखिए — बातें उन्हीं की होती हैं, जिनमें कोई बात होती है।

जैसे लोहे को जंग नष्ट कर देती है, वैसे ही नकारात्मक सोच मनुष्य को भीतर से खोखला कर देती है। बातों को दिल पर न लें, अपनी सोच को सकारात्मक रखें — निश्चित ही अच्छा होगा।

किसी ने सही कहा है —

“काश फिर मिलने की वजह मिल जाए,
साथ जितना भी निभाया हो वह पल मिल जाए।
चलो अपनी आँखें बंद कर लें,
क्या पता ख्वाबों में गुजरा हुआ कल मिल जाए।”

इन पंक्तियों में जीवन का गहरा सत्य छिपा है। हर रिश्ता मजबूत होना चाहिए। रिश्ते अच्छे विकल्प मिलने से नहीं बदलते, बल्कि तब बदलते हैं जब उन्हें संभालने का धैर्य और समझ समाप्त हो जाती है। रिश्ता एक पूंजी है, जिसे सहेजने और समझने की आवश्यकता होती है।

रिश्तों को वादों और शर्तों की जरूरत नहीं होती; उन्हें सिर्फ दो खूबसूरत दिलों की जरूरत होती है — एक जो निभा सके और दूसरा जो समझ सके।

महान लोगों के कथन

जिंदगी में कभी भी कुछ करना है तो सच बोल दो, घुमा फिरा के बाते मत करो

दूर से बहुत सारा दिखाई पड़ता है परंतु साफ-साफ तो पास से ही देखना पड़ता है।

1) हमेशा बड़ा सोचिए 2) संतोष मत करिए 3) कभी घमंड मत करिए 4) अपनी कमियों को मानो 5) पुराने लोगों को मत भूलिए 6) अपने काम को अपना जवाब दीजिए 7) कुछ बनने से पहले अच्छा इंसान बनिए 8) हमेशा उछलकर वापस मंजिल के तरफ देखो (**Bounce back**) 9) ध्यान हमेशा मंजिल पर केंद्रित रखें।

व्यावहारिक और सरल स्वभाव का व्यक्ति बुलंदियों को छूते हुए भी पैर जमीन पर रखे तो महान बनता है **सचिन कहलाता है। महान बल्लेबाज सचिन तेंदुलकर**

प्रेरक पंक्तियाँ:

सच्चाई, विनम्रता और परिश्रम — यही महानता के मूल मंत्र हैं।

बड़े सोचो, पर मानवीय बनो; यही संतुलन जीवन को महान बनाता है।

(सत्य से महानता आती है; विनय से अधिकार बनता है।)

मन शांत रखने के तरीके

1. जब तक आपसे सलाह न मांगी जाए, किसी के कार्य में अनावश्यक दखल न दें।
2. जो परिस्थितियाँ बदली नहीं जा सकतीं, उन्हें सहन करना और स्वीकार करना सीखें।
3. स्वयं को हर परिस्थिति और माहौल में ढालने का प्रयास करें।
4. किसी भी आवश्यक कार्य को टालें नहीं और ऐसा कोई काम न करें, जिससे बाद में पछताना पड़े।
5. क्षमा करना सीखें और आवश्यक होने पर अपनी बात स्पष्ट रूप से कहना भी सीखें।
6. उतना ही कार्य अपने ऊपर लें, जितना आप समय पर और सही ढंग से पूरा कर सकें।

7. अपने मन और दिमाग को खाली न रहने दें; उसे सकारात्मक और रचनात्मक कार्यों में लगाएँ।
8. प्रतिदिन ध्यान (मेडिटेशन) करें, इससे मानसिक स्थिरता और शांति बढ़ती है।
9. पहचान और प्रशंसा पाने की अत्यधिक लालसा न रखें।
10. मुस्कुराता चेहरा आपकी शान बढ़ाता है, लेकिन मुस्कुराकर किया गया श्रेष्ठ कार्य आपकी पहचान बनाता है।

हमेशा याद रखें

आपके शामिल हुए बिना सफलता संभव नहीं है।

जीवन में मेरे पास दो विकल्प हैं- मैं अच्छा मूड चुन सकता हूँ। मैं बुरा मूड चुन सकता हूँ।

एक सकारात्मक इंसान हमेशा अच्छा मूड ही चुनता है। यानी खुशी इंसान के अपने चुनाव पर निर्भर है। सच्ची खुशी पाने के लिए अपना अहंकार छोड़ना ज़रूरी है।

जिंदगी में कुछ पाने के लिए इरादे पक्के रखें, तरीके बदलते रहें।

(विकल्प हमारी स्वेच्छा से बनते हैं — यही सुख का आधार है।)

खुशी एवं स्वास्थ्य

जीवन के प्रति जिस व्यक्ति को कम से कम शिकायत होती है वही इस जगत में अधिक से अधिक सुखी है। मुश्किलों पर परेशानी आने पर/धोखा खाने पर खुद पर हंसना चाहिए।

यह हमें और बेहतर बनने की शक्ति देता है। परेशान करके गुस्सा करके अथवा रो कर हम अपना स्वास्थ्य खराब करते हैं। हमें हंसकर अपना मूड बेहतर करना चाहिए। जीवन में

खुशी ही हमारा उद्देश्य होना चाहिए। हर हालात का मुस्कुराहट के साथ सामना करना है। हमारे स्वस्थ जीवन का यही उद्देश्य होना चाहिए। यही स्वस्थ रहने की कला है।

सच्ची खुशी तब मिलेगी जब सोच/कथनी/करनी के तालमेल हो/सामंजस्य हो। यह कोई पहले से बनाई वस्तु नहीं है। सच्ची खुशी हमें हमारे कर्मों से प्राप्त होती है। प्रसन्नता और स्वास्थ्य हमारे उपर निर्भर करता है।

खुश रहने का मतलब यह नहीं कि सब कुछ ठीक है इसका मतलब यह है कि आपने अपने दुखों से उपर उठ कर जीना सीख लिया है।

दिल को इतना खूबसूरत बनाओं कि शिकन दूर खड़े तरसती रहे, हम हंसते हुए स्वस्थ रहे, सुखी रहें।

अपना द्वार खोलों अपना भला करों

विचार और कर्म में कोई भेद नहीं होता। मनुष्य का सबसे बड़ा दुष्कर्म यही है कि वह बार-बार दुख देने वाली बातों पर विचार करता रहता है, और वही विचार आगे चलकर कर्म बन जाते हैं। इसलिए मन के भीतर किसी भी प्रकार का दुख, अभाव, अपूर्णता या दरिद्रता के विचारों को संग्रहित नहीं होने देना चाहिए। जब हम नकारात्मक विचारों को पास नहीं फटकने देते, तो जीवन स्वतः ही ऐश्वर्यशाली और संतुलित बनने लगता है। कष्टमय परिस्थितियों में भी स्वयं को प्रसन्न रखना ही सच्ची तपस्या है। कठिनाइयों के बीच मुस्कुराना और संघर्ष का आनंद लेना ही आदर्श मनुष्य के गुण हैं। मनुष्य को अपनी वासनाओं और इंद्रियों की शक्ति को नियंत्रण में रखकर अपने श्रेष्ठ गुणों का सदुपयोग करना चाहिए; तभी वह स्वर्ग समान आनंद और जीवन की सच्ची खुशी का अनुभव कर सकता है। वास्तव में “रिस्क” जैसा कुछ नहीं होता — यह केवल मन का भ्रम है। भगवान ने डर नहीं बनाया, हम स्वयं ही उससे डरते हैं। जीवन में बस आगे बढ़ते रहना चाहिए और अपने मन को बार-बार यह स्मरण कराना चाहिए कि “हर काम मेरे लिए आसान है।” जब हम ऐसा मानते हैं, तो हर कार्य सहज और आनंददायक लगने लगता है। कठिनाई कार्य में नहीं होती, बल्कि हमारे देखने और मानने के तरीके में होती है। जिसे हम “रिस्क” कहते हैं, वह केवल हमारी शंका और भय का नाम है। इसलिए कर्म करते रहिए और विश्वास रखिए — सफलता अवश्य मिलेगी।

