उनकी पुस्तकों की दुनिया भर में १०० मिलियन प्रतियां बिक चुकी हैं।

रयुहो

एक महान जापानी गुरू

ओकावा

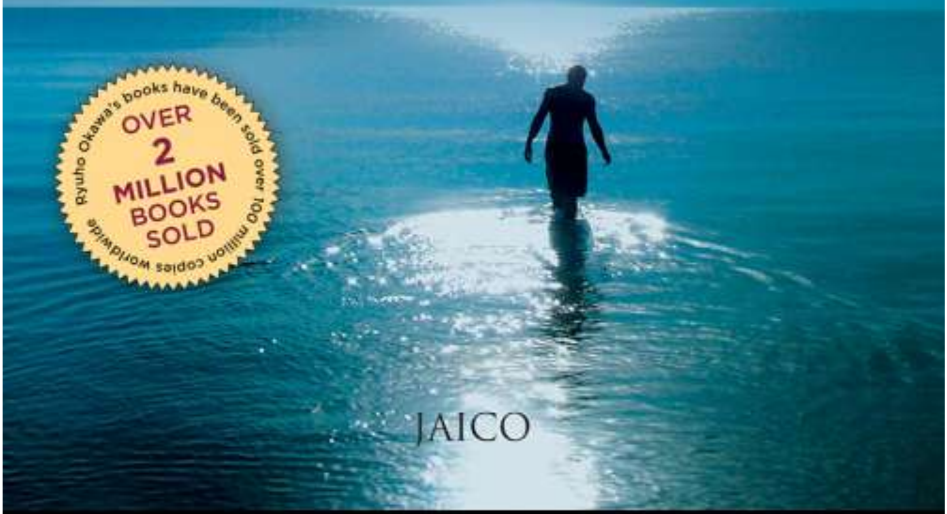
Ryuho Okawa

अपराजित सोच

पराजय जैसी कोई चीज नही

INVINCIBLE THINKING

NOW IN HINDI



JAICO

अपराजित सोच

पराजय जैसी कोई चीज नही

INVINCIBLE THINKING

NOW IN HINDI

रयुहो ओकावा

जयको पब्लिशिंग हाउस

अहमदाबाद बेंगलोर भोपाल चेन्नई

दिल्ली हैद्राबाद कोलकत्ता लखनऊ मुम्बई

विषय सूची

नये संस्करण की भूमिका

भाग एक : अपराजिता के स्त्रोत

1.गुरु के आवश्यक गुण

2.आत्म-चिन्तन से गुरुओं का जन्म

3.आध्यात्मिक विकास के लिए परीक्षण जरुरी है

4.अग्निपरीक्षा से सीख लें

5.बहानों की जिंदगी न जीएं

6.दृढ़संकल्प और इच्छाशक्ति का मार्ग प्रशस्त करना

7.अपराजित बनने के तरीके खोजें

8.व्यक्तिगत सीमाओं को पार करें

9.सफलता प्राप्ति के दो राज

1) मांग का पता लगाएं

2) अधिक विकास के बारे में सोचें

10.वित्तीय शक्ति मुसीबतों से उबरने की हिम्मत प्रदान करती है

11.अपने भीतर के अपराजित तत्व को पहचानें

भाग दो : अपनी सोच में क्रांतिकारी परिवर्तन लाना

1.नये विचारों को जन्म देने का महत्व

2.तीसरे विकल्प की तलाश

3.सकारात्मक सोच के लिए विपरीत ढंग से सोचें

4.असफलता को बचाव नौका के रूप में प्रयोग करें

5.ईश्वर द्वारा सृजित विश्व में कुछ भी बेकार नही

6.अपने कर्म का सामना सकारात्मक रवैये से करें

7.लोग आपको भिन्न-भिन्न रूप में लेते हैं

8.एक सौ बीस साल जीने की योजना

9.प्रयासों से दीर्घायु हुआ जा सकता है

भाग तीन : जीवन और जीत

1.जब तत्व ज्ञान आलोक फैलाता है

2.स्वस्थ जीवन कैसे जीएं

1) शारीरिक दशाएं मस्तिष्क को अवरुद्ध कर देती है

2) अपने भौतिक शरीर पर नियंत्रण करना सीखें

3) शरीर की देखभाल खुद करना

4) शरीर और मस्तिष्क के बीच संबंध

3.धन दौलत का सृजन

1) धार्मिक मनोवृति से जुडी समस्याएं

2) सुख के साधन रूप में धन

3) ईर्ष्या से ग्रसित गरीबी मिथ्या

4) धन सृजन के तीन बुनियादी सिद्धांत

4. पत्नी और घर

1) अपने को आदर्श मानकर शुरु करें

2) क्या आपको अपने जीवन साथी के बारे में गहरा ज्ञान है

3) आदर्श मेल के लिए प्रयास करें

5.संयोग जो आपका भाग्य बदल दे

1) किसी 'महान' व्यक्ति से मिलने की आशा

2) जो कुछ कहा जाए उसे ध्यानपूर्वक व विनम्रता से सुनें

3) महान ह्रदयवान बने

6.एक आध्यात्मिक धरोहर

1) आध्यात्मिक धरोहर के रूप में ईमानदारी

2) ईमानदारी दो रूपों में आती है

भाग चार : अपराजित सोच की शक्ति

1.आत्म चिंतन और प्रगति को जोड़ने वाला सिद्धांत

2.दृश्यमान जगत में अपराजित सोच की शक्ति

3.अपनी आत्मा के विकास के लिए मुश्किलों को अपनी ताकत बनाएं

4.अपने वक्त का खुद मालिक बनें

5.बांस की शक्ति जो गांठ बनाती है

6.प्रतिकूल माहौल में वार्षिक छल्ले तैयार करना

7.लंबी दूरी के धावक के समान सोचें

8.संचित प्रभाव

9.भाग्य का इंतजार करने के बजाय, अगला कदम उठाएं

10. अनुकूल स्थितियों में प्रेम का बीज बोएं

11. एक सोपान ऊपर का लक्ष्य निर्धारित करें

12. नमनशील होकर विचार करें और मुसीबत को लाभ में बदल दें

13. दैनिक सफलता को जीवन की ओर

संस्मरणीय लेख

लेखक के बारे में

हैपी साइंस क्या है?

मानव सुख का अनुसंधान संस्थान (हैपी साइंस) रयुहो ओकावा द्वारा प्रकाशित लैण्टर्न पुस्तकें

नये संस्करण की भूमिका

सरल और सुबोधगम्य रूप में लिखी यह पुस्तक जीवन में सफलता प्राप्ति के रहस्य खोलती है। 1989 में जब पहली बार यह प्रकाशित हुई तो अकेले जापान में ही इसकी 20 लाख से अधिक प्रतियां बिक गई और राजनेताओं और व्यापारिक मैनेजरों समेत प्रत्येक क्षेत्र के गुरुओं में यह अत्यंत लोकप्रिय हो गई। इसका कई भाषाओं में अनुवाद भी हुआ ताकि संसार भर के पाठक इनके विचारों को समझ सकें और लाभान्वित हो सकें। मानव सुख का अनुसंधान संस्थान जिसकी मैंने स्थापना की थी जापान का सबसे बड़ा धर्म बन गया और निरंतर विकसित होते हुए विश्व के प्रमुख धर्मों में इसने अपनी जगह बना ली।

किंतु, इस समय कई देश निरंतर राजनैतिक और आर्थिक रूप से बिखरते जा रहे जिससे लोगों में बहुत बेचैनी फैल रही है । है इस कारण से मैं इस पुस्तक का संदेश फैलाकर कि पराजय जैसी कोई चीज-नही, लोगों को साहस और आशा से सराबोर कर देना चाहता हूँ।

इस पुस्तक का उद्देश्य पाठकों को उत्कृष्ट गुरु बनाना है जो कि दूसरों को सही मार्ग दिखला सकें। अपराजित सोच एक दर्शन है जो लोगों की हर हाल में सफलता प्राप्ति में मदद करती है। यह एक व्यवस्थित तरीका है सफलता और विफलता से सबक लेने और तदनुसार नेतृत्व गुणों के विकास करने का। यह एक तरीका है सभी परिस्थितियों में सकारात्मक सोच और आत्म चिन्तन के संयोग से अपना भविष्य संवारने का।

रयुहो ओकावा
अध्यक्ष
मानव सुख का अनुसंधान संस्थान

भूमिका

अपराजित सोच एक तत्व ज्ञान है जिसमें जीवन में वास्तविक विजय पाने की शक्ति समाहित है। मेरा यह विचार कदापि नहीं है कि सफलता प्राप्ति का मैं कोई बेढंगा तरीका सिखाऊं। इस पुस्तक में मैंने एक तत्व ज्ञान प्रस्तुत किया है जो कि लिंग, आयु या राष्ट्रीयता से परे सभी से समान रूप से संबंधित है। चाहे आप नौजवान हों या बूढ़े, पुरुष हों या महिला और किसी भी राष्ट्र के क्यों न हों, यदि आप इस पुस्तक को चुनते हैं और इसके निष्कर्ष तक पहुॅचते हैं तो मैं विश्वास दिलाता हूँ कि आपके समक्ष सफलता की राह खुलती चली जाएगी।

जीवन एक सुरंग के समान है जिसे पहाड़ खोदकर बनाया गया है, खुदाई में आपको पानी या ठोस चट्टान जैसी कई रुकावटों का सामना करना पड़ सकता है। किंतु यहाॅ आपकी अपराजित सोच ही उस ठोस चट्टान को उड़ाने के लिए डाइनामाइट का काम करती हैं और सभी बाधाओं को पार कर भेदने के लिए तब तक ड्रिल का काम करती है जब तक आप अपनी मंजिल नहीं पा लेते।

यदि आप इस पुस्तक को पढ़कर इसका रसास्वादन कर इसके तत्वज्ञान को अपनी ताकत बनाते हैं तो आप गर्व से कह सकेंगे कि आप फिर असफल नहीं होंगे केवल सफलता आपके कदम चूमेगी।

रयुहो ओकावा
अध्यक्ष
मावन सुख का अनुसंधान संस्थान
दि इंस्टीट्यूट फॉर रिसर्च इन ह्यूमन हैप्पीनेस

भाग एक

अपराजिता के स्त्रोत

1: अपराजिता के स्त्रोत

(1) गुरु के लिए आवश्यक गुण।

लोग निरंतर यह पता लगाने की कोशिश करते रहे हैं कि जिस युग में वे रहते हैं उसकी उत्पत्ति कैसे हुई होगी। वे वास्तविक मूल्यों और अपने आगे बढ़ने की दिशा के बारे में सोचते हैं और वे किसी ऐसे व्यक्ति की तलाश में रहते हैं जो उन्हें इनका उत्तर देकर उनका मार्गदर्शन कर सके। अतः एक उत्कृष्ट गुरु बनने के लिए आपमें दूसरों को सही राह दिखाने की क्षमता होनी चाहिए।

इस संसार में अनेक लोग इस संबंध में अनिश्चित हैं कि वे अपनी क्षमताओं, समय और अपने धन का सर्वोत्तम प्रयोग कैसे करें। एक गुरु को भावी प्रवृतियाँ और वर्तमान में लोगों को सही और सटीक रूप से क्या करना चाहिए, यह समझने में समर्थ होना चाहिए – यही उनका जीवन-लक्ष्य होना चाहिए जो वास्तव में जागरुक हैं। गुरु बनने के लिए आपको क्या करना होगा? यही इस पुस्तक का मूल विषय है।

गुरु बनने के लिए किन गुणों की आवश्यकता होती है? सर्वप्रथम, आपको सदा भविष्य देखने में समर्थ होना चाहिए। आप में दूसरों से एक या दो कदम आगे देखने की सामर्थ्य होनी चाहिए। लोग उन्हीं का आदर करते हैं जो उत्कृष्ट रूप में घटनाओं के निष्कर्षों का पुर्वानुमान लगा सकें या जिसमें असाधारण योग्यता हो। जिस प्रकार से कोई बहुत लंबा व्यक्ति अन्य सभी से काफी आगे तक देखने में समर्थ होता है उसी प्रकार लोगों का विश्वास है कि विशिष्ट व्यक्ति सभी चीजों को अपने चरित्र की महानता या आध्यात्मिक गुणों के कारण साफ-साफ देखने में समर्थ होता है। धीरे-धीरे इन गुणों वाले व्यक्ति के इर्द-गिर्द लोग उस व्यक्ति के रहस्यमयी व्यक्तित्व से आकर्षित होने लगते हैं और स्वेच्छा से उनका अनुसरण करने लगते हैं।

जैसा मैंने पहले कहा भविष्य में देखने की क्षमता गुरु बनने की पहली आवश्यकता है किंतु इतना ही पर्याप्त नहीं है। यदि आप केवल असफलता की संभावना की भविष्यवाणी करते हैं या सफलता की कमी के उदाहरण देते हैं तो हो सकता है शुरू-शुरू में आपको गुरु माना जाए किंतु जल्द ही लोग आपको भूल जाएंगे।

मानव सुख का अनुसंधान संस्थान (हैपी साइंस), जिसका मैं अध्यक्ष हूँ, में अनेक लोग एकत्रित हुए और मैं समझता हूँ कि इसके पीछे उनकी आशा है कि यदि वे इस संस्थान से जुड़ेंगे तो कुछ अच्छा घटित होगा और कोई भी उस पानी के जहाज में यात्रा करना नहीं चाहेगा जिसके डूबने की संभावना हो। चूंकि लोगों का पूर्वानुमान है कि इस आंदोलन से जुड़ने पर उनका कुछ अच्छा घटित होगा और इसीलिए वे इसका हिस्सा बनना चाहते हैं। अतः गुरु बनने के लिए दूसरी पूर्वापेक्षा है लोगों को यह अनुभव कराना कि यदि वे उनका अनुसरण करते हैं और निकट संपर्क में रहते हैं तो वे एक उज्जवल भविष्य की आशा कर सकते हैं - कुछ अच्छा घटित होगा।

गुरु बनने की तीसरी पूर्वापेक्षा है कि उसमें न केवल उज्जवल भविष्य के द्वार खोलने की क्षमता हो वरन् पर्याप्त उपलब्धियाँ भी हो। ताकि दूसरों को आपकी प्रतिष्ठा का विश्वास हो सके।हालाँकि इन उपलब्धियों के लिए नियमित रूप से श्रेष्ठता के विख्यात पुरस्कार की आवश्यकता नहीं है। इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि आपने कैसा जीवन व्यतीत किया है लोग देखते हैं कि आपने किस प्रकार से आनेवाली कठिनाइयों का सामना किया है और इसी से आपके उत्कृष्ट नेतृत्व गुणों का पता चल जाता है।

यदि आप महान ऐतिहासिक पुरुषों का जीवन देखें तो आप पाएंगे कि बहुत कम लोग ही साधन संपन्न घरानों से आए हैं। यदि उनका जन्म सुखद परिस्थितियों में हुआ भी है तो जीवन की किसी अवस्था में उनके सितारे गर्दिश में आए और उन्हें भारी झटका लगा या विपत्ति का सामना करना पड़ा। सामान्यतः ऐसे व्यक्तियों का जन्म सुखद माहौल में नहीं हुआ था किंतु उन्होनें स्वयं के प्रयासों से अपने जीवन की बाधाओं को पारकर अपने में महान शक्ति विकसित की थी। अन्यों को ऐसे पुरुषों की संचरण शक्ति में अपार क्षमता नजर आती है।

अब तक मैंने गुरु बनने के तीन गुणों का जिक्र किया है। इस पुस्तक में मैं 'अपराजित सोच' के बारे में व्यक्त करने जा रहा हूँ, यह एक तत्वज्ञान

है जो इस युग में गुरुओं के लिए अपरिहार्य है। अपराजित सोच एक प्रवृति है, आपके जीवन में कुछ भी क्यों न हो जाए आप सदा उसमें कुछ सकारात्मक पाएंगे और हर स्थिति को अपनी सुविधानुसार ढाल लेंगे। यदि आप इस तत्वज्ञान को अपनाते हैं तो आप पूर्णतः विश्वस्त हो जाएंगे कि संकट या मुसीबत जैसी कोई चीज नहीं केवल अवसरों की ही एक नियमित श्रृंखला है।

(2) आत्म चिंतन से गुरुओं का आविर्भाव

शायद आप सोचते होंगे कि कितना अच्छा हो यदि आपकी सारी इच्छाएँ साकार हो जाएं और सुगमता से सभी मार्ग खुल जाएं। किंतु, असल में, आप जीवन के उतार-चढ़ाव की प्रक्रिया से गुजरकर ही अधिक सीखते हैं। उदाहरण के लिए स्वास्थ्य को लें, कुछ लोग हमेशा शक्ति और ओजस्विता से परिपूर्ण रहते हैं, उन्हें शायद अपनी शारीरिक दशा के बारे में सोचने का समय नहीं मिल पाता। किंतु यदि आप स्वंय से पूछें कि अच्छे स्वास्थ्य के विपरीत क्या बीमारी केवल दुखद लगती है तो आप पाएंगे कि इसका जवाब उतना नकारात्मक नहीं है जैसा आपने सोचा हो।

ऐसा क्यों होता है कि लोग समय-समय पर बीमार पड़ जाते हैं ? इसके पहले हमेशा एक अवस्था आती है, बीमार पड़ने से पूर्व की प्रारंभिक अवधि जब वे कुछ ऐसे लक्षण महसूस करते हैं कि कुछ न कुछ गलत है। उनके शरीर में दर्द होने लगता है, वे अच्छा महसूस नहीं करते या वे पहले की तरह काम नहीं कर पाते। एक अर्थ में, आपको रोकने या आराम के लिए कहने का प्रकृति का अपना अनूठा तरीका है। जब लोग तन्दरुस्ती की परवाह नहीं करते या तंदरुस्ती पर ध्यान नहीं देते तो उन्हें उचित आराम का तब तक पता नहीं चलता जब तक वे बीमार न पड़ जाएं।

जब आप कड़ी मेहनत के बाद 'थकने लगते हैं' तो कभी-कभी ऐसा होता है कि आप बीमार पड़कर अपने शरीर को क्षणिक आराम देते हैं ताकि आप अपना पूरा दिन ठीक बिता सकें और अपना लक्ष्य पूरा कर सकें। बीमारी के कारण आपका जीवन वस्तुतः लंबा हो जाता है। यदि आप बीमार नहीं पड़े होते तो आप 'थक कर चूर' हो जाते और समय से पहले काल के मुँह में चले जाते। अतः इससे बचने के लिए आपका शरीर टूटने लगता है और आप स्वास्थ्य लाभ लेने के लिए विवश हो जाते हैं।

इस स्वास्थ्य लाभ की महत्ता क्या है ? ये मात्र शरीर को आराम देने की अवधि नहीं है। यह वह समय है जब आप अंतर्मुखी हो जाते हैं और आप अपने अंतर्मन में झांकते हैं। जब आप बाहरी जगत की घटनाओं में व्यस्त हो जाते हैं और बाहरी परिणामों से ही जुड़े रहते हैं तो आप अपने अंतर्मन में झाँकना भूल जाते हैं।

इसे और सरलतापूर्वक समझने के लिए चलो किसी कंपनी के बिक्री विभाग में कार्य करनेवाले व्यक्ति का उदाहरण लेते हैं। जब व्यवसाय फल फूल रहा हो और कई नये खातों और ग्राहकों का आगमन हो रहा हो तो क्या उसे अपने बारे में ध्यान से सोचने का समय मिलता है? क्या उसके मस्तिष्क में अपने परिवार या अन्य लोगों का ख्याल आता है ? अधिकांश मामलों में जवाब है, नहीं। वह हद से हद हर स्थिति से उबरने के बारे में सोचता है।

यदि उसने एक माह में 15 मोटर कारें बेचने का लक्ष्य रखा है तो उस लक्ष्य की प्राप्ति पर उसे बहुत खुशी होगी। वह अपने काम से बहुत संतुष्ट होगा और शायद अगले माह के लिए 18 मोटर कारों का लक्ष्य निर्धारित करेगा। किंतु ऐसे लोग जो केवल पूरी तरह परिणामों पर ही टिके होते हैं और जिनका मस्तिष्क केवल बाहर की ओर लगा होता है आखिरकार मुश्किलों का सामना करते हैं। क्योंकि, अधिकतर मामलों में वे अपने ग्राहकों का ध्यान रखना भूल जाते हैं और यह पता लगाने की कोशिश नही करते कि उनके ग्राहक मोटर कार की खरीद से वाकई खुश हैं।

जब सबकुछ ठीक-ठाक चल रहा होता है तो लोग अन्य सभी चीजों से हटकर अपनी संतुष्टि और सुख में ही तल्लीन हो जाते हैं, दूसरे शब्दों में, वे दूसरे लोगों की भावनाओं पर विचार नहीं करते। सही मायनों में एक अच्छी बिक्री वह है जो सौदा पूरा होने के बाद भी आपके जीवन में खुशियाँ लाए। दूसरी ओर, यदि सेल्समैन उत्पाद की अपेक्षा केवल आँकड़ों और परिणामों में ही रुचि रखेगा तो वह कभी यह नहीं जान सकेगा कि ग्राहक अपनी खरीद से पछता तो नहीं रहा या असंतुष्ट तो नहीं हैं।

चूँकि इस प्रकार के लोग अत्यंत प्रतिस्पर्धात्मक समाज में आगे बढ़ने के लिए संघर्ष करते है वे अन्यों के बारे में अधिक परवाह नहीं करते, वे एक भ्रमात्मक सकारात्मक रवैया अपना लेते हैं और सब कुछ परिणामों से तौलते हैं। इनमें से एक भी अपने को सफलता की ओर अग्रसर नहीं करता और इस बात से अनजान रहते हैं कि वे एक मिथ्या जीवन जी रहे हैं। ऐसे

लोग तब तक कोई ऊँचा मुकाम हासिल नहीं करते जब तक वे जीवन के किसी न किसी मोड़ पर कठिनाइयों का सामना नहीं करते। ये कठिनाई कार्यस्थल पर या बीमारी के रूप में आ सकती है।

प्रकृति आपको हमेशा आत्म चिंतन के अवसर प्रदान करती है। जब ऐसा होता है तो आप सामान्यतः अन्तर्मुखी हो जाते हैं और यह समय वास्तव में आपकी आत्मा के लिए सर्वाधिक महत्वपूर्ण होता है। जिन लोगों ने कभी अपने अंतर्मन में नहीं झांका या स्वंय का अध्ययन नही किया वे कभी सच्चे गुरु नहीं बन सकते।

(3) आध्यात्मिक विकास के लिए परीक्षण जरुरी है

सेल्समैन के उदाहरण पर वापस आते है, कल्पना करें कि दूसरों का कोई ख्याल किए बिना भी उसकी बिक्री तब तक लगातार बढ़ती रहती है जब तक वह कंपनी का सर्वश्रेष्ठ सेल्समैन नहीं बन जाता और उसे पुरस्कार स्वरुप बिक्री मैनेजर के पद पर पदोन्नति नहीं प्राप्त हो जाती। अब तक वह अपनी चाल से ही काम करता रहता था और परिणामों के आधार पर ही उसका मूल्यांकन होता है। किंतु अब वह बिक्री विभाग का मैनेजर है उसके अधीन काम करनवालों का क्या होगा ?

वह अपने स्टाफ से भी उसके तरीकों को अपनाने की अपेक्षा रखेगा। दूसरे शब्दों में वह केवल बिक्री लक्ष्यों की प्राप्ति का निर्देश देगा और यह कि उन्हें प्रत्येक माह कितनी कारें बेचनी चाहिए। यदि वे अपने लक्ष्यों को पाने में नाकामयाब रहते हैं तो वह उन्हें कार्य करने में अक्षम मानकर उन्हें कंपनी पर बोझ के रूप में देखेगा। किंतु यदि वे लक्ष्य प्राप्ति में सफल हो जाते हैं तो वह उनका अच्छे कार्मिक के रूप में मूल्यांकन करेगा। यह एकमात्र कसौटी है जिसके द्वारा वह अपने स्टाफ का मूल्यांकन कर सकता है।

उनके बिक्री रिकार्ड देखकर, वह धीरे धीरे हतोत्साहित होने लगेगा क्योंकि यद्यपि उसे विश्वास है कि वह एक माह में 15 मोटर कारें बेच सकता है किंतु उसका स्टाफ एक महीने में केवल 5 मोटर कारें ही बेचने में समर्थ है। जहाँ एक अच्छा मैनेजर अपने अधीनस्थ स्टाफ को एक ओर रख कर चलता है और अधिक आर्डर हासिल करने के गुर सिखाता है दूसरे प्रकार का मैनेजर स्वयं बिक्री करना चाहता है। वह अधीनस्थों के प्रमुखों के पास स्वयं जाएगा, ग्राहकों या अन्य कंपनियों के मैनेजरों से सौदेबाजी

के लिए सीधे संपर्क करेगा। इन अधीनस्थों का अपने काम से लगाव खत्म हो जाएगा और वे कहेंगे 'यदि आप स्वयं कर सकते हैं तो आपका स्वागत है। परिणामस्वरूप अधीनस्थ स्टाफ कुशल बिक्री स्टाफ नहीं बन पाएगा। इस खास मैनेजर का इस रूप से व्यवहार करने का कारण यह है कि उसने सदा अपनी सफलता में ही रुचि ली है। यही उसने सीखा है, उसने मानव मनोवृति पर अधिक चिन्तन नहीं किया। उसने अपना कार्य केवल स्वार्थवश, कार्य बढ़ाने के लिए किया था। असल में बिक्री विभाग में बेहतर कार्य करनेवाले लोग अहंकारी होते हैं और आत्म विश्लेषण में सक्षम नहीं होते।

इस प्रकार के लोग दूसरों से सौदेबाजी करने में बहुत खुश होते हैं और यह मानकर व्यवसाय करते हैं कि सभी उन्हें पसन्द करते हैं और हर कोई उनके साथ खुला है। किंतु, असल में, जैसे ही इस प्रकार का व्यक्ति कार्यालय छोड़ता है सभी चैन की सांस लेते हैं। इस प्रकार के व्यक्ति को इसका पता ही नहीं चलता। कि वे कितने स्वार्थी हैं और इस दृढ़ विश्वास के साथ बिक्री की पराकाष्ठा में पहुँच जाते हैं कि सभी उनके मित्र हैं। यह बहुत आम बात है।

जो अधीनस्थ स्टाफ सतर्क या संवेदनशील होगा वह कभी भी मैनेजर की तरह निर्लज्जता से कार्य नहीं करेगा। वे उसके दिखाए रास्ते या निर्देशों का अनुपालन नहीं करेंगे कि वे कैसे अपना काम करें, अत: वे अपनी कुशलता का प्रयोग कर अपनी क्षमता को संजोएंगे। उदाहरण के लिए वे कोई आदत डाल सकते हैं और अपने ग्राहकों के नजदीक पहुंचने के लिए उसका अपनी बातों में इस्तेमाल कर सकते हैं या बिक्री बढ़ाने के लिए मित्रता पर जोर दे सकते हैं। किंतु बिक्री मैनेजर को इस प्रकार का दृष्टिकोण बड़ा निराशापूर्ण लगेगा।

इस बिक्री मैनेजर के समान लोगों को जीवन की किसी न किसी अवस्था में अपनी अंतरात्मा को मारना पड़ता है, उन्हें पुनरुत्थान के लिए समय की आवश्यकता होती है जब केवल वे स्वयं किसी दुर्भाग्य या विपत्ति का सामना करते हैं तभी वे दूसरों की भावनाओं को समझ पाते हैं। वे स्वयं को सामान्यत: कंपनी का अभिन्न अंग मानते हैं और सोचते हैं कि उनके न रहने पर कंपनी में कुछ नहीं हो सकता। किंतु जब वे बीमार पड़ते हैं और उन्हें पता चलता है कि उनकी अनुपस्थिति में काम और बढ़िया हो रहा है तो उन्हें झटका लगता है। सबसे बड़ा झटका तब लगता है जब उनके

सहकर्मी अस्पताल में उन्हें देखने जाते हैं और कहते हैं कि 'ऑफिस में सब कुछ बहुत बढ़िया से चल रहा है अतः काम के बारे में कोई चिंता न करें'। वास्तव में सांत्वना के ये शब्द ऐसे लोगों के लिए बहुत कष्टदायी होते हैं क्योंकि असल में वे ये आशा कर रहे होते हैं कि उनके सहकर्मी आएंगे और उनसे शीघ्र ही कंपनी में लौटने की गुजारिश करेंगे ताकि सब कुछ फिर से ठीक ठाक चलता रहे।

किंतु, इस प्रकार का अनुभव उनकी असलियत को चकनाचूर कर देता है। इस प्रकार के लोग मानो भांड का कार्य करते हैं, जहाँ वे रोशनी के नीचे अपना ही नृत्य करने में पूरी तरह तल्लीन होते हैं उन्हें पता ही नहीं चलता कि सारे दर्शक जा चुके हैं। इस प्रकार के लोगों को किसी न किसी प्रकार की अग्निपरीक्षा से गुजरना चाहिए और यह कोई उलटा कदम नहीं है वरन् एक अनुभव है जो कि ऊँचा मुकाम हासिल करने के लिए जरूरी है।

(4) अग्निपरीक्षा से सीख लें

जब कुशल व्यक्ति कोई नया कार्य करते हैं व अपने को सिद्धहस्त साबित करने के लिए काफी समय लगा देता है। उनका यह व्यवहार 'प्रेम जो देता है' के ठीक विपरीत जो कि हमारी कंपनी सिखाती है। इसके बजाय 'प्रेम जो लेता है' अर्थात् प्रेम जिसकी लोग प्रशंसा करते हैं। इस प्रकार के लोग दूसरों से प्रशंसा पाने के लिए लालायित रहते हैं ओर यदि उन्हें प्रशंसा नहीं मिलती तो वे और अधिक प्रयास करते हैं। और बड़ी अजीब बात है कि जितनी वह कोशिश करते हैं उन्हें आस पास से उतनी ही अधिक निष्ठुरता मिलती है। उनके लिए इसे समझ पाना अत्यंत कठिन होता है। आपने स्वयं भी अनुभव किया होगा कि आप जितनी अधिक कोशिश करते हैं उतनी ही कम प्रशंसा मिलती है।

इन अधिक उत्सुक लोगों को आखिर में पता चलता है कि वे असल में सबसे प्यार पा रहे थे। जब आप लोगों को प्रशंसा और पहचान पाने के लिए कड़ी मेहनत करते हुए देखते हैं तो आप महसूस करते हैं कि प्रशंसा देकर आप किसी न किसी रूप में खाली हो जाते हैं। जब आप किसी ऐसे व्यक्ति की प्रशंसा करते है जिसने इसके लिए बहुत मेहनत की हो तो आप महसूस करेंगे कि आप कुछ खो रहे हैं।

अपने आस पास के लोगों के बीच आपको आसानी से पता चल जाएगा कि कौन सा व्यक्ति केवल प्रशंसा प्राप्ति के लिए कार्य कर रहा

है। क्या आपके रिश्तेदारों या सहकर्मियों में ही कोई है जो गुप्त रूप से प्रसिद्धि या प्रशंसा की इच्छा रखता है? ये सामान्यत: वही लोग होते हैं जिसकी प्रशंसा करने में आपको बहुत कठिनाई होती है और इसीलिए ऐसे लोग और अधिक मेहनत करते हैं। यह दुश्चक्र तब तक चलता है जब आखिर में दूसरे लोग दिखावे के लिए इनका हवाला नहीं देते और यहीं से धर्मसंकट शुरु होता है। ऐसे लोग निराश हो जाते हैं क्योंकि हालाँकि वे सर्वोत्तम कार्य कर रहे हैं कोई उनके प्रयासों की सराहना नहीं करता। फिर वे सोचने लगते हैं कि यह संसार उल्टे लोगों से भरा पड़ा है जो दूसरों रों की प्रशंसा तक नहीं कर सकते।

वस्तुत:, जब आप पहचान की कोशिश में लगे होते हैं तो आपको दूसरों के अच्छे कार्य नजर नहीं आते। जब आप केवल अपने ही प्रयासों का सम्मान पाने में लगे होते हैं तो आप इसी भ्रम में रहते हैं कि अन्य लोग केवल आपकी सहायता के लिए हैं। दूसरे शब्दों में जो केवल अपनी सफलता से ही जुड़े होते हैं वे दूसरों को सुख नहीं दे सकते। लोग अत्यंत संवेदनशील होते हैं। जब वे इस प्रकार के व्यक्ति से जुड़े होने पर खुशी महसूस नहीं करते तो वे दूरी बढ़ाने लगते हैं। फिर वे आलोचना करने लगते हैं, गंभीर हो जाते हैं और प्रशंसा पानेवाले व्यक्ति के बारे में उलटी– सीधी बात बोलने लगते हैं। इस प्रकार से यह स्थिति पूरी तरह बिगड़ जाती है, आशा के विपरीत हो जाती है।

इसलिए, यदि काम के दौरान आपको कोई धक्का लगता है या आपके सितारे गर्दिश में हो जाते हैं तो इसे नकारात्मक रूप में न लें। ये आपको अपनी आत्मा को सुदृढ़ करने का मौका देते है साथ ही साथ दूसरे लोगों को अधिक गहराई से समझने का अवसर देते है। आप इतना अधिक आत्मकेन्द्रित हो चुके होते हैं कि आप मानने लगते हैं कि कंपनी आपके बिना नहीं चल सकती जबकि असल में आपके बिना भी कंपनी बढ़िया ढंग से चल सकती है। दुर्भाग्य से इसी प्रकार से संसार चलता रहता है।

व्यवसाय में, यदि एक व्यक्ति हट जाता है तो दूसरा व्यक्ति उसका स्थान ले लेता है। यहाँ तक कि अध्यक्ष, जिसे अनिवार्य समझा जाता है, का स्थान लेने के लिए भी कोई न कोई व्यक्ति मिल जाता है। दूसरे शब्दों में, आफिस में केवल किसी एक व्यक्ति द्वारा काम नहीं किया जाता वरन् यह स्टाफ के सामूहिक कार्य का परिणाम होता है। आप दूसरों के प्रयासों

के कारण ही अपनी क्षमताओं का प्रदर्शन कर पाते हैं। इसे कभी नहीं भूलना चाहिए।

इसलिए यदि आप किसी अवरोध या संकट में फंसे हुए हैं तो अपने विगत कुछ वर्षों या कुछ दशाब्दियों पर नजर डालें। जाँचें और देखें कि आपने अपने जीवन को कभी डगमगाने नहीं दिया या आपने केवल अपनी पहचान बनाने की नहीं सोची और दूसरों के कार्यों को श्रेय देना नहीं भूलें। मैं चाहता हूँ कि आप इस पर विचार करें।

इस प्रकार से अपने अंतर्मन में झाँकना निहायत जरूरी है। जीवन में ऐसे अनेकों अवसर आते हैं जब आपको आगे बढ़ने का मौका मिलता है और जो सच्चे मन से कार्य करते हैं अवश्य ही विगत मुश्किलों से उबर जाते हैं। जो लोग अपनी मुश्किलों पर विजय पा लेते हैं और उसे अपनी ताकत बना लेते हैं, अंदर से प्रकाशमान हो जाते हैं, जबकि दूसरे जो संकट में बह जाते हैं वे हमेशा के लिए उसी में समा जाते हैं और निराशा से भर जाते हैं। आप कितनी ही मुश्किलों का सामना क्यों न करें, यह अधिक समय तक नहीं रहती अतः इसके द्वारा प्रस्तुत अवसर का लाभ उठाएं और इससे सबक लें।

(5) बहानों की जिंदगी न जीएं

बुरे वक्त से सामना करते समय निश्चित हो जाएं और इस सोच में न पड़ें कि आप अकेले ही ऐसे व्यक्ति हैं जिसे ऐसी परिस्थितियों का सामना करना पड़ रहा है। अन्य जो बीमार हैं वे भी इससे जूझ रहे हैं और वे भी अपने लक्ष्य में झटका खाते हैं या विफल हो जाते हैं। लोग असल में ये महसूस करने लगते हैं कि उन्हें ही ऐसी स्थिति का सामना क्यों करना पड़ता है। जब संकट आता है, अपनी आंखें और दिल खुला रखें और अपने आस पास के लोगों पर नजर डालें। आप देखेंगे कि सफलता केवल उन्हीं लोगों को नहीं मिली है जो सदा सौभाग्यशाली रहे हैं। उनमें ऐसे कई लोग हैं जिन्होंने असफलता या संकट का मुकाबला किया है और अपने अथक प्रयासों से अपने दुर्भाग्य को अपनी सफलता की नौका बनाई है।

सोचें कि ऐसे अन्य कितने लोग हैं जो आप ही के समान नाव में सवार हुए हैं। संसार में कई प्रकार की बीमारियाँ हैं जैसे हृदय रोग, कैंसर और अनेक शारीरिक रोग। आपकी अवस्था कुछ भी क्यों न हो आप ही इस

बीमारी से पीड़ित नहीं हैं, अनेक मामलों में अन्य भी हैं जो इसी स्थिति से गुजर रहे हैं।

फ्रेंकलिन डी. रूसवेल्ट (1882–1945) अमेरिका के जाने माने राष्ट्रपति थे जिन्हें व्हीलचेयर में ही अपना जीवन व्यतीत करना पड़ा। सामान्यत: जो लोग यहाँ वहाँ जाने के लिए व्हीलचेयर पर आश्रित हो जाते हैं वे सामाजिक रूप से क्रियाशील नहीं रह पाते किंतु अपनी अपंगता के बावजूद उन्होंने राष्ट्रपति के सभी कार्यों का बखूबी निर्वाह किया। वे महान व्यक्ति थे क्योंकि उन्होंने जीवन में अपनी अपंगता से उबरने का हर संभव प्रयास किया।

संयुक्त राज्य अमेरिका से ही एक महिला का अन्य उदाहरण देखें जो देश के सर्वोच्च मुकाम तक पहुँचने में कामयाब रहीं। उन्होंने अपनी जवानी में ही अपने पति को खो दिया, उनके बच्चों ने उनका साथ छोड़ दिया, गरीबी में पड़कर बुरी तरह बीमार हो गई। इन विकट परिस्थितियों के बावजूद वह सरकार में सबसे ऊँचा ओहदा पाने में कामयाब रही।

ऐसे लोगों ने ही जीवन में संकट की घड़ियों से महत्वपूर्ण सबक लिया है। अत्यंत गरीबी से भी लोग उठकर उन ऊचाइयों तक पहुँचे हैं, जहाँ आम आदमी पहुंचने की सोच भी नहीं सकता। मैं आपको बताना चाहता हूँ कि ऐसे लोगों का अध्ययन कर मैंने क्या पाया। सर्वप्रथम उन्होंने अपनी मुसीबतों को अन्यों पर नहीं थोपा। उन्होने इस दोष को दूसरों पर नहीं मढ़ा या अपने भाग्य को नहीं कोसा क्योंकि वे अच्छी तरह जानते थे कि इससे उनको कोई हित नहीं होगा। सबसे महत्वपूर्ण बात है कि भाग्य या अन्य लोगों को अपनी किसी विपत्ति के लिए न कोसें।

दूसरे, वे अपने भाग्य को स्वीकारते हैं। वे इसके लिए कभी शिकायत नहीं करते, 'यदि ऐसा कभी नहीं हुआ होता'। बजाय इसके वे अपने दुर्भाग्य या प्रतिकूल स्थिति को स्वीकारते हैं। इसे मान लेने पर वे इसे वास्तविकता की दृष्टि से लेते हैं और इससे उबरने का प्रयास करते हैं। उनमें दुर्भाग्य को जीवन की सच्चाई के रूप में स्वीकारने का साहस और दृढ़निश्चय होता है।

तीसरे, वे किसी भी विकट स्थिति का सामना क्यों न करें वे उससे सदा कोई न कोई सबक लेते हैं। वे अपने आप से पूछते हैं कि इससे हमें क्या कठिन सबक मिलने वाला है और तब तक इसे खोजते रहते हैं जब तक

उन्हें जवाब नहीं मिल जाता। इससे सीखा सबक सुगमता से उनका एक अमूल्य खजाना बन जाता है जो लंबे समय तक उनके दिलों में रहता है।

चौथे, वे दूसरों की मदद के भरोसे नहीं रहते। चाहे वे कितने ही अक्षम क्यों न हों, वे अकेले ही अपने मार्ग पर खुले और स्वच्छंद जोश के साथ निकल पड़ते हैं और राह में दूसरों की सहायता करना नहीं भूलते। वे अपने भाग्य और वर्तमान स्थिति को उसी रूप में स्वीकारते हैं किंतु यथापूर्व स्थिति नहीं रहने देते। वे अपनी ताकत पर भरोसा रखकर अपनी मुश्किलों का हल निकालने का प्रयास करते हैं। सभी विशिष्ट व्यक्ति इस प्रक्रिया से गुजरते हैं।

जो लोग छोटे मोटे भोग विलास में लीन हो जाते हैं वे कभी महान् नहीं बन पाते और कई भोग विलास में ही लिप्त रह जाते हैं। किंतु जैसे ही वे दूसरों से दया की अपेक्षा करते हैं वे स्वयं को हमेशा तरस खाने के लिए कोसते हैं। संभवतः तब तक सब कुछ ठीक ठाक चलता है जब तक परिस्थितियाँ बदतर नहीं हो जाती या अचानक आप शारीरिक रूप से अपंग या बीमार नहीं हो जाते। लेकिन जैसे ही आपके मन में दूसरों से मदद मांगने का ख्याल आता है तो आपकी आत्मा आपको धिक्कारने लगती है। बजाय इसके, अपने भाग्य को सराहें और उससे उबरने का दृढ़संकल्प करें।

(6) दृढ़ संकल्प और इच्छाशक्ति से मार्ग प्रशस्त करना

भाग्य में जो कुछ लिखा है उससे उबरने के आपके दृढ़ संकल्प का यह अर्थ नहीं है कि आपको कुछ भारी कष्ट उठाना पड़ेगा। केवल आपको नयी राह खोलने की आवश्यकता है अपने आसपास से शुरू करने की जरूरत है। स्वयं से पूछें कि आप क्या करने में समर्थ हैं और अपनी वर्तमान स्थिति से क्या हासिल कर सकते हैं। यदि आपको लगता है अब तक विकसित क्षमताओं से आप कुछ करने के लायक नहीं हैं तो अपनी दूसरी योग्यताओं का पता लगाएं।

बचपन में आप में कौन-कौन से गुण थे जिसकी प्रशंसा आपके दोस्त या शिक्षक किया करते थे? संभवतः आपमें कुछ छिपी योग्यता हो सकती है जिसे शायद आप स्वयं भी भूल चुके होंगे। आप ऐसी ही किसी क्षमता

का पता लगाकर अपने लिए भावी पथ खोल सकते हैं जिसका आपने अभी तक पूर्ण उपयोग नहीं किया है।

मुझे याद है कि मैंने बिना हाथों वाले किसी व्यक्ति के बारे में दूरदर्शन पर एक वृत चित्र देखा था जो अपने पैरों से पेंट करता था। वह अपने पैर के अंगूठों के बीच पेंट ब्रुश थामकर पेशेवर स्तर की पेटिंग तैयार करता था। मैं बहुत प्रभावित हुआ। वह अपने पैरों का इस्तेमाल हर चीज के लिए करता था, जिससे पता चलता है कि यदि हम अपना हाथ खो बैठें तो हम अपने पैरों का इस्तेमाल उस सीमा तक कर सकते हैं जहाँ तक उनसे हाथों के बदले काम लिया जा सकता हो। यह किसी की असल जिंदगी का उदाहरण है जिसने काफी प्रयास किया है।

बहुत से लोग, यदि वे अपने हाथों के इस्तेमाल में अक्षम हो जाएँ, हिम्मत हार कर बैठ जाते हैं और स्वयं उठने का प्रयास नहीं करते और शेष जिंदगी दूसरों से अपनी देखभाल के लिए आश्रित हो जाते हैं। किंतु, दूरदर्शन में दिखाए जाने वाला व्यक्ति अलग था। वह दूसरों पर आश्रित नहीं होना चाहता था। वह अपनी शेष क्षमताओं से दृढ़ निश्चय के साथ अपना मार्ग ढूंढने में समर्थ था। उसे पेंटिंग पसंद थी अतः उसने पैरों के इस्तेमाल से पेटिंग करना शुरू किया और अभ्यास करने लगा। शुरू में उसे ज्यादा कुछ हासिल नहीं हुआ किंतु धीरे–धीरे वह और प्रयास करने लगा, परिणाम भी अच्छे होते चले गए ओर आखिरकार वह चित्र बनाने में कामयाब हो गया।

बिना हाथों वाला व्यक्ति पेंटर बन सकता है, वह अपने पैरों से ब्रुश पकड़ने व पेंट निचोड़ने में समर्थ था और उसने असली चित्र बनाया। यदि यह संभव है तो शारीरिक दृष्टि से हर प्रकार से समर्थ व्यक्ति अपने मस्तिष्क से कुछ भी हासिल कर सकते हैं। आपने संभवतः अपने माता–पिता या अभिभावकों की मदद से शिक्षा प्राप्त की होगी और यदि आप शारीरिक रूप से स्वस्थ हैं तो ऐसा कोई कारण नहीं है कि आप मस्तिष्क में विद्यमान कल्पना को साकार रूप न दे सकें।

आज, लोगों को अपना मुकाम हासिल करने में शैक्षिक संस्थाएँ कई विभिन्न प्रकार के पाठ्यक्रमों के जरिए अनेक योग्यताएँ और कौशल प्रदान कर रही है। लोग बहाना बनाते हैं और कहते हैं कि “मैं अपनी वर्तमान परिस्थितियों में कुछ नहीं कर सकता” या “मुझमें कोई प्रतिभा नहीं है” किंतु यदि वे वाकई कुछ हासिल करना चाहते हैं तो वे अपने

लक्ष्य की ओर बढ़ने के लिए आवश्यक योग्यताएँ प्राप्त कर सकते हैं। उन्होंने कुछ हासिल नहीं किया इसके पीछे कारण यह है कि उन्होने पर्याप्त कोशिश नहीं की या अपने लक्ष्य को पाने के लिए उनमें इच्छाशक्ति का अभाव था।

आश्चर्य की बात है कि अपंग व्यक्तियों द्वारा किए गए प्रयास और अपने लक्ष्य की प्राप्ति के लिए अपनायी गई प्रक्रिया काफी अद्भुत लगती है जब आपको पता चलता है कि विजयी होकर उन्होंने क्या हासिल किया है। अतः जब आप ऐसे अपंग लोगों के बारे में सुनते हैं जो प्रतिकूल परिस्थितियों के बावजूद आगे बढ़ते हैं, तो आप क्या करेंगे? आप जो शक्ति और ऊर्जा से भरपूर हैं उन्हें और अधिक मेहनत करनी चाहिए और वर्तमान से कहीं अधिक लोगों को प्यार देना चाहिए। निस्संदेह यह संभव है। आपकी परिस्थितियाँ जितनी अनुकूल होंगी उतने ही अधिक अवसर आपको दूसरों की सेवा के लिए मिलेंगे। मैं इससे अधि क इस पर बल नहीं देना चाहता कि इसका सदा ध्यान रखना कितना जरूरी होता है।

(7) अपराजित बनने के तरीके खोजें

मैं स्वयं हमेशा यह याद रखता हूँ कि जितनी अधिक मेरी परिस्थितियाँ अनुकूल होंगी मैं उतना ही अधिक अन्य लोगों की मदद कर सकूंगा। यद्यपि मैं और कड़ी मेहनत करना चाहता हूँ, कभी-कभी मैं महसूस करता हूँ हर व्यक्ति की कुछ भी पाने की एक सीमा होती है।

इन सीमाओं का सामना करते हुए मैं अपराजित सोच कर सकता हूँ। यदि मेरी शारीरिक सीमाएं मुझे और अधिक पाने से रोकती है तो मुझे बुद्धि से काम लेना होगा। इसीलिए मैं और अधिक प्राप्ति के लिए नये-नये तरीके खोजता रहता हूँ। यही आप लोग भी कर सकते हैं। रचनात्मकता या दूसरे शब्दों में आविष्कार और खोज अपराजित सोच के महत्वपूर्ण तत्व हैं। यह कहना सही है कि हमारे संस्थान का विकास रचनात्मक खोज और आविष्कार की शृंखला पर आधारित है। जब भी हमारे समक्ष कोई दीवार या रुकावट आ जाती है हम उसे लापरवाही से आगे नहीं धकेल देते। वरन्, हम बड़ी सावधानी से अगले कदम के बारे में सोचते हैं।

शारीरिक सीमाओं से क्या अर्थ है? अपराजित सोच के आलोक में इसका सामान्य अर्थ है आपके क्रियाकलापों का दायरा सीमित होना।

अतः बुद्धि का प्रयोग जरूरी है। जब आप काम पर किसी सीमा से आगे चले जाते हैं?उदाहरण के लिए, पहले सोचें कि आपके कार्य का कोई भाग ऐसा है जिसे आपको स्वयं करने की जरूरत नहीं । क्या कोई और आपका वह काम कर सकता है ? यह एक दृष्टिकोण है। दूसरा यह कि विशेष कार्यों के लिए दूसरों को प्रशिक्षित करें। ऐसा होता ही है कि जो काम आप नहीं कर सकते उसके लिए दूसरे लोगों को लगाना पड़ता है और ऐसा करते समय संपूर्ण कार्य के विकास में आप सहयोग देते हैं।

यह तरीका था कोनोसुके मत्सुशिता (1894-1989), पैनासॉनिक की खोज करनेवाले प्रमुख जापानी ठेकेदार के कार्य करने का। उसका स्वास्थ्य अच्छा नहीं रहता था और चूँकि वह सब कुछ अकेले नहीं कर सकता था उसके पास अपना कुछ काम दूसरों को सौंपने के अलावा और कोई चारा नहीं था। फलस्वरूप 1930 के शुरु में उसने संसार में पहली बार एक विभागीय प्रणाली, एक स्वचालित प्रबंधन प्रणाली की शुरुआत की। इस प्रणाली में कंपनी कई प्रभागों में बंटी होती है और प्रत्येक निगम प्रभाग का अपना प्रशासन होता है, जिसे आज व्यावसायिक प्रशासन में पढ़ाया जाता है। इस तरह से प्रत्येक विभाग के मैनेजर को जिम्मेदारी देकर बड़ी निगमें भी सुचारु रूप से कार्य कर सकती हैं।

यदि कोई निगम ऊपर से नीचे की प्रबंध व्यवस्था में कार्य करती है जहाँ सब कुछ शीर्ष पर बैठे व्यक्ति द्वारा तय किया जाता है अर्थात् समूचे कार्यकलाप एक व्यक्ति की योग्यता तक ही सीमित होते हैं तो निगम का और विस्तार नहीं होगा और विकास रुक जाएगा। किंतु, विभागीय प्रणाली से प्रत्येक अनुभाग का लीडर एक छोटी कंपनी के अध्यक्ष के समान होता है और निगम छोटी कंपनियों के समूह के रूप में कार्य करता है। इस प्रणाली से मत्सुशिता वे परिणाम हासिल करने में कामयाब रहे जो अन्यथा असंभव थे।

अपनी शारीरिक सीमा के कारण मत्सुशिता ने यह प्रणाली ईजाद की और अब इसे समूचे विश्व में अपनाया जा रहा है। यह अपराजित सोच का बड़ा अच्छा उदाहरण है। चूँकि वह सब कुछ अकेले करने में असमर्थ था अतः उसने इसका लाभ उठाया। परिणामस्वरुप अन्यों को और अधिक करने का मौका मिला और इस प्रकार मत्सुशिता ने एक कुशल कार्यबल तैयार किया। यदि निगम का अध्यक्ष स्वयं ही सब कुछ करता तो उसके स्टाफ को विकास का मौका नहीं मिलता। मत्सुशिता ने अपने कर्मचारियों

पर सौंपे गए कार्य को करने के लिए पूरी तरह भरोसा किया और उसका काम पूरा होता चला गया। उसने सोचा कि प्रत्येक में क्षमता है और यदि वह लोगों को खुली छूट देगा तो वे अवश्य ही कुछ न कुछ बढ़िया बना सकेंगे। इससे एक बड़ी कंपनी का सृजन हुआ जिसमें हजारों लोग काम करते थे।

यही शाखा-कार्यालय खोलते समय हुआ। जब मत्सुशिता ने मुख्य कार्यालय से लगभग 300 मील दूर नयी शाखा खोलने का निर्णय लिया तो वह उस पर सीधे नियंत्रण नहीं रख सका । उसने एक 20 वर्ष के नौजवान से कहा "मुझे माफ करना, तुम्हारी मदद के लिए मैं ट्रेन पकड़ कर नहीं आ सकता अतः तुम्हे मेरे बिना ही काम चलाना होगा"। फिर उसने नया कार्यालय चलाने के लिए नौजवान को भेजा।

अनुभव से, मत्सुशिता को धीरे-धीरे यह लगने लगा कि लोगों पर विश्वास करके और उनको सब कुछ स्वयं करने की छूट देकर कुशल कारीगर बनाया जा सकता है। इस मिसाल का आप अनुसरण कर सकते हैं। आपको अपनी सीमित क्षमताओं के कारण समूचे कार्य या क्रियाकलापों को नहीं रोक देना चाहिए। जिन्हें लोग सीमितता सोचते हैं असल में विचारों की कमी है। लोगों में काम करने की क्षमता का अभाव नहीं होता वरन प्रवीणता और रचनात्मकता की कमी होती है।

मैं चाहता हूँ कि आप इस बारे में विचार करें। आप वर्तमान में अपने को सर्वोत्तम रूप में मान सकते हैं किंतु ऐसा हमेशा नहीं रहता। जब स्थिति अनुकूल नहीं होगी तो पुराने ढंग से कार्य करने के बजाय आपको थोड़ा रूककर स्वयं से पूछना होगा कि क्या स्थिति पर काबू पाने के कुछ अन्य तरीके भी हैं। ऐसा अक्सर होता है कि जब भी आप अपने काम का दायरा बढ़ा लेते हैं तो आप सब कुछ अकेले नहीं कर पाते अतः आपको दूसरों की मदद की आवश्यकता पड़ती है ।

(8) व्यक्तिगत सीमाओं को पार करें

एक अच्छा विचार तभी काम करेगा यदि आपकी कोई मदद करेगा। मान लें कि आपका पेशा ट्रक से गलियों में मछली बेचना है यदि आप केवल इसी में अपने को संतुष्ट मानते हैं तो आप पूरी जिंदगी मछली बेचते हुए ही बिताएंगे। किंतु यदि आपको अपने व्यवसाय का विस्तार करना हो तो

आप ऐसे तरीके खोजेंगे कि अधिक से अधिक लोग आपसे मछली खरीदें। आप देखेंगे कि किसी खास रिहायशी इलाके में शाम 4 से 5 बजे जाने पर काफी अधिक ग्राहक मिलते हैं। नगर के दूसरे हिस्से में घूम-घूमकर बेचने की तुलना में उस एक घंटे में आप पांच गुना अधिक कमा सकते हैं। जब एक बार आपका किसी खास स्थान व समय की बिक्री की संभावना का पता चल जाता है तो यह स्वाभाविक है कि आप इन समयों में रोज जाया करेंगे।

तब आपको यह भी आश्चर्य होगा कि क्या दिन का कोई और भी समय है जब मांग अधिक होती है और पता चलता है कि काफी लोग जब घर आते हैं तो उन्हें पता चलता है कि वे किराने का सामान लाना भूल गए हैं। जब एक बार आपको संभावित मांग का पता चल जाता है तो आप दुकान खोलने के लिए एक उपयुक्त स्थल की तलाश शुरू कर देते हैं और ऐसी जगह का पता लगाते हैं जहाँ से लोग शाम के एक खास समय पर मछली खरीदने के लिए आते हैं। इस प्रकार आप अधिक बिक्री कर पाएंगे, बजाए इसके कि आप पुराने तरीके से गली-गली फिरें और लोगों का आपके पास आकर मछली खरीदने का इंतजार करें। कुछ समय बाद आप एक सहायक रखने की स्थिति में होंगे। यदि आप दो होंगे तो आप एक ही समय में अधिक मछली बेच पाएंगे। यदि आप रिहायशी इलाकों में जाएं जहाँ काफी संख्या में लोग आते हैं तो आप अकेले संभाल नहीं पाएंगे। आपको ग्राहकों को मछली देना है, बिल जोड़ना है और लोगों को खुले पैसे लौटाने हैं। यदि आप उनसे लंबा इंतजार करवाएंगे तो वे आप के पास आना छोड़ देंगे और अन्य दुकानों या सुपर मार्केट से मछली खरीदना अधिक पसंद करेंगे। किंतु यदि आपके पास सहायक होगा तो आप अपना ध्यान ग्राहकों को बेचने में लगाएंगे जबकि आपका सहायक बिल जोड़ेगा और पैसे लौटाएगा। इस प्रकार आप अपना काम बांटकर अपनी दक्षता को दुगुना कर सकते हैं।

जैसे-जैसे बिक्री बढ़ेगी आप और अधिक लोग रख सकते हैं। अब तक आपके पास केवल एक ट्रक था फिर आप दूसरा और तीसरा खरीदेंगे। समय गुजरने के साथ आप प्रत्येक ट्रक में लोगों की संख्या बढ़ाएंगे और अपना व्यवसाय तब तक फैलाएंगे जब तक लगभग पांच ट्रक आपके लिए काम करने न लग जाएं।

अकेले कार्य करने पर आप मछली बाजार से हर रोज थोड़ी मात्रा में मछली खरीद पाएंगे। किंतु जैसे-जैसे आपका व्यापार फैलेगा आप थोक में मछली खरीद पाएंगे अर्थात आप कम कीमत पर बेहतर किस्म की मछली खरीद पाएंगे। अकेले में आप प्रतिदिन 20 से 30 बाँगड़ा मछली खरीद पाएंगे किंतु व्यापार फैलने पर आप सौ, दो सौ यहाँ तक कि पाँच सौ बाँगड़ा तक खरीद कर सप्लायर के साथ लेन देन कर अपनी स्थिति मजबूत बना लेंगे और कीमत कम करवा लेंगे और चूँकि आप मछली कम दर पर खरीद सकेंगे तो आप उसे सस्ता बेच भी सकेंगे और अपने ग्राहकों को संतुष्ट कर पाएंगे।

जैसे जैसे आपके संगठन का विस्तार होगा वह अधिक से अधिक कर्मचारी रखेगा और अच्छी सेवाएं दे सकेगा और अधिक ग्राहकों को संतुष्ट कर सकेगा। जितना अधिक बड़ा संगठन होता जाएगा उतना ही अधिक सस्ता लोग खरीद सकेंगे और बेहतर किस्म का उत्पाद खरीद सकेंगे। इस प्रकार हर कोई खुश रहेगा फिर एक सकारात्मक चक्र शुरु होगा और स्थिति और बेहतर होगी। जो कंपनियाँ शुरु में कुछ नहीं थी वे बीस या तीस साल में ही काफी तेजी से फैली या जिसकी शुरुआत कुछ कामगारों से हुई थी, बाद में उनकी संख्या बढ़कर हजारों हो गई, आदि ऐसे व्यापार के उदाहरण हैं जिन्हें इस सकारात्मक चक्र से लाभ मिला है।

इसकी शुरुआत इस बात से हुई कि आप संभावनाओं का पता लगा सकते हैं या नहीं। जो लोग विभिन्न संभावनाओं का पता नहीं लगा पाते वे तीस या चालीस साल मछली बेचते हुए ही बीता देते हैं। जो बहुत सोच विचारते हैं कि कहाँ और कब दुकान करना श्रेष्ठ होगा, ग्राहकों की संतुष्टि के लिए क्या जरूरी है और उन्हें कैसे बेहतर सेवाएं दी जा सकती हैं सकारात्मक चक्र से विकसित होंगे और लाभ उठाएंगे। इन व्यवसायों के लिए सब कुछ ठीक चलेगा।

यही कारण है कि एक ही व्यापारिक लाईन में एक कंपनी अच्छा कर लेती है जबकि दूसरी नहीं। एक ऐसी स्थिति हमेशा आती है जहाँ से रास्ता बँट जाता है और परिणाम आपके द्वारा लिए गए अवसर और निष्कपट तरीकों पर टिक जाता है। बिक्री बढ़ाने में असफल अस्सी से नब्बे प्रतिशत लोग अपनी सीमाओं के कारण अपने व्यवसाय की सीमाओं को भी सीमित कर लेते हैं। ऐसे भी व्यवसाय हैं जो एक परिवार में पीढ़ियों से

और उनमें से कुछ अपनी पूर्व स्थिति कायम रखने तक ही सीमित रहते हैं। जब तक उनका ये रवैया रहता है उनका व्यवसाय नहीं फैलता।

मूलतः अधिकांश स्टोर्स जैसे कॉफी शाप, सैंडविच बार और हैमबर्गर रेस्तरां एक ही किस्म के उत्पाद बेचते हैं। किंतु जहाँ कुछ दुकाने विकसित होकर राष्ट्रीय स्तर पर अपनी चेन दुकानें खोल लेती हैं वहीं दूसरी छोटे स्थानीय स्टोर्स तक ही सीमित रह जाती हैं। इस अंतर के निश्चित कारण हैं। सच्चाई यह है कि वे दुकानें ही विस्तार करती हैं जिनकी सृजनात्मक सोच का इस्तेमाल एक व्यक्ति की क्षमता से परे की प्राप्ति के लिए किया जाता है।

(9) सफलता प्राप्ति के दो राज।

पिछले भाग में मैं जो कहना चाहता था वह यह कि "अभी तुरंत आप जीवन में आगे बढ़ने में अपने को असमर्थ महसूस करें किन्तु क्या यही आगे न बढ़ने का एकमात्र कारण है? एक अकेले व्यक्ति की उपलब्धि की एक सीमा होती है, अतः यदि आप इस संसार में वास्तव में सफल होना चाहते हैं तो आपको अन्य व्यक्तियों का सहयोग लेना होगा"। आपको अधिक से अधिक लोगों की सहायता लेनी होगी। अनिवार्यतः सफलता के दो रहस्य हैं।

(1) मांग का पता लगाएं।

पहला रहस्य सदा लोगों की जरूरतों का पता लगाना है। आपको लोगों की जरूरतों के प्रति हमेशा सतर्क और संवेदनशील रहना होगा। व्यापार वहीं से शुरु होता है जहाँ मांग होती है । तेजी से विकसित होनेवाली कंपनियों की शुरूआत ऐसे किसी व्यक्ति ने की होती है जिसने मांग को महसूस किया और उसे पूरा करने में लग गया।

जहाँ मांग होगी वहाँ सदा काम भी होगा। यदि आप कड़ी मेहनत करके भी लाभ नहीं कमा पा रहे हैं तो इसका कारण है आपके द्वारा सप्लाई की जानेवाली वस्तु की कोई मांग नहीं है। उदाहरण के लिए यदि आप शिक्षा संस्थान चला रहे हैं और अधिक छात्र नहीं आ रहे हैं और आपका गुजारा बहुत मुश्किल से हो रहा है तो इसकी संभावना अधिक है कि पर्याप्त मांग नहीं है और आप लोगों की आवश्यकताओं को पूरा नहीं कर पा रहे हैं। यही अन्य प्रकार के व्यवसायों पर भी लागू होता है। यदि आप लाभ नहीं

कमा पा रहे हैं तो इसका संभावित कारण है कि आपके द्वारा सप्लाई किए जानेवाला उत्पाद स्थानीय मांग को पूरा नहीं करता।

एक पारंपरिक जापानी केक, इमागावा-याकी में मीठी सेम का पेस्ट होता है और हाल ही में एक केक शाप ने कस्टर्ड, चाकलेट और अन्य चूर्ण से भरकर नयी किस्म का केक तैयार किया। फलस्वरूप केक शाप काफी अच्छा व्यवसाय कर रही है और अच्छा लाभ कमा रही है। अपने मूल रूप में पारंपरिक जापानी मीठी सेम का केक केवल बजुर्गों और बच्चों को अधिक पसंद था किन्तु जब मालिक क्रीम और चाकलेट से भरी केक तैयार करने लगा तो अन्य उम्र के लोग भी उन्हें खरीदने लगे। केक शाप के इतने अच्छे से चलने का कारण बहुत आसान है कि उसने अधिक से अधिक लोगों की जरूरतों को पूरा किया।