प्रेरक पंक्तियाँ:

मुस्कान और स्वीकृति — यही स्वास्थ्य और खुशी की कुंजी हैं।

सोच, कथनी और करनी का तालमेल जीवन को पूर्ण बनाता है।

जोखिम से मत डरो; तैयारी और विश्वास से हर चुनौती खेल बन जाती है।

श्लोक / काव्यांशः

“संतोषो स्वास्थ्यफलप्रदः — हसिते जीवने स्फूर्तिः”

(अर्थ: संतोष और हँसी जीवन में ऊर्जा और स्वास्थ्य लाते हैं।)

मेरा आकर्षण — विचार का नियम (आकर्षण का सिद्धांत)

विचार बीज है और कर्म उसी बीज से उत्पन्न वृक्ष

साइंस ने प्रमाणित किया है न्यूटन के नियम द्वारा हम जिसको आकर्षित करेंगे वही आयेगा यही पर्यावरण का भी गुण है। साथ वातावरण हमें खुशी ही देता है मतलब हम खुसनुबा वातावरण को देखते हैं। और आकर्षित होते हैं मतलब यह सिद्धान्त है कि सोच हकीकत बनती है।

अगर किसी चीज को दिल से चाहें तो सारी कायनात उसे तुम से मिलाने में लग जाती है। हमारी प्रबल सोच हकीकत बनने का कोई ना कोई रास्ता निकाल लेती है।

प्रेरक पंक्तियाँ:

सोच तुम जैसा बनोगे, वैसा ही तुम्हारा संसार बनेगा — बीज अच्छे बोओ, अच्छा फलेगा।

दृढ़ इच्छा और संगत प्रयास मिलकर चमत्कार सी परिस्थितियाँ बना देते हैं।

अपने मन को सकारात्मक दिशा में शासन करो — आकर्षण काम करने लगेगा।

श्लोक / काव्यांशः

“विचारः बीजः — कर्मः वृक्षः तस्य फलेन जीवनम्।”

(अर्थ: विचार बीज है; कर्म उसका वृक्ष; फल हमारा जीवन बनता है।)

विचार (किसी विषय पर मन में उत्पन्न होने वाला सोच या राय)

हमें यह याद रखना चाहिए कि जब भी हम किसी चीज़ के बारे में सोचते हैं, तो हम उस विचार को वास्तविकता में प्रकट होने का निमंत्रण देते हैं। हमारे सभी विचारों का संग्रह ही तय करता है कि हमें **जीवन** में क्या अनुभव होगा।

हम जो चाहते हैं, वही सोचना चाहिए। यही नियम सब पर लागू होता है। यदि हम दुनिया में शांति देखना चाहते हैं, तो हमें पहले हर चीज़ में शांति का अनुभव करना होगा।

जो भी चीज़ हमें स्पष्ट दिखाई देती है, उसे प्रबलता और दृढ़ विश्वास के साथ सोचना चाहिए। ब्रह्माण्ड हमें वही देता है जिसकी हम सच्चे मन से कल्पना और अपेक्षा करते हैं। और यदि कभी कुछ नहीं मिलता, तो उसका एक ही कारण होता है—हमारी सोच में स्पष्टता या विश्वास की कमी।

ब्रह्माण्ड का नियम सरल है: हम जैसा सोचते हैं, वैसा ही जीवन में आकर्षित करते हैं।

प्रेरक पंक्तियाँ:

विचार ही बीज हैं — जिस भूमि में आप उन्हें बोते हैं वही फल देते हैं, इसलिए सकारात्मक बीज बौएँ। (विचार बीज हैं और जीवन उसकी फसल)

शांति की कामना हो तो हर कार्य में शांति का बीज बोओ — दुनिया का परिवर्तक वही बनेगा।

स्पष्ट इच्छा और अटल विश्वास ब्रह्मांड को आपके पक्ष में मोड़ देते हैं।

श्लोक / काव्यांश:

“यत् चिन्त्यते तत् भवति — चित्ते स्फुटता भवेत्।”

(अर्थ: जो हम ठानकर सोचते हैं वही बनता है — विचार में स्पष्टता होने पर परिणाम स्पष्ट होते हैं।)

जिंदगी और खुशी

हम हमेशा हर समय खुश नहीं रह सकते, लेकिन जितना अधिक हम खुशी को महसूस करेंगे, उतना ही अपने भीतर की चिंगारी और जिंदादिली को जगा पाएँगे। यह चिंगारी हमारे साथ जन्म लेती है—बस इसे बुझने नहीं देना है। इसके लिए लगातार कोशिश,

सकारात्मक सोच और अपने तरीकों में सुधार का ईंधन देना ज़रूरी है, ताकि यह चिंगारी मुश्किलों की आंधी में भी जलती रहे।

भौतिक सुख-सुविधाएँ सफलता का संकेत हो सकती हैं, परंतु सच्ची खुशी उससे कहीं बड़ी होती है। हमें ऐसा लक्ष्य बनाना चाहिए जो हमारी संतुलित जीवनशैली और तरक्की, दोनों में योगदान दे। वह लक्ष्य हमें दैनिक खुशी दे, न कि थकान और मानसिक बोझ।

खुश रहने के लिए चीजों को समझना और उन्हें स्वीकार करना आवश्यक है, क्योंकि सहमति मिलते ही मन को अपार शांति और आनंद प्राप्त होता है। जीवन में सामंजस्य हो तो हर प्रयास सार्थक बनता है, वरना सफलता भी अपना महत्व खो देती है।

जीवन अस्थायी है—कुछ भी स्थायी नहीं। इसलिए निराशा, कुंठा या अन्याय से बहुत अधिक परेशान होने की आवश्यकता नहीं है। विफलता या अधूरे सपने इंसान को कमजोर बना सकते हैं, पर यही जीवन का हिस्सा है। विफलता का अर्थ हार नहीं, बल्कि एक सीख है।

इसलिए किसी भी चीज़ को अत्यधिक गंभीरता से न लें। समस्याएँ तो मानसून की बारिश की तरह आती रहेंगी—बस हमें अपनी योजना का "रेनकोट" तैयार रखना है और हिम्मत के साथ उनका सामना करना है। यही जीवन की सच्ची खुशी का मूल मंत्र है।

प्रेरक पंक्तियाँ:

भीतर की चिंगारी को रोज एक छोटा कर्म जलाकर जीवित रखो — वह तुम्हारी ऊर्जा है।

अस्थायी आनंद के पीछे भागने से बेहतर है संतुलित लक्ष्य बनाना जो दिल और दिमाग दोनों को पूरक हो।

मुश्किलें आती-जाती हैं; उनकी तैयारी ही सच्ची खुशी का रेनकोट है।

श्लोक / काव्यांश:

“आनन्दः सन्तुलने — न क्षणिके सुखे निहितः।”

(अर्थ: आनंद संतुलन में है — क्षणिक सुखों में नहीं।)

विचारशीलता (गहराई से और समझदारी से सोचने की क्षमता)