इस उदाहरण से इस तथ्य का पता चलता है कि यदि किसी खास वस्तु के लिए कोई मांग है तो वहाँ काम किया जाना चाहिए। यही सत्य है चाहे आप स्वयं के लिए, कंपनी के लिए या घर पर काम करें। घर पर भी आप अपने परिवार की जरूरतों का पता लगा सकते हैं। यदि मांग होगी तो कुछ भी करना सार्थक होगा। इसी तथ्य को सदा तलाशना चाहिए।

(2) अधिक विकास के बारे में सोचें।

अगला, आपको विचार करना होगा कि क्या इस मांग का प्रयोग गोता-तख्ता के रूप में आगे विकास के लिए किया जा सकता है। यदि आप ऐसा करते हैं तो आपको यह जानकर आश्चर्य होगा कि इसकी काफी संभावनाएँ रहती है।

वापिस उस दुकान का उदाहरण लेते हैं जिसने क्रीम व चाकलेट से भरे केक तैयार किए थे, प्रारंभिक सफलता के बाद केक शाप और अधिक नये उत्पाद नहीं तैयार कर सकी और इससे आगे विकास रुक गया। मालिक अपनी पिछली सफलता तक ही सीमित रह गए और आगे व्यवसाय की संभावनाओं का पता नहीं लगाया। अब हालांकि वे सफल हो गए हैं उन्हें इस सफलता का प्रयोग और अधिक सफलता प्राप्ति के लिए गोता-तख्ता के रूप में करना चाहिए था। अगले चरण में बढ़ने की सदा संभावना रहती है।

(10) वित्तीय शक्ति मुश्किलों से उबरने की हिम्मत प्रदान करती हैं।

हालाँकि आप सोच सकते हैं कि आपकी चिंताएं मानसिक हैं आश्चर्य की बात है कि सत्तर से अस्सी प्रतिशत चिंताओं को आर्थिक स्थिरता से हल किया जा सकता है। आपको आश्चर्य होगा कि यह कैसे सच है।

मान लें कि एक परिवार की यह शिकायत है कि वे हमेशा थका हुआ महसूस करते हैं। यदि वे इसका हल ढूंढे तो यह बड़ा आसान है। इसका कारण हो सकता है कि उनके दैनिक बदलाव में काफी समय लगता है। क्योंकि उनके पास काफी धन नहीं होता परिवार शहर से दूर घर खरीदते है और फलस्वरूप उन्हें रोज काफी लंबी दूरी तय करनी पड़ती है तो यह कोई आश्चर्य नहीं है कि वे सदा थके हुए महसूस करते होंगे। यदि परिवार के पास कुछ पैसा होता तो वे कई प्रकार के हल ढूँढ सकते थे। वे कार खरीद सकते थे या किसी से वहाँ छोड़ने के लिए कह सकते थे। इस प्रकार की समस्या केवल धन से दूर हो सकती है। किंतु धन के अभाव में दबकर वे काफी शिकायतें करने लगते हैं।

पुनः एक कठिन स्थिति फिर आ सकती है यदि घर में कोई बच्चा या माता पिता बीमार पड़ जाए, किंतु इसे भी किराए पर किसी की मदद लेकर हल किया जा सकता है। दूसरी चिंता जो बहुत से माता पिताओं को सता रही है वह है कि उनका बच्चा स्कूल में ठीक से पढ़ाई नहीं कर रहा किंतु कुछ मामलों में इसका कारण है बच्चों को उचित शिक्षा नहीं मिल पाना। यदि उनके पास अधिक पैसा होता तो वे अपने बच्चों को नामी स्कूलों में भेज सकते थे किंतु वे ऐसा नही कर पा रहे हैं। उनके बच्चे अपने भौतिक क्षमताओं का भरपूर विकास नहीं कर पा रहे हैं। यदि उनके पास अधिक धन होता तो वे अपने बेटे बेटियों को बढ़िया स्कूलों में भेज सकते थे।

इस आलोक में, हम देखते हैं कि अधिकांश घरेलू समस्याओं का कारण धन है। यह हाल के वर्षों मे विशेषकर सत्य है। अत: केवल चिंता करने के बजाय आपको दशा सुधारने के लिए विकल्पों और हलों को तलाशना होगा। यदि आपके कैरियर में कोई ठहराव आ गया है तो जी एन पी में वृद्धि के साथ आप केवल अपनी आय में वृद्धि की आशा कर सकते हैं या तो आपको उतने में ही संतुष्ट रहना होगा या अपनी स्थितियाँ बेहतर करने का तरीका तलाशना होगा।

मान लें कि आप विवाहित हैं और आपकी मजदूरी बढ़ने की संभावना नहीं है, शायद आप या आपका साथी एक गौण आय कमाने का तरीका निकालें। शायद आपमें से किसी में कोई छुपी प्रतिभा हो जिसका प्रयोग

स्थिति बेहतर करने के लिए किया जा सकता है। ऐसे भी लोग हैं जिन्होंने खाली समय में पुस्तकें लिखीं और बाद में उन्हें पता चला कि जो कुछ उन्होंने लिखा उसकी बिक्री से धन आने लगा। कुछ अन्य भी हैं जिन्हें पता चला कि उनमें कुछ ऐसी प्रतिभा छिपी थी जिसका उन्हें पता ही नहीं था या उनमें प्रखर कौशल था जिसके परिणामस्वरूप उनके वेतन में अचानक वृद्धि हुई। इसलिए कुछ नहीं कह सकते कि खुशहाली कैसे भी आ जाए।

अपने से सदा यह पूछना जरूरी होता है कि क्या कोई ऐसा तरीका है जिसके खुलने से आपका मार्ग प्रशस्त हो जाए। अपनी वर्तमान परेशानियों को अलंघ्य मत मानिए वरन हमेशा आगे बढ़ने का मौका खोजिए और परेशानियों पर काबू पाने के सरल तरीके खोजें। स्वयं को प्रतिकूल परिस्थितियों में बहने मत दीजिए न ही अपनी स्थिति के लिए कोसते रहें। बजाय प्रतिकूल परिस्थितियों को चुनौती के रूप में स्वीकार कर उसका प्रयोग आगे बढ़ने के लिए गोता-तख्ता के रूप में करें और अधिक प्रगति करें।

(11) अपने अपराजित तत्व को पहचानिए।

क्या अपनी क्षमताओं पर लगाम लगाना संभव है ? क्या अपने भूतकाल से शासित होना चाहते हैं ? क्या आपके अपने बारे में दकियानुसी विचार या धारणाएँ हैं ? यदि यह स्थिति है तो दुर्भाग्य से आप उन दकियानुसी विचारों से ही अपनी पूरी जिंदगी समाप्त कर लेंगे जो लोग स्वयं को सीमित कर लेते हैं वे अपनी स्थिति से निकलकर आगे नहीं बढ़ सकते। अतः हम यह हमेशा विश्वास करते हैं कि आप अपनी वर्तमान स्थिति से बेहतर कर सकते हैं। जैसा मैने बार-बार स्पष्ट किया है कि प्रत्येक मौके पर इच्छाशक्ति बहुत महत्वपूर्ण है। "आप वैसे ही बनते हैं जैसा आप सोचते हैं।" यही शाश्वत सत्य है अतः यह जरूरी है कि आप अब से अपनी इच्छाशक्ति का अधिक प्रयोग करें।

इच्छाशक्ति का एक विशेष पहलू भी है जिस पर मैं विचार करना चाहता हूँ । मैंने वित्तीय स्थिरता के बारे में कहा है और मैंने कहा है कि जब आप किसी समस्या का सामना करें जो कि धन के अभाव से उत्पन्न हुई हो तो आपको उससे उबरने की कोशिश करनी चाहिए । किंतु अधिकांश लोगों को हीन भावना की समस्या सताती है जो कि शैक्षिक उपलब्धियों या पिछली शिक्षा से संबंधित है।

शायद ये अभी से आपको परेशान कर रही है। शायद आपके दिमाग में दस साल पहले किसी खास हाई स्कूल या विश्वविद्यालय न जा पा सकने का तथ्य सता रहा हो । शायद आपने पूरी जिंदगी इसी आड़ में बिता दी हो। ऐसे कई लोग हैं जो अभी भी अपने पिछले बीस या तीस वर्षों की जिंदगी के बारे में सोचते रहते हैं। किंतु यदि बीस या तीस वर्ष बाद भी आपमें हीन भावना आ रही है तो अन्यों के द्वारा आपकी पिछली शिक्षा को अत्यंत साधारण मानना स्वाभाविक है क्योंकि आप स्वयं ही अपने बारे में ऐसा मान रहे हैं।

इस संसार में ऐसे कई लोग हैं जिन्होंने जूनियर हाई स्कूल से स्नातक के बाद कोई औपचारिक शिक्षा न पाने के बावजूद अपने जीवन को सफल बनाया है। मेरा पूर्ण विश्वास है कि उन्होंने स्वयं से यह नहीं कहा होगा, "मै सीनियर हाई स्कूल इसलिए नहीं जा सका कि स्मार्ट नहीं था, अतः मैं छोटा काम ही कर सकता हूँ।" एक बड़ी जापानी विश्वव्यापी व्यापारिक कंपनी में एक व्यक्ति थे जो सीनियर हाई स्कूल नहीं गए और इस पर भी वे अंत में कंपनी के वाइस प्रसीडेंट बन गए और सारा वित्त कार्य संभालने लगे। औपचारिक शिक्षा के अभाव में भी वे इस पद तक पहुंच गए जो यह दर्शाता है कि अपनी इस ज्ञान की कमी को पूरा करने के लिए उन्होंने अन्यों से एक या दो बार अधिक प्रयास किए होंगे।

ऐसे भी कई लोग हैं जो हीन भावना से ग्रसित हैं क्योंकि वे अपनी विश्वविद्यालय की पढ़ाई जारी नहीं रख सके। आज के लोगों में बौद्धिक योग्यता के अभाव के कारण हीनभावना आना आम बात हो गई है किंतु यदि कुछ वर्ष पहले हुई घटना आज की असफलता का बहाना है तो आप अपने साथ होनेवाले असमान व्यवहार के लिए दोष नहीं दे सकते। क्योंकि आपके पहले कर सकने और तब से आज तक की उपलब्धि ही महत्वपूर्ण है।

अधिकांश लोग विश्वविद्यालय में सामान्यतः चार साल के लिए पढ़ाई करते हैं और वे वहाँ कितनी भी कड़ी मेहनत क्यों न करें वे इस थोड़ी सी अवधि में सीमित अध्ययन ही कर पाते हैं। यदि आपको पढ़ाई कठिन लगती है और आप दस वर्षों तक अध्ययन करते हैं तो आप दस वर्षों में मास्टरी हासिल कर सकते हैं जिसे अन्यों ने चार वर्षों में पाया होगा। यदि आप दस वर्षों में इसे पूरी तरह नहीं समझ पाते तो आप इसे बीस वर्षों में अवश्य ही समझ पाएंगे। आपको पढ़ाई कितनी ही कठिन क्यों न लगे

यदि आप बीस वर्षों तक प्रयासरत रहते हैं तो आप किसी भी विषय में मास्टरी हासिल कर सकते हैं।

अतः महत्वपूर्ण बात यह है कि शिक्षा प्राप्ति के बाद आपने कैसा जीवन व्यतीत किया और क्या आपने कुछ ऐसे परिणाम हासिल किए जिससे आपमें विश्वास भर गया हो। अधिकांश मामलों में लोग शिक्षा प्राप्त न करने का बहाना बनाने लगते हैं। किंतु मैं बताना चाहूँगा कि उनकी कमजोरी उनकी अपर्याप्त शिक्षा नहीं है वरन भूतकाल में पड़े रहने की उनकी सोच है।

यदि आप वाकई परेशान हैं और मानते हैं कि आपकी शिक्षा अधूरी है तो उसकी भरपाई करना और इसके लिए समय निकालना अत्यंत जरूरी है। अधिकांश मामलों में यदि आप दूसरों की अपेक्षा तीन गुना समय अधिक लगाते हैं तो आप अपना लक्ष्य पा लेंगे। यदि कोई दूसरा दो या तीन वर्षों में इसे हासिल करता है तो ऐसा कोई कारण नहीं है कि आप इसे दस वर्षों में हासिल न कर सकें। इसे न पा सकने का कारण प्रयास और दृढ़निश्चय की कमी होना है।

हर कोई किसी न किसी हीन भावना से ग्रसित होता है। यदि आप अपनी जिंदगी अपनी अपर्याप्तता में ही समेटे रहते हैं तो अन्य आपको अवश्य ही हीन भावना से ग्रसित मानेंगे। जब आप अपनी हीन भावना से उबरने के लिए पर्याप्त प्रयास करेंगे तभी इससे निकल सकते हैं। मुझे आशा है कि आप इस तरह के ख्याल का सहारा नहीं लेंगे।

औपचारिक शिक्षा न पा सकनेवाले लोगों में एक बात समान होती है वे सबके साथ सामान्य नहीं रह पाते और पूरी बात नहीं समझ पाते। आप आश्चर्य करेंगे कि ऐसा क्यों होता है। इसका कारण है कि वे स्कूल छोड़ने के बाद, वे एक खास किस्म का काम करने लग जाते हैं या उन्हें एक ही प्रकार के कार्य करने का अनुभव है। अधिकांश मामलों में उन्हें अपनी विशिष्टता का ही ख्याल रहता है चूँकि वे बुनियादी सामान्य शिक्षा से वंचित होते हैं और उनका ।दृष्टिकोण व्यापक नहीं होता। जैसे किसी पेड़ की शाखाएँ बिना तने के नहीं बढ़ सकती उसी प्रकार बुनियादी शिक्षा के अभाव में वे दूरंदेशी नहीं होते। यही उनकी कमजोरी है।

यदि आप इस बात से चिंतित हैं कि आपकी कमजोरी आपकी बुद्धि के कारण हैं तो सर्वप्रथम अपनी क्षमताओं को सीमित मत मानिए। वरन इसको सीखने का प्रयास करें, व्यापक दृष्टिकोण अपनाएँ और विभिन्न

विषयों को समझें। एक बार जब आप ऐसा करने में समर्थ हो जाएंगे तो आप हीन भावना से बाहर निकल आएंगे।

मानव सुख का अनुसंधान संस्थान (हैपी साइंस) में हमें विभिन्न चरणों में आयोजित सेमीनारों में सत्य समझने का मौका मिलता है इसमें तीन भिन्न परीक्षण होते हैं और इन परीक्षणों के परिणामों से व्यक्ति की शैक्षिक पृष्ठभूमि का पता नहीं चलता। ऐसे कई लोग हैं जिन्होंने स्कूल में काफी मेहनत की किंतु समय गुजरने के साथ उनकी कुशाग्रबुद्धि क्षीण होती चली गई। दूसरी ओर ऐसे भी कई हैं जो शुरु में प्रखर बुद्धि के नहीं थे किंतु बाद में वे तेज हो गए। इन्हें पता नहीं चला कि वे कब स्नातक के बाद दस या बीस वर्षों में इतने बुद्धिमान हो गए किंतु उनसे हासिल परिणामों से यह रहस्य खुला कि स्कूल से स्नातक के बाद कैसे उन्होंने अपनी प्रखर बुद्धि को बढ़ाया।

मेरी सच्चे मन से आशा है कि आप स्वयं को अपने तक ही सीमित नहीं रखेंगे और मेरा पूर्ण विश्वास है कि आप वैसा ही बनते हैं जैसा आप सोचते हैं। इसे आज ही अपने जीवन में ढालें और अपने विचारों को आवश्यक प्रयास लगाने में बदलें। धीरे-धीरे बढ़ते रहें, एक-एक कदम, मानो आप सीढ़ी चढ़ रहे हों या एक एक पौढ़ी बढ़ रहे हों। लगातार बढ़ते हुए मेरा पक्का विश्वास है कि आपके समक्ष एक राह खुल जाएगी और आप स्वयं को पहचानेंगे जो सदा ही विजयी और अपराजित होगी।

भाग दो

अपनी सोच में क्रांतिकारी परिवर्तन लाना

2:अपनी सोच में क्रांतिकारी परिवर्तन लाना।

(1) नये विचारों को जन्म देने का महत्व।

इस अध्याय में, मैं, हम सबके सोचने के ढंग के महत्व के बारे में बात करना चाहता हूँ । आपने पहले भी कई धार्मिक पुस्तकों का अध्ययन किया होगा और पाया होगा कि उनमें से अधिकांश पुस्तकें अच्छे और बुरे, पाप और पुण्य, सद्विचार और दुरविचार, सद्कार्यों और बुरे कार्यों और अन्य दोहरेपन पर केन्द्रित होती है। हर धर्म में यह दोहरेपन की स्थिति होती है और मानव जाति के विषय में बात करने पर वे उन्हें इस सीख के साथ अच्छे और बुरे में बाँट देती है कि वे अपने अपने कार्यों के अनुसार स्वर्ग या नरक में जाते हैं।

अध्यात्म में रुचि रखनेवाले लोग जल्द ही अच्छे और बुरे का अंतर जान लेते हैं और इसीलिए वे दो रूपों में सोचते हैं। फलस्वरूप, उनमें सभी चीजों को स्पष्ट रूप में बांटने की प्रवृत्ति होती है। कुछ तब तक निश्चिंत नहीं होते जब तक वे अपने आस पास के लोगों और परिस्थितियों को अच्छी और बुरी चीजों में नहीं बाँट लेते। खेद है जब आप संसार को इस नजर से देखते हैं तो उन बातों या चीजों को भूल जाते हैं जिनमें बहुत शक्ति या संभावनाएं होती हैं। यह एक बड़ा नुकसान है।

उदाहरण के लिए मान लें कि दूसरे लोक से उड़नखटोले में आनेवाले प्राणी किसी देश में बरसात में अवतरण करते हैं। संभवत: वे अपने अंतरिक्षयान से उतरकर स्वयं सोचने लगें, “हम इतनी दूरी तय करके आए और इस ग्रह में कुछ नहीं केवल बरसात है। यहाँ हमारे लिए कुछ नहीं है, जितनी जल्दी हो सके यहाँ से चलो।” इस ग्रह से असंतुष्ट होकर वे बिना विचारे चले जाएंगे। वे संभावनाओं का, पृथ्वी की क्षमताओं का या यहाँ अपने लायक कार्यों को नहीं जान पाएंगे। किंतु, इस तथ्य के बावजूद कि पृथ्वी पर कभी-कभी बारिश भी होती है और ऐसे भी मौसम आते हैं जब दिन बहुत सुंदर और उज्ज्वल होते हैं वे वापिस चले जाते है। प्रश्न

यह उठता है क्या अन्य लोकवासियों को इसका पता है। यदि उन्हें मनोहर बसंत ऋतु को अनुभव करने का मौका मिले तो वे इस ग्रह को बुरा नहीं मानेंगे और इसे रहने लायक समझेंगे, किंतु यदि वे ऐसे दिन अवतरण करते हैं जब बारिश हो रही है और वे सीधे यह मान लें कि यह पृथ्वी रहने लायक नहीं है तो सारी अगली संभावनाएं धरी की धरी रह जाती है।

अपने पूर्वकल्पित विचारों के साथ वे सभी भावी संभावनाओं को नकार देते हैं और अपने अंतरिक्ष यान से उड़ जाते हैं, एक बार फिर अंतरिक्ष से किसी दूसरी जगह की तलाश करते हैं। इसके लिए उन्हें काफी प्रयास करना पड़ता है। यदि वे पृथ्वी पर ही कम से कम एक माह रहते तो बरसात समाप्त हो जाती। किंतु इतना लंबा इंतजार न करने के कारण वे अंतरिक्ष में अनेक वर्षों तक यात्रा करते रहते हैं। इस प्रकार का रवैया अनावश्यक परेशानी पैदा करता है।

मैंने बाहरी लोक के प्राणी का एक उदाहरण दिया है किंतु मुझे विश्वास है कि आप भी ऐसा ही करते। उदाहरण के लिए यदि आप विवाहित हैं तो क्या आपने कभी सोचा कि यदि आपने किसी और से शादी की होती तो अधिक खुश रहते ? ईमानदारी से जवाब दें। मेरा विचार है कि पचास प्रतिशत विवाहित व्यक्ति सोचते, "कि काश मेरी पत्नी कोई दूसरी होती," या "काश मैने कोई दूसरा पति चुना होता।" हालाँकि मैने कहा पचास प्रतिशत से अधिक किंतु हो सकता है अस्सी या नब्बे प्रतिशत से अधिक जोड़े प्रायः ऐसा ही सोचते हों।

उन्हें पता है कि उन्हें ऐसा नहीं सोचना चाहिए किंतु अपने दिल के किसी कोने में वे महसूस करते हैं कि काश वे अपना साथी बदल सकते, या काश यदि उन्होंने पहले देखा होता तो वे शायद पूर्णतः अलग जिंदगी का मजा लेते। वे दशाब्दियों तक सोचते रहते लेकिन कोई फायदा नहीं होता। हालाँकि वे इसे न जान सकें किंतु उनकी सोच ठीक अंतरिक्ष से आनेवाले प्राणियों की तरह ही होती है जिन्होंने बरसात में पृथ्वी पर अवतरण किया था।

इस स्थिति में अपने नजरिए को बदलना जरूरी है, दूसरे शब्दों में एक नयी सोच अपनाएं। हमेशा अपने आप से पूछें कि क्या स्थिति को देखने का कोई और भी तरीका है। दूसरी महत्वपूर्ण बात है स्थिति सुधारने के नये तरीकों का पता लगाने के प्रयास करना। इसको अमल में लाकर देखना जरूरी है।

(2) तीसरे विकल्प की तलाश।

अपनी सोच में "क्रांतिकारी परिवर्तन लाने" का विचार काफी कठिन लगे किंतु उसका वास्तविक अर्थ है काम करने के नये तरीके खोजना। यह सभी प्रकार के लोगों पर लागू होती है।

चलो मैं आपको बताता हूँ कि यह कैसे लागू होता है । पिछले कुछ वर्षों से जब भी मैं दर्शकों के समक्ष बोलने के लिए खड़ा होता हूँ तो ऐसा कई बार होता है। इसी दौरान मैं किताबें भी लिखता हूँ। लेखक यदि बारंबार लिखने का खाली स्थान छोड़कर आगे लिखने की कोशिश करे तो उन्हें लिखने में बड़ी कठिनाई होती है। ये बात सभी लेखकों पर लागू होती है इसका सामान्य कारण है कि वे लेखन के लिए समय नहीं दे पाते। इसे पूरा करने के लिए वे प्रायः पहाड़ों की अन्यत्र यात्रा करते हैं ताकि वे छिप सकें या कुछ समय के लिए कही चले जाएं। फिर वे अपने काम में लग सकते हैं। जब तक वे सामाजिक जिम्मेदारियों को कम नहीं करते तब तक वे नहीं लिख सकते।

अन्यों के समान ही ये मुझ पर भी उतना ही लागू होता है। मैं इस उलझन में फंसा हूँ कि मैं व्याख्यान दूँ या लेखन कार्य करूं। किंतु स्थिति को दूसरे नजरिए से भी देखा जा सकता है, मैं स्वयं से पूछना चाहता था कि क्या ये दोनों क्रियाकलाप एक दूसरे के विपरीत हैं या एक दूसरे के अनुकूल। तब मुझे पता चला कि दोनो को प्राप्त किया जा सकता है।

आप समझ जाएंगे कि यह सब कैसे संभव होता है जब मैं कहता हूँ कि मैं व्याख्यानों की एक श्रृंखला पूरी कर मैं उनसे एक पुस्तक तैयार करता हूॅ। यह पुस्तक "अपराजित सोच" मेरे चार व्याख्यानों पर आधारित है। मैं हर दो या तीन सप्ताह में एक व्याख्यान देता हूँ और प्रत्येक बार लगभग एक घंटे बीस मिनट का भाषण देता हूँ। इसके बाद इन व्याख्यानों को एकत्र कर एक पुस्तक तैयार करवाता हूँ । इस तकनीक का प्रयोग कर मैं पुस्तकों का निर्माण करता हूँ और इस प्रकार लिखने के लिए मुझे स्वयं को एक कमरे में बंद करने की आवश्यकता नहीं पड़ती। इस दुविधा को समाप्त करने का यह भी एक तरीका है।

आप आश्चर्य करते होंगे कि क्या सभी लेखक इसी प्रकार पुस्तक तैयार करते हैं, नही वे ऐसा नहीं करते। इसका कारण है उनकी मौखिक और लिखित भाषा एक सी नहीं होती, इसलिए यह पर्याप्त नहीं है कि किसी बातचीत को लिप्यांतरित कर उसे कागजों पर उतारा जाए। लेखक उचित

लेखन शैली का प्रयोग करना चाहते हैं ताकि वे चुने गए विशेषणों, संयोजकों और अंतिम वाक्यों से अपनी खास शैली रख सके। जब तक वे इन सब बातों का ख्याल रखेंगे तब तक वे मौखिक शब्द को कागजों पर नहीं उतार पाएंगे और वे अपने व्याख्यानों को संकलित कर पुस्तक नहीं तैयार कर पाएंगे।

किंतु इसमें भी छूट के उपाय है, मौखिक भाषा का सर्वश्रेष्ठ प्रयोग करें और लेखन शैली से लगाव छोड़ दें। ऐसा कोई जरूरी नहीं है कि कोई पुस्तक आदर्श रुप में ही लिखी जाए। जहाँ तक सरल भाषा में पाठक तक पुस्तक की विषयवस्तु पहुँच जाए वही काफी है। अभ्यास से इस रुप में अच्छी पुस्तक प्रस्तुत की जा सकती है और अधिकांश लोगों के इसे असंभव मानने का कारण यही है कि वे पूरी तरह साहित्यिक शैली से चिपके रहते हैं। यदि वे इसे छोड़ दें तो कोई कारण नहीं है कि जन भाषा और लेखन की भाषा अनुकूल न हो।

निस्संदेह, कुछ सीमा तक प्रवीणता होनी चाहिए। यदि कोई एक व्याख्यान किसी पुस्तक का अध्याय बनता है, उदाहरण के लिए, मेरे पास डेढ़ घंटे तक लगातार भाषण देने की सामग्री है। मैं स्पष्ट करता हूँ कि यह कैसे संभव है। अपने पिछले प्रशिक्षण के फलस्वरुप मैं किसी भी पुस्तक के प्रत्येक पृष्ठ की कुछ लाइनें पढ़कर उस पर लाल पेन से निशान लगाकर और निशान लगे हुए सभी लेखों को याद कर सकता हूँ। हालाँकि मैं अधिकांश पाठ याद नहीं रख सकूंगा। किंतु पुस्तक का सार मेरे मस्तिष्क में रहेगा जिसे मैं जब चाहे स्मरण कर सकता हूँ। इसी तरह से मेरी याददास्त काम करती है।

इसमें अपने को अभ्यस्त करके मैं भाषण देते समय मानसिक तौर पर लाल स्याही वाली पंक्तियों को भी जोड़ लेता हूँ। इससे मेरा अभिप्राय है मैं यह बता सकता हूँ कि पुस्तक रुप में लिप्यंतरण के बाद मेरे भाषण के किन अंशो को पाठक लाल स्याही से चिह्नित करना चाहेंगे। यदि प्रत्येक पृष्ठ पर ऐसी लगभग दो पंक्तियाँ याद रखने लायक हैं तो एक अच्छी पुस्तक तैयार हो जाएगी और पाठक यह महसूस नहीं करेंगे कि उन्होंने यह पुस्तक पढ़कर अपना समय गंवाया। इस कौशल को प्रशिक्षण द्वारा बढ़ाया जा सकता है।

इस तरीके से मैं अपने जीवनकाल में अपनी सोच में क्रांतिकारी परिवर्तन ला सका हूँ । हालाँकि आप मेरी वाली स्थिति में नहीं हैं और

आपके पास मेरे समान अवसर भी नहीं है यही दर्शन है जिसका प्रयोग आप भी अपनी जिंदगी में कर सकते हैं। यदि आप अपने दिल में झांकें तो आपके भीतर दो अंतः प्रेरणाएं एक दूसरे के विपरीत मिलेंगी।

मान लें कि दो विकल्प ए और बी हों यदि आप ए करना चाहते हैं तो विकल्प बी को अलग रखना होगा। यदि आप बी का चयन करते हैं तो विकल्प ए को छोड़ना होगा। हर कोई इन दुविधाओं को झेलता है और इससे यह काफी चिंता का विषय है। उदाहरण के लिए, मान लें कि आप अपने संस्थान में किसी सेमीनार में जाना चाहते हैं, किंतु यदि आप जाते हैं तो आपका साथी पीछे छोड़ जाने पर थोड़ा व्याकुल होगा और इससे घर में असामंजस्य हो जाता है। यदि आप न जाने का विचार करते हैं तो आपके साथी के साथ आपका संबंध अनुकूल रहेगा किंतु आप निराश हो जाएंगे क्योंकि आप वाकई जाना चाहते थे। इस प्रकार की कई स्थितियों का आपने सामना किया होगा, इस मामले में, आप अपने साथी को सेमीनार में लेकर जा सकते हैं, या इस धर्मसंकट से निकलने का कोई दूसरा विकल्प खोज सकते हैं।

जब आप इस प्रकार की दो विपरीत इच्छाओं या आवश्यकताओं से अपने आपको ग्रसित पाते हैं तो अपने को उस मोड़ तक पहुँचने मत दीजिए जहाँ आपको कोई एक चुनना पड़े। स्वयं सोचें कि दो विपरीत तत्वों को एक साथ लाने का कोई न कोई तरीका है या कोई तीसरा विकल्प भी है जिससे आप इस समस्या से ही बच सकते हैं। आपको समस्या से निकलने के लिए केवल नये तरीके तलाशने होंगे। यदि आप इस समस्या पर काबू पाने के लिए लगातार नये तरीके खोजने का प्रयास करते रहें तो निश्चय ही आपके सामने एक मार्ग खुल जाएगा।

जितना आप अधिक अभ्यास करेंगे उतने ही अधिक नये तरीके आकर आपको इस दुविधा से उभारेंगे। इस प्रकार की दिमागी कसरत जरूरी है और यदि इस ढंग से सोचने की आदत डालेंगे तो आपके मस्तिष्क में नाटकीय ढंग से अच्छे-अच्छे विचार आने लगेंगे। ऐसा करते समय आप में अच्छा कौशल भी आएगा।

एक बार आपमें ये क्षमता आ जाएगी, तो आप जब भी किसी समस्या से उलझेंगे तो आप स्वयं ही कहेंगे, "ठीक है, समस्या इसमें और इसी में है। दो विपरीत संभावनाएं होती है किंतु यदि मैं इस समस्या पर इस ढंग से काबू पा लूँ तो सब कुछ ठीक-ठाक हो जाएगा । यदि ये काम नहीं

करेंगे तो मैं दूसरा विकल्प आजमा सकता हूँ।" इस प्रकार आप कुछ ही पलों में हल निकाल लेंगे और आपके पास और समस्या नहीं रहेगी, केवल संभावित हलों की आशाएं रहेंगी। यदि पहले हल काम नहीं आता तो आप दूसरा संभावित हल निकाल सकते हैं और फिर तीसरा। इस प्रकार आखिर में आपको कोई परेशानी नहीं रहेगी।

यदि आप यह दिमागी कसरत कर लेते हैं तो आपके समक्ष अच्छे और गलत परिणामों के बीच चयन का प्रश्न नहीं उठेगा, आप जान जाएंगे कि आप अपने माहौल और अपने आसपास के संबंधियों में जिस भी समस्या का सामना करेंगे तो एक भिन्न दृष्टिकोण से आप उसका हल निकाल लेंगे। यह एक रोचक अनुभव है।

(3) सकारात्मक सोच के लिए विपरीत ढंग से सोचें।

जब हम दिमागी कसरत पर बात कर रहे हैं तो मैं कार्य स्थल पर दक्षता के बारे में विचार करना चाहूँगा। हालाँकि आप अपने कार्य स्थल पर कड़ी मेहनत करते हैं किंतु कई बार आप महसूस करते हैं कि आप अपना सारा काम पूरा नहीं कर पा रहे हैं। अधिकतर, जो लोग ऐसा सोचते हैं वे आदत से मजबूर होते हैं और कार्य स्थल पर उनकी दक्षता अत्यंत कम हो जाती है।