याद रखें, जो चीजें हमें पसंद नहीं हैं, उन्हें करने के बजाय हमें विचार करना चाहिए कि वास्तव में हम क्या चाहते हैं। यदि आप किसी ऐसी स्थिति में हैं जिसे आप पसंद नहीं करते या जिसे करने की इच्छा नहीं है, तो अपने दिल का काम तलाशिए—वह काम जिसे आप पूरे जोश और उत्साह के साथ कर सकें।

सबसे पहले यह पहचानना जरूरी है कि कौन-सी चीजें आपको भीतर से आकर्षित करती हैं। उस दिशा में बढ़ने के लिए कई बार त्याग भी करने पड़ते हैं, और हर परिस्थिति में आगे बढ़ते रहने की आवश्यकता होती है। यदि हम इसी विचारधारा के साथ जीवन का रास्ता चुनें, तो जीवन सफल और आनंदमय बन जाता है।

जब कोई हमें प्रोत्साहित करता है या आगे बढ़ने के लिए प्रेरित करता है, तो वह हमारी सकारात्मक सोच का ही परिणाम होता है। शुरुआत में लोग आपकी इस असामान्य सोच से सहमत न हों, लेकिन लगातार सकारात्मक विचार रखने से आपको दिशा मिलती है, और वही दिशा आपके सपनों के करीब ले जाती है।

याद रखिए, बिना डरे और बिना रुके अपने काम में जुटे रहने से सफलता अवश्य मिलती है। ऐसी विचारधारा वाला व्यक्ति जीवन में तरक्की की सीमाएँ पार कर जाता है। यही सोच हमें अपनानी है, क्योंकि यदि लक्ष्य सफलता तक पहुँचना है, तो यही हमारा जीवन का सूत्र है।

और अंत में—दुनिया को बहुत गंभीरता से लेने की जरूरत नहीं है; यहाँ कोई भी हमेशा के लिए नहीं रहने वाला।

प्रेरक पंक्तियाँ:

वही काम चुनो जो दिल से आता हो; उत्साह के साथ किया हुआ श्रम थकान नहीं, उड़ान देता है।

विचारशीलता और दृढ़ता साथ हों तो मार्ग स्वचालित रूप से खुलते हैं।

दूसरों की स्वीकार्यता की चिंता कम, अपने संकल्प की चिंता ज्यादा करो।

श्लोक / काव्यांश:

“यद् युक्तमनसा कर्तव्यं — तत् जीवनं सुफलं भवति।”

(अर्थ: जो मन से किया गया काम है, वही जीवन को फल देता है।)

सर्वोत्तम सुख

विजय और पराजय—दोनों ही निश्चित नहीं हैं। यही संसार की माया है। सत्य यह है कि जैसे-जैसे हम संपूर्ण जीवन की ओर बढ़ते हैं, हमारा आदर्श भी दूर होता जाता है, और हम निरंतर संघर्ष करते रहते हैं। संघर्ष जीवन का स्वभाव है। हम स्वयं को स्वतंत्र मानते हैं, परंतु वास्तव में हम प्रकृति के दास हैं—शरीर, मन और विचारों के बंधन में बँधे हुए। यही माया का जाल है।

माता का निस्वार्थ प्रेम—वह प्रेम किए बिना रह ही नहीं सकती, यही माया का सबसे सुंदर रूप है। किसी न किसी रूप में हम सभी इस माया से घिरे हुए हैं। बिना ठोकर खाए या कष्ट झेले हम इस सत्य को स्वीकार भी नहीं कर पाते। इसलिए शराब, नृत्य, संगीत जैसे बाहरी मनोरंजन में खोकर लोग इस माया को भुलाने की कोशिश करते हैं, और यही संसार उन्हें सर्वोत्तम सुख मान लेता है।

लेकिन जब मन को सत्य का ज्ञान मिलता है, जब भीतर से प्रेरणा जागती है, तब मनुष्य धर्म और आत्मचिंतन की ओर अग्रसर होता है। पूर्वजों की पूजा से धार्मिक भावनाओं का विकास हुआ है। कुछ विशेष क्षणों में मनुष्य की चेतना इन्द्रिय सीमाओं के पार पहुँच जाती है, और उस अवस्था में उसे सत्य का साक्षात्कार होता है। तभी धर्म की अद्भुत शक्ति समझ आती है—कि नैतिकता का आधार केवल और केवल त्याग पर टिकता है।

सच्चा सुख भी त्याग के बिना प्राप्त नहीं हो सकता। इसी समझ के बाद मनुष्य माया का त्याग कर धर्म, साधना और आध्यात्मिकता की गहराई में उतर जाता है। वहीं उसे वास्तविक शांति और संतोष मिलता है, जो भौतिक सुखों के त्याग के बाद ही हासिल होता है। आध्यात्म ही मनुष्य की शांति का सर्वोच्च स्रोत है।

और अंत में—जो जीत आसानी से मिल जाए, उससे हम कुछ नहीं सीखते।

वास्तविक सीख संघर्ष से ही मिलती है।

प्रेरक पंक्तियाँ:

असली सुख त्याग और आत्म-समर्पण में मिलना है — यह स्थायी और गहन होता है।

भौतिक आनंद क्षणिक, आध्यात्मिक आनंद चिरस्थायी — दोनों में अंतर समझना जरूरी है।

कठिनाई से मिली जीत सिखाती है; आसान जीत केवल क्षणिक खुशी देती है।

श्लोक / काव्यांशः

“त्यागे सुखः नित्यः — माया ह्रस्व फल् सम्सारः।”

(अर्थ: त्याग में ही स्थायी सुख है; माया से मिलने वाला सुख अल्पकालिक है।)

व्यक्तियों का आनंद

जो जीव जितना निम्न स्तर की चेतना वाला होता है, उसे इंद्रिय-जन्य सुखों का उतना ही अधिक आनंद मिलता है। इसके विपरीत, जो व्यक्ति सुशिक्षित होता है, उसे चिंतन, कला, दर्शन और विज्ञान में आनंद प्राप्त होता है।

आध्यात्मिकता इन सब से भी उच्चतम है। इसलिए सर्वोच्च सुख पाने के लिए धार्मिक और आध्यात्मिक चिंतन का अभ्यास आवश्यक है, क्योंकि वास्तविक आनंद वहीं मिलता है।

आध्यात्म मनुष्य के मन को ऊर्जा देने वाली सर्वोच्च प्रेरक शक्ति है। जितनी शक्ति हमें आध्यात्मिक आदर्शों पर चलने से मिलती है, उतनी किसी भी अन्य साधन से नहीं मिलती। जब धर्म जीवन का अभिन्न अंग बनकर प्रत्येक कण में समा जाता है, तब शिवात्मक शक्ति अनंत गुणा बढ़ जाती है और चारों ओर आनंद ही आनंद फैल जाता है।

इसके लिए आंतरिक प्रतिक्रिया—एक भीतर की पुकार—होनी आवश्यक है।

जब आँखें बंद हों, तो भीतर केवल शिव का अनुभव हो; अद्वैत, शांति और धर्म का प्रस्फुटन दिखाई दे। यही मनोवैज्ञानिक सिद्धांत का सार है—कि आध्यात्म एक सर्वव्यापी, सर्वोच्च शक्ति है, और इस जगत की अन्य सभी शक्तियाँ उसी के अंश मात्र हैं।

प्रेरक पंक्तियाँ:

शिक्षा और चिन्तन आनंद में उन्नयन लाते हैं; आध्यात्मिकता उसका पराकर्ष है।

धर्म और ध्यान जीवन में जब तक तनमन में समा जाएं, तब तक सच्चा आनंद अनुभव होगा।

आत्म-अनुभव से प्राप्त खुशी ही सबसे शुद्ध और अपरिवर्तनीय है।

श्लोक / काव्यांशः

“आध्यात्मे सर्वानन्दः — ज्ञानात् परमो द्विजः।”

(अर्थ: आध्यात्म में सर्व आनंद है — ज्ञान ही परम सुखदायक है।)

रहस्यमय शक्ति (कुंडलिनी)

हमारे शरीर में एक अद्भुत और रहस्यमय शक्ति रहती है, जिसे कुंडलिनी कहा जाता है। यह अत्यंत सूक्ष्म रूप में नाभि के नीचे सुषुम्ना नाड़ी में सुप्त अवस्था में रहती है। इसे जागृत करना एक गूढ़ साधना है, जिसकी प्रक्रिया संयम, नियमित ध्यान, सकारात्मक विचार, शुभ संकल्प, प्राणायाम और सतत आध्यात्मिक अभ्यास पर आधारित होती है।

जब जन्म-जन्मांतरों के संस्कार पवित्र होते जाते हैं, तब मनुष्य ईश्वर-प्राप्ति के लिए भीतर से व्यग्र होकर प्रयास करना प्रारंभ करता है। इस मार्ग में सबसे बड़ी परीक्षा है—*विचलित न होना*। प्रिय और अप्रिय घटनाएँ जीवन में आती रहेंगी; कष्टों के समय हमें ईश्वर की न्यायप्रियता, कृपा और दयालुता पर दृढ़ विश्वास बनाए रखना चाहिए। संतोष को अपना आधार बनाकर कठिन परिस्थितियों का भार आधा स्वयं ही हल्का हो जाता है।

जिस प्रकार भौतिक जीवन में सफलता पाने के लिए कठिन परिश्रम और योग्यता बढ़ाना आवश्यक है, उसी प्रकार कुंडलिनी जागरण के लिए ईश्वरीय ज्ञान, निस्वार्थ प्रेम, पवित्र हृदय, उदारता और सत्यनिष्ठा की योग्यता का विकास अनिवार्य है। जब मनुष्य इन गुणों को अपनाता है, तब विधाता भी उसके अनुरूप भाग्य लिखने को विवश हो जाता है।

ऐसी अवस्था में दिव्य ज्ञान जागृत होता है, दिव्य दृष्टि प्राप्त होती है; हृदय में प्रेम भर जाता है; तमाम बुराईयाँ नष्ट होने लगती हैं, और न्याय व उपकार ही सर्वोच्च मूल्य के रूप में उभरते हैं। जब मनुष्य के भीतर ऐसी योग्यता विकसित होती है, तभी उसकी यह रहस्यमय शक्ति प्रज्वलित होती है।

कुंडलिनी सभी नाड़ियों को संचालित करती है। इसके जाग्रत होने पर शरीर के सातों चक्र सक्रिय हो जाते हैं और विचारों, भावनाओं तथा जीवन-ऊर्जा पर अद्भुत प्रभाव पड़ता है। यह शक्ति योग द्वारा जगायी जाती है, और इसके माध्यम से मनुष्य न केवल स्वयं को, बल्कि दूसरों के दुख-दर्द को भी सकारात्मक शक्ति द्वारा दूर कर सकता है। इसके लिए सत्य का पालन, पवित्र जीवन और सतत साधना मुख्य साधन हैं।

कुंडलिनी का पूर्ण जागरण केवल योग्य योगगुरु के मार्गदर्शन में ही संभव है। मन और मस्तिष्क पर नियंत्रण प्राप्त करके ही इस रहस्य को साधा जा सकता है। हमारे प्राचीन आध्यात्मिक गुरु इस रहस्य को जानते थे; वे योग और साधना द्वारा इस चमत्कारी शक्ति को जाग्रत कर लोगों का कल्याण करते थे।

कुंडलिनी शिव की शक्ति है—सदा हमारे भीतर उपस्थित। इसे जागृत कर समाज का कल्याण किया जा सकता है। यह शक्ति मनुष्य को आगे-पीछे की सूक्ष्म चेतना, यहाँ तक कि रोगों को दूर करने की क्षमता भी दे सकती है। यह एक रामबाण, रहस्यमय शक्ति है—आत्मा का परमात्मा से मिलन कराने वाला परम मार्ग।

लेकिन इसकी सबसे अद्भुत बात यह है कि—

यदि साधारण गृहस्थ जीवन जीने वाला मनुष्य भी बिना संसार त्यागे इस शक्ति को प्राप्त कर ले, तभी वह धर्म के वास्तविक स्वरूप को समझ पाता है।

प्रेरक पंक्तियाँ:

संयम, नियमित अभ्यास और शुद्ध जीवन कुंडलिनी के जागरण के आधार हैं — इसे धैर्य और श्रद्धा से अपनाओ।

कुंडलिनी जागरण केवल व्यक्तिगत शक्ति नहीं, समाज-कल्याण का माध्यम भी बन सकता है।

गुरु-मार्गदर्शन, साधना और सत्य-आचरण आवश्यक है — कट्टरता नहीं, सत्कर्म चाहिए।

सफलता कैसे प्राप्त करें

सफलता पाने के लिए सबसे पहले आवश्यक है कि अपनी मंजिल को पहचानें।

जिस लक्ष्य को आप प्राप्त करना चाहते हैं, उसे स्पष्ट, मापनीय और ठोस रूप में तय कर लें—

जिसे नापा, गिना और समयबद्ध किया जा सके।

इसके बाद यह सोचें कि यह लक्ष्य कैसे पूरा होगा।

फिर एक व्यवहारिक योजना (Plan) बनाएँ और हर दिन के कार्यों का मूल्यांकन करें कि आप वास्तव में क्या कर रहे हैं।

विचार और योजना बनाने का तरीका — ABCDE पद्धति

अपनी सभी गतिविधियों की एक सूची तैयार करें और उन्हें पाँच श्रेणियों में बाँट दें:

A — अत्यंत महत्वपूर्ण (Must Do)

यह वे काम हैं जिन्हें आज करना ही चाहिए।

इन्हें न करने पर आपकी सफलता और प्रगति पर सीधा असर पड़ेगा।

B — महत्वपूर्ण (Should Do)

ये काम भी करने चाहिए, पर इन्हें न करने पर बहुत बड़ा नुकसान नहीं होगा।

C — कम महत्व के (Nice to Do)

इनका आपके जीवन या लक्ष्य पर खास असर नहीं पड़ता।

समय मिले तो करें, नहीं तो छोड़ भी सकते हैं।

D — Delegation वाले काम (Delegate)

ये वे कार्य हैं जिन्हें कोई और कर सकता है।

इन्हें दूसरों को सौंप देना समझदारी है।

E — गैर-ज़रूरी (Eliminate)

ये कार्य आपकी ऊर्जा और समय खा लेते हैं, पर इनके होने या न होने से जीवन पर कोई प्रभाव नहीं पड़ता। इन्हें हटाना ही बेहतर है।

ABCD क्रम का अनुशासन, जब तक A पूरा न हो, B शुरू न करें।

जब तक B पूरा न हो, C को छोड़ दें। D वाले कार्य समय के अनुसार करें या दूसरों को सौंप दें। E वाले कार्यों को सूची से हटा दें।

सार

सफलता उन्हीं को मिलती है जो अपनी प्राथमिकताओं को समझते हैं, सही काम सही समय पर चुनते हैं। अपने लक्ष्य की दिशा में रोज़ थोड़ा-थोड़ा आगे बढ़ते हैं।