इस प्रकार के व्यक्ति नहीं जान पाते कि बैठकर कैसे जीवन का मजा लेना है और सामान्यतः गर्मी की छुट्टियाँ नहीं लेते। संसार के कुछ भागों में ये संबंधो पर असर डालती है। मुझे विश्वास है कि ऐसे भी लोग हैं जिन्हें अपनी छुट्टियों के दौरान भी काम करना पड़ता है जो ठीक नहीं है। इस प्रकार के रवैये के कारण यह कोई आश्चर्य की बात नहीं है कि कुछ लोग छुट्टी नहीं लेते। वे दूसरों को छुट्टी पर जाने के लिए कह देते हैं लेकिन स्वयं ऐसा करना असंभव मानते हैं। ये धीरे-धीरे उनके मस्तिष्क में तब तक मवाद की तरह भरता रहता है जब तक ये उनके लिए सजा नहीं बन जाता। ऐसे लोग अन्य लोगों का काम भी करने के लिए तत्पर रहते हैं और फिर दुःख झेलते हैं। परिणामस्वरूप वे अपना काम भी पूरी दक्षता के साथ नहीं कर पाते।

विचारें कि ऐसी स्थिति में क्या होगा यदि आपको आगे बढ़कर छुट्टी लेनी हो। यहाँ तक कि कंपनियों में भी जहाँ तीन दिन का अवकाश भी

अधिकतम माना जाता है और उससे अधिक छुट्टी लेने पर विवाद हो जाता है, पूरे सप्ताह छुट्टी लेने की सोचते हैं। यदि आप पूरे सप्ताह की छुट्टी ले लेते हैं तो सबसे पहली बात आपके मस्तिष्क में यह उठेगी कि आपके डेस्क पर पूरे सप्ताह का काम इकट्ठा हो गया होगा जो आपके सहकर्मियों और आपके ग्राहकों दोनो के लिए मुश्किलें बढ़ाएगा।

अगली बात आप यह सोचेंगे कि दूसरे आपके बारे में क्या सोचेंगे। यही मूल कारण है जिसकी वजह से आप कोई छुट्टी नहीं लेते। आप अपने को सुस्त या स्वार्थी कहलवाना नहीं चाहते। पुनः आप यह भी सोच सकते हैं कि दूसरे चोरी-छिपे आपकी शिकायत कर देंगे कि उन्हें अपना काम छोड़कर पहले उनका काम करना पड़ता है अतः आप निर्णय लेते हैं कि आप कोई छुट्टी नहीं ले सकते। मेरे विचार से यही मुख्य कारण है कि ऐसे लोग छुट्टी नहीं लेते। अंत में वे बहुतों के आगे झुक जाते हैं और केवल दो दिन की छुट्टी से ही संतुष्ट हो जाते हैं।

किंतु सोचने का एक दूसरा ढंग भी है। यदि आप ऐसी स्थिति में आ जाते हैं तो स्वयं से पूछें कि क्या कोई ऐसा भी तरीका है कि आप अपने सहकर्मियों पर अधिक बोझ डाले बिना छुट्टी ले सकते हैं और फिर भी लाभ में रहेंगे। असल में ये संभव है। उदाहरण के लिए, यदि आप अगस्त में छुट्टी लेना चाहते हैं और उससे पहले अपना सारा काम समाप्त करना चाहते हैं। यदि आप प्रयास करेंगे तो आपके लिए ये संभव हो जाएगा। तब तक अपने आपको लगाए रखें जब तक आपके पास कोई काम शेष न रह जाए। जब तक लगे रहें जब तक आप अपने आस-पास देखकर यह न कहें, "काम ?मेरे पास तो कोई काम नहीं है। मैंने वर्ष के आखिर तक का काम समाप्त कर लिया है।" इसे पाने के लिए, आपको अगले माह के लिए बड़ी निपुणता से काम करना होगा। हालाँकि अगस्त तक आप अपना सारा काम समाप्त कर लेंगे लेकिन उससे पहले आपको अपनी डेस्क का काम निपटा देना होगा। यदि आप समय से पहले भी अपना काम समाप्त कर देते हैं तो भी छुट्टी से वापिस आने पर आपको ईर्ष्यालु सहकर्मियों की आलोचना सुननी पड़ सकती है अतः आपको सिंतबर का भी सारा काम समाप्त करने का प्रयास करना चाहिए। इसका अभिप्राय है आपको पहले ही बहुत अधिक काम करना होगा।

एक बार जब आप इसे संभाल लेंगे आपको पता चल जाएगा कि हालाँकि आप अपने को बहुत व्यस्त समझते हैं और कई महीनों तक भी

आपके पास काफी काम पड़ा रहता है असल में ये आपका भ्रम है। सच्चाई यह है कि अनजाने ही आप डर गए थे कि यदि आप कड़ी मेहनत करेंगे तो चीजें आप से बेकाबू हो जाएंगी इसीलिए आप अपना कुछ काम अलग रख दिया करते थे। आप चिंतित रहते थे कि प्रत्येक दिन आपके पास इतना काम नहीं रहेगा कि आप व्यस्त रहें। इसलिए आप औसत रूप से काम करते हैं ताकि काम चलता रहे। किंतु आप अपना दिमाग लगाएंगे तो आप संभवतः सारा काम समय से पहले ही कर लेंगे।

कुछ लोगों में छुट्टी पर चले जाने पर अपराध बोध की भावना आ जाती हैं किंतु उन्हें इस अपराध भाव का उपयोग और कड़ी मेहनत की प्रेरणा के रूप में लेना चाहिए। यदि आप यह सोचेंगे कि छुट्टी से वापिस लौटने पर आपके सहकर्मी आपको चिढ़ाएंगे तो आप और अधिक मेहनत करें। तब न केवल आप वर्ष के अंत तक अपना काम खत्म कर लेंगे वरन आगामी वर्ष के मार्च तक आप अपने डेस्क का काम भी निपटा लेंगे। एक बार जब आप यह सब पूरा कर लेंगे तो आपको और किसी से कुछ सुनने का डर नहीं रहेगा। सही रवैया अपनाकर जिसे आपने एक रुकावट समझा था उसे और बड़ा काम करने के लिए नौका के रूप में प्रेरक मान सकते हैं।

छुट्टी लेने पर एक अन्य समस्या यह आती है कि आप ऐसा सोचने लगते हैं कि अगर आप नहीं होंगे तो आपके सहकर्मियों को अपना काम करने में कठिनाई होगी लेकिन आपको इसे यह स्पष्ट करने का अवसर समझना होगा कि आपके क्या काम हैं। संभवतः आप दूसरों पर अधिक ध्यान दिए बिना अपना काम निपटाने में समर्थ होंगे किंतु यदि आप नहीं जाएंगे तो आप दूसरों को यह समझने का स्पष्ट मौका दे देंगे। यदि किसी और को आपका फोन सुनना पड़े और आपका काम करना पड़े तो वे आपको वहाँ उपस्थित मानकर ही कार्य कर सकेंगे।

इसे पाने के लिए आपको एक नियम पुस्तिका तैयार करनी होगी जो सब कुछ स्पष्ट और संक्षिप्त रूप में समझाए। यह कहने में समर्थ बनें, "इस स्थिति को इस तरह से संभालें।" ताकि अन्य लोग एक झलक में ही बता सकें कि आपके काम को पूरा करने के लिए उन्हें क्या करना है। अतः अपनी छुट्टी पर जाने से पहले सभी चीजों की सूची बना लें और कहें, "अभी इस क्षण हमारे समक्ष ये समस्याएं हैं, इसे इस ढंग से सुलझाने की कोशिश करें। यदि आप अमुक व्यक्ति से कोई फोन सुनते हैं तो यह कहें",

इस ढंग से सब कुछ स्पष्ट हो जाएगा और आप अपनी छुट्टी पर जा सकते हैं।

किंतु यदि आपको इन सब झमेलों में नहीं पड़ना है और बस बिना तैयारी के अपने सहकर्मियों को यह कहकर छुट्टी पर चले जाना है, "ओह्! मैं तो कल से छुट्टी पर हूँ , फिर मिलेंगे।" तो आपके सहकर्मी अवश्य ही नाराज हो जाएंगें। यदि वे आपके किसी ग्राहक के संबंध में कोई जानकारी हासिल करने के लिए फोन सुनेंगे जिसके बारे में आपने पहले से न बताया हो तो बाद में आप उन्हें अपने से ईर्ष्या या चिढ़ रखने का दोषी मानेंगे। लोग आप पर विश्वास नहीं करेंगे और स्वयं को ही दोष देंगे।

आप देख सकते हैं कि जो आपके अपने काम के लिए हानिकारक या आपकी अपनी हैसियत से मेल नहीं खाता, वस्तुतः आपकी दक्षता या आपके कार्य का स्तर बढ़ाने का काम करता है। आप किसी भी क्षेत्र में काम क्यों न कर रहे हों, यह हमेशा लागू होता है। यदि आप किसी स्टोर में काम करते हैं और पूरे दिन भर एक के बाद एक ग्राहक निपटाते हैं तो आप अपने को व्यस्त समझ सकते हैं और दूसरों से शिकायत कर सकते हैं कि आप कितने व्यस्त रहते हैं। किंतु यदि आप इस मामले पर थोड़ा विचार करें तो आप जानेंगे कि वास्तविक व्यस्तता की अवधियाँ चक्रों में आती है। आप सोच सकते हैं कि आपको भी ऐसा समय मिलता है जब आपके पास कोई काम नहीं होता। जब आप पाते हैं कि आपके काम में मंदी छाई है तो आप अपनी प्रवीणता का प्रयोग कर इस समय का सदुपयोग कुछ और करने के लिए कर सकते हैं।

उदाहरण के लिए जो लोग कैफेटेरिया या रेस्तरां में काम करते है वे अपने को व्यस्त मान सकते हैं किंतु वस्तुतः वे केवल दोपहर से दो बजे तक ही व्यस्त होते है। अगली व्यस्त अवधि शाम

के पांच बजे तक शुरु नहीं होती। इस दौरान सुस्ती छाई रहती है। यदि उन्हें अपना कार्यभार सही रुप से संभालना है तो वे दोपहर में कुछ घंटो के लिए छुट्टी पर जा सकते हैं। जाहिर है कि यदि आप उन्हें ये सुझाव देंगे तो वे कहेंगे कि वे शाम की भाग दौड़ से बचने के लिए पूरी दोपहर लगे रहे। संभवत: वे शाम के लिए सुबह तैयारी करे। पुनः वे आपसे कहेंगे कि सुबह वे दोपहर के काम की तैयारी में लगे थे किंतु असल में अधिकांश ने इस पर कुछ सोचा नहीं था। उन्होंने मात्र ये मान लिया था कि इसी तरह से काम किया जा सकता है किंतु एक ही समय में वे बहुत कुछ कर लें तो पूरे

दिन में उन्हें काफी खाली समय मिल जाएगा। ऐसे कई उदाहरण हैं और मैं आप सभी से कठिन परिस्थितियों से निकलने के लिए तरीके खोजने की गुजारिश करूंगा। ऐसा करते हुए मैं चाहूँगा कि एक समय में एक बार आप अपने को चिंता मुक्त कर लें।

(4) असफलता का प्रयोग बचाव नौका के रूप में करें।

आपके जीवनकाल के दौरान, ऐसे कई क्षण आएंगे जब आपको आगे बढ़ने या पीछे दायीं या बायीं ओर के पथ पर जाने का निर्णय लेना पड़े। ऐसे मौकों पर, जो लोग केवल हाँ–नहीं के फेर में पड़ जाते हैं वे निराशा के भँवर जाल में फंस जाते हैं और प्रायः हतोत्साहित हो जाते हैं। इसलिए अपने निर्णय लेने की क्षमता को हॉ या ना विकल्प तक सीमित रखने के बजाय मैं चाहूँगा कि आप तीसरे विकल्प के चयन का प्रयास करें। ऐसा अत्यंत महत्वपूर्ण है और इस प्रकार से सोचने में सक्षम लोगों और इस प्रकार से न सोच पाने के लोगों के बीच अंतर काफी अधिक होता है।

"बैटिंग औसत" का विचार जो बेसबाल में होता है उसे आप जीवन में नहीं अपना सकते, किंतु मैं कह सकता हूँ कि जो लोग तीसरे विकल्प को तलाशते हैं उनका भी कम से कम तीस प्रतिशत "बैटिंग औसत" होता है। या जीत के प्रतिशत के रूपक का प्रयोग करने पर जो लोग तीस से चालीस प्रतिशत समय जीत लेते हैं अर्थात वे जीतने से अधिक हारते हैं, इस ढंग की सोच को अपनाकर अतिरिक्त तीस से चालीस प्रतिशत तक अपनी जीत बढ़ा सकते हैं, चाहे वे सौ प्रतिशत समय न जीत पाएं।

हालाँकि अंतिम परिणाम आपके आशा के अनुकूल न हों किंतु आपकी सोच अगले चरण में आपको अवश्य सफलता प्रदान करेगी। उस मौके पर आप असफल हो सकते हैं और कह सकते हैं, "हालाँकि अपनी सोच में क्रांतिकारी परिवर्तन लाकर मैने अपनी पूरी कोशिश की है, लेकिन मेरी आशा के अनुकूल कार्य संपन्न नहीं हुआ।" किंतु सभी संभावित विकल्पों को सोचने में किए गए प्रयास पूरी तरह व्यर्थ नहीं जाते जब आप एक वर्ष, दो वर्षों या पाँच वर्षों में किसी भिन्न समस्या का सामना करते हैं तो आपको दूसरी स्थिति में वैकल्पिक हल मिल जाएंगे। इस प्रयास का लाभ यह होगा कि जब एक बार आप अपने विचारों को स्पष्ट कर लेंगे तो आप अपने विचारों का प्रयोग अगली बार कर सकते हैं।

"अपनी सोच में क्रांतिकारी परिवर्तन" को दूसरे दृष्टिकोण से भी स्पष्ट किया जा सकता है। इसका अर्थ है इस ढंग से सोचना कि प्रत्येक स्थिति आपके हित में रहे, यहाँ तक कि असफलता भी। यह एक प्रवृत्ति है जहाँ चाहे कुछ भी क्यों न हो जाए आप उसे आगे बढ़ने के मौके के रूप में ले सकते हैं। यदि आप असफल हो जाएं तो आप विचार करें कि आप आगे सकारात्मक सोच की प्राप्ति के लिए इसे लीवर के रूप में इस्तेमाल कर सकते हैं। यह एक पहलू है जब आप अपने नजरिए को कार्य रूप दे सकते हैं। विचारें कि आप अपने सभी स्त्रोतों को कैसे अपनी पहुँच के भीतर रख सकते है। कुछ भी नष्ट नहीं होता, आप अपने जीवन की प्रत्येक घटना और स्थिति का प्रयोग कर सकते हैं।

यही लोगों पर भी लागू होता है। संसार मे कुछ ऐसे लोग होते हैं जिन्हें आप पसंद करते हैं और कुछ को नहीं। जब आप अपने किसी पसंदीदा व्यक्ति के साथ होते हैं तो आप प्रसन्नचित्त रहते हैं। दूसरी ओर जब आप किसी ऐसे व्यक्ति के साथ रहते हैं जिन्हें आप नापसंद करते हैं तो वे आपके व्यक्तिगत गुरु बन जाते हैं, क्योंकि आप इसे जानने के लिए विस्तृत अध्ययन कर सकते हैं कि आपको उनका व्यक्तित्व इतना प्रतिकूल क्यों लगता है। अतः मानव स्वभाव के बारे में अधिक जानने का अवसर भी मिले तो आप भाग्यशाली हैं। कोशिश कर पता लगाएं कि वे इतनी अधिक गलतियाँ क्यों करते हैं, उनका व्यक्तित्व आपको इतना नापसंद क्यों है, वे इतनी खराब बातें क्यों करते हैं या हर चीज के लिए उनके निराशावादी विचार क्यों हैं। यदि आप उनके व्यक्तित्व के प्रत्येक पहलू का अध्ययन करेंगे तो आप उनसे बहुत कुछ सीख पाएंगे।

दूसरों के अध्ययन से आपके द्वारा सीखे गए सबक आपके निजी धरोहर बन जाते हैं। अपनी धरोहर को मात्र बैंक में रखा गया धन न मानें। अपने व्यक्तिगत अनुभव व दूसरों के निरीक्षण से जो कुछ सबक आपने सीखें हैं और आत्मसात किए हैं वे आपकी अपनी "धरोहर" हैं जिसे आप मौका देखकर इस्तेमाल कर सकते हैं। जिनके पास यह "अमानत" जितनी अधिक होगी वे जीवन में उतना ही सफल होंगे। मैं इस प्रवृति पर और अधिक बल नहीं देना चाहता।

(5) ईश्वर द्वारा सृजित विश्व में कुछ भी बेकार नहीं।

एक और बात जो मैं यहाँ स्पष्ट कर देना चाहता हूँ वह है अपनी सोच में क्रांतिकारी परिवर्तन लाना किसी एक व्यक्ति की ही चिंता का विषय नहीं है। हालाँकि यह विचार आत्मज्ञान से संबंधित है, ये सोच केवल निजी लक्ष्य प्राप्ति या अपने जीवन को सुगमता से जीने तक ही सीमित नहीं है। मैं चाहता हूँ कि यह बात आप शुरू में जान जाएं।

इस सोच का आधार यह विचार है कि परमेश्वर द्वारा सृजित इस संसार में कुछ भी फालतू नहीं है। इस संसार में मानव रूप मे लोग विलाप करते हैं, शिकायत करते हैं उनकी अनेक भिन्न-भिन्न इच्छाएं होती हैं और वे इस जगत में जीना बहुत कठिन मानते हैं। कुछ लोग तो यहाँ तक महसूस करते हैं कि वे अपने मिलनेवाले पर विश्वास नहीं कर सकते। किंतु अपनी सोच में क्रांतिकारी परिवर्तन लाने का विचार इस विश्वास पर आधारित है कि इस प्रकार के नकारात्मक विचार सच नहीं हो सकते। जब तक आप इसे एक वचन के रूप में नहीं लेते तब तक आप अपनी सोच में क्रांतिकारी परिवर्तन नहीं ला सकते।

इस जगत का निर्माण परमेश्वर द्वारा हुआ है और उन्होंने इसे इस श्रेष्ठ इरादे के साथ सृजित किया है। वे इसे एक अद्‌भुत, श्रेष्ठ, सुंदर और विशुद्ध जगह के रूप में निर्मित करना चाहते थे अन्यथा उन्होंने इसका निर्माण ही नहीं किया होता। यह सत्य है कि लोग प्रायः समस्याओं का सामना करते हैं और उन्हें अपने समक्ष की बुराई का मुकाबला करना चाहिए किंतु परमेश्वर की यह मंशा नहीं थी।

अपने संस्थान की पुस्तकों में आप पढ़ेंगे कि जिस जगत में हम रहते हैं उसका निर्माण संयोग से ही नहीं हुआ है। ये परमेश्वर की रचना है। आप यह भी पढेंगे कि इसका सृजन परमेश्वर की महान और पवित्र इच्छा से हुआ है। अगर ऐसा है, तो हम इस जगत में रहते हुए कष्ट या दुःख क्यों भोगते हैं ? संभवतः इसलिए कि परमेश्वर ने इसकी श्रेष्ठ इरादे से रचना की है। आप शायद यह न समझ पाएं कि परमेश्वर ने इसे रहने की श्रेष्ठ और सुंदर जगह मानकर निर्मित किया। आप इसीलिए कष्ट भोगते हैं क्योंकि आप इस सच्चाई को गलत अर्थ में लेते या आपकी धारणाएं विकृत हैं।

जब आप जगत को इस आलोक में देखेंगे तो आपकी सोच बदल जाएगी। आप जान जाएंगे कि अब तक आपने अपनी दृष्टि से संसार को देखा है और अन्य लोगों की आलोचना की है। संभवतः आपने भाग्य को कोसा है और अपने आस-पास की सभी चीजों को अच्छा और बुरा

मानकर निर्णय लिया है और यह निष्कर्ष निकाला है कि इससे मदद की बजाए कष्ट ही अधिक मिलते हैं। परिणामस्वरूप, आप यह मानने लग जाते हैं कि यह संसार अंधकारमय और रहने के लिए बुरी जगह है। किंतु हम अपने प्रारंभिक बिंदू पर आते हैं इस जगत का निर्माण परमेश्वर ने किया है। यह मान लेना कि परमेश्वर द्वारा सृजित यह विश्व रहने की एक सुंदर जगह है, सभी चीजों की शुरूआत है। आपकी गलतफहमी और आपके कुत्सित विचार ही इस ढंग से आपको सोचने नहीं देते।

जब एक बार आप ऐसा सोचने लग जाएंगे आप स्वयं ही पूछने लगेंगे कि क्या आपके जीवन का नजरिया और आपका रवैया गलत है। संभवतः आप यह सोचें कि अन्य लोग ठीक नहीं है या इस संसार में अनेक बेईमान लोग भरे पड़े हैं किंतु आप जल्द ही यह महसूस करेंगे कि इस प्रकार की सोच सही नहीं है। यदि आप इस बुनियादी आधार को मानते हैं कि इस संसार की नीवं अच्छाई पर रखी गई है तो आप अपने आस पास को दोष देने की प्रवृत्ति छोड़ देंगे।

मुख्य समस्या संसार जिसमें आप रहते हैं और जो आपको मिला है की गलत धारणा के कारण आती है। इस पृथ्वी पर जो कुछ है वह भरणपोषण द्वारा अपनी आत्मा को समृद्ध करने के लिए है। एक बार जब आपकी सोच इस प्रकार की हो जाएगी तो आप समझ जाएंगे कि इस संसार में कुछ भी बेकार नहीं है।

(6) अपने कर्म का सामना सकारात्मक रवैये से करें।

बुनियादी विचार कि इस जगत की रचना परमेश्वर ने की है एक दूसरे विचार को जन्म देती है जिसे आपने पहले ही सुन रखा है पुनर्जन्म का नियम। यदि आप इस विचार को मानते हैं कि सभी मनुष्य अपने आध्यात्मिक विकास के लिए इस जगत में बार-बार जन्म लेते हैं तो आप अपनी वर्तमान स्थिति को स्पष्ट करने में समर्थ होंगे जिसे आपने अग्निपरीक्षा के रूप में भिन्न नजरिए से देखा होगा। यदि आपकी अपनी सोच इस तथ्य पर आधारित है कि आपका जीवन शाश्वत है और आप बार-बार इस पृथ्वी पर जन्म लेते हैं तो आपकी सोच पूरी तरह नयी होगी।

आप जान जाएंगे कि वर्तमान में झेलनेवाली मुसीबतें आपको बता देती हैं कि आपको अपने जीवन में किन-किन चुनौतियों को पार करना होगा। जिंदगी समस्याओं की एक पुस्तक है जिसे आपको हल करना है

और जो दुःख आप आज पा रहे हैं विशेषकर गहरे दुःख बता देते है कि आपको किस प्रकार का जीवन मिला है। अतः यदि आप यह महसूस करते हैं कि आप जीवन के भंवरजाल में बहे जा रहे हैं तो वस्तुतः अभी आप अपने जीवन की एक अत्यंत महत्वपूर्ण समस्या से जूझ रहे हैं और आप फिलहाल अपने आध्यात्मिक विकास के विकट समय से गुजर रहे हैं। यह आपके लिए एक उत्तोजना का समय है।

आप आखिरकार खेल के गोले में आ चुके हैं। अब तक आपने अपना काफी समय प्रशिक्षण में गुजारा है और एक काल्पनिक विरोधी से अवास्तविक मुक्केबाजी की है किंतु अब वह समय समाप्त हो चुका है और खेल शुरू होनेवाला है। जब रेफरी मुक्केबाज को रेड कार्नर में जाने को कहता है तो आपको अपना गाउन उतारकर रिंग में घुसना होता है। जब एक बार आप रिंग में घुस जाते हैं तो आप एकबारगी यह सोचने लगते हैं कि "मुझे पेशाब करके आना चाहिए था," लेकिन काफी देर हो चुकी होती है। एक बार बुलाए जाने के बाद आपको रिंग में अपनी जगह लेनी है और लड़ना है।

यदि इस समय आप अपने को किसी मुसीबत के बीचोंबीच पाते हैं तो इसका मतलब है एक माह, दो माह यहाँ तक कि छः माह के लिए भी इस टाइटल मैच का अभ्यास करने पर कहीं जाकर आपने इस रिंग में प्रवेश किया है। इसी क्षण के लिए आप अब तक इतनी मेहनत कर रहे थे; वस्तुतः इसके लिए तैयार होने से पूर्व भी आपने दशाब्दियाँ या कई शताब्दियाँ इस क्षण की तैयारी में लगा दी होंगी। जब आपने अपने को अंदर से मजबूत पाया होगा तभी आपने धरातल पर उतरकर इस चुनौती को स्वीकारा है। इस श्रम के लिए तैयार होने में आपने शताब्दियाँ या कुछ मामलों में अधिक समय लगा दिया होगा। इस बड़े मैच के प्रशिक्षण में आपने अपना काफी वक्त लगाया है।

अतः रिंग में घुसने के बाद बहाने बनाने से कोई लाभ नहीं। एक बार यहाँ आने के बाद आपको पता है कि आपको क्या करना है। आपके सामने आपका विरोधी खड़ा है और आपको और कुछ नहीं सोचना है, आपके सामने विरोधी को पटकने के अलावा और कोई चारा नहीं है। यदि आपका विरोधी कोई व्यक्ति है तो वह पलटवार कर सकता है जो काफी कष्टदायी हो सकता है। किन्तु यहाँ आप जिसका सामना कर रहे हैं वह इंसान नहीं है जिसे आप अलंघ्य संकट मान रहे हैं, वास्तव में वह मरीचिका

है। ये आपके कर्म ही आपके सामने समस्या या चिंता के रूप में आ रहे हैं। रिंग में आप किसी अन्य व्यक्ति से नहीं लड़ते ये आपके और आपके कर्म के बीच की लड़ाई है और आपको हर स्थिति में यह मैच जीतना है। यही आपके वर्तमान अवतार का ध्येय है।

एक भिन्न कोण से भी "सोच में क्रांतिकारी परिवर्तन" को स्पष्ट किया जा सकता है। इस विचार को साहस और जोश की दृष्टि से भी स्पष्ट किया जा सकता है। उदाहरण के लिए यदि आप रिंग में चढ़ने की सोचते हैं, तो आपको केवल पूरे जोश से चढ़ाई करनी है। आखिरकार इसी मुकाबले के लिए आपको इतना प्रशिक्षित किया गया है। अब जब मुकाबले की वह महत्वपूर्ण घड़ी आ गई है तो आप यह कहकर बहानेबाजी कर रहे है "यदि बहुत तेज नहीं हूँ तो इसमें मेरी कोई गलती नहीं" या "ये सब मेरी परिस्थितियों के कारण हुआ है।" मेरे माता-पिता को दोष दो "ये मेरे भाई की गलती है।" या "मैं गरीब हूँ इसलिए सफल नहीं हो सकता।"

आप रिंग में प्रवेश करते हैं, रेड कार्नर से बाहर आकर अपने दस्तानों को चूमते हैं और आपका प्रतिद्वंद्वी नीले कार्नर में होता है और अब दोनों एक दूसरे को देखते हैं। इस समय बहाने बनाना उसी प्रकार है मानो यह कहना "बात दरअसल यह है कि मैने हाल ही में कोई प्रशिक्षण नहीं लिया है। मेरे पैर थोड़े तने हुए हैं और मेरा कंधा कल से दुख रहा है। मेरा कंधा फूला हुआ है और मैं बड़ी कठिनाई से चल पा रहा हूँ और मुझमें कोई ताकत नहीं है, देखो ? मुझमे कोई लड़ने का भी जोश नहीं है। ये मेरे प्रशिक्षक की गलती है कि मुझे सही प्रशिक्षण नहीं मिला। क्या आप जानते हैं जब भी मैं इस बारे में सोचता हूँ तो मुझे इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि मैं यह मैच जीतूं या हारूं। फिर भी सभी ये समझते हैं कि मैं हारूंगा......" यदि आप अपने प्रतिद्वंद्वी से ऐसा सुनते हैं तो आप समझेंगे कि सामने वाला कमजोर है और इसके मूँह पर एक तगड़ा पंच मारने की सोचेंगे।

इस प्रकार का रवैया सही नहीं है। जब आप एक बार रिंग में घुस जाते हैं तो आपको अपनी कमजोरी छिपाकर एक बढ़िया प्रदर्शन करना होता है। जिस क्षण आपका अपने कर्म से आमना-सामना होता है तो आपको निर्णय लेना होता है कि दृढ़ निश्चय के साथ आगे बढ़ना है। यदि आप हार भी रहे हों तो उसे दर्शाए नहीं। अपने प्रतिद्वंद्वी को कोई मौका न दें। हालांकि आप 140 पाउन्ड से अधिक के नहीं हैं तो भी आप अपनी छाती फुला लेंगे और ऐसा व्यवहार करेंगे मानो आपका भार ज्यादा हो ताकि

आपका प्रतिद्वंद्वी डरे कि आप उसे पटक देंगे। आपको सदा सकारात्मक सोचना होगा।

(7) लोग आपको भिन्न-भिन्न रूप में लेते हैं।

अनेक लोगों में अपने शरीर को लेकर हीन भावना होती है। बहुत कम सोचते हैं कि उनका आदर्श शरीर है। वस्तुतः बहुत कम लोगों का शरीर बेऐब होता है अतः उनकी शारीरिक कमजोरियों के बारे में सोचने की जरूरत नहीं।

यदि आप उन सभी चीजों की सूची बनाते हैं जो आपको परेशान करती हैं तो अनुमान लगाएं कि आपको कितनी परेशानियों का सामना करना पड़ेगा? मुझे विश्वास है कि आपकी चिंता शारीरिक और आपके चरित्र से संबंधित है किंतु अधिकांश मामलों में आप बीस या अधिक से अधिक तीस से अधिक परेशानियों से नहीं निकल पाएंगे। एक या दो सौ परेशानियों से आप तभी उबर सकते हैं जब आप बहुत ही प्रभावशाली हों। यदि आपको अपनी शारीरिक क्षमता से एक सौ चिंताओं से मुक्त होना हो और मानसिक और आध्यात्मिक कमियों के कारण सौ से अधिक चिंताओं से मुक्त होना हो, तो यह काफी प्रभावशाली है। किंतु आपको यह पता लगाना होगा कि इन सबके बारे में आप वाकई चिन्तित हैं।

कई चीजें जिन्हें आप अपनी जिंदगी में नकारात्मक पाते हैं असल में वे उसके ठीक विपरीत होती हैं और मैं चाहूंगा कि आप इस पर ध्यानपूर्वक विचार करें। क्या आपको विश्वास है कि जिनके बारे में आप चिंता करते हैं उनका कुछ न कुछ सकारात्मक प्रभाव होता है ?यदि आप सकारात्मक दृष्टिकोण अपना सकते हैं तो उसे अपनाएं और विकसित करें।

(8) एक सौ बीस साल जीने की योजना ।

बहुत से लोग इस बात से परेशान रहते हैं कि वे अधिक चतुर या पर्याप्त बुद्धिमान नहीं हैं। इस बात से अवगत होते हुए भी कि उनमें ज्ञान की कमी है, वे सामान्यतः यह निष्कर्ष निकाल लेते हैं कि वे किसी काम के नहीं हैं, और वे अपने आपको नहीं बदल सकते। कभी–कभी लोगों को यह बताना पड़ता है कि उनकी हद कहाँ तक है, किंतु तब वे अपने आपसे यह कहने लगते हैं "कि इसीलिए तो और प्रयास करने का फायदा नहीं।" यदि आप में बौद्धिक क्षमता की कमी है तो आप नियमित अध्ययन से एक सुखद

प्रयास कर सकते हैं। आप कितने ही समय तक अध्ययन क्यों न करें, आपको नयी सामग्री मिलती रहेगी। समस्या को देखने का यह भी एक दृष्टिकोण है।

मैंने पहले ही सौ से अधिक पुस्तकें लिखी हैं – कुछ लोग विषय वस्तु को शीघ्र पढ़कर समझ जाते हैं। एक अन्य पहलू से, मेरी उनके प्रति पूर्ण संवेदना है क्योंकि उनका सुख अल्पकालीन होता है। दूसरी ओर, ऐसे भी लोग हैं जिनकी सभी पुस्तकों को दस साल में पढ़ने की योजना होती है। जिनकी इस प्रकार की लंबी योजना होती है वे किस्मतवाले होते हैं। प्रत्येक वर्ष भारी संख्या में पुस्तकों का प्रकाशन होता है किंतु उन सभी को तत्काल पढ़ना संभव नहीं होता इसलिए उनका नंबर लगा दिया जाता है और इस प्रकार उनको पढ़े जाने का नंबर खिसकता रहता है, इन सब पुस्तकों को पढ़ने के लिए उनके पास लंबे समय तक जीने के सिवाय और कोई चारा नहीं रहता। अर्थात् वे उनसे अधिक भाग्यशाली होते हैं जो जल्दी मर जाते हैं।

मैं पचास या साठ वर्ष के लोगों से यह अधिक अपेक्षा रखता हूँ जिनका कैरियर समाप्ति पर होता है कि वे अपने जीवन काल के विषय में एक बार पुनः सोचें। क्या आपको पूर्ण विश्वास है कि आप यह नहीं जानते कि आपकी मात्र पांच या दस वर्ष की जिंदगी शेष है ? वह दुःखदायी होगा। लोग अपनी जिंदगी के प्रति निराशावादी होते हैं और कहते हैं कि यदि उन्हें मात्र दस वर्ष ही और जीना है तो एक नये जीवन को प्रारंभ करने से क्या लाभ।

किंतु, मैं आपके जीवन की मियाद बढ़ाना चाहता हूँ। आप एक सौ बीस साल की उम्र तक जीने की योजना बनाएँ। यह विशेषकर अधेड़ उम्र के मामले में सत्य है। उन्हें लगभग एक सौ बीस साल की उम्र तक जीने की आस रखनी चाहिए। उदाहरण के लिए, यदि वे अभी साठ साल के हैं तो वे और साठ साल जी सकते हैं और इसलिए उन्हें योजना बनानी चाहिए कि इस अवधि के दौरान उन्हें क्या करना है ?