स्पष्ट लक्ष्य + सही योजना + प्राथमिकता का अनुशासन = सुनिश्चित सफलता

प्राथमिकता, स्वास्थ्य, कर्म और जीवन-दृष्टि

प्रेरक पंक्तियाँ:

मंजिल स्पष्ट हो, तो हर दिन का छोटा कदम कारगर बन जाता है — नापा-तुला लक्ष्य ही लक्ष्य रहता है।

योजना बनाओ, दिनचर्या में बांटो, और हर दिन समीक्षा करो — लगातार सुधार ही सफलता का मंत्र है।

कार्यों की सूची लिखो और प्राथमिकता तय करो — कार्य व्यवस्थित होंगे तो सफलता स्वाभाविक है।

हिंदू संसार का पुराना धर्म है — प्रेरणा — श्री श्री विवेकानंद जी से

जिस वस्तु का आविष्कार एक बार हो चुका है, उसका पुनः आविष्कार नहीं किया जा सकता। हाँ, उसका विकास किया जा सकता है — उसे अधिक सुंदर बनाया जा सकता है, अधिक आधुनिक रूप दिया जा सकता है, अधिक तेज और उपयोगी बनाया जा सकता है। लेकिन उसके जनक हम नहीं कहलाते। इसलिए हमारा प्रयास होना चाहिए कि जो भी उपलब्ध है, उसे हम अपनी क्षमता से और बेहतर बनाएं, उसकी कमियाँ दूर करें।

मनुष्य स्वभाववश बार-बार भ्रम और चक्रव्यूह जैसे मानसिक जाल में फँसता है। लेकिन जो बच्चे वास्तव में होनहार होते हैं, वे केवल यह नहीं समझते कि कोई “फॉर्मूला” कैसे काम करता है; वे यह भी समझते हैं कि वह *क्यों* पैदा हुआ। इसलिए वे माया के चक्कर में फँसते नहीं — वे ज्ञान को साधन बनाकर लगातार आगे बढ़ते चले जाते हैं।

स्वामी विवेकानंद जैसे महान विचारकों ने हमें और हमारे धर्म को गहराई से परिभाषित किया है। उन्होंने स्पष्ट बताया कि आत्मा, हिंदुत्व, जन्म-मरण, मनुष्य, संसार और ईश्वर — इन सबके अनावश्यक जाल में उलझकर रुक जाना नहीं चाहिए। इनकी मूल भावना को समझकर आगे बढ़ने का प्रयास करना ही सच्चा मार्ग है।
मैं एक कहानी सुनाता हूँ।

हम सबने कभी-न-कभी दूध से मक्खन निकालते हुए देखा है।

जब दूध मथते हैं, तो ध्यान दें— कुछ मक्खन पहले ऊपर आ जाता है,

कुछ बाद में आता है, कुछ बहुत देर से ऊपर आता है।

लेकिन अंत में होता क्या है ?

मक्खन चाहे जितनी देर से आए—ऊपर आता जरूर है।

क्योंकि उसकी स्वाभाविक प्रकृति ऊपर उठने की है।

इसी तरह हम मनुष्यों का जीवन भी है। हम सबके पास घर, परिवार और जीवन की परिस्थितियाँ होती हैं— फिर भी कोई जल्दी आगे बढ़ जाता है, कोई देर से, कोई रास्ता खोज रहा होता है और कोई अभी भी संघर्ष में होता है।

लेकिन जो व्यक्ति अपनी प्रकृति, सिद्धांत और मूल्यों को पहचान लेता है,

वह मक्खन की तरह— धीरे-धीरे ही सही, ऊपर उठना शुरू कर देता है।

हमारे महापुरुष यही मूल सिद्धांत बताते हैं—

जब हम किसी सत्य, सिद्धांत या विचार पर विश्वास करना शुरू करते हैं, तो हम उसे अपने जीवन में देखना और अनुभव करना शुरू कर देते हैं।

विश्वास — दृष्टि बनाता है दृष्टि — दिशा बनाती है ,

और दिशा — सफलता तक ले जाती है।

मूल सिद्धांत --- परिभाषित चीजों को मानने से ही कल्याण होगा।

प्रेरक पंक्तियाँ:

नवाचार नया निर्माण है; पर परंपरा का सम्मान रखते हुए उसे सुधारना श्रेष्ठ कला है।

विचारकों की सीखें हमें दिशा और अनुशासन देती हैं — उन्हें अपनाकर आगे बढ़ो।

धर्म या सिद्धांत कभी कर्म का बहाना न बने; उनके सार को आत्मा में उतारो।

सिद्धांत जीवन की दिशा तय करते हैं — उन्हें अपनाओ और उस पर अडिग रहो।

जो सिद्ध है, उसका पालन कर के ही स्थायी सफलता बनती है।

जीवन की महत्वपूर्ण शक्ति संघर्ष, संवेदना और सत्य की कहानी

व्यक्तिगत विकास और सफलता के मूल सिद्धांत

1. लक्ष्य (Goal/Vision) बिल्कुल स्पष्ट होना चाहिए

आपका लक्ष्य इतना स्पष्ट और ठोस होना चाहिए कि उसमें किसी प्रकार का किंतु-परंतु न हो। वह ऐसा हो जिसे आसानी से समझाया जा सके, मापा जा सके, प्राप्त किया जा सके और जिसे आप गिनकर बता सकें।

2. हर इंसान का अपना सिद्धांत (Principle) होना चाहिए

बिना सिद्धांतों के व्यक्ति जीवन में स्थिरता और दिशा नहीं पा सकता। सिद्धांत वही होने चाहिए, जो आपके अपने हों—ऐसे कि भले ही लोग उन्हें अपनाएँ या न अपनाएँ, लेकिन आपकी मिसाल अवश्य दें। यही सिद्धांत तरक्की की असली सीढ़ियाँ हैं।

3. नकारात्मक विचारों को मन में स्थान न दें

जैसे ही कोई गलत या नकारात्मक विचार आए, उसे तुरंत झटक देना चाहिए। मन में हमेशा सकारात्मक और अच्छे विचार रखने चाहिए, क्योंकि जैसा हम सोचते हैं—वैसा ही बनते हैं।

4. अपने विश्वास पर विश्वास रखें

यदि आपने किसी चीज को दिल से चाहा है, सोचा है, तो उसे पूरा होने का दृढ़ विश्वास रखें। बार-बार संदेह करके अपने ही विश्वास को कमजोर न करें। बस मन में यही रखें—

“जो मैं चाहता हूँ, वह अवश्य होगा।”

5. हर दिन कुछ नया सीखें और पढ़ें

ज्ञान ही जीवन को ऊंचाई देता है। इसलिए प्रतिदिन कुछ नया सीखना और पढ़ना चाहिए। यह आदत व्यक्ति को निरंतर आगे बढ़ाती है।

6. अपने लक्ष्य के लिए प्रतिदिन क्या कर रहे हैं, यह सोचें

सिर्फ लक्ष्य बनाना काफी नहीं। यह भी जरूरी है कि आप रोज विचार करें—“मैं अपने लक्ष्य को पाने के लिए आज क्या कर रहा हूँ?” यही सोच आपको सही दिशा और निरंतर प्रगति देती है।

प्रेरक पंक्तियाँ:

लक्ष्य स्पष्ट हो तो हर दिन की योजना प्रभावी बनती है — मापने योग्य लक्ष्य तय करो।

सिद्धांत तुम्हारी नींव हैं; उन्हें लिखो और उन पर अकिंचन दृढ़ रहो।

नकारात्मकता से लड़ो — विश्वास को रोज ताज़ा करो; सीखना जीवन की आदत बनाओ।

श्लोक / काव्यांश:

“दृढलक्ष्येन जीवितम् — सिद्धिः स्वयमेव आगम्यते।”

(अर्थ: दृढ़ लक्ष्य के साथ जीवन जियो — सफलता अपने आप आएगी।)

अनमोल तरकीब — स्वस्थ शरीर

स्वस्थ और सकारात्मक जीवन के लिए दैनिक आदतें

1. हमेशा रात को आरामदायक और पूरी नींद लेकर सोना चाहिए।
2. सुबह उठते ही नए दिन का मुस्कराकर, खुशी से स्वागत करना चाहिए।
3. खाना खाने के कम से कम आधे घंटे बाद ही पानी पीना चाहिए।
4. खाने के बाद हमेशा पेशाब कर लेना चाहिए, यह स्वास्थ्य के लिए अच्छा है।
5. सोने से पहले पूरे दिन के लिए ईश्वर का धन्यवाद अवश्य करना चाहिए।
6. रोज़ाना कम से कम 9 गिलास पानी पीना चाहिए।
7. अच्छी सेहत के लिए रोज़ कम से कम 6 घंटे की नींद ज़रूर लेनी चाहिए।
8. हर दिन कुछ न कुछ नया सीखना चाहिए—किताब, अनुभव या किसी व्यक्ति से।

प्रेरक पंक्तियाँ:

संयमित दिनचर्या और आभार से शरीर व मन दोनों स्वस्थ रहते हैं।

साधारण नियम रोज़ अपनाकर जीवन में बड़ा अंतर लाया जा सकता है।

सीखना और आभारी होना — यही स्वास्थ्य और आनंद का मूल मंत्र है।

श्लोक / काव्यांश:

“स्वास्थ्यं बलं जीवनम् — अनुशासनैव मूलम्।”

(अर्थ: स्वास्थ्य जीवन की शक्ति है — अनुशासन उसका आधार है।)

चिंता — अपने लिए नहीं, अपनों के लिए

चिंता अपने लिए नहीं, अपने प्रियजनों के लिए होती है।

लेकिन ज्यादा चिंता करना भी सही नहीं—समाधान पर ध्यान दें।

प्रेरक पंक्तियाँ

चिंता को काम में बदलें—यही ऊर्जा उपयोगी है।

परवाह अच्छी है, पर अत्यधिक चिंता नुकसानदायक।

संतुलन ही सच्चा प्रेम है।

श्लोक

“परहितो धर्मः — चिन्तां सम्यक् करो।”

(अर्थ: परहित में कार्य करो, पर व्यर्थ चिंता से मुक्त रहो।)

वैज्ञानिक और जीवन सूत्र (संक्षिप्त, प्रभावी बिंदु)

विज्ञान कहता है—जीभ की चोट जल्दी भर जाती है;

ज्ञान कहता है—जीभ से दिया गया घाव कभी पूरी तरह नहीं भरता।

इसलिए सोचकर बोलो।

शौक तो माता-पिता के पैसों से पूरे होते हैं; अपने पैसों से केवल ज़रूरतें ही पूरी पड़ती हैं।

वक्रत के साथ चलना सीखो—क्योंकि वक्रत कभी किसी के मुताबिक नहीं चलता।

ईमान कभी न खोएँ:

दूसरों की चीज़ पर नज़र डालने से अपने संस्कार डगमगाते हैं।

बुराई नाव के छेद जैसी होती है—छोटी हो या बड़ी, एक दिन पूरी नाव को डुबो देती है।

सफलता और असफलता कर्म और भाग्य का परिणाम हैं;

लेकिन दिशा का ध्यान रखने और नियमों का पालन करने से कई समस्याओं से बचा जा सकता है।

सुख और शांति का मंत्र—संतोष।

परिस्थिति को ईश्वर की कृपा समझकर प्रसन्न रहें।

जहाँ आत्मीयता होती है, वहीं करने की प्रेरणा जन्म लेती है।

मैं जैसा सोचता हूँ और चाहता हूँ—वैसा ही मेरे जीवन में आकर्षित होता है।

श्रद्धा यह पहचानने में है कि जीवन हमेशा वही देता है जिसकी हमें वास्तव में ज़रूरत होती है।

जीवन एक खेल है—इसे खेलने वाले ही जीवित महसूस करते हैं।

चरम लक्ष्य के लिए सांसारिक कर्तव्य और साधना दोनों आवश्यक हैं;

इनके बिना जीवन अधूरा है।

अपने आदर्श भविष्य के बारे में सोचने का संकल्प लें—

विश्वास रखें कि भविष्य अतीत से हमेशा बेहतर होगा।

मैं नेतृत्व के लिए बना हूँ और भविष्य में आगे बढ़ूँगा—

यही विश्वास ऊँचाइयों तक ले जाता है।

सकारात्मक मानसिक दृष्टिकोण जीवन के हर क्षेत्र में सफलता का सच्चा साथी है।

जिस जीवन को परखा न जाए, वह जीने योग्य नहीं होता।

सारी दुनिया मिल जाए, लेकिन आत्मा खो जाए—तो जीवन का मूल्य ही समाप्त हो जाता है।

समाज में कई भ्रांतियाँ और गलत परंपराएँ होती हैं;

उनसे ऊपर उठकर सही ज्ञान और विवेक अपनाना ही वास्तविक प्रगति है।

प्रेरक पंक्तियाँ (सकारात्मक, उपयोगी और सार्वभौमिक)

ज्ञान और व्यवहार जीवन को दिशा देते हैं—शब्दों का उपयोग हमेशा विवेक से करें।

संतोष और कर्तव्य से जीवन स्थिर होता है—आचरण ही चरित्र का दर्पण है।

सहिष्णुता, समझ और संवाद—ये समाज को स्वस्थ और मजबूत बनाते हैं।

श्लोक / काव्यांश

“सत्यं विवेकः परोपकारः — समाजस्य आधारः।”

(अर्थ: सत्य, विवेक और परोपकार समाज की वास्तविक नींव हैं।)

जिज्ञासा — सात बिंदु (परिष्कृत रूप)

ईश्वर का अस्तित्व

संसार का क्रम, संतुलन और व्यवस्था स्वयं इस बात का प्रमाण है कि एक सर्वोच्च शक्ति—ईश्वर—निश्चित रूप से है, जो सृष्टि को संचालित करती है।

जन्म का निर्धारण

हमारा जन्म—कुल, माता-पिता और स्थान—यह सब ईश्वर द्वारा पूर्वनिर्धारित होता है।

यह हमारी प्रारम्भिक परिस्थिति है, जिसे एक उद्देश्य के साथ चुना गया माना जाता है।

जन्मानुसार कर्तव्य

जैसा परिवार, स्थान और समाज हमें मिला है, उसी के अनुसार उसके अनुकूल कार्य करना और कर्तव्य निभाना हमारी प्रारंभिक नियति होती है।

प्राप्त परिस्थितियों का सम्मान

जो कुछ हमें मिला है—संस्कार, परिवार, समाज—उनके नियमों व कर्तव्यों का पालन करना ही हमारा प्रथम दायित्व है। यही जीवन की सरल और संतुलित राह है।

मानव योनि का धर्म

मनुष्य का असली धर्म है—समाज के प्रति सदाचार रखते हुए, अपने कर्तव्यों का पालन करना और जीवन को मर्यादा के भीतर जीना। यही सज्जनता और वास्तविक मानवता है।

जटिल प्रश्न — अधर्म का कारण?

प्रश्न यह उठता है कि जब जन्म हमारी इच्छा से नहीं, और परिवेश भी पूर्वनियत है, तो कोई व्यक्ति कसाई, चोर या अधर्मी क्यों बन जाता है?