क्या जीवन में वे निरुद्देश्य जीना पसंद करेंगे। यदि उन्हें साठ साल और जीना पड़े तो यह शिशु रूप में नया जीवन शुरू करने के ही समान होगा। अगले दस वर्षों में, वे किशोर होंगे और फिर नौजवान। नब्बे साल की उम्र में वे उस दौर से गुजरेंगे जब वे अपने जीवन में रोमांस करेंगे और फिर सौ वर्ष .... सभी प्रकार की घटनाएं अभी होनी बाकी है अतः इसके बारे

में अभी से सोचना जरूरी है। यदि वे अपने आध्यात्मिक यौवन में ही गुजर जाते हैं जब वे मात्र नब्बे वर्ष के होते हैं तो इसमें दुख करने का कोई कारण नहीं है ? कुछ भी नहीं।

अतः जो लोग यह सोचते हैं कि उनका जीवन छोटा है तो उन्हें अपनी सोच में क्रांतिकारी परिवर्तन लाना होगा और एक सौ बीस साल जीने की योजना बनानी होगी। यदि साठ वर्ष की उम्र में ऐसा करते हैं तो इसका मतलब है कि उनके पास जीने के लिए साठ वर्ष और हैं। यदि योजना में कोई परिवर्तन नहीं होता है तो इस धरती पर मेरा जीवन पचास वर्ष और चलेगा इस प्रकार उनके पास अध्ययन के लिए मुझसे दस वर्ष अधिक मिलेंगे। यह संसार छोड़ने से पहले वे मेरे सभी व्याख्यानों और सत्य पर मेरी पुस्तकों का अध्ययन पूरा करने का सौभाग्य प्राप्त करेंगे।

अपनी वर्तमान आयु पर विचार करें और फिर अधिक लंबे जीवन की योजना बनाएं। मैं चाहता हूँ कि आप अपने भविष्य की योजना इसी प्रकार बनाएं।

(9) प्रयासों से दीर्घायु हुआ जा सकता है।

यह सत्य है कि प्रयासों से आप दीर्घायु हो सकते हैं। यह कहा जाता है कि लोगों के जीवन की मियाद स्थिर है किंतु यह सौ प्रतिशत सच नहीं है। आपके जीवन काल में अनेक ऐसे मोड़ आते हैं जो आपके जीवन में नयी शुरुआत करते हैं, ये किसी हद तक पूर्वनिर्धारित होते हैं। ऐसे कई मोड़ हैं जैसे पचपन, सत्तार, पचहत्तर, अस्सी साल और आगे की उम्र। किंतु मौसम पूर्वानुमान की तरह ही इसमें भी संभावना घटक होता है। साठ अस्सी या संभवत पचास साठ प्रतिशत तय है किंतु स्थिर नहीं है। यदि उम्र के इस मोड़ पर आप अपनी सोच में किसी प्रकार का क्रांतिकारी परिवर्तन लाते हैं तो आप अपनी जिंदगी दीर्घायु कर सकते हैं।

क्या आप कोई कारण दे सकते हैं कि आप इस संसार में क्यों रहना चाहते हैं, अपने जीवन को दीर्घायु क्यों करना चाहते हैं। यदि आप नहीं बता सकते तो आपको छोड़ देना चाहिए किंतु यदि आप नियमित अवस्थिति का कोई कारण स्पष्ट कर सकते हैं तो आपको इस धरती पर रहना चाहिए। अतः यदि आप दीर्घायु होना चाहते हैं तो आपकी नियमित अवस्थिति का कोई उद्देश्य होना चाहिए। सबसे सामान्य उद्देश्य है कि

आपको अभी कई काम करने हैं ताकि आप अपने भविष्य की योजना बना सकें।

मैं समझता हूँ कि जो नवयुवक हैं उन्हें शिक्षा देने की जरूरत है किंतु यदि मुझे यह कहना हो कि सर्वाधिक अनिवार्य क्या है तो निर्णय लेना है कि आपका जीवन एक सौ बीस साल का हो। यदि आप इतनी उम्र तक जीने का निर्णय लेते हैं तो आप पाएंगे कि आपके काफी दु:ख समाप्त हो गए हैं आप जान जाएंगे कि आपको वास्तव में क्या करना है और उसे आप धीरे-धीरे पूरा करने लग जाएंगे। आपको अपनी अधेड़ उम्र से आगे बढ़ना जरूरी है चाहे आपका जीवन रहे या खत्म हो जाए।

यदि आप अभी बीस वर्ष के ही हैं तो आपको बहुत सा काम करना है। यदि आपकी सौ वर्ष की जिंदगी बाकी है तो आपको अपने भविष्य के लिए सदा काफी योजनाएं बनानी होंगी। किसी एक योजना को पूरा करने के लिए सौ वर्ष की जिंदगी बहुत होती है अतः नौजवानों को अपने जीवन काल में अपनाए जानेवाले अनेक पथों की योजना बनानी होगी। उन्हें सौ वर्षों का आनंद लेने के लिए हर प्रकार की तैयारी करनी होगी।

जीवन एक आतिशबाजी खेलने के समान है, यदि एक ही प्रकार की आतिशबाजी होगी तो जीवन काफी निरस लगेगा। आपको दो, तीन, चार प्रकार की आतिशबाजियों की तैयारी करनी होगी और बीच-बीच में राकेट छोड़ना भी बढ़िया होगा। भविष्य के विभिन्न प्रकार की योजनाएं बनाना बहुत जरूरी है। आखिर में तीस, चालीस, पचास या साठ वर्ष की आयु में आपके जीवन में बहार आनी शुरु होगी, अतः आपको विभिन्न बीज बोने होंगे।

ऐसा कहकर, आपका कद और ऊंचा हो जाएगा और आपके ज्ञान और बोध की नींव और मजबूत होगी। यदि आप ऐसी जानकारी एकत्र कर लेते हैं जिसे तुरंत इस्तेमाल कर सकते हैं तो इससे भी आपका कद उतना नहीं बढ़ेगा क्योंकि जीवन काल से गुजरने वाले क्षण ज्ञान के रूप में नहीं संजोए जा सकते। आपकी आत्मा नियमित अध्ययन से ही समृद्ध होती है और यह अवश्य ही आपको सम्पन्न करेगा चाहे भविष्य में यह आपके काम आए या नहीं। इस समृद्धता प्राप्ति के लिए एक व्यापक जीवन योजना आवश्यक है।

यदि आपका संपूर्ण अध्ययन, अनुभव, ज्ञान और अर्जित शिक्षा आपके जीवन काल के दौरान सीधे काम न आए तो कुछ बेकार नहीं जाता।

आपको आश्चर्य होगा कि जब आप दूसरे लोक में जाएंगे तो अपने साथ क्या ले जाएंगे पर मैं आपको बता सकता हूँ आपने अपने जीवन काल के दौरान जो कुछ सीखा है उसे आप अपने साथ ले जा सकते हैं क्योंकि ये आपके अंतर्मन में समाहित है। हालांकि आपके अपने जीवन काल के दौरान ये आपके काम नहीं आया किंतु दीर्घकालीन सोच की दृष्टि से यह आपके लिए फायदेमंद होगा कि आपने एक ही जीवन में इतना कुछ सीखा है।

भाग तीन

जीवन और जीत

3: जीवन और जीत

(1) जब तत्वज्ञान आलोक फैलाता है।

मैने तीसरे भाग को “जीवन और जीत” का शीर्षक दिया है। इस पुस्तक “अपराजित सोच” की एक विशेषता मात्र संक्षिप्त सिद्धांत ही नहीं है क्योंकि इसका उद्देश्य है कि जीवन में नियमित जीत कैसे हासिल करनी है, किंतु इसका व्यावहारिक मागदर्शन भी होना चाहिए।

जब आप किसी कठिन स्थिति का सामना करते हैं तो संभवतः आप यह जानने की कोशिश करते हैं कि व्यावहारिक रुप में आपको क्या करना चाहिए। अधिकांश लोग इस प्रश्न का उत्तर खोजते रहते हैं। “मै क्या करूं ? मैं इस समस्या को कैसे सुलझाऊं?” एक बार आपकी समस्या हल हो जाने पर आप पाते हैं कि आपकी अधिकांश चिंताएं गायब हो गई हैं। और आप अपने विकास के अगले चरण पर पहुँच गए हैं और इस प्रकार आप अपनी सकारात्मक सोच के साथ अपने जीवन में आगे बढ़ रहे हैं।

इस उद्देश्य से, व्यावहारिक धरातल पर मैं दर्शन या सत्य की महिमा को कम नहीं आँक रहा हूँ। हालाँकि इस पुस्तक का उद्देश्य व्यावाहारिक और प्रति क्षण जीवन से जुड़ा हो सकता है किंतु यदि यह लोगों को मोक्ष और सुख देता है तभी यह सार्थक है। केवल दार्शनिक स्तर पर मेरा जोर देने का इरादा नहीं है; मेरा विश्वास है कि जब दर्शनशास्त्र वास्तविक रुप में काफी लोगों को बचाता है तभी वह आलोकित होता है।

पुस्तक के इस भाग में हम विचार करेंगे कि जीवन में जीत हासिल करने के लिए किन-किन बाधाओं को पार करना और किस हद तक आदर्श होना होगा। मैने इन्हे निम्न शीर्षकों के अंतर्गत रखा है : “स्वस्थ जीवन कैसे जीएं” “धन दौलत की उत्पत्ति” “संयोग जो आपका भाग्य बदल दे” और “एक आध्यात्मिक धरोहर” और मैं इनका बारी-बारी से मुकाबला करूँगा।

हालाँकि ये प्रकरण आपको जीवन में जीत की सभी आवश्यक बातें नहीं सिखाते, मुझे पक्का विश्वास है कि वे आपको एक ऐसे स्तर पर पहुँचा देते हैं जहाँ आप अधिकांश बुनियादी समस्याओं से निजात पा लेते हैं। अधिकांश इस बात पर निर्भर करता है कि कहाँ तक आप अपने सिद्धांतों को मेरे उदाहरणों से, अमल में लाने में कामयाब हुए हैं और क्या आप उन्हें प्रमुख स्तंभ के रूप में इस्तेमाल कर सके हैं जिसके चारों ओर आप अपने अनुभवों को साकार रुप देगें।

(2) स्वस्थ जीवन कैसे जीएं।

(1) शारीरिक दशाएं मस्तिष्क को अवरुद्ध कर देती हैं।

मैं इस प्रकरण पर इस रूप में चर्चा करना चाहता हूँ "स्वस्थ जीवन कैसे जीएं।" जीवन में जीत के बारे में सोचते समय स्वास्थ्य को नहीं भुलाया जा सकता।

मैने सैंकड़ों ऐसी पुस्तके लिखी हैं जिनमें मस्तिष्क से संबंधित समस्याओं पर भिन्न पहलुओं से विश्लेष्ण किया गया है। मैंने व्यक्तिगत मामले से उठकर ग्रैंड कॉसमॉस के मस्तिष्क पर भी चर्चा की है।

हालाँकि ऐसे कई महान प्रकरण हैं जो अनिवार्यतः एक मानव प्राणी से ही प्रारंभ होते हैं । अनिवार्यतः सभी मानव प्राणी आध्यात्मिक प्राणी है, साथ ही साथ हम इस बात से भी इंकार नहीं कर सकते कि हम अब इस तीन आयामी संसार (यह सृष्टि) में जी रहे हैं । हालांकि हम वास्तविक जगत (अन्य लोक) के प्राणी हैं और यही हमारा वास्तविक रुप है, फिलहाल हम इस संसार के निवासी हैं और इसलिए इस परिमण्डल में अनुकूल जीवन रुप लेना है।

जब मैं ऐसा कहता हूँ मेरा मतलब है कि हमें अपने को शारीरिक दृष्टि से व्यक्त करना है। यहाँ तक कि देवात्माएं भी धरती पर आने के दौरान स्वयं को मानव शरीर (मूर्त रुप) द्वारा ही व्यक्त करती हैं। वे अपने को मात्र अपने द्वारा विकरित आलोक की चमक से नहीं बता सकती । यदि वे प्रकाश छोड़ती भी हैं तो भी उन्हें अपने मौखिक वचनों से संप्रेषण करना पड़ता है उनकी आँखें हमें आकर्षित करती हैं अपनी सोच को वे मस्तिष्क के प्रयोग से लिखकर व्यक्त करते हैं इसलिए वे भी मूर्त रुप में सीमित होती हैं।

यह एक महत्वपूर्ण विषय है। मानव सुख का अनुसंधान संस्थान (हैपी साइंस) की शिक्षाएं मूर्त रूप को अस्वीकार नहीं करती; किंतु हम ये नहीं कहते कि भौतिक तत्व नहीं है अतः मूर्त रूप के बारे में सोचने की जरूरत नहीं । हमारी वर्तमान शिक्षाएं, त्रि–आयामी जगत और वर्तमान में मानव को इस धरती पर कैसे जीना चाहिए, से संबंधित है अतः हम भौतिक तत्व से जुड़े विषय को नजरंदाज नहीं कर सकते । मस्तिष्क के विषय में विशेष रूप से बात करते समय हम आध्यात्मिक प्रभाव को नहीं भूल सकते जो हम सभी को एक समान प्रभावित करता है।

प्रत्येक व्यक्ति के लिए नकारात्मक आध्यात्मिक प्रभाव से बाहर निकल पाना एक मुख्य विषय है और यह सत्य है कि आत्म चिन्तन इसकी प्राप्ति का एक प्रभावशाली तरीका है। कुछ ऐसा भी है जिस पर आत्म चिन्तन से पूर्व विचार करना जरूरी है और वह है इस तथ्य को जानना कि मस्तिष्क स्वतंत्र नहीं है वरन कई सीमाओं से बंधा है।

उनमें से एक है मानव शरीर। यदि आपका अपने शरीर पर सही नियंत्रण नहीं है तो यह आपके मस्तिष्क पर दबाव डालेगा और उसे गलत दिशाओं में ले जाएगा।

(2) अपने भौतिक शरीर पर नियंत्रण करना सीखें।

आपका शरीर साइकिल की तरह है जिसे आप अच्छी तरह चलाना जानते हैं। आपको याद है कि आप पहली बार बाईक पर बैठे थे तो आपने कैसा महसूस किया था ? संभवतः तब तक आप यह नहीं समझते थे कि असंतुलित जुगत पर कैसे चढ़ना है।

जब आप बच्चे थे मुझे पक्का विश्वास है कि आपने सर्वप्रथम अभ्यास पहियों के सहारे साइकिल चलानी सीखी होगी। ये छोटे पहिए होते हैं जो साइकिल के पिछले पहिए के दोनों ओर साइकिल को संतुलित बनाए रखने के लिए लगे होते हैं जिसके कारण साइकिल पर चढ़ने के दौरान ये असंतुलित नहीं होते। इन पहियों से युक्त साइकिल काफी संतुलित लगती है। किंतु इस अभ्यास पहियों को हटाने और आगे पीछे दो पहियों पर ही साइकिल चलाने पर साइकिल इतनी असंतुलित लगती है कि उस पर चढ़ना असंभव सा लगता है। अपने आप एक सामान्य संतुलन कर पाना भी कठिन होता है किंतु इसी समय आपको पैडल भी मारना होता है ताकि साइकिल आगे बढ़े। यहीं बात खत्म नहीं हो जाती, आपको दायें–

बायें देखना होता है और जब आप किसी चौराहे पर आते हैं तो आपको निर्णय लेना होता है कि आपको किस दिशा में जाना है। जब आप ढलान की तरफ होते हैं तो आपको ऊपर की तरफ ले जाते समय काफी कोशिश करनी पड़ती है और दूसरी ओर उतराई के समय अपनी गति पर नियंत्रण के लिए आपको ब्रेक का इस्तेमाल करना होता है।

इस प्रकार से देखने पर यह कोई आश्चर्य की बात नहीं कि आप साइकिल को असंतुलित और सीधी खतरनाक मशीन समझते थे। किंतु जब प्रतिदिन आप इसे एक बार चलाना जान लेते हैं तो ये आपके शरीर के लिए मात्र खिंचाव बन जाता है। मानव शरीर भी इसी के समान है। शुरु में इन पर नियंत्रण करना बेहद मुश्किल है और आत्मा अपने आपको बहुत सीमित पाती है। इसके बावजूद जैसे-जैसे शरीर पर आपका नियंत्रण होने लगता है तो नियंत्रण की भावना लुप्त हो जाती है। आप पाते हैं कि आप जिस दिशा में भी चाहे जा सकते हैं। शरीर धीरे-धीरे आपके वश में हो जाता है।

यह जानना बहुत जरुरी है कि साइकिल के समान जब एक बार आप इस पर चढ़ना सीख जाते हैं तो आपका शरीर इसके उपयोगी हो जाता है किंतु यदि किसी कारणवश यदि आप इस पर नियंत्रण नहीं रख पाते तो यह अत्यंत खतरनाक भी हो सकता है। यह उसी प्रकार है मानो किसी बच्चे के द्वारा बड़ों की साइकिल चलाने का प्रयास करना, यह इतना खतरनाक और असंतुलन से भरा है कि बच्चा इस पर नियंत्रण नहीं रख पाता। यदि ब्रेक नहीं लगते या हैंडलबार झुक जाएं तो यह अत्यंत नुकसानदायक हो सकता है। ऐसा ही शरीर के साथ भी होता है।

यहाँ मेरे कहने का मकसद ये है कि जो लोग स्वस्थ होते हैं वे जीवन जीतने की दिशा में पहला कदम बढ़ाते हैं। इस संबध में कोई दो राय नहीं है। एक सीमा तक आप व्यक्तिगत स्तर पर अपने स्वास्थ्य देखभाल में कामयाब होते हैं। यह उसी प्रकार है जैसा साइकिल की देखभाल करना, मुड़े हुए हैंडलबार, खराब ब्रेक या चपटे टायरों की जाँच करना, यदि आप सतर्क रहते हैं और इसकी देखभाल करते रहते हैं तो आप इन सब खराबियों से बच सकते हैं। यदि कभी आपकी साइकिल पंचर हो जाती है तो आप कहते हैं, "कोई फर्क नहीं पड़ता यह अभी ठीक हो जाएगी।" आप जान जाएंगे कि जब आपको सबसे अधिक जरूरत होती है तो आपका काम नहीं चलता। यही ब्रेक के साथ भी सच है। आप सोचते हैं

"आपके आस पास ज्यादा कारें नहीं हैं, इसलिए मैं ठीक हूँ।" किंतु तब क्या होगा जब अचानक कोई कार आपके सामने आ जाए? यही शरीर के साथ भी होता है।

(3) अपने शरीर की देखभाल खुद करना

जब तक आपका जीवन स्वस्थ रहता है आपका भौतिक शरीर अपने मूल उद्देश्य को पूरा करने के लिए कार्यरत रहता है। यदि आप अपने शरीर की देखभाल नहीं करते तो आप दूसरों को दोष नहीं दे सकते, आप ही अपने शरीर की देखभाल कर सकते हैं। अपने शरीर को संभालना आपका व्यक्तिगत कार्य है।

जापानी आत्मरक्षा बल में एक सेवानिवृत अफसर ने एक बार मुझसे बताया कि उसके सैनिकों ने पैराशूट प्रशिक्षण कैसे प्राप्त किया। सर्वप्रथम जवान पचास फीट की ऊंचाई से कूदे फिर वे सौ फीट के टॉवर से कूदे उसके बाद उन्होंने समुद्र तल से हजारो फीट ऊंचे हवाई जहाज से छलांग लगाई और कुछ ऊंचाई तक नीचे आने पर उनका पैराशूट खुला। प्रत्येक सैनिक अपने पैराशूट का ही ख्याल रखता है। यदि वह नहीं खुले तो उसकी जिंदगी जा सकती है अतः यह स्वाभाविक है कि वह इसे किसी और के सुपुर्द नहीं कर सकता दूसरी ओर पैराशूट न खुलने के लिए किसी और को जिम्मेदार नहीं ठहराया जा सकता और सैनिक इसकी शिकायत नहीं कर सकते।

पैराशूट का यह उदाहरण कुछ अजीब लग सकता है किंतु आप ऐसी ही स्थिति में होते हैं। यदि इसी पैराशूट के उदाहरण पर और विचार करें तो आप कह सकते हैं कि आपकी आत्मा सैनिक है और आपका शरीर पैराशूट। यदि पैराशूट फट जाए या न खुले तो दुर्घटना हो सकती है। इसी प्रकार यदि शरीर बुरी तरह अपंग हो जाए या घायल हो जाए तो आत्मा पर विजय पाने के लिए अग्निपरीक्षा से गुजरना पड़ता है चाहे वह पूर्वानुमानित हो या न हो।

कम से कम आप अपने शरीर को खतरे से बचाने के लिए हर संभव प्रयास करते हैं। यदि आप नही करते तो परिणामस्वरूप आपका मस्तिष्क नकारात्मक रुप से प्रभावित होता है और इसके लिए केवल आप ही दोषी होते हैं। इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि आप का जन्म किस आत्मा लोक से हुआ है; यहाँ तक कि देवदूत जिनका पुनर्जन्म होता है भी बीमार पड़

जाते हैं यदि वे अपने शरीर का ध्यान नहीं रखते यह इस सृष्टि का निर्विकार नियम है। ठीक उसी प्रकार जैसे टायर में कील घुसने पर वह पंक्चर हो जाता है शरीर भी उचित आराम, पोषण और देखभाल के अभाव में बीमार पड़ जाता है।

यदि किसी पेशेवर बेसबाल खिलाड़ी को हर रोज ओपनिंग पिचर के रुप में काम करना पड़े तो वह चाहे कितना भी प्रशिक्षित क्यों न हो अधिक से अधिक एक वर्ष तक ही खेल पाएगा क्योंकि पिचर को यदि अपना खेल जारी रखना है तो प्रत्येक दो मैचों के बीच कम से कम चार दिन का आराम जरूरी होता है। बेसबाल खिलाड़ियों के बारे में चर्चा करते समय इसे समझना काफी आसान है किंतु जब किसी व्यक्ति विशेष के संदर्भ में इसकी चर्चा की जाती है तो हममें से अधिकांश इससे अनभिज्ञ होते हैं।

यह जानना बहुत कठिन है कि आप कितना काम कर सकते हैं आपको कितने आराम की जरूरत है और अपने शरीर को सदा बेहतर बनाए रखने के लिए किस चीज की जरूरत है। इसे आप स्कूल में नहीं सीख सकते और मस्तिष्क के संबंध में शरीर का अध्ययन व्यक्ति के अपने वश में ही होता है। कई बार परिवार के सदस्य आपको स्वस्थ रखने में सहायता करते हैं किंतु इसका आपको दूसरों की मदद लिए बिना ही स्वयं ध्यान रखना होता है।

(4) शरीर और मस्तिष्क के बीच संबंध।

जैसे जैसे लोग बूढ़े होते जाते हैं वे अधिक शिकायत करने लगते हैं। साठ या सत्तर साल के लोगों के साथ ऐसा अकसर होता है साथ ही वे भविष्य के बारे में भी अधिक चिंतित होने लगते हैं और बीते हुए कल के बारे में भी बहुत सोचते हैं। आप इसे मस्तिष्क की एक समस्या के रूप में ले सकते हैं लेकिन इसका क्या कारण है कि ऐसा बूढ़ों के साथ ही अधिक होता है ? मुख्य कारण है कि लोग अपने शरीर को पहले की अपेक्षा अधिक कमजोर पाते हैं।

जैसे जैसे लोगों की आयु बढ़ती है उनके पैर कमजोर हो जाते हैं और वे पहले जैसे कार्य करने में सक्षम नहीं होते। वे चिड़चिड़े हो जाते हैं और उनके आस पास के लोग उनके साथ जीने में अपने आप को बहुत कठिन समझते हैं। आखिरकार परिवार के भीतर समस्या को जन्म देते हैं। समस्या की जड़ स्पष्ट है। सेवानिवृत्ति के बाद वे व्यायाम करने का ध्यान नहीं रखते

और इससे उनके मस्तिष्क में समस्या पैदा हो जाती है। किंतु यह एक व्यक्ति की समस्या नहीं है ये पूरे परिवार की समस्या है और अत्यंत गंभीर समस्या बन जाती है। मूलतः सेवानिवृत्ति के बाद लोगों को अपने शरीर का इस्तेमाल करने के अवसर कम मिलते हैं और वे इसकी अन्य तरीकों से भरपाई नहीं करते। नौजवान लोग भी अपने शरीर को अधिक कष्ट नहीं देते। कुछ ऐसे होते हैं जो बहुत ज्यादा खाते हैं और कुछ इतने पतले होते हैं कि वे क्षुधा अभाव से ग्रस्त होते हैं दोनों ही स्थितियों में कारण यह है कि वे संतुलित जीवन जीना भूल चुके होते हैं। ऐसे भी लोग हैं जो केक पसंद करते हैं और सोचते हैं कि दिन में दो केक खाना ही वास्तविक सुख की निशानी है। वे दूसरा भोजन व आहार कम कर देते हैं ताकि वे मोटे न हो जाएं, अतः यह कोई आश्चर्य की बात नहीं है कि वे अस्वस्थ होते हैं। इसके बावजूद वे ऐसा व्यवहार जारी रखते हैं।

मैं समझ सकता हूँ कि वे कैसा अनुभव करते हैं, पर काश वे अपने को स्वस्थ रख पाएं। यदि वे इस तथ्य को जान कर भी नहीं रुकते कि उन्होंने स्वयं को बीमार कर लिया है तो भावी घटनाओं के लिए वो स्वयं ही जिम्मेदार हैं। लोग केवल केक पर ही जिंदा नहीं रह सकते; उन्हें अतिरिक्त पोषक तत्वों की भी आवश्यकता होती है। यही बात उन लोगों के संबंध में भी सत्य है जो चाकलेट छोड़कर कुछ नहीं खाते जब तक कि उनके दांत न खराब हो जाएं। इसमें अन्य किसी का दोष नहीं है; वे भगवान को इसके लिए दोषी नहीं मान सकते। उनके दांत गिरने के लिए एकमात्र वे ही जिम्मेदार हैं जिन्होंने बहुत अधिक चाकलेट खाया है।

अतः आपको जिम्मेवारी लेनी होगी और अपने शरीर का ध्यान स्वयं रखना होगा। यही कसरत के बारे में भी सच है। कोई भी आपसे अधिक कसरत करने के लिए नहीं कहेगा। कोई यह नहीं बताएगा कि आप कसरत कैसे करें इसलिए आपको स्वयं ही अपने शरीर को मूल्यवान मानकर देखभाल करनी होगी और अपने माहौल के अनुकूल कसरत करनी होगी। जितना ताकतवर आपका शरीर होगा उतना ही बलशाली आपका मस्तिष्क होगा। यदि आप स्वस्थ होंगे तो आपकी सोच सकारात्मक होगी यदि आपका शरीर कमजोर होगा तो आप भी हर चीज के प्रति निराशावादी होते जाएंगे।

अतः जब आप स्वस्थ अनुभव कर रहे हों तो सकारात्मक सोच रखें और जब आप अस्वस्थ हों तो अधिक से अधिक समय आत्म चिंतन में

बिताएं। सुखाभास में या जब आप उल्लास में होते हैं तो आत्म चिंतन कठिन होता है अतः इस समय सकारात्मक सोच पर ध्यान केन्द्रित करें। इसके विपरीत जब आप थोड़ा उदास होते हैं तो आप अपने किए हुए पर मनन करें। तब आप इन दोनों तकनीक के प्रयोग में अभ्यस्त हो जाएंगे – मैं आपसे स्वास्थ्य की देखभाल करने के साथ साथ उन पर विचार करने की भी अपेक्षा रखूँगा ।

3. धन दौलत का सृजन

(1) धार्मिक मनोवृत्ति से जुड़ी समस्याएँ।

अगला प्रकरण जिस पर मैं चर्चा करना चाहूँगा | वह है धन दौलत एकत्र करना। ऐसी धार्मिक मनोवृत्ति के लोग बहुत होते हैं जो धन को नगण्य मानकर धन अर्जित करना पाप समझते हैं। ये बौद्ध और ईसाई दोनो धर्म के अनुयायियों के संबंध में सत्य है।

यहाँ महत्वपूर्ण विचारणीय बात यह है कि व्यक्ति की गरीबी का स्तर इस बात पर निर्भर करता है कि वह धनार्जन को किस हद तक गलत समझता है। जो इस बात पर दृढ़ विश्वास करता हो कि धनार्जन से वे स्वर्ग में प्रवेश नहीं कर पाएंगे वे कभी धनी नहीं हो सकते। यदि उनका यही विश्वास है तो यह कोई बड़ी समस्या नहीं है। किंतु यदि वे उनसे ईर्ष्या करते हैं जो धनी हैं और उनकी आलोचना शुरू कर देते हैं, तो अपने दिल को नरक बना लेंगे। यह असामंजस्यता का एक उदाहरण है जो आत्म संयम से उत्पन्न होता है।

यदि आपमें धन की या अन्य ऐश्वर्य संसाधनों की कोई इच्छा न हो और उनसे कोई लगाव न हो तो एक सद्गुण माना जाएगा। किंतु यदि आप उनको फटकारना शुरू कर दे और जो धनाढय हों उनसे कहंगे कि उनका धन उन्हें नरक में डाल देगा, तो एक घना कोहरा आपके मस्तिष्क को ढक लेगा और आप स्वयं को नरक बना लेंगे। यह अजीब लग सकता है लेकिन इसी प्रकार से कार्य चलता है। एक बार जब आपमें दूसरों की आलोचना की प्रवृत्ति शुरू हो जाएगी तो आप स्वयं इसका परिणाम देखेंगे।

इसी प्रकार का एक अन्य उदाहरण है विपरीत सेक्स द्वारा जनित समस्याएं। धन और विपरीत सेक्स दोनों ऐसे विषय हैं जिसे धार्मिक प्रवृत्ति वाले लोग गलत समझते हैं। ऐसे भी लोग हैं जो यह मानते हैं कि विवाह करने पर उन्हें स्वर्ग से निष्कासित कर दिया जाएगा और ऐसे भी हैं जिनका

इस पर पूरा विश्वास है। मुझे नहीं पता कि कौन सी बात सामान्य है किंतु ऐसे लोग भी वास्तव में विद्यमान हैं।

(2) सुख के साधन रूप में धन

धन द्वारा उत्पन्न समस्या का हल खोजने के लिए आपको स्वयं से पूछना होगा कि संसार में धन क्यों है, "धन" से अभिप्राय पैसा या अन्य संपत्ति से है लेकिन ये क्यों विद्यमान है।

इस संसार में धन की उत्पत्ति का कारण "अमीरी" को व्यक्त करने का एक तरीका है जो कि वास्तविक जगत में विद्यमान है। वास्तविक जगत कोई तुच्छ स्थान नहीं है। धन के अनेक रूप हैं और यह नियम व्यक्त करता है कि विशुद्ध हृदय ही मनोवांछित वस्तु पाता है। वास्तविक जगत के सभी निवासी शुद्धता से रहते हैं इसीलिए वे खुशहाल हैं किंतु वास्तविक जगत में दिखनेवाला धन तीन आयामी संसार में नहीं रहता। निस्संदेह, धन में पैसा होना जरूरी नहीं है किंतु पैसा उसकी अभिव्यक्ति का एक रूप है।

प्रश्न यह है कि धन का प्रयोग कैसे किया जाए। अन्य शब्दों में, इस संसार में धन के संबंध में अच्छा और बुरा प्रयोक्ता के उद्देश्य और इरादे पर निर्भर करता है। उदाहरण के लिए यदि कोई संगठन हॉल बनाना चाहता है तो उसे धन की आवश्यकता होगी; यदि हॉल के निर्माण के बाद उसमें जन कल्याण संबंधी सम्मेलन व बैठकें आयोजित होती है तो इसे धन का सदुपयोग कहेंगे। इसका इस्तेमाल न करने के दौरान वे इसे दूसरों को किराए पर देकर उन्हें एक सुविधा भी प्रदान करेंगे। पूँजी जगह कैसे उत्पन्न करता है यह इसका एक उदाहरण है और ऐसा करके यह लोगों को विभिन्न गतिविधियों के लिए जगह मुहैया कराता है जिससे खुशी और सुख मिलता है। इस प्रकार जगह बनाकर धन से सुख अर्जित किया जा सकता है।

यह बड़े खेद का विषय है कि धन बहुत से लोगों को डगमगा देता है। यदि हम संसार को विकसित करना चाहते हैं, तो शुद्ध हृदय वालों को दूसरों को धन के सही प्रयोग की शिक्षा देनी चाहिए। हमें यह निश्चित कर लेना चाहिए कि धन सही रूप से अर्जित किया गया हो। यदि ऐसा हो जाता है तो संसार रहने का एक बेहतर स्थान है। मेरा विश्वास है कि धन का प्रयोग पृथ्वी पर आदर्श समाज की स्थापना के लिए किया जाना चाहिए। यह जरूरी है क्योंकि धन बड़ी जनसंख्या की सुख प्राप्ति का साधन है।

(3) ईर्ष्या से ग्रस्त गरीबी मिथ्या

यहाँ मैं कहना चाहूँगा कि आप दूसरे लोगों के सिद्धांतों को बदल नहीं सकते यदि आप गरीबी के कारण शुद्धता पर विश्वास रखते हैं तो कोई भी आपका विरोध नहीं करेगा। यदि आप अपने सिद्धांतों के सहारे जीवन व्यतीत करना चाहते हैं तो निश्चय ही आगे बढ़ें, यह जीवन जीने का एक स्वीकृत ढंग है। किंतु यदि आप इस तरह से जीने का निर्णय लेते हैं तो आपको दूसरों से ईर्ष्या न करने का निर्णय भी लेना होगा। यदि आप अपनी ईमानदारी से भरी गरीबी के जीवन से संतुष्ट हैं, तो यह आपका व्यक्तिगत निर्णय है किंतु आप दूसरों के विषय में निर्णय नहीं ले सकते। सभी लोगों के जीने का ढंग निराला होता है और उनकी सोच भी अलग अलग होती है। जब आप गरीबी में रहना पसंद करते हैं तो दूसरों से भी ऐसा ही करने की अपेक्षा न रखें। अपनी ईर्ष्या या जलन कभी व्यक्त न करें – यह सर्वाधिक महत्वपूर्ण है।

यदि सच्ची गरीबी में रहने का आपका निर्णय ईर्ष्या से भरा हुआ हो तो गरीबी स्वयं ही नकारा हो जाएगी। दूसरी ओर यदि गरीबी आपको सांसारिक पदार्थों में लिप्त नहीं होने देती और आपके मस्तिष्क का स्पंदन अभी भी शुद्ध है तो यही गरीबी एक गुण बन जाता है। किंतु यदि निर्धनता अन्यों के द्वारा सांसारिक भोग के प्रति ईर्ष्या और जलन पैदा करती है तो आपका हृदय दूषित हो जाएगा और निर्धनता पाप बन जाएगी।

यदि आप इस नकारात्मकता को स्वयं में या अपने आसपास के लोगो में पाते हैं तो आपको इसे समाप्त करने के लिए संघर्ष करना होगा। यदि आप गरीबी को इसमें रूकावट समझते हैं, यदि ये आपके मन को दुःखी करता है और दूसरों के प्रति विद्वेष उत्पन्न करता है तो आपको इसे तोड़कर बाहर आने का प्रयास करना चाहिए।

कुछ लोग इसलिए चिंतित रहते हैं कि उनके पास पैसा अधिक होता है किंतु उनके मुकाबले जिनके पास धन नहीं है या जो ऋण में डूबे हैं उनके संबंध में यही कहा जाएगा कि वे अपने दिनों को अधिक बेहतर रूप में जोड़ पाते हैं। बहुधा यह कहा जाता है कि काफी धन पाना और चिंता न करना ही अच्छा है और मूलतः मैं भी इससे सहमत हूँ। पर्याप्त धन होने पर भी सबसे मिलकर रहना श्रेयस्कर है। यदि आप इसे नहीं स्वीकारते तो आपका जीवन ईर्ष्या और दुःख से भर जाएगा।

अतः यदि आप सच्ची गरीबी में जीवन व्यतीत करना चाहते हैं तो दूसरों से ईर्ष्या न करें। यदि आप स्वयं को ईर्ष्या से नहीं रोक पाते तो गरीबी से बाहर निकलने का प्रयास करें। एक निश्चित मात्रा में धन अर्जित करने के लिए लक्ष्य निर्धारित करना जरूरी है और फिर उन लक्ष्यों की प्राप्ति के लिए प्रयास करना आवश्यक है।

(4) धन सृजन के तीन बुनियादी सिद्धांत

संसार में धन उत्पत्ति के तीन मूल सिद्धांत हैं। पहला सिद्धांत जो सदा सत्य है, वह है किफायत अर्थात मितव्ययी, कम खर्च और फिजूलखर्ची रोकना है। यही प्रारंभिक बिंदू है। यदि आप फिजूलखर्ची करते हैं या असंयम जीवन जीते हैं तो आपके पास कितना भी धन क्यों न हो धीरे-धीरे सब समाप्त हो जाएगा।

एक पुरानी कहावत के अनुसार, "तीसरी पीढ़ी वापिस कारखाने की ओर मुड़ जाएगी। पहली पीढ़ी के लोग कड़ी मेहनत करेंगे और उस कारखाने को अपने स्वामित्व में ले लेगें जिस पर वे काम करते है, दूसरी पीढ़ी से कोई उस व्यवसाय को फैलाएगा, तीसरी पीढ़ी में से कोई कंपनी को दिवालिया बना देगा और वापिस कारखाने में जाकर मजदूर बन जाएगा। अधिकांश मामलों में ऐसा इसलिए होता है क्योंकि तीसरी पीढ़ी के लोग अपनी जीवन शैली को ऐश्वर्यपूर्ण बना लेते हैं और मेहनत को भूल जाते हैं। परिणामस्वरूप वे अपने धन का अपव्यय करते हैं और स्वयं को जल्द ही बरबाद कर लेते है। यह निगम और निजी जीवन दोनों के संबंध में सच है और इसीलिए मैने कहा कि किफायत - मितव्ययिता और कम खर्च अत्यंत महत्वपूर्ण है।

किंतु इसका मतलब यह नहीं है कि आप कंजूस हो जाएं। दुर्भाग्य से कंजूस भी कभी सच्चा धन प्राप्त नहीं कर पाते अतः मैं आपसे एक-एक पैसा बचाने की सिफारिश नहीं कर रहा हूँ। मैं चाहता हूँ कि आप फिजूलखर्ची न करें। यह जरुरी है कि आप धन का इस्तेमाल संयम से करें ताकि आपकी तकदीर खराब न हो जाएं।

धन की उत्पत्ति का दूसरा सिद्धांत है कि धन उन्हीं के आस पास जुड़ता है जो जानते हैं कि इसका कैसे इस्तेमाल करना है। यह जीवन क्रम में अचानक ही नहीं टपकता किंतु ये उनके पास आता है जो इसकी कीमत जानते हैं।

बैंकों में काफी धन होता है और इसका कारण है बैंक इस धन को अधिक बढ़ाना जानता है। क्योंकि वे अपने पास आनेवाले धन का उपयोग करना जानते हैं। यही व्यक्तिगत स्तर पर भी सच है, धन उन्हीं के पास आता है जो इसका बेहतर उपयोग जानते हैं। उदाहरण के लिए, यदि आप अपने लिए घर बनाने का निर्णय लेते हैं तो आप आवश्यक वित्त जुटाने के लिए और कड़ी मेहनत करेंगे। या, यदि आपके बहुत बच्चे हैं और आप सभी को विश्वविद्यालय स्तर तक पढ़ाना चाहते हैं तो इसके लिए आपको अपनी कमाई बढ़ानी होगी।

इस प्रकार धन उन्हीं के पास आता है जो इसका उपयोग जानते हैं अतः यदि आप धनवान बनना चाहते हैं तो यह जरूरी है कि सर्वप्रथम आपका विचार स्पष्ट होना चाहिए कि आप इस धन का इस्तेमाल कैसे करना चाहते हैं। आपको स्वयं के लिए यह कहने मे समर्थ होना होगा, "मुझे इस कारण से धन की आवश्यकता है ताकि मैं और खुशहाल हो सकूँ। जो लोग यह सोचते हैं कि उन्हें धन की जरूरत नहीं है वे कभी धनी नहीं हो सकते। यदि वे कुछ निश्चित धन की मात्रा अर्जित कर भी लेते हैं तो यह भी सीमित होती है। वास्तविक धन उन्हीं को मिलता है जो स्पष्ट रूप से जानते हैं कि उन्हें धन की आवश्यकता किस लिए है।

पूरे विश्व में धन भरा पड़ा है और उन लोगों की तलाश है जो इसका प्रयोग जानते हैं। यदि ऐसे लोग मिल जाते हैं तो धन अपने आप ही उनकी ओर चला जाएगा। इसमें धन शरीर के रक्त के समान है; जैसे रक्त शरीर के उन हिस्सों की तरफ प्रवाहित होने लगता है जहाँ इसकी सबसे ज्यादा जरूरत है। संसार में बहुत लोगों के पास धन है किंतु सभी उसका प्रयोग करना नहीं जानते। यही कारण है कि जब कोई धन के बेहतर उपयोग के बारे में अच्छी राय प्रस्तुत करता है तो धन स्वतः ही उसकी ओर प्रवाहित होने लगता है।

इसका एक अच्छा उदाहरण है नया कारोबार। जब कोई व्यवसाय प्रारंभ करता है वे पाते हैं कि आवश्यक पूँजी स्वयं जुट जाती है। बैंक पार्टनर के रूप में व्यवसाय में पूँजी निवेश करते है, कोई आकर कार्यालय के लिए जगह उपलब्ध करा देता है। अतः अलग–अलग दिशाओं से मदद आने लगती है। यह सब कुछ सद्‌विचारों से शुरु होता है जो लोगों के दिलों को प्रेरित करता है; ये विभिन्न जगहों से ऊर्जा आकर्षित करता है, बदले में धन की मांग करता है। दूसरे शब्दों में, धन उन लोगों के विचारों

और जोश को खींचने लगता है, जो जानते हैं कि इसका इस्तेमाल कैसे करना है।

तीसरा सिद्धांत "मस्तिष्क के नियम" के समान ही है, जो ये है कि "जो लोग लगाते हैं वही पाते हैं।" यदि आप धन एकत्र करने में सफल हो जाते हैं तो इसे अपने तक ही सीमित रखने की कोशिश न करें। यदि आप प्रयास करेंगे और प्रयोग करेंगें तो धन आपके इर्द-गिर्द जरूर चक्कर लगाएगा। दूसरे शब्दों में यदि आप अपने धन का प्रयोग केवल अपनी खातिर में ही करेंगे तो यह धीरे-धीरे समाप्त हो जाएगा। किंतु यदि आप इसका इस्तेमाल यथासंभव अधिक से अधिक लोगों की खातिर करेंगे तो आप पाएंगे कि आपका धन बढ़ते-बढ़ते कई गुना हो जाएगा।

चलो इसे एक प्रसिद्ध अमरीकी मोटरकार निर्माता हेनरी फोर्ड के काम के उदाहरण से समझते हैं। अपने जीवनकाल में हेनरी फोर्ड विशाल सम्पत्ति एकत्र करने में सफल हुआ। ऐसा इस कारण संभव हुआ कि उसने एक ऐसे समय के बारे में सोचा जब सभी, यहाँ तक कि आफिस के कर्मचारी और दिहाड़ी मजदूर भी कार खरीदने में समर्थ थे। वह ऐसी कार बनाना चाहता था कि लोग अपनी मजदूरी से इसे खरीद सकें। अपनी एक साल की कमाई से धीरे-धीरे उसका सपना साकार हो गया।

इस पुस्तक के भाग एक में मैंने कोनोसुके मत्सुशिता, वह व्यक्ति जो सदा "नल के पानी के सिद्धांत" का समर्थन करता था, के बारे में चर्चा की थी। हालाँकि पानी निःशुल्क उपलब्ध होना चाहिए। यदि कोई अजनबी रुक कर आपके घर के सामने नल से पानी पीता है तो आप उसे चोर या पानी चुरानेवाला नहीं कहेंगे। हांलाकि पानी निःशुल्क नहीं है और वह आपकी अनुमति के बिना पीता है अतः कानून के कड़े शब्दों में उसे चोर कहा जाना चाहिए। किंतु पानी इतने नाम मात्र की कीमत पर सप्लाई किया जाता है कि हम इसे लगभग निःशुल्क समझते हैं अतः पानी पीनेवाले को कोई भी चोर नहीं बुलाता। हालाँकि उसने बिना पूछे स्वयं यह सुविधा ले ली। कोई भी अपने को इससे लुटा हुआ नहीं मानता।

श्री मत्सुशिता का ध्येय उपयोगी घरेलु बिजली के उपकरणों का सस्ता उत्पादन करना था ताकि लोग इसे भी पानी की तरह ही नाम मात्र की कीमत का समझें और इसे उन्होंने "नल के पानी का सिद्धांत" कहा। यह प्रेम के सिद्धांत का ही रूप है। जैसी उन्होंने आशा की थी उनकी कंपनी

सस्ते बिजली के उपकरणों के निर्माण में सफल रही और परिणाम यह हुआ कि उनकी वर्तमान आय प्रतिवर्ष सैंकड़ो बिलीयन्स है।

प्रेम और धन उन्हीं को मिलता है जो दयावान होते हैं; वे इसे संसार में फैलाते हैं और इसे देनेवाले को लौटा देते हैं। अतः असीम विकास के लिए अपने धन को दूसरों में उसी प्रकार बाँटना सीखें जैसे आप प्यार बांटना जरूरी समझते हैं। इसका ये अभिप्राय कदापि नहीं है कि भिखारियों को अपना धन सौंप दें, यह जरूरी है कि आप इसका इस तरह से प्रयोग करें कि आप दूसरों की विभिन्न रूपों में सेवा कर सकें।

धन प्राप्ति के असंख्य विभिन्न तरीके हैं किंतु, मूलतः तीन तरीके हैं। प्रथम अपने धन का प्रयोग संयम से करें, दूसरे धन के प्रयोग का स्पष्ट विचार हो और तीसरे अपने संचित धन को दूसरों की खातिर इस्तेमाल करने के लिए तैयार रहें। यदि आप ये तीनों सिद्धांतों का अनुपालन करते हैं तो आपके द्वारा धनार्जन बुरा नहीं माना जाएगा। जब तक आप इन नियमों को मानते हैं तब तक आपका धन एक दैवीय वरदान है। जब आप धनार्जन करें मैं चाहूँगा कि आप यह हमेशा ध्यान रखें, और याद रखें कि धन से अधिक प्रभावित होना कोई नकारात्मक बात नहीं है।

4. पत्नी और घर।

(1) अपने को आदर्श मानकर शुरु करें।

तीसरे प्रकरण के रूप में, मैं पति-पत्नियों और घर के विषय पर विचार करना चाहता हूँ। मैं इस बात से शुरु करूंगा कि आप आदर्श पत्नी का चयन कैसे करें। कुछ लोग इस संबंध में पांच, दस, यहाँ तक कि बीस वर्षों तक चिंतित रहते हैं किंतु इसका उत्तर बड़ा आसान है। आपकी आशा के प्रतिकूल आदर्श पत्नी वह नहीं है जिसे पीछा करके खोजना पड़े; वस्तुतः जितना आप आदर्श का पीछा करेंगे आप उतना ही उससे दूर होते जाएंगे।

मैंने अकसर यह कहते सुना है, "यह सच नहीं हो सकता, आप सदा यह कहते हैं कि मेहनत रंग लाएगी और जो इच्छा रखते हैं उन्हीं को मिलता है। इससे आपका क्या अभिप्राय है कि यदि हम पीछा करेंगे तो वांछित वस्तु दूर चली जाएगी? यह काफी निराशावादी लगता है।" निस्संदेह, "जो मांगते है उन्हीं को मिलता है।" और "प्रयास से ही पुरस्कार मिलता है।" दोनो सत्य है, किंतु इस भाग में मैं विवाह के बारे में बात कर रहा हूँ और इसके नियम कतिपय भिन्न हैं। इस पर ध्यान केन्द्रित करने पर, यह सही है

कि यदि आप में विवाह की इच्छा है तो आप इसे पा सकते हैं, यदि आप बहुत कोशिश करेंगे और अपने आदर्श का अनुसरण करेंगे तो ये आपसे दूर होता चला जाएगा।

यह वैसा ही है जैसे कुत्ते या बिल्ली का बच्चा अपनी पूंछ को देखकर उसे पकड़ने को दौड़ता है किंतु काफी कोशिश करने के बाद भी वह सफल नहीं होता। किंतु यदि इसे वह भूल जाए और आगे बढ़ता रहे तो पूँछ उसके पीछे-पीछे चलती है। पत्नी खोजना भी वैसा ही है लोग प्रायः अपनी पत्नी को "जीवनसंगिनी" बताते हैं और यह सच भी है कि पत्नी आप ही का एक अंग होती है। यदि आप आदर्श के पीछे भागते हैं तो वह दूर चला जाता है किंतु यदि आप स्वाभाविक रूप से व्यवहार करते हैं और आगे बढ़ते जाते हैं तो वह आपका अनुसरण करती है। यह अजीब लगता है किंतु यह सबसे उपयुक्त रूपक हैं।

मैं यहाँ सर्वप्रथम यह कहना चाहता हूँ कि आप स्वयं को इस प्रकार के व्यक्ति के रूप में प्रस्तुत करें कि आपकी पत्नी आदर्श विवाह करना चाहे। आपकी आदर्श साथी के बारे में आपकी कई कल्पनाएं होंगी किंतु सर्वप्रथम आपको स्वयं को बेहतर बनाना होगा ताकि जब आपके सपनों का साथी आपसे मिले तो उसे या आपको विवाह करने की इच्छा हो।

पहली प्राथमिकता बाहर जाकर आदर्श साथी की खोज नहीं है। यदि आप अपने पति या पत्नी की सभी आवश्यक विशेषताओं की सूची भी बना लें और कहें, "यही मेरा आदर्श है मैं विवाह के लिए ऐसे ही व्यक्ति की तलाश में हूँ।" तो जाइए और ऐसे व्यक्ति की तलाश कीजिए। दुर्भाग्यवश आप अपनी खोज में कामयाब नहीं हो पाएंगे। बजाए इसके आपको इस पर विचार करना होगा कि आपसे विवाह की इच्छा रखनेवाला आपका आदर्श साथी आप में किस किस गुण की अपेक्षा रखेगा। यदि आप स्वयं को उस आदर्श व्यक्ति के चरित्र में ढाल सकें तो आपको जल्दी ही आपका जीवनसाथी मिल जाएगा।

इसे कहने का मेरा कारण मात्र यही है कि विवाह के समय जरूरी है कि दोनों साथी एक दूसरे के लिए आदर्श मेल हों। इस समय यह अत्यंत जरूरी है कि आपका मेल श्रेष्ठ हो। अर्थात् यदि आप अपने आदर्श साथी की मात्र कल्पना करें और आदर्श की खोज करें तो आप उसे नहीं पाएंगे। जब तक आप स्वयं को उस सुमेल आदर्श व्यक्ति के रूप में प्रस्तुत नहीं करते, तब तक आप उससे मिलने पर भी दूसरा व्यक्ति आपके सामने से

उसी प्रकार गुजर जाएगा जैसे एक्सप्रेस ट्रेन स्टेशन से तेजी से गुजर जाती है।

आदर्श की खोज और दिमाग में उसकी तस्वीर तक तो ठीक है किंतु आपको सर्वप्रथम यह सोचना होगा कि यदि आपको कभी अपने आदर्श से मिलना पड़े तो आप उसके सम्मुख कैसे प्रस्तुत होंगे। मान लें कि किसी फिल्मी हीरो से मिलने की आपकी तीव्र लालसा है और उससे मिलने या बात करने की इच्छा हो। आप तब क्या करेंगे जब वह व्यक्ति आप से बात कर आपके कंधे के इर्द-गिर्द अपनी बाहें डाल दे ? संभव है आप भाग जाएं और आप इस प्रकार से व्यवहार करने पर अपने आदर्श से कभी विवाह नहीं कर पाएंगे। यदि आप भय या झेंप के कारण भाग जाएंगे तो आप कभी निकट नहीं आ पाएंगे। आपको स्वयं को सुधारना होगा ताकि उस व्यक्ति से मिलने पर वह आपको अपना आदर्श साथी समझे। यह बहुत जरूरी बात है।

विशेषकर नौजवानों के लिए यह बहुत जरूरी है कि आप अपने को किसी कैरियर में स्थापित करें क्योंकि आप काम से ही बहुत कुछ सीख जाएंगे। और वित्तीय सफलता की प्रत्याशा से नौजवानों को अपना भविष्य स्पष्ट नजर आने लगता है।

बहुत से लोग, इस तथ्य के बावजूद कि उनके असंख्य भावी साथी हैं, विवाह नहीं कर पाते। ऐसे व्यक्ति बहुधा यह कहते हैं कि उन्हें अपने लायक कोई साथी मिला ही नहीं था वे अपना आदर्श साथी नहीं ढूंढ़ सके। वस्तुतः समस्या यह है कि वे निष्पक्ष रूप से अपना मूल्यांकन नहीं कर पाते। फलस्वरूप यथार्थ रूप में अपने को न आँक पाने के कारण वे यह नहीं कह पाते कि किस प्रकार का व्यक्ति उनका उपयुक्त साथी बनेगा। वे अपनी नजर यहाँ वहाँ दौड़ाते रहते हैं और अपना साथी खोजने में लगे रहते हैं किंतु आखिर में वे कोई साथी नहीं ढूँढ़ पाते।

किंतु यदि सही-सही बता सकें कि उनके स्वयं की भावी संभावनाएं क्या हैं तो उन्हें जल्द ही उनके लायक साथी मिल जाएगा। इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि वे कंपनी के लिए कार्य करते हैं या अपना व्यवसाय करते हैं, वे यदि इतना भर भी कह सकें कि "मैं अमुक कंपनी के लिए काम करता हूँ, भविष्य में मैं इस प्रकार से उन्नति करूंगा और भविष्य में मैं इतना अर्जन करूंगा।" यदि वे इतना भी कहने में समर्थ हैं और उत्साहित हैं तो उन्हें अवश्य ही उपयुक्त साथी मिल जाएगा।

यदि आप सोचते हैं कि आपका कार्य नीरस है और आप यथाशीघ्र इसे छोड़ना चाहते हैं तो मुझे डर है कि आप चाहे कितने ही लोगों के संपर्क में क्यों न आएं, आपको आदर्श जीवन साथी नहीं मिलेगा। पुनः यदि आप स्वयं अपना वर्तमान पद छोड़ना चाहते हैं किंतु आप तब तक इंतजार करते हैं जब तक आप विवाह के बंधन में नहीं बंध जाते ताकि आपके विवाह के अवसर नष्ट न हो जाएं, तो मुझे डर है कि आपको सही जीवनसाथी नहीं मिलेगा। यह अजीब है किंतु जिंदगी इसी प्रकार से चलती है।

चाहे आप पुरुष हों या महिला, अंत में निष्कर्ष यही निकलेगा कि आपको स्वयं को अपने आदर्श साथी की अपेक्षानुसार ढालना होगा। यही सबसे महत्वपूर्ण है।

(2) क्या आपको अपने जीवन साथी के बारे में गहरा ज्ञान है ?

इस प्रसंग में दूसरी चर्चा योग्य बात जो विवाह की इच्छा रखनेवाले व्यक्ति के लिए सर्वाधिक महत्वपूर्ण पूर्वापेक्षा है, चाहे वह पुरुष हो या महिला, कि आप अपने जीवन साथी के संबंध में कितना जानते हैं। अन्य कई शर्तें भी पूरी करनी होंगी लेकिन यह सर्वोच्च प्राथमिकता है।

आप अपने रूप-रंग के बारे में चिंता कर सकते हैं कि कोई खूबसूरत है तो कोई बदसूरत, लंबा है या ठिगना, मोटा है या पतला, धनवान है या ज्ञानवान। सभी प्रकार के घटकों में से चयन करना होता है और परिणामस्वरूप बहुत से लोग नहीं जानते हैं कि किस बात पर सर्वाधिक जोर देना है। कोई व्यक्ति चतुर हो सकता है किंतु गरीब, खूबसूरत हो सकता है किंतु ठिगना, सुंदर हो सकता है किंतु बेबकूफ, अतः लोग नहीं जान पाते कि इसमें से किसे अधिक महत्वपूर्ण माना जाए। आप दूसरों से इस बारे में सलाह ले सकते हैं किंतु आप संभवतः पहले से भी अधिक उलझ जाएंगे।

कोई कह सकता है कि रूप सर्वाधिक महत्वपूर्ण है, दूसरा कहेगा कि आप रूप-रंग पर मत जाइए उसके व्यवहार को देखिए, तीसरा कहेगा कि व्यक्ति का ज्ञान देखना चाहिए चौथा बल देगा कि अच्छी पृष्ठभूमि सबसे महत्वपूर्ण है। अतः यह निर्णय कर पाना अत्यंत कठिन है और मुझे दुःख से कहना पड़ रहा है कि आपको ऐसा कोई व्यक्ति नहीं मिलेगा जो आपकी सभी अपेक्षाओं पर खरा उतरे। आपको मानना होगा कि हरेक में कोई न

कोई कमी होती है अतः प्रश्न यह उठता है कि आप प्राथमिकताओं को कैसे रखते हैं।

सामान्यतः सर्वाधिक महत्वपूर्ण प्राथमिकता हैं ऐसे व्यक्ति की खोज जिसे आप समझ सकें। इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि व्यक्ति के पास कितना धन है क्योंकि यदि यह सब समाप्त हो जाए तो आपके बीच कुछ नहीं रहता। हालाँकि कोई व्यक्ति बहुत सुंदर हो सकता है। किंतु हर दिन देखने पर ये आकर्षण समाप्त हो जाएगा। यद्यपि आप किसी ऐसे व्यक्ति से शादी करना चाहते हैं जिसका व्यक्तित्व महान हो किंतु एक दिन आपको पता चलेगा कि उनमें भी कुछ दुर्गुण है।

अतः आखिर में जो बचता है वह है गहरी आपसी समझ। एक सही आपसी समझ बीस, तीस यहाँ तक कि चालीस वर्षों तक रहती है जबकि यदि आप बाहरी या वस्तुगत विशेषताओं पर ही ध्यान देंगे, तो हालांकि विवाह के कुछ समय तक सब कुछ ठीक-ठाक चलेगा आपके बीच घनिष्ठता धीरे-धीरे टूटने लगेगी और आपके रिश्तों में दरार पड़ जाएगी।

मान लें कोई स्त्री यह सोचे कि व्यक्ति में शैक्षिक योग्यता सर्वोपरि गुण है और उससे विवाह करती है जिसने किसी ख्यातिप्राप्त विश्वविद्यालय से स्नातक किया हो। हालाँकि बचपन में उसने काफी मन लगाकर पढ़ाई की थी विश्वविद्यालय से निकलने पर उसे पीने की, सोमवार से शुक्रवार तक रात भर बाहर रहने की और बहुत रात में चुकंदर की तरह गुस्से से लाल चेहरा लिए घर आने की लत पड़ सकती है। उसने इसलिए उससे शादी की क्योकि उसने एक सर्वोत्कृष्ट विश्वविद्यालय से पढ़ाई की है, किंतु यदि वह पूरा मदहोश होने तक पीता है और बिना पिए नहीं रह सकता और सुबह आफिस जाने से पहले भी पीता है तो वह निराश हो जाएगी। कभी-कभी लोग शादी के बाद बदल जाते हैं।

संभवतः इस महिला ने उससे शादी इसलिए की होगी क्योंकि सोचा होगा कि वह बुद्धिमान है; किंतु दुर्भाग्यवश बुद्धिमानी और शैक्षिक उपलब्धियाँ समान नहीं होती। वास्तविक रूप से बुद्धिमान व्यक्ति जरूरी नहीं है कि स्कूल में अच्छा पढ़ते रहे। जहाँ बुद्धिमानी और शैक्षिक योग्यता में एक एक संबंध हो सकता है किंतु यह सौ प्रतिशत नहीं होता; असल में, अधिकांश मामलो में यह परस्पर संबंध साठ से सत्तर प्रतिशत के बीच रहता है।

अंतर व्यक्ति के झुकावों के कारण आता है। उदाहरण के लिए बौद्धिक प्रवृत्ति का व्यक्ति इसके बावजूद भी बुद्धिमान होगा कि उसने हाई स्कूल तक भी शिक्षा नहीं ली। जैसे-जैसे इस प्रकार के लोग व्यस्क होते जाते हैं तीस या चालीस वर्ष तक धीरे-धीरे वास्तविक बौद्धिक स्तर को प्राप्त कर लेते हैं जब कि हो सकता है बचपन में जिसे पढ़ने के लिए जबरदस्ती भेजा गया हो वह बाद में पढ़ाई से घृणा करे। हालाँकि जबरदस्ती पढ़नेवाला व्यक्ति वास्तव में चतुर हो सकता है लेकिन वह मेरे पूर्व उदाहरण के व्यक्ति के समान ही अपना जीवन व्यतीत करने लगता है। रोज रात को पीकर आना और अपने कैरियर को लात मारना। हालाँकि बाईस या तेईस वर्ष की आयु में वह काफी बुद्धिमान था किंतु चालीस तक आते आते वह पूरी तरह से अलग व्यक्ति बन गया।

विवाह के निर्णय के मूल में कई घटक होते हैं किंतु यदि आप एक पर भी ध्यान दें तो आपको देखना चाहिए कि आप दूसरे व्यक्ति को कितना समझते हैं। स्वयं से पूछें क्या आप अपने जीवन साथी को अच्छी तरह समझते हैं क्या आप उसके जिंदगी के नजरिए को समान पाते हैं। यदि आप समझते हैं कि आपकी उसके चरित्र में गहरी पैठ है तो आपके खुशहाल जिंदगी जीने के अवसर अधिक हैं।

स्वयं से पूछें आपका भावी साथी आपके काम या जीवन के प्रति विचारों को कितना समझता है। क्या आपका साथी आपको ऊपरी तौर पर ही समझता है या क्या आपके साथी की सोच में आपकी गहरी अंतर्दृष्टि है? यदि आप पूरी तरह समझते हैं कि वह आपको अच्छी तरह समझता है और यह समझ पारस्परिक है तो आगे बढ़ना और विवाह करना संभवतः सुरक्षित है।