उत्तर यह है:

परिस्थिति आधार देती है, पर **चयन** हमेशा मनुष्य का अपना होता है।

जन्म परिस्थिति देती है, पर **चरित्र—कर्म से बनता है।**

समाज से भागना -जिम्मेदारी से भागना

समाज में रहना है तो समाज के नियमों के अनुसार चलना ही पड़ता है।

जो व्यक्ति समाज से भागता है, वास्तव में वह कर्तव्य और जिम्मेदारी से भागता है—और यह कायरता है, समाधान नहीं।

प्रेरक पंक्तियाँ (Inspiring Lines)

पहला सेट (कर्तव्य और जन्म पर आधारित)

“मान्यताएँ मार्गदर्शक हैं; पर कर्म आपका स्वतन्त्र क्षेत्र है — दायित्व समझें और निभाएँ।”

“जन्म-स्थान और परिस्थिति सीमाएँ दे सकती हैं, पर प्रयास और सदाचार व्यक्ति को ऊँचा उठाते हैं।”

श्लोक:

“कर्तव्येषु स्थित्यै — मानवता प्रतिष्ठिता।”

(अर्थ: कर्तव्य में स्थिर रहना ही मानवता की प्रतिष्ठा है।)

दूसरा सेट (अनुभव और विकास पर आधारित)

“जीवन में प्रेरक व्यक्तियों और घटनाओं का सार हमें आगे बढ़ने की कुंजी देता है।”

“हर संपर्क और हर उपहार—एक नई सीख है; उसे स्वीकार कर बदलते रहना ही विकास है।”

श्लोक:

“अनुभवः गुरुः — जीवनस्य परिवर्तनम्।”

(अर्थ: अनुभव ही जीवन परिवर्तन का सबसे सशक्त गुरु है।)

प्रेरणा देने वाले जीवन-प्रसंग

जीवन में प्रेरणा कहीं भी मिल सकती है—एक घटना से, किसी व्यक्ति की यात्रा से, या किसी संघर्ष से। महान व्यक्तियों के जीवन प्रसंग हमें बताते हैं कि सफलता का मार्ग न तो सीधा होता है और न ही सहज; वह प्रयास, धैर्य, दृढ़ता और विश्वास से तैयार होता है।

वक्त के आइने में मनुष्य का प्रतिबिंब जिन्होंने साधारण जीवन, कठिन परिस्थितियाँ और सीमित संसाधनों से यात्रा शुरू की, लेकिन इतिहास में असाधारण स्थान हासिल किया।

1. बिल गेट्स — दृष्टि का चमत्कार

“मैंने विश्वविद्यालय पूरा नहीं किया।”

यह वाक्य एक स्वीकारोक्ति नहीं, बल्कि नई सोच का उद्घोष है। बिल गेट्स ने डिग्री अधूरी छोड़ी, पर अपनी दृष्टि, जिज्ञासा और नवाचार से दुनिया की तकनीकी दिशा बदल दी।

सफलता डिग्रियों से नहीं—दृष्टि और निरंतर प्रयास से जन्म लेती है।

2. अब्राहम लिंकन — संघर्ष से राष्ट्रपति तक

“मैंने बचपन में जूते सीए।”

गरीबी में पले, असफलताओं के बीच बड़े, बीमारियों और हारों से जूड़े—पर रुके नहीं। यही बच्चा आगे चलकर अमेरिका के सबसे सम्मानित राष्ट्रपति बने।

शुरुआत भले साधारण हो, अंत असाधारण हो सकता है।

3. एम. एस. ओबेरॉय — एक कर्मचारी से महान उद्योगपति

“मैं होटलों में सेवा करता था।”

एक छोटे कर्मचारी से विश्व के शीर्ष होटल-समूह का संस्थापक बनने की यात्रा—उनकी मेहनत, विनम्रता और प्रबंधन कौशल की मिसाल है।

छोटा काम कभी छोटा नहीं होता; वही भविष्य की नींव बनता है।

4. रजनीकांत — बस कंडक्टर से सुपरस्टार

“मैं बस कंडक्टर था।”

रजनीकांत का विनम्र और संघर्षपूर्ण जीवन बताता है कि प्रतिभा, ईमानदारी और निरंतर अभ्यास व्यक्ति को किस ऊँचाई तक ले जा सकते हैं। हर चमकते सितारे के पीछे संघर्ष की अग्नि जलती है।

5. धीरुभाई अंबानी — सपनों से दुनिया बदली

“मैंने पेट्रोल पंप पर काम किया।”

व्यवसाय-दृष्टि, जोखिम लेने का साहस और अनोखी नेतृत्व क्षमता ने धीरुभाई को उद्योग जगत का साम्राज्य निर्माता बना दिया।

परिश्रम से शुरू हुआ सफर—सम्राट की तरह समाप्त हुआ।

6. सचिन तेंदुलकर — मैदान का महारथी

“मैं दसवीं कक्षा में असफल रहा।”

पर उनकी काबिलियत और अनुशासन ने उन्हें क्रिकेट के इतिहास में अमर कर दिया।

परीक्षा में असफलता जीवन की असफलता नहीं होती।

7. ए. आर. रहमान — संगीत का वैश्विक स्वर

“मैं पढ़ाई छोड़कर की-बोर्ड बजाता था।”

मां की बीमारी, आर्थिक कठिनाई और संघर्षों के बीच उन्होंने संगीत को साधा। आज उनका नाम विश्व संगीत की शिखर पर है।

जब प्रतिभा धैर्य से मिलती है, तो कला अमर हो जाती है।

8. शाहरुख खान — संघर्ष से बादशाह

“मैं बेंच पर सोता था और 20 रुपये उधार लेकर फिल्म सिटी जाता था।”

दिल्ली के मंचों से शुरू हुआ सफर मुंबई में संघर्षों से गुजरा, और वही युवक आज ‘किंग खान’ के नाम से विश्वभर में जाना जाता है।

सपनों की कीमत संघर्ष से चुकानी पड़ती है।

9. लियोनेल मेस्सी — मेहनत का विश्व-स्तरीय चमत्कार

“मैंने फुटबॉल प्रशिक्षण के लिए चाय बेची।”

जरूरत, बीमारी और गरीबी का दबाव होते हुए भी उन्होंने अभ्यास नहीं छोड़ा। आज वे दुनिया के सर्वोच्च खिलाड़ियों में शुमार हैं।

महान खिलाड़ी त्याग और जुनून से बनते हैं।

10. सुशीलकुमार शिंदे — असफलता से आगे बढ़ने का साहस

“मैं दसवीं में तीन बार असफल हुआ और कॉन्स्टेबल बना।”

लेकिन यही संघर्ष, आत्मविश्वास और सामाजिक सेवा उनकी सीढ़ियाँ बने—और वे देश के शीर्ष नेताओं में गिने गए।

असफलता सिर्फ एक पड़ाव है—मंज़िल नहीं।

अध्याय का सार

इन सभी जीवन-प्रसंगों में एक अद्भुत समानता है—

इनकी शुरुआत साधारण थी, पर इनका विश्वास असाधारण।

सफलता किसी को जन्म से नहीं मिलती;

वह धैर्य, साधना, विश्वास और निरंतर प्रयास से अर्जित होती है।

यही महान जीवन-गाथाओं का शाश्वत संदेश है—

जो चलता है, वही जीतता है।

जो विश्वास रखता है, वही इतिहास लिखता है।

किताबें हमें केवल जीतना ही नहीं सिखातीं, बल्कि हमारे उज्ज्वल भविष्य की दिशा भी निर्धारित करती हैं।