इस भाग में, आदर्श पत्नी ढूँढने के मैने दो तरीके बताए हैं। पहला कि जिससे आप शादी करना चाहते हैं उसका पीछा न करें वरन दूसरे व्यक्ति के आदर्श के अनुरुप स्वयं को बदलें। दूसरे मैने समझ पर जोर दिया है। आप में भावी पत्नी को समझने की योग्यता है या नहीं और वह आपको समझती है या नही यह महत्वपूर्ण है।

(3) आदर्श मेल के लिए प्रयास करें

अगला, मैं जिस विषय पर चर्चा करना चाहूँगा वह है विवाह के बाद संबंध बनाए रखना। यद्यपि विवाह के तुरंत बाद की अवधि में पति-पत्नी खुश

हो सकते हैं किंतु ऐसे भी लोग हैं जिनके संबंध धीरे-धीरे टूटने लगते हैं और तलाक तक की नौबत आ जाती है।

इस प्रकार का नतीजा भुगतनेवाले लोग वे हैं जो मानते हैं कि आदमी और औरत ताले चाबी के समान है दोनों एक दूसरे से आदर्श रूप से मिलने चाहिए। उनका मानना है कि यदि वे किसी विशेष प्रकार के व्यक्ति से विवाह करेंगे तो उन्हें खुशी हासिल होगी किंतु यदि वे ऐसा नहीं कर पाते तो वैवाहिक जीवन कड़वाहट से भर जाएगा। जो लोग दूसरों को वस्तु की तरह समझते हैं उनका विवाह प्रायः इसी प्रकार असफल हो जाता है। उनका विचार था कि यदि वे 'ए' व्यक्ति से विवाह करेंगे तो उन्हें सच्ची खुशी हासिल होगी जबकि 'बी' से शादी करने पर नहीं। यदि वे अनुभव करते हैं कि 'बी' से शादी करने पर उनका जीवन बेकार हो गया तो कोई आश्चर्य नहीं कि उनका वैवाहिक समय लंबा चले।

लोगों को आदर्श मेल के लिए प्रयास करना जरूरी है; यह संयोग से नहीं होता कि लोग जिंदगी भर सुख चैन से जीएं। यदि जोड़े समझते हैं कि वे किसी सीमा तक एक साथ चल सकते हैं और फिर उसके बाद आदर्श मेल के लिए उन्हें अपने संबंध प्रगाढ़ करने होंगे। अर्थात इससे पहले कि आप कहें कि आपका साथी आपके लायक नहीं है आप स्वयं से पूछें कि क्या आप इसमें कुछ मदद कर सकते हैं, क्या आपने इस बारे में कुछ सोचा है आपमें किसी प्रयास की कमी है।

पुरूष और महिला दोनों को अपना साथी समझने के लिए हर संभव प्रयास करने चाहिए। कृपया इस रूप में सोचें और कार्य करें। वस्तुतः ऐसे लोग अधिक नहीं हैं जिसके साथ आप चल न सकते हों। एक स्तर तक पहुँचने के बाद मात्र प्रयास करना बाकी होता है। आपके संबंधों में अनेक संकट आ सकते हैं किंतु जब वे आपको बरबाद करने लगें तो आपको उन पर काबू पाने के लिए खोजी और सरल हृदय से तरीके ढूँढने होंगे। प्रयास करने की इच्छा आपमें अवश्य होनी चाहिए।

5. संयोग जो आपका भाग्य बदल दे।

(1) किसी "महान" व्यक्ति से मिलने की आशा

चौथा प्रकरण जिसके बारे में मैं बात करना चाहता हूँ वह है भाग्यपूर्ण भेंट। मेरे पाठक सभी उम्र के हैं और यदि आप बीस वर्ष के हैं तो आप केवल एक या दो ऐसे लोगों से मिले होंगे जिन्होंने आपकी जिंदगी बदल दी

हो, असल में, अभी आप बहुतों से मिलेंगे। किंतु जैसे-जैसे आप बड़े होते जाएंगे और तीस, चालीस या पचास की उम्र तक पहुंचेंगे आप ऐसे लोगों से मिलेंगे जिनका आपकी जिंदगी को बदलने में बहुत बड़ा हाथ होगा।

यदि आप अपनी पिछली जिंदगी पर नजर डालें आप कई बड़े मोड़ पाएंगे, जीवन के प्रत्येक मोड़ पर किसी न किसी ने आपका भाग्य बदलने में मदद की होगी, आप सदा एक ऐसे व्यक्ति से मिलेंगे जिसने आपको किसी न किसी रूप में प्रभावित किया होगा। जब भी आप अपने जीवन के चौराहे पर पहुँच जाते हैं और आपको बायें मुड़ने दायें मुड़ने या सीधे जाने का निर्णय लेना होता है तो आपको कोई न कोई अवश्य मिल जाता है जो आपकी मदद करता है। अनेक मामलों में आपका भाग्य भेंट करनेवाले व्यक्ति के बर्ताव के अनुसार बदलता है।

निस्संदेह ऐसे समय में आप आशा करते हैं कि कोई हो जो आपका भाग्य बेहतर कर दे, किंतु होता इसके विपरीत है। ऐसे भी लोग हैं जिन्हें पता चलता है कि संयोग मिलन से उनकी जिंदगी कभी-कभी बदतर बन जाती है। संभवतः वे धोखा खाते हैं या किसी के साथ व्यवसाय करने लगते हैं और दीवालिये हो जाते हैं। संभवतः स्कूल का एक शिक्षक परामर्श देता है जिसका अनुसरण करने पर विपत्ति का सामना करना पड़ता है। हालाँकि इस तरह की दुर्भाग्यपूर्ण स्थितियाँ आती है लेकिन मैं यहाँ सकारात्मक भेंट पर विचार करना चाहता हूँ। जीवन में सफलता के लिए यह जरूरी है कि आप ऐसे लोगों से भेंट संजोए जो आपको खुशी दे या सौभाग्यशाली बना दें।

चीन में "महान" व्यक्ति की एक धारणा है और उस देश में सामान्य अभिवादन पर पूछते हैं "क्या हाल ही में आप किसी ईमानदार, ऊंचे ओहदेवाले, अपने से सुशिक्षित या धनी व्यक्ति से मिले हैं और कम से कम ऐसे किसी स्थिति पर पहुँचे हैं कि आप अपना जीवन बेहतर कर सके हों।" मैने सुना है कि लोग ऐसी भेंट का अपने दैनिक जीवन में उसी प्रकार इस्तेमाल करते हैं जैसे हम किसी का स्वास्थ्य या मौजूदा हाल पूछते हैं। "महान" व्यक्ति से भेंट बहुत जरूरी है।

मानव सुख का अनुसंधान संस्थान (हैपी साइंस) में हम व्यक्तिगत प्रयासों और आत्मानुशासन के महत्व पर अधिक बल देते हैं किंतु ये दोनों एक सीढ़ी के समान है जिस पर एक बार में एक पायदान ऊपर चढ़ सकते हैं। दूसरी ओर "महान" व्यक्ति से भेट "स्वचालित सीढ़ी" के समान है।

जब एक बार आप स्वचालित सीढ़ी के एक पायदान पर अपना पैर रख देते हैं तो कई मंजिलों तक आप तत्काल पहुँच जाते हैं और जब बाहर आते हैं तो अपने को एक अलग दुनिया में पाते हैं। ऐसा आपके जीवन काल के दौरान कई बार होता है।

इसे दूसरे नजरिए से देखें, हर कोई ऐसे लोगों से मिलता है जो उन्हे सौभाग्य की ओर ले जाता है। मेरा दृढ़ विश्वास है कि आप अवश्य किसी न किसी ऐसे व्यक्ति से मिले होंगे जिसने आपके जीवन को पूरी तरह बदल दिया होगा। यह पूर्णतः सच है कि जीवन के प्रत्येक मोड़ पर कोई न कोई ऐसा होता है बिना सोचे विचारे या अनजाने ही कुछ कह देता है जो बाद में आपके लिए पथ प्रदर्शक के रूप में काम करता है। वह व्यक्ति यह घटना भूल चुका होता है किंतु ऐसा अवश्य होता है।

अतः ऐसे भी अवसर आते हैं जब कोई अचानक आकर आपको भाग्य की चाबी पकड़ा देता है और ऐसा करते समय यह जरूरी है कि आप उनकी सलाह या विचार सुनें और सही दिशा में आगे बढ़ें। यह कहना असंभव है कि ऐसा व्यक्ति आपको मिलेगा क्योंकि ये भेंट हर व्यक्ति के लिए भिन्न-भिन्न होती हैं किंतु आपको सदा ऐसे संयोग के लिए तैयार रहना चाहिए जो आपका मार्ग प्रशस्त कर सके। यदि आप ऐसी भेंट संजोए रखेंगे तो आपको अवश्य ही ऐसा व्यक्ति मिलेगा।

जब आप ऐसे किसी व्यक्ति से मिलें तो आपका जीवन आलौकित हो उठेगा और आप कोई भी क्यों न हों आपको पक्का विश्वास हो जाएगा कि आपके जीवन में ये चौंधियाने वाला समय अवश्य आएगा। जो लोग यह कहते हैं कि उन्हें ऐसे लोग कभी नहीं मिले वे भाग्यहीन होते हैं या भूल चुके होते हैं। यह कई रूपों में आता है अतः इसके बारे में ध्यानपूर्वक विचार करें क्योंकि यह वास्तव में ही एक बड़ा कदम बढ़ाने में सहायक होगा।

इस प्रकार की भेंट के लिए आप जितना तैयार रहेंगे उतनी ही इसकी संभावना अधिक होगी। अतः प्रत्येक वर्ष तैयार रहें और आशा करें कि कोई न कोई आपको अच्छी सलाह देगा जो आपको बेहतर दिशा की ओर ले जाएगा और उज्जवल भविष्य खोलेगा, क्योंकि यदि आप ऐसा सोचेंगे तो इस प्रकार का व्यक्ति अवश्य आएगा। इस भेंट के लिए यदि आप प्रतिमाह तैयार रहेंगे तो मानसिक तौर पर ऐसा व्यक्ति आपसे मिलेगा। ये भेंट उतनी ही अधिक होंगी जितनी प्रबलता से आप उनकी आशा करेंगे।

इसका कारण यह है कि यदि आप लगातार इस प्रकार की भेंटों की आशा रखेंगे तो यह आपके सुरक्षात्मक शक्तियां (आत्माएं) या अन्य पथ प्रदर्शक शक्तियों (आत्माएं) को और प्रेरित करेगा कि एक न एक भेंट अवश्य होगी। वे सोचने लगेंगे कि ऐसे प्रशंसनीय रवैया रखने के लिए आपको अवश्य पुरस्कृत किया जाना चाहिए और वे ऐसे व्यक्ति की खोज करेंगे जो आपको आगे बढ़ने में मदद करेगा। आप ऐसे व्यक्ति से सीधे मिलकर अपने जीवन के ऐसे मोड़ पर पहुँच जाएंगे या आपके सुरक्षात्मक शक्तिया (आत्माएं) के सहारे अनजाने में ही आपको ऐसे व्यक्ति की सहायता प्राप्त हो जाएगी। किंतु, किसी भी रूप में, कुछ न कुछ घटित अवश्य होगा। लोग हमेशा आप पर नजर रखते हैं। वे आपसे भिन्न मौकों पर मिलते हैं और अधिकांश आपको आगे बढ़ाने के लिए कुछ न कुछ मदद करने को तत्पर रहते हैं। ऐसे व्यक्ति से भेंट की पहली पूर्व आवश्यकता है ऐसे मिलन की तीव्र इच्छा जागृत होना।

(2) जो कुछ कहा जाए उसे ध्यानपूर्वक व विनम्रता से सुनें।

सौभाग्यपूर्ण भेंट की दूसरी पूर्वापेक्षा है नम्रता। यह जरूरी है कि आप यह स्वीकार करें कि संसार में ऐसे अनेक लोग हैं जो आप से अधिक बुद्धिमान है और आपकों उसमें से किसी एक से भी मिलने पर उसे विनम्रता से सुनना चाहिए। यदि आप नहीं सुनते तो आप अवसर गंवा देते हैं। आपको उनके उन शब्दों की तलाश करनी चाहिए जो आपके अंतर्मन को बदल दे और ऐसे लोगों से भेंट की आशा करें जो महत्वपूर्ण टिप्पणी करें।

अगले, आप निश्चित हों कि वे जो कुछ कहें आप उसे पूरा ग्रहण करें ताकि एक महत्वपूर्ण भेंट खराब न जाए। जब आप महसूस करें, “यह सुख की देवी है, सौभाग्य की देवी है”, तो आप उसे अपने पास से जाने न दें वरन प्रत्येक अवसर का लाभ उठाएं। ऐसी सौभाग्यपूर्ण भेंटें आपके जीवन की महत्वपूर्ण घटनाओं में से एक है। यह वाकई देदीप्यमान क्षण है अतः मैं चाहूँगा कि आप इसे गंभीरता से लें। यह वह मौका है जब आप भाग्य के दोराहे पर खड़े होते हैं और सभी प्रकार के लोग आपके जीवन को बदलने के लिए मदद करने को तैयार होंगे। यदि आप मानते हैं कि आपने अकेले ही सब कुछ अपने प्रयासों से प्राप्त किया है तो यह आपकी भूल है। स्वयं सब कुछ प्राप्त करना असंभव है अतः मैं चाहूँगा कि आप विनम्र रहें और जो कुछ लोग कहें उसे ध्यान से सुनना न भूलें।

चूँकि इस भाग का शीर्षक "जीवन और जीत" है आप यह सुनने की आशा करने लगते हैं कि आपने अपने प्रयासों से उपलब्धियाँ हासिल की है किंतु आपकी आशाओं के विपरीत सही जीत की राह दूसरों की मदद पर ही निर्भर करती हैं। अवसर तो बहुतों द्वारा दिए जाते हैं। यदि बहुत से लोग आपका कैरियर बढ़ाने में आपकी मदद करने की कोशिश करते हैं तो सफलता प्राप्त करना कठिन नहीं है। दूसरी ओर, यदि बहुत से लोग आपको सफलता प्राप्ति से रोकने की कोशिश करेंगे तो आगे बढ़ना कठिन हो जाएगा और जबरदस्त प्रयास करने की जरूरत पड़ेगी। यदि दूसरे आपकी मदद करना चाहते हैं तो आप उसी बहाव में सफलता प्राप्त कर लेंगे। इसके लिए आपको अहसानमंद रहना चाहिए।

अंत में, लोग केवल अपने प्रयासों से ही सफलता प्राप्त नहीं करते। यह ध्यान रखना जरूरी है कि दूसरों की मदद से आप अपने लक्ष्य को पाने में कामयाब होते हैं।

(3) महान ह्रदयवान बने

मै झूठा कहलाऊंगा यदि मुझे यह कहना पड़े कि मुझे यहाँ तक पहुँचने में कोई प्रयास नहीं करने पड़े किंतु इस पथ पर चल सकने में समर्थ होने का कारण है मुझे धरती पर अनेक लोगों का साथ और स्वर्ग से भी सहायता प्राप्त हुई। सामान्य शब्दों में, इसे "भाग्य" के रूप में व्यक्त किया जा सकता है, किंतु मुझ जैसे के लिए, जो वास्तविक जगत की विद्यमानता को प्रत्यक्ष मान चुका हो "भाग्य" शब्दों का प्रयोग असंभव है। मैं जानता हूँ कि यह उन लोगों के सहयोग का फल है जो दूसरे लोक में रहते हैं और उनके वास्तविक कार्यों से ही मुझे यह सौभाग्य प्राप्त हुआ है। कृतज्ञता जाहिर करना न भूलें।

यदि आप अपने भाग्य में बदलाव चाहते हैं तो तीन बातों का ध्यान रखना जरूरी है। पहला अपने भाग्य में उत्सुकता पूर्वक और बदलाव की आशा रखें। दूसरे सदा विनम्र रहें और ध्यानपूर्वक सलाह सुनें। तीसरे, सदा कृतज्ञ रहें। इन नियमों का अनुसरण करने पर मेरा विश्वास है कि जब आप जीवन के एक मोड़ पर पहुँचेंगे तो आपका जीवन सभी का आलौकित करेगा।

6. एक आध्यात्मिक धरोहर

(1) आध्यात्मिक धरोहर के रूप में ईमानदारी

पांचवे और अंतिम प्रकरण में मैं आध्यात्मिक धरोहर के विषय में चर्चा करना चाहूँगा। पहले भाग में मैंने " स्वस्थ जीवन कैसे जीएं" पर चर्चा की दूसरे में धन के सृजन पर विचार किया और तीसरे में घर और पत्नी, पर चर्चा की और चौथे में उन भेटों के विषय में कहा जिनके कारण आपका भाग्य बदल जाता है (सौभाग्यपूर्ण मिलन)। आप इन्हें किस ढंग से पढ़ते हैं उसी आधार पर वे आपकी सांसारिक सफलता का मार्ग प्रशस्त करते हैं या इस संसार में आगे कैसे बढ़ना है इसे स्पष्ट करते हैं।

किंतु इस भाग का शीर्षक है "जीवन और जीत", और सांसारिक लोक से परे क्या है इस पर विचार किए बिना इसे स्पष्ट करना असंभव है। यह जरूरी है कि आप सांसारिक सफलता से परे सोचें। जब तक आप इसे सांसारिक सफलता से परे कुछ अर्जित करने की नहीं सोचेंगे तब तक आप जीवन में सही जीत हासिल करने का दावा नहीं कर सकते।

सांसारिक सफलता से बढ़कर क्या है ? मैंने सदा कहा है, "दोनों लोक में रहनेवाली खुशी" ऐसी खुशी जिसे आप मरने के बाद भी अपने साथ ले जा सकें। यह खुशी किस रूप में रहती है? यह अत्यंत आध्यात्मिक है और इसे दिल रुपी खजाने के रूप में व्यक्त किया जा सकता है जो इस लोक का नहीं है।

दूसरे शब्दों में जो लोग 'सत्य के नियम' के संपर्क में आते हैं और उसे समझते हैं, जीवन में जीत से तात्पर्य मात्र लौकिक सफलता से कुछ अधिक है। यह कहना कोई अतिश्योक्ति नहीं होगी कि जब तक आप कुछ महान कार्य नहीं संजोते, अर्थात् एक आध्यात्मिक धरोहर तो यह नहीं कह सकते कि आपने जीवन में जीत हासिल की है। मैने अनेक पुस्तको में अपना यह विचार प्रस्तुत किया है और संभवतः आपने इसे पढ़ा भी हो। किंतु मैं चाहूँगा कि आप इसे एक बार और पढ़ें।

"एक आध्यात्मिक धरोहर" एक कपोल कल्पना सूक्ति सी प्रतीत होती है, किंतु यदि मुझे इसे कुछ और कहना हो तो इसे मैं "सत्यनिष्ठा" कहूँगा। योग्यता वह गुण है जो आपको जन्म से मिलती है इसके बीज इस लोक में आपके आविर्भाव से आ जाते हैं। यदि आप उन्हें पोषित नहीं भी करते तो इनमें विकास क्षमता होती है और वह आप पर निर्भर करता है कि आप इसे विकसित करें। किंतु ईमानदारी जन्मजात नहीं होती इसे आप अपने जीवनकाल के दौरान इस त्रिआयामी लोक में प्राप्त करते हैं यह एक

अर्जित गुण है। निस्संदेह सभी का यह विश्वास है कि वास्तविक जगत की देवात्माएँ उदाहरण के लिए, सातवें आयाम में, प्रकाश दूत बहुत ईमानदार होते हैं किंतु इस लोक में अवतरित होने पर वे इससे संपन्न नहीं भी हो सकते। किंतु उनमें क्षमता होती है। आप क्षमताओं के साथ पैदा होते हैं किंतु ईमानदारी के साथ नहीं।

(2) ईमानदारी दो रूपों में आती है।

अतः ईमानदारी आप कैसे प्राप्त करेंगे? यह कई दशब्दियों में धीरे-धीरे विकसित होती है किंतु क्या आप जानते हैं कि यह कैसे आती है ?

दो तरह की परिस्थितियों से ईमानदारी अर्जित की जा सकती है। एक तो हतोत्साहित असफल और प्रतिकूल स्थितियों में, दूसरे सफलता से, यही वे समय होते हैं जब ईमानदारी आसानी से हासिल की जा सकती है। निस्संदेह, जीवन के अन्य समयों में कम हद तक ईमानदारी हासिल की जा सकती है किंतु पूर्ण ईमानदारी जो आपके जीवन पर्यन्त यादगार रूप में रहती है दो अनुभवों से आती है।

चलो विचार करते हैं कि ईमानदारी केवल हतोत्साहित, निराशावादी या प्रतिकूल स्थितियों में ही क्यों आती है। प्रतिकूल स्थितियों में अपने दुर्भाग्य को सभी कोसते हैं किंतु जैसा कि आप जानते हैं कि ऐसे भी लोग हैं जो अपने दुर्भाग्य के लिए बड़बड़ाते रहते हैं और विलाप करते रहते हैं। अधिकांश लोग गलती करने पर अपने भाग्य या परिस्थितियों को कोसते हैं। वे दूसरों पर भी स्वयं को नीचा करने का आरोप लगाते हैं वे अपने भगवान पर आरोप लगाते हैं किंतु अधिकांश प्रतिकूल स्थिति को नहीं झेल पाते और निराश हो जाते हैं।

दूसरे जो कुछ अधिक जागरूक होते हैं वे प्रतिकूल स्थितियों से नहीं घबराते वरन इसे स्वीकार कर लेते हैं और सहते रहते हैं। जो लोग इस रूप में दुर्भाग्य को सहने की कोशिश करते हैं वे औसत लोगों से बेहतर होते हैं। इससे ऊपर वे लोग होते हैं जो आशावादी जीवन व्यतीत करने में विश्वास करते हैं, प्रतिकूल स्थिति के बावजूद सुखी जीवन बिताते हैं। ऐसे लोगों को जागरूकता के उच्च्तर स्तर के निचले सोपान पर खड़ा माना जाता है।

किंतु, वे लोग वाकई प्रशंसनीय हैं जो सभी प्रतिकूल स्थितियों से निपटने के लिए अपराजित सोच का सहारा लेते हैं। मुसीबत के क्षणों में वे इसमें ईश्वरीय मंशा को समझ जाते हैं और स्वयं ही इससे शिक्षा लेने की

सोचते हैं। वे अपने बीते हुए कल से सीख लेते हैं। वे दुर्दशा का ईश्वरीय मर्जी समझते हैं और स्वयं से पूछते हैं कि उन्हें किस चीज की आवश्यकता है, ये प्रतिकूल स्थिति उन्हें क्या सीख दे रही है और फिर इसे अपने चरित्र निर्माण के बुनियाद या अपने कार्यों के लिए नयी नींव रखने के सिद्धांत के रूप में लेते हैं। जो लोग ऐसा अनुभव करते हैं उनमें ईमानदारी होती है। उनमें असाधारण शक्ति होती है जो प्रकाश फैलाती है।

कष्ट या निराशा सहने की क्षमता अदभूत् है किंतु वास्तव में असाधारण लोग ईश्वरीय मर्जी को अपने अनुभव में लेते हैं, अंतर्मन को टटोलते हैं ताकि उन्हें सफलता के बीज दिखें और उस बीज को फिर पोषित करते हैं। वास्तविक असाधारण लोग ही इसे हासिल करने में सक्षम होते हैं और यहीं से ईमानदारी आती है।

दूसरे प्रकार की परिस्थितियाँ जिनसे ईमानदारी आती है वह है सफलता। इतिहास में जिनका नाम अमर हो जाता है वे ऐसे लोग होते हैं जिन्होंने अपने जीवन में सफलता प्राप्त की होती है। इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि वे असंख्य बार असफल हुए होंगे आखिर में उन्होने सफलता हासिल की। उदाहरण के लिए अब्राहम लिंकन। वे चुनाव में असफल रहे, उनके व्यक्तिगत संबंध विफल हो गए और अपनी प्रेमिका की मृत्यु सहित उन्होंने कई मुसीबतें झेलीं किंतु आखिर में वे संयुक्त राज्य अमेरिका के राष्ट्रपति बन गए और महान उपलब्धियाँ पीछे छोड़ दीं। यदि वे राष्ट्रपति नहीं होते तो उन्हें आज महान ऐतिहासिक व्यक्ति के रूप में याद नहीं रखा जाता। अंत मे उन्हें सफलता प्राप्त हुई।

यदि आपको पहले कई कष्ट या झटके सहने पड़े हो तो आखिर में बहार आएगी। जब अंत में सफलता आती है तो उसे आप कैसे लेते है, यह जरूरी है। स्वयं को सफलता का श्रेय लेने की कोशिश नहीं करनी चाहिए, वरन स्वयं से कहें कि इसे आपने अपने प्रयासों से ही प्राप्त नहीं किया है वरन यह तो ईश्वर की इच्छा थी। हालाँकि आपने इस मन में संजोया, जल से संचित किया और पोषण किया जब यह केवल अविकसित अवस्था में था लेकिन यह केवल आपके प्रयासों से ही विकिसत नहीं हुआ। सफलता का फूल तो बीज रूप में आपके मन में पहले से ही अवस्थित था और अपने आप यह प्रस्फुटित हुआ। आपने मात्र उसे फलने में पानी देकर और पोषण से मदद की। यही आपको समझना चाहिए।

स्वयं सारा श्रेय मत लीजिए; वरन विचारें कि हालाँकि आपने कुछ हद तक इसे फलने में मदद की किंतु यह देवीय इच्छा से आपको मिली है। सफलता को निजी उपलब्धि के रूप में बदलने की कोशिश न करने का रवैया ही आपकी ईमानदारी बढ़ाता है। यदि आप सारा श्रेय ले लेंगे और सफलता को अपने ही अथक प्रयासों और कौशल का परिणाम समझेंगे तो और ईमानदार नहीं हो सकेंगे, तो यह अपनी योग्यताओं से सफलता हासिल करने का अनुभव मात्र होगा।

यदि आप अपनी सफलता का श्रेय नहीं लेंगे, यदि आप कहेंगे कि इसके पीछे असंख्य लोगों का हाथ है तो क्या होगा ? तब क्या होगा जब आप यह विश्वास करेंगे कि आपकी सफलता ईश्वरीय इच्छा है कि ये आपके सुरक्षात्मक और देवदूतों के फलस्वरूप प्राप्त हुई है ? यदि आप सोचें कि सफलता देवीय इच्छा के कारण प्राप्त हुई है तो आप कैसे कार्य करेंगे ? आप अवश्य ही सुनिश्चित करेंगे कि आपकी सफलता का लाभ अधिक से अधिक लोगों को मिले और इसी से ईमानदारी बढ़ती है।

प्रत्येक व्यक्ति अलग जीवन जीता है, किंतु ईमानदारी दो कारणों से उत्पन्न होती है। यह कुछ ऐसा है जिसे प्राप्त करना जरूरी है अतः मैं चाहूँगा कि आप कुछ न कुछ ईमानदारी चाहे कितनी भी कम क्यों न हो, हासिल करने के लिए संघर्ष करें ताकि दूसरे लोक में लौटने पर इसे आप आध्यात्मिक धरोहर के रूप में ले जा सकें। तभी आप यह कह सकेंगे कि आपने जीवन में जीत वास्तव में हासिल की है। मुझे आशा है कि इसे आप अपने जीवन काल में अनुभव करने में समर्थ होंगे।

भाग चार

अपराजित सोच की शक्ति

4: अपराजित सोच की शक्ति

(1) आत्म चिंतन और प्रगति को जोड़नेवाला सिद्धांत

अपने संस्थान में, मैने चौहरे मार्ग– प्रेम, बुद्धिमता, आत्म चिंतन और प्रगति के सुख के सिद्धांत के रुप में शुरुआत की है। इस पुस्तक का मूल विषय "अपराजित सोच" एक दर्शन है जो आत्म चिंतन और प्रगति को जोड़ता है। सामान्यतः जब लोगों की सोच सकारात्मक होती है, तो वे सोचने लगते हैं कि इसके लिए सकारात्मक और रचनात्मक ढंग से आगे बढ़ना ही काफी है। किंतु हमें इसे आत्म चिंतन, जो कि मानव सुख में अनुसंधान संस्थान (हैपी साइंस) की मूल शिक्षाएं हैं, से मिलाकर विचार करना होगा।

यदि लोगों से कहा जाए कि वे एक दिन अपने विचारों और कार्यों पर चिंतन करें और फिर सकारात्मक सोच के साथ आगे बढ़ें तो कुछ तो दोनों के बीच डगमगाने लगेंगे कि किस पर ध्यान केन्द्रित किया जाए। अब तक मैंने व्यक्ति को कोई भी पद्धति अपनाने का निर्णय लेने की छूट दे रखी थी और इससे कुछ भ्रम पैदा हो जाता है। इस कारण से, अपराजित सोच के विचार को इन दो विचारों से जोड़ने के रूप में शुरुआत की है जिससे यह सिद्धांत और स्पष्ट हो जाता है। मैं चाहता हूँ कि आप अपराजित सोच का इस्तेमाल तब करें जब आपके पास किसी समस्या को सुलझाने का और कोई उपाय न हो क्योंकि ये एक प्रभावशाली दर्शन हैं जिसमें आत्म चिंतन ओर प्रगति दोनों शामिल हैं।

सकारात्मक सोच अपनाते समय लोग उसकी छाया को नहीं देखते चीजों के बुरे पक्ष पर नजर नहीं डालते। वे केवल प्रकाश की ओर उज्जवल भविष्य की ओर देखते हैं या चीजों पर केवल रचनात्मक दृष्टि से नजर डालते हैं, हालांकि यह दर्शन बहुत कारगर है किंतु यदि इस दिशा पर केन्द्रित रहेंगे तो आत्म चिंतन के लिए इसमें कोई जगह नहीं है। किंतु आप कितने ही सकारात्मक और दूंरदेशी बने रहे कई बार समय ठीक नहीं होता।

मुझे विश्वास है आपने पहले भी कई विफलताएं देखी होंगी। क्या ऐसे अवसरों पर यह ठीक होगा कि इसको अनदेखा कर लापरवाही से आगे बढ जाएं।

संभवतः आपने स्वयं से कहा हो कि जब तक आप आगे बढ़ते रहेंगे सब कुछ ठीक ठाक चलता रहेगा। बस आपका रवैया हमेशा सकारात्मक होना चाहिए। यदि आप गिर जाते हैं या गलतियाँ कर बैठते हैं तो आप संभवतः कहते हैं, "इन चीजों की मैं परवाह नहीं करता, मैं केवल प्रकाश में रहना चाहता हूँ, आखिरकार एक व्यक्ति की प्रवृत्ति अनिवार्यतः प्रकाश की ओर होती है।" जो लोग सकारात्मक सोच अपनाते हैं वे इसी प्रकार सोचते हैं किंतु क्या यही सब जीवन है? क्या लोगों की भावनाएं इतनी सरल है ?