पठन किसी भी व्यक्ति के विकास का आधार है, और कुछ ऐसी पुस्तकें और विचारधाराएँ हैं जिन्होंने मेरे जीवन पर गहरा प्रभाव डाला है। इस पुस्तक को पढ़ते समय आपको उन महान व्यक्तियों के भावों, अनुभूतियों और विचारों की छाया भी स्पष्ट दिखाई देगी, जिनसे मुझे प्रेरणा मिली है।

इनमें ओशो, भगवद् गीता, ब्रायन ट्रेसी, उज्ज्वल पाटनी, स्वामी दयानंद, डॉक्टर बी.के. शिवानी, सद्गुरु, श्री श्री रविशंकर, संदीप माहेश्वरी, विवेक बिंद्रा, सोनू शर्मा, ज्ञानवत्सल स्वामी—ये सभी नाम मेरे चिंतन और जीवन-दृष्टि को निरंतर समृद्ध करते रहे हैं।

उनकी शिक्षाओं ने मेरे भीतर न केवल जागृति जगाई, बल्कि इस पुस्तक की हर पंक्ति में कहीं-न-कहीं उनका सार, उनकी प्रेरणा और उनका स्पर्श समाहित है।

प्रेरक पंक्तियाँ:

पुस्तकें आत्मा की खिड़कियाँ हैं — वे हमें वही दिखाती हैं जो हम भीतर से देखना चाहते हैं। एक अच्छी किताब एक मौन गुरु होती है — जो डांटती नहीं, पर दिशा दिखाती है। ज्ञानियों की संगति शब्दों के माध्यम से भी उतनी ही पवित्र है, जितनी साक्षात् उपस्थिति। पढ़ना आत्मा का व्यायाम है — जितना पढ़ोगे, उतना विस्तृत बनोगे।

श्लोक / काव्यांश:

“विद्या ददाति विनयं, विनयाद् याति पात्रताम्।”

(अर्थ: विद्या विनम्रता देती है, और विनम्रता से व्यक्ति योग्य बनता है।)

अतिरिक्त प्रेरक विचार:

किताबों और विचारों के बीच की दूरी मिटा दो — तभी पढ़ाई, प्रेरणा में बदलती है।

“आप” और “हम” के बीच पुल बनाओ, “मैं” अपने आप छोटा हो जाएगा — यही आत्म-नेतृत्व का रहस्य है।

अपनी आत्मा को उस प्रकाश में लाओ, जहाँ बदलाव का अर्थ घाव नहीं, बल्कि जागृति बन जाए।

काव्यांश:

“जो खुद में जले, वही औरों को रौशन करे,

जो खुद को सुधारे, वही संसार सुधारे।”

कालचक्र के बीच मानवीय संवेदनाओं का सफर

इतिहास हमें दिशा तो देता है, पर निर्णय हमेशा वर्तमान परिस्थितियों के अनुसार ही लेने पड़ते हैं। हर युग अपने तर्क, अपनी आवश्यकताओं और अपने सामाजिक-सांस्कृतिक परिवेश के अनुसार अपना नायक चुनता है। यही कारण है कि त्रेता, द्वापर और कलियुग—तीनों युगों में नायक भिन्न हुए और उनके निर्णय भी भिन्न रहे।

त्रेता युग — मर्यादा और धर्म की प्रधानता

त्रेता युग के नायक भगवान श्रीराम थे। उस युग की विशेषता यह थी कि खलनायक भी धर्म और मर्यादा का ज्ञान रखते थे। रावण जैसा खलनायक भी शिव भक्त था, वेदों का ज्ञाता था। बाली पराक्रम, साहस, अहंकार, धर्म और अधर्म—सबका मिश्रण है। ऐसे योद्धा के परिवार में तारा जैसी पवित्र और बुद्धिमती स्त्री तथा अंगद जैसा साहसी और सत्वगुणी पुत्र था।

उस काल में नकारात्मक शक्तियों के मध्य भी विभीषण जैसे संत और धर्मनिष्ठ व्यक्तित्व विद्यमान थे। इसी कारण राम ने किसी भी प्रकार का छल नहीं किया—क्योंकि उस युग में धर्म की सीमाएँ स्पष्ट थीं और उनका पालन अपेक्षित था।

द्वापर युग — अधर्म के विरुद्ध रणनीति

जब द्वापर युग आया, तो परिस्थितियाँ पूरी तरह बदल चुकी थीं। कंस, जरासंध, दुर्योधन, दुःशासन, शकुनि, जयद्रथ जैसे घोर पापी, क्रूर और दुराचारी व्यक्तित्व समाज को नष्ट करने पर उतारू थे।

ऐसे युग में भगवान श्रीकृष्ण के निर्णय कालानुसार थे—जहाँ धर्म की रक्षा के लिए रणनीति, नीति, और कभी-कभी छल भी आवश्यक बन गया। कृष्ण ने सिखाया कि जब अधर्म अत्याचार की पराकाष्ठा पर पहुँच जाए, तब उसका अंत किसी भी आवश्यक साधन से किया जाना उचित है।

कलियुग — सबसे कठोर परीक्षा

कलियुग में परिस्थितियाँ और भी चुनौतीपूर्ण हैं। यहाँ अधार्मिक, अनैतिक और क्रूर शक्तियाँ केवल सत्ता या स्वार्थ की नहीं, बल्कि धर्म के मूल अस्तित्व पर प्रहार करती हैं। ऐसे में केवल नैतिकता का आदर्श—बिना स्थिति को समझे—अर्थहीन हो जाता है।

कलियुग का संदेश स्पष्ट है:

धर्म की रक्षा के लिए दृढ़ता, साहस और कठोर निर्णय आवश्यक हैं।

निष्कर्ष

युग बदलते हैं, पर धर्म का सार नहीं बदलता। निर्णय परिस्थितियों के अनुसार बदलते हैं, पर लक्ष्य—अधर्म का अंत और सत्य की विजय—सदैव एक ही रहता है। यह समझ समाज को वर्तमान का मूल्यांकन करने और सही मार्ग चुनने में सक्षम बनाती है।

जिंदगी और मन का सफ़र

जिंदगी एक निरंतर सफ़र है — हर दिन, हर पल हमें कुछ नया सिखाने और दिखाने आता है। इस सफ़र में अगर हमें अपनी जिंदगी को स्वादिष्ट भोजन की तरह बनाना है, तो सबसे पहले हमें अपने मन पर ध्यान देना होगा।

क्योंकि मन ही वह रसोइया है, जो हमारे जीवन के स्वाद को तय करता है।

जब मन प्रसन्न होता है, तो साधारण परिस्थितियाँ भी हमें सुख देती हैं।

और जब मन उदास होता है, तो सबसे सुंदर चीज़ें भी फीकी लगती हैं।

इसलिए, जिंदगी को सुंदर बनाना है तो मन को संभालना सीखना होगा।

हर सुबह एक नई जिंदगी लेकर आती है।

हर दिन हमारे पास एक अवसर होता है कि हम अपने जीवन को थोड़ा और बेहतर, थोड़ा और सुहाना बना सकें।

पर यह तभी संभव है जब हम चिंता से दूरी बनाए रखें।

चिंता वह धुंध है जो मन की स्पष्टता को ढक देती है।

जब तक यह धुंध छँटती नहीं, हम अपने भीतर छिपी क्षमताओं को पहचान नहीं पाते।

इसलिए हमें यह समझना होगा कि मन को साफ़ और शांत रखना ही जीवन की सबसे बड़ी साधना है।