मानव जाति का दिल और दिमाग समझने के बाद मुझे मजबूरन अपने आप से पूछना पड़ा, क्या इतना ही काफी है। क्या लोगों को एक ही दिशा में आगे बढ़ना, केवल एक प्रकार की ही सोच अपनाना पर्याप्त है ? नहीं, कदापि नहीं। लोगों के दिलो-दिमाग गहन भावनाओं और विचारों से भरे पड़े है अतः इस सब पर विचार करने के लिए गहरे दर्शन की भी आवश्यकता है।

(2) दृश्यमान जगत में अपराजित सोच की शक्ति।

अपराजित सोच प्रत्येक व्यक्ति का व्यक्तिगत दर्शन है। इसके बावजूद मेरा दृढ़ विचार हैं कि इसकी दिशा और दृष्टिकोण की व्याख्या करूँ जिसे आप अपना सकें अतः यहाँ इस परिप्रेक्ष्य से मैं अपराजित सोच की शक्ति पर चर्चा करना चाहता हूँ।

यह दर्शन सिद्धांत इस विचार से उत्पन्न हुआ कि हर व्यक्ति गलतियाँ करता है। कोई भी व्यक्ति इस संसार से बिना समस्याओं से जूझे तर नहीं पाता। असलियत यह है कि लोग पहले बायें और फिर दायें मुड़ते हैं किंतु वे सदा अपनी जिंदगी को और बेहतर और खुशहाल बनाने में लगे रहते हैं। इस वास्तविकता के मद्देनजर, सफल जीने के लिए क्या जरूरी है ? मैं चाहता हूँ अभी आप इसी पर विचार करें।

अपराजित सोच एक दर्शन सिद्धांत है जो इस त्रिआयामी जगत में जहाँ हम रहते व खाते हैं रहने के लिए असीम भाक्ति प्रदान करती है। निस्संदेह कुछ ऐसे भी सिद्धांत हैं जो इस त्रि-आयामी जगत, उदाहरण के लिए आत्मज्ञान का नियम, इच्छा का नियम इससे परे है।

मुझे विश्वास है आपने पहले भी कई विफलताएं देखी होंगी। क्या ऐसे अवसरों पर यह ठीक होगा कि इसको अनदेखा कर लापरवाही से आगे बढ जाएं।

संभवतः आपने स्वयं से कहा हो कि जब तक आप आगे बढ़ते रहेंगे सब कुछ ठीक ठाक चलता रहेगा। बस आपका रवैया हमेशा सकारात्मक होना चाहिए। यदि आप गिर जाते हैं या गलतियाँ कर बैठते हैं तो आप संभवतः कहते हैं, "इन चीजों की मैं परवाह नहीं करता, मैं केवल प्रकाश में रहना चाहता हूँ, आखिरकार एक व्यक्ति की प्रवृत्ति अनिवार्यतः प्रकाश की ओर होती है।" जो लोग सकारात्मक सोच अपनाते हैं वे इसी प्रकार सोचते हैं किंतु क्या यही सब जीवन है? क्या लोगों की भावनाएं इतनी सरल है ?

मानव जाति का दिल और दिमाग समझने के बाद मुझे मजबूरन अपने आप से पूछना पड़ा, क्या इतना ही काफी है। क्या लोगों को एक ही दिशा में आगे बढ़ना, केवल एक प्रकार की ही सोच अपनाना पर्याप्त है ? नहीं, कदापि नहीं। लोगों के दिलो-दिमाग गहन भावनाओं और विचारों से भरे पड़े है अतः इस सब पर विचार करने के लिए गहरे दर्शन की भी आवश्यकता है।

(2) दृश्यमान जगत में अपराजित सोच की शक्ति।

अपराजित सोच प्रत्येक व्यक्ति का व्यक्तिगत दर्शन है। इसके बावजूद मेरा दृढ़ विचार हैं कि इसकी दिशा और दृष्टिकोण की व्याख्या करूँ जिसे आप अपना सकें अतः यहाँ इस परिप्रेक्ष्य से मैं अपराजित सोच की शक्ति पर चर्चा करना चाहता हूँ।

यह दर्शन सिद्धांत इस विचार से उत्पन्न हुआ कि हर व्यक्ति गलतियाँ करता है। कोई भी व्यक्ति इस संसार से बिना समस्याओं से जूझे तर नहीं पाता। असलियत यह है कि लोग पहले बायें और फिर दायें मुड़ते हैं किंतु वे सदा अपनी जिंदगी को और बेहतर और खुशहाल बनाने में लगे रहते हैं। इस वास्तविकता के मद्देनजर, सफल जीने के लिए क्या जरूरी है ? मैं चाहता हूँ अभी आप इसी पर विचार करें।

अपराजित सोच एक दर्शन सिद्धांत है जो इस त्रिआयामी जगत में जहाँ हम रहते व खाते हैं रहने के लिए असीम भाक्ति प्रदान करती है। निस्संदेह कुछ ऐसे भी सिद्धांत हैं जो इस त्रि-आयामी जगत, उदाहरण के लिए आत्मज्ञान का नियम, इच्छा का नियम इससे परे है।

वास्तविक जगत में, आप अपनी अंतर्निहित शक्ति को लगभग सौ प्रतिशत निरुपित कर सकते हैं किंतु त्रिआयामी जगत में यह स्थिति होना जरूरी नहीं है। प्रत्येक व्यक्ति स्वयं को एक भिन्न रूप में प्रकट करता है। आलोक का अद्वैतवाद जिसके अनुसार, "केवल प्रकाश ही चारों ओर है।" उच्च आयामों में अधिक कारगर हैं। अपराजित सोच आध्यात्मिक नियम स्पष्ट करते हैं जिसे पूरी तरह नहीं समझा जाता विशेषकर इस दृश्यमान जगत के दृष्टिकोण से।

(3) अपनी आत्मा के विकास के लिए मुश्किलों को अपनी ताकत बनाएं।

मैं इस बात से शुरु करना चाहता हूँ कि अपराजित सोच इस विचार पर आधारित है कि जीवन में सभी मुसीबतों को आत्मा के पोषण में लगा देना चाहिए। आपके अपने जीवन काल में कई बाधाऐं असफलता और कठिनाइयाँ आएंगी किंतु इस संसार में आपके आने के उद्देश्य के परिप्रेक्ष्य में क्या आप इनसे मुक्त रह सकते हैं ? मैं चाहूँगा आप इस पर मनन करें। क्या आपका जन्म उत्पन्न होनेवाली कठिनाइयों और मुसीबतों से बचने के लिए ही हुआ है ? इस प्रश्न का जवाब दें।

जब आप जिंदगी के मायनों के बारे में सोचते हैं, तो आप पाएंगे कि यह आसान नहीं है। आपका इस धरती पर जन्म प्रत्येक सौ या कुछ सौ वर्षों के अंतराल में होता है ताकि अपनी आत्मा के परिष्कार के लिए आप विभिन्न प्रकार के लोगों से नई परिस्थितियों में काम करें । इस धरती पर जीवन अच्छे अनुभवों से ही भरा नहीं है वरन आपके जन्म से पूर्व आप ये सब जानते थे। आप इस धरती पर मात्र इसलिए नहीं आए हैं कि आपके लिए सब कछ ठीक-ठाक चलता रहे। धरती पर आने का आपका उद्देश्य एक ऊँचा मुकाम हासिल करना और अनेक अलग-अलग अनुभवों को संचित कर वास्तविक आलोक फैलाना है, इसमें कई बार परीक्षा और त्रुटियों की प्रक्रिया आएगी। यदि आप अपने जीवन के उद्देश्य को इस नजरिए से देखेंगे तो आपकी मुसीबतों और बाधाओं को नए मायने मिलेंगे। यह ज्ञान ही अपराजित सोच की बुनियाद है।

यदि आपकी सोच इस तथ्य पर आधारित होगी कि मानव जाति का जीवन शाश्वत है और पुनर्जन्म के माध्यम से धरती पर वह बारंबार आता है आप भिन्न नजरिए से इस दृश्यमान जगत की सभी घटनाओं और अनुभवों

को देखते हैं और चाहते हैं कि ये अनुभव आपके अंतर्मन को अमूल्य पोषण प्रदान करें। अपराजित सोच का यही आधार है।

जीवन की सबसे बड़ी चुनौती है कैसे सर्वाधिक प्रयासों, संपूर्ण ज्ञान कौशल और विचारों से जीवन में आनेवाली समस्याओं से निपटा जाए और जो कुछ अर्जित किया है उसे कैसे अपनी आत्मा की शक्ति बनाया जाए। अतः किसी समस्या से केवल बचने या उसे नकराने से बात नहीं बनेगी। यही हमारे संस्थान की शिक्षा में व्यक्त किया जाता है जिसके अनुसार, "जीवन एक अभ्यास पुस्तिका है जिसमें दी गई समस्याओं का हमें निदान करना और हरेक को प्रत्येक समस्या सुलझाने का प्रयास करना चाहिए।"

यह आपकी अपनी समस्याओं की एक अभ्यास पुस्तिका है जिसका हल आपको स्वयं निकालना है। मैं चाहता हूँ अपराजित सोच सीखने की पूर्वापेक्षा के रुप में आप इस पर विचार करें। आपको अपनी समस्याओं का हल स्वयं निकालना है और एक बार जब आप इनका हल ढूंढ़ लेंगे या इन्हें हल करने की दहलीज में होंगे तो दूसरों का मार्ग प्रशस्त करने की भी सोचेंगे। तब, केवल दूसरों की मदद तक ही सीमित न रहें वरन कुछ विशाल, सकारात्मक उपक्रम स्थापित करने के लिए भी प्रयास करें। यही अपराजित सोच का कार्यरूप है।

(4) अपने वक्त का खुद मालिक बनें।

अब मैं चाहूँगा कि ऐसी सोच बनाएं कि जो अपराजित सोच से वास्तविक शक्ति प्राप्त करने में महत्वपूर्ण साबित हो। मूलतः इसे अदम्य जोश के रुप में कहा जा सकता है।

चूंकि मानव सुख का अनुसंधान संस्थान (हैपी साइंस) की स्थापना से मैं अनेक लोगों के संपर्क में आया और विभिन्न प्रकार की सोच के बारे में सुना। कुछ लोग रोशनी पसंद करते हैं तो कुछ को अंधेरा पसंद है, कुछ उल्लासी हैं, कुछ निराशावादी और सभी छोटे-बड़े व्यक्तिगत नाटकों से गुजरते हैं। अपने संस्थान के क्रियाकलापों से संपर्क में आने के बाद बहुत से लोगों के जीवन में बदलाव आया है।

अपने जीवन काल में लोग विभिन्न समयों, रोशनी और अंधेरे, सुख और दुःख, अनुकूल और प्रतिकूल समय का अनुभव करते हैं। यदि लोगों का

इन परिस्थितियों के मद्देनजर देखा जाए और उनकी प्रतिक्रिया के अनुसार उन्हें बांटा जाए तो सभी को निम्न दो समूहों में बांटा जा सकता है।

एक प्रकार के लोग वे होते हैं जो अपने अनुकूल समय में बहुत अच्छा करते हैं। जब उनके अनुकूल हवा चल रही होती है तो सब कुछ उनके अनुसार होता है किंतु जैसे ही प्रतिकूल हवा चलने लगती है वे परिस्थिति से समझौता नहीं कर पाते। हालाँकि वे सही हवा चलने पर नाव सही खेते रहते हैं किंतु जैसे ही हवा पलटा खाती है और विपरीत चलने लगती है तो वे आगे बढ़ने में स्वयं को असमर्थ पाते हैं। कई बार तो नाव उलट जाती है। काफी लोग इसी श्रेणी में आते हैं।

दूसरे प्रकार के लोग वे हैं जिनमें अदम्य साहस होता है। वे शुरू से ही दृढ़ निष्कपट इच्छा का प्रदर्शन करते हैं और निरंतर दृढ़ निश्चयी होते हैं। कभी-कभी व्यक्ति की इच्छा बहुत प्रबल होती है किंतु समय गुजरने के साथ ही इसकी सत्यता की परख होती है।

अपराजित सोच एक दर्शन सिद्धांत है जो आपको आपके समय का उस्ताद बनाता है और समय आपके वश में रहता है। यह देखने के लिए इस दर्शन को आपने कितना अपनाया है आपको विचार करना होगा कि छः माह, या एक साल या दो या तीन साल पूर्व आप कैसे थे। इस समय के दौरान आपने क्या उपलब्धि पाई, आप आगे बढ़े या पीछे, सही पथ से भटके या उस पर चलते रहे यह देखना होगा। इस प्रकार आपको सदा अपने जीवनचर्या की जाँच करनी होगी। यदि आप अपने पथ पर मुड़कर देखें और पाएं कि आपने एकल, स्थिर पथ पर काफी प्रगति की है तो इसका अर्थ है आपको छुट-पुट घटनाओं से कुछ नुकसान हुआ है किंतु समग्र रूप में आप बड़ा खेल जीतने का निरंतर प्रयास करते रहे।

अतः अपराजित सोच वृक्ष के बढ़ने के समान है। विकसित होने के साथ-साथ पेड़ को कई चुनौतियों ओर मुसीबतों का सामना करना पड़ता है। तेज हवाएं उसकी शाखाओं और पत्तों को उखाड़ सकती है। पेड़ उखड़ने लगता है इसमें पोषण की कमी होती है या इसकी जड़ें उखड़ जाएंगी। किंतु कुछ भी हो जाए यह और विशाल होने के लिए संघर्षरत रहता है। अपराजित सोच इस प्रकार के प्रयास पर आधारित है।

(5) बांस की शक्ति जो गांठ बनाती है।

एक भिन्न रूपक के प्रयोग स्वरूप मैं बांस का उदाहरण देना चाहता हूँ। संभवतः आपने बांस के पौधे की प्रशंसा की होगी। आपने इसे बढ़ते हुए देखा होगा और तने को देखकर उसके ऊपर तक जाती गांठे देखने पर ऐसा लगता है मानो गांठें मात्र एक प्रकार की किस्म है। किंतु जब मैं इस पर देखता हूँ तो मुझे आश्चर्य होता है कि बांस को ये गांठें बनाने में कितनी मेहनत करनी पड़ती होगी।

बांस की गांठें प्रत्येक आठ से बारह इंच के अंतराल पर होती हैं और प्रत्येक गांठ काफी मजबूत होती है। जड़ की ओर ये गांठें बड़ी और मजबूत होती जाती है और ऊपर तक जाते-जाते ये छोटी और कमजोर होती जाती है और हवा में झुकी होती हैं। किंतु समय के साथ पतला और कमजोर भाग मजबूत होकर बड़ी गांठ बन जाता है और शीर्ष और लंबा हो जाता है। बांस को देखने पर आप पाते हैं कि यह खण्ड प्रति खण्ड बढ़ता जाता है। मैं इसे बहुत प्रभावशाली मानता हूँ। चाहे ये तीस फीट या साठ फीट तक बढ़ जाए इसे इसकी गांठे इसे अनोखा बनाती हैं।

बांस हवा का प्रतिरोधी होता है। कितनी ही तेज हवा क्यों न चले, बांस का पौधा आसानी से नहीं टूटता। यह मजबूत पौधा नहीं है किंतु लचीला होने के बावजूद ये इतना कमजोर भी नहीं है। हवा कैसी भी चले, बारिश हो, ये उनकी परवाह किए बिना बढ़ता रहता है। अपने तने पर अपने विकास के निशान छोड़ता जाता है मानो कह रहा हो, "मैं कितना बढ़ता रहता हूँ।" मैने विचार किया कि बांस इन गांठों को बनाने में कैसा महसूस करता होगा। जैसे-जैसे एक गांठ और जुड़ती जाती है तो यह सोचता होगा, "मैं अब इतना लंबा और बढ़ चुका हूँ।" मुझे विश्वास है यह उसकी एक बड़ी उपलब्धि है।

आप अपने जीवन को जिस प्रकार ढालते हैं वह काफी कुछ बांस के पौधे से मिलता जुलता है। आप बांस के समान ही पतले हैं। यहाँ तक कि बांस का सबसे बड़ा डंठल केवल आठ से दस इंच बड़ा होता है। वे इससे बड़े नहीं होते। जमीन से ऊपर बांस का पौधा अंकुर की तरह होता है फिर ये सीधा बढ़ता जाता है। यह अपना शुरूआती लचीलापन नहीं छोड़ता न ही अपनी मजबूती छोड़ता है। लचीलापन और मजबूती दोनों एक साथ होते हैं और यही विकास के लिए जरूरी है।

दूसरे शब्दों में, जिसे मैं "अपराजित सोच" कहता हूँ वह एक दर्शन है जो आपको जीवन के अच्छे बुरे समय से गुजरने में मदद करता है और ये

बांस के पौधे के समान है। मूलतः बांस लचीला किंतु मजबूत होता है। वह केवल एक ही दिशा में नहीं झुकता या झुकता ही नहीं है। तेंदु का पेड़ बांस की तरह हवा में लहराते या झुकते नहीं हैं और आसानी से टूट जाते हैं। बांस चटकता नहीं है किंतु तेंदु के पेड़ चटक जाते हैं। जैसा कि आप जानते हैं भिसा (विलो) का वृक्ष भी जल्दी नहीं टूटता। जो बहुत मजबूत या कड़ा दिखता है वास्तव में कमजोर होता है और आसानी से चटक जाता है। किंतु, जो लचीला होता है उसमें असली ताकत छिपी होती है और आसानी से नहीं टूटती। यही आपका उद्देश्य होना चाहिए आपका ये त्रिआयामी जगत एक तरह का ग्रीनहाउस नहीं है। यह वह संसार है जहाँ वर्षा होती है, हवा चलती है और ओलावृष्टि और अकाल आते हैं।

मैंने बांस के पौधे का प्रयोग रूपक के रूप में किया है किंतु इस पर विचार करें कि आपका जीवन और भाग्य चक्र इसी रूप में चलता है। मैं यह नहीं कहता कि प्रत्येक चक्र कितना लंबा चलता है यह कई वर्ष या कई माह चल सकता है किंतु एक बात निश्चित है कि कभी समय अच्छा चल रहा होता है तो कभी समय अच्छा नहीं चलता। मेरा विश्वास है कि प्रतिकूल समय में ही कुछ अच्छा जन्म लेता है। आपके जीवन के मोड़ पर आप अपने माहौल और आस पास के लोगों के साथ मेल नहीं रख पाते। किंतु यदि कोई मुझसे पूछे कि क्या इन समयों से गुजरना बेहतर है तो मैं कहूँगा हाँ क्योंकि मुसीबत के क्षण ही अच्छी चीजें घटित होती हैं।

इस नजरिए से जीवन को देखने पर आप जान पाएंगे कि प्रतिकूल स्थिति से घबराने की जरूरत नहीं है। प्रतिकूल स्थिति में ही आपकी आत्मा का सर्वाधिक पोषण होता है और आप महत्वपूर्ण सबक सीखते हैं। यह समय वैसा ही होता है जब बांस नयी गांठ बनाता है यह आठ से दस इंच स्थिर रुप से तब तक बढ़ता है जब तक कि ये अगली गांठ तक नहीं पहुंच जाता। मेरे विचार से ये बांस के लिए बड़ा दर्द भरा समय होता है क्योंकि उसने संभवतः सोचा था कि काश वह बिना गांठ बनाए इसी तरह स्थिर गति से बढ़ता जाता। उसने शायद स्वप्न देखा हो कि काश वह बिना रुकावट के तीस या साठ फूट तक बढ़ता ही जाए। किंतु उसे गांठ बनाने के लिए हर आठ से दस इंच पर रुकना पड़ता है। मुझे विश्वास है उसके ऐसा होने पर अवश्य प्रतिरोध और निश्चलता की भावना आई होगी; उसे आश्चर्य हुआ होगा कि वह मनचाहा क्यों नहीं बढ़ सकता उसे रुकावट का सामना क्यों करना पड़ता है।

बांस के लिए यह बड़ा दर्द भरा समय होता है क्योंकि वह बढ़ने की इच्छा रखता है किंतु उसे एक गांठ बनाने के लिए रूकना पड़ता है। मुझे लगता है कि उसे उलझन होती होगी और किसी बाधा को पार करने जैसा महसूस करता होगा किंतु शीघ्र ही उसमें शक्ति आती है और एक गांठ बन जाती है गांठ बनते ही बांस पुनः सामान्य रूप से बढ़ता जाता है जब तक दूसरी गांठ बनाने का समय नहीं आता। किसी पौधे के लिए ये गांठें बनाना बहुत कष्टदायी होता है किंतु इन्हीं के सहारे वह लगातार बढ़ता जाता है हालाँकि वह इसे जान नहीं पाता। ये गांठें उसको बढ़ने का आधार प्रदान करती हैं।

अंत में यह निष्कर्ष निकलता है कि भाग्य और किस्मत चक्र में चलते हैं। कभी समय अच्छा चलता है और कभी कोई काम नहीं बनता, अवसर के समय और प्रतिकूल समय वे होते हैं जब आप बढ़कर गांठ बनाते हैं। प्रतिकूल समय आपके जीवन की गांठें हैं और एक गांठ बनाने के बाद आप अगले कदम की ओर बढ़ते हैं।

मैं चाहता हूँ कि आप अपने पिछले समय को देखें जब आपने बहुत कुछ सीखा था। मुझे विश्वास है कि कभी आपको दुःख हुआ होगा, आपको दूसरों के शब्दों से ठेस लगी होगी, आपको व्यवसाय में कठिनाई आई होगी, दीवालिए हो गए होंगे या बीमार पड़ गए होंगे। किंतु पांच या दस साल के बाद इन अनुभवों को देखने पर आप पाएंगे यही समय आपकी मीठी यादें बन जाती हैं। अतः जब आपकी जिंदगी असहनीय हो जाती है, अपने आप से कहें कि आप इस समय गांठ बनाने की अवस्था में हैं और फिर विकास मार्ग में अगले चरण की ओर बढ़ जाएं।

(6) प्रतिकूल माहौल में वार्षिक छल्ले तैयार करना।

पिछले भाग में मैंने बांस के पौधे के विकास को जीवन का रूपक माना था किंतु सामान्य वृक्ष भी इसी प्रकार कार्य करता है। बांस के समान अन्य वृक्षों में गांठें नहीं होती किंतु उनमें वार्षिक छल्ले आते हैं।

जब मैं देहात में रहता था तो मैंने कूड़ा जलाने के लिए निर्दाहक बनाया था यह ईंटों और पत्थरों का बना होता था ताकि आग फैलने न पाए। पास ही में एक पेड़ होता था और मैं सोचता था कि आग की गर्मी इस पेड़ को खत्म कर देगी। किंतु मेरी आशाओं के विपरीत, ऐसा नहीं हुआ; वस्तुतः

यह पहले से और अधिक मजबूत हो गया और हालाँकि अन्य पेड़ मर गए पर यह बढ़ता गया।

जिंदगी उस निर्दाहक के पास वाले पेड़ के लिए वाकई काफी मुश्किल भरी होगी किंतु उसी समय उसके विकास में वार्षिक छल्ले आए होंगे। उसका तना और मोटा, और अधिक जीवंत हुआ होगा। अजीब बात है कि अनुकूल स्थलों पर बढ़नेवाले वृक्ष तूफानों में जल्द ही उखड़ जाते हैं। यदि हम इसकी मानव जीवन से तुलना करें तो कहा जा सकता है कि अन्य पेड़ विशिष्ट वर्ग के होते हैं जो बड़े निगमों के लिए कार्य करते हैं। वे धनाढ्य परिवार से होते हैं और उन्होंने अपने समूचे जीवन में कभी कष्ट नहीं झेला होता किंतु जैसे ही कोई आंधी आती है अर्थात् उन्हें अपने कैरियर में कोई झटका लगता है वे उसे झेल पाने में असमर्थ रहते है।

यदि आप महान लोगों का जीवनवृत पढ़ें तो आप पाएंगे कि अनेक मामलों में वे काफी कष्टप्रद जीवन जीते हैं। इससे पता चलता है कि बिना प्रतिकूल स्थिति से गुजरे वे अपनी आत्मा में वार्षिक छल्ले नहीं बना सकते थे। अतः जीवनकाल में कठिन स्थितियों को सहना अत्यंत महत्वपूर्ण है। जहाँ तक मेरा सवाल है मैं लोगों के समक्ष खड़े होकर उन्हें जीवन की समस्याओं पर सलाह दे सकता हूँ क्योंकि मैं भी इन कठिन समयों से गुजरा हूँ। जो कुछ उस समय सोचा था वह आज मुझमें शक्ति रुप में बदल गया।

जब आपका शरीर और आत्मा दुर्भाग्यपूर्ण हवा के थपेड़ों, दुःख तकलीफ हर प्रकार के दुर्भाग्य का मुकाबला करने में समर्थ होता है व यह एक प्रकार की प्रतिरक्षा होती है। फलस्वरुप आप जिंदगी की समस्याओं से लड़ना सीख जाते हैं। जब एक बार आप इसमें सिद्धहस्त हो जाते हैं आप अपने ही अनुभवों से नया ज्ञान ले लेते हैं और आपमें नये विचार आते हैं। अंत में, आपका प्रत्येक अनुभव एक सीख बन जाता है जो आपकी आत्मा को शक्तिशाली ऊर्जा प्रदान करता है।

(7) लंबी दूरी के धावक के समान सोचें।

अब तक पुस्तक का यह भाग अदम्य साहस के बारे में था और अब मैं इससे जुड़े विषय पर विचार करना चाहूँगा, अल्पकालीन और दीर्घकालीन सोच। किसी भी स्थिति पर विचार करने के दो तरीके हैं, अल्प काल में और दीर्घ काल में।

आपको केवल दीर्घकालीन बातों पर ही विचार नहीं करना चाहिए और वर्तमान को महत्वहीन नहीं समझना चाहिए। यह कहना उचित नहीं है, "मैं सर्दी में सब कुछ जोड़ लूंगा, अतः अभी मैं जो चाहूँ कर सकता हूँ।" हालाँकि यह ग्रीष्मकाल है किंतु अभी भी बहुत कुछ करने लायक है। आप अपने दिन सुस्ती से यह सोचकर न गुजारें कि आपने सर्दी के लिए काफी लकड़ी और कोयला जोड़ लिया है और आपको अधिक चिंता करने की जरूरत नहीं है। आपको हर मौसम के लिए सब कुछ जोड़ कर रखना चाहिए।

किंतु जब आप त्यागने के बारे में सोचेंगे ओर विचारेंगे कि समय आगे और बुरा नहीं आएगा। तो आप आगे मुसीबतें या कठिनाइयाँ नहीं झेल सकते। मैं चाहूँगा कि आप हमेशा ध्यान रखें कि आपके जीवन में ये क्षण अल्पकालीन होते हैं। यदि आप मात्र एक या दो लघु वर्षों पर ही ध्यान केन्द्रित करेंगे तो आप महसूस करेंगे आपके मन के अनुकूल स्थितियाँ घटित नहीं हुई और आप निराश हो जाएंगे किंतु ऐसे समय में आपको अपनी सोच को पूरी तरह बदलना होगा।

आप अल्पकाल में सफल नहीं हुए इसका मतलब है कि आपमें धावक की क्षमता नहीं है। आप सौ गज की तेज दौड़ को जीतने में भी असमर्थ हैं किंतु इसका यह अर्थ कदापि नहीं है कि आप में धावक की योग्यता नहीं है। कुछ सौ गज की दौड़ से लेकर छब्बीस मील तक चलनेवाले मैराथन भी होते हैं। यदि आप दौड़ में ठीक नहीं हैं तो स्वयं से पूछें कि क्या आप में लंबी दूरी की दौड़ की प्रतिभा है। कभी-कभी मैं आपके नजरिए को बदलना चाहता हूँ।

मैं स्वयं भी कभी अच्छा धावक नहीं रहा किंतु जब मैं वरिष्ठ उच्च विद्यालय में था, मैंने एक बार मैराथन में हिस्सा लिया और एक संतोषजनक पदवी प्राप्त की। लंबी दूरी की दौड़ के इस अनुभव ने मुझे सभी चीजों में आत्म संतुष्टि की महत्ता सिखाई। जब दौड़ शुरू हुई मैने कुछ लोगों को चुना जिन्हें मैं अपने समान ही काबिल समझता था। किंतु कुछ दूरी तक दौड़ने के बाद मेरा शरीर जोश से भर गया और मुझे अच्छा लगने लगा ओर मैने पाया कि मैं कहीं अच्छा प्रदर्शन कर सकता था। दौड़ के आधे स्थल से मैने अपनी चाल बढ़ानी शुरू कर की और मुझे लगा कि मेरे पैर लंबे हो गए हैं। मैं अपनी गति तब तक और बढ़ाता चला गया जब

तक मैने उन लोगों को नहीं पछाड़ दिया जो हमेशा दौड़ में मुझसे बाजी मार जाते थे।

धावक सामान्यतः सही डील-डौल के होते हैं और यदि वे लंबी दूरी की रेस में गलत चाल से चलेंगे तो वे स्वयं सबके साथ नहीं चल पाएंगे। यदि वे बहुत तेज दौड़ेंगे तो वे आधे रास्ते पर रह जाएंगे, हाँफने लगेंगे और आराम करने के लिए रुकेंगे। जब मैने धावकों को पीछे छोड़ा तो मैने उनके चेहरे पर आश्चर्य देखा और हालाँकि उन्होंने आगे रहने का भरसक प्रयास किया किंतु वे ऐसा नहीं कर सके और पिछड़ गए। मुझे विश्वास नहीं हुआ कि ऐसा हुआ ये वाकई एक चौंकानेवाला अनुभव था।

मैने यहां आपके कदम बढ़ाने की महत्ता के बारे में चर्चा की है। आपको अपनी वास्तविक क्षमता का मूल्यांकन स्वंय करना है और उपयुक्त समय का निर्धारण करना है जब आप सर्वाधिक प्रयास कर सकें ताकि लंबी दौड़ में आप सर्वश्रेष्ठ संभावित परिणाम प्राप्त कर सुधार की सदा गुंजाइश रहती है।

8. संचित प्रभाव।

मैं समझता हूँ कि हमारे संस्थान के कुछ सदस्यों के लिए सत्य का अध्ययन वास्तव में सिरदर्द है। शायद वे इस बात से परेशान रहते हैं कि उनके पास सत्य की पुस्तकें पढ़ने का समय नहीं है या सेमिनार में उन्हें सीखने में कठिनाई होती है।

यदि आप केवल अल्पकाल की दृष्टि से देखेंगे तो यह सच है लोगों में भिन्न-भिन्न स्तर की योग्यता होती है। उदाहरण के लिए यदि एक समूह के लोगों को एक वर्ष के काल में किसी में महारत हासिल करने को कहा जाए तो कुछ दूसरों की अपेक्षा इसे जल्दी हासिल कर लेंगे। किंतु एक साल में ही उच्च स्तर की जागरूकता प्राप्त करना ही लक्ष्य नहीं होना चाहिए न ही इस संसार को एक वर्ष के भीतर ही छोड़ने की असली चुनौती होती है आप इस जीवनकाल में अपनी आत्मा को कितना परिष्कार कर पाते है, वास्तविक जगत में आपकी वापसी से पूर्व आप अपने चरित्र को कितना सुधार पाते है।

यदि आप जल्दबाजी करेंगे और अल्पकाल में कुछ प्राप्त करना चाहेंगे तो आपके हारने के मौके ज्यादा होंगे। किंतु यदि आप दीर्घकाल की दृष्टि से कार्य करेंगे तो आप जानेंगे कि चीजों पर अन्य नजरियों से भी सोचा जा

सकता है किसी की उपलब्धियों या योग्यता को मापने के लिए समय की एक साल की अवधियों में बांटना बेकार है। न ही इस खण्ड को तीन या चार वर्षों की सीमा में रखना पर्याप्त होगा। समय सीमा को बढ़ाना बहुत जरूरी है। यदि कुछ लोग किसी विषय से एक या दो वर्ष में ऊब जाएं और छोड़ दे तो आप स्वंय से कह सकते है कि मैं तो अध्ययन जारी रखूँगा। इसी प्रकार से आप अपनी सोच को बदल सकते हैं।

यदि आप ऐसा करते है, तो आप लंबी दौड़ के धावक की तरह सोचते है और धीरे धीरे आप सकारात्मक परिणाम पाते है। अजीब, किंतु आशाओं के विपरीत बहुत जल्द परिणाम प्राप्त कर लेते है मानों धावक के समान हो। ऐसा आप संचित प्रभाव के कारण कर पाते हैं। संचित परिणाम। हालांकि आपमें कोई एक विशेष क्षमता नहीं है और अपनी ढिलाई के लिए भी स्वंय को कोसते हैं, किंतु यदि आप प्रयास जारी रखते है तो आप पाएंगे कि संचित प्रभाव ने काम करना शुरु कर दिया। जब आप कुछ हद तक अनुशासन प्राप्त कर लेते हैं और कुछ ज्ञान संचित कर लेते हैं तो आप पाते है कि पहले जिसे अर्जित करने में काफी समय लगता था अब बहुत जल्द प्राप्त हो जाता है। यह अजीब लगता है किंतु यह इसी प्रकार से कार्य करता है।

यदि आप खमीर (यीस्ट) और चावल मिलाकर कुछ समय के लिए छोड़ देते हैं तो जामन द्वारा साके (जापानी शराब) तैयार हो जाती है। इसी प्रकार आप अनुभवों को संचित कर कुछ समय बाद उससे लाभ प्राप्त करने लगते है। यह तब होता है जब इसके बारे में सबसे कम आशा करते हैं आगे बढ़ने में अपनी शक्ति लगाते है। किंतु मैं आपको सावधान कर दूँ कि इस जामन से फल प्राप्ति में वर्षों लग जाते हैं।

यही परिणाम कई भोजन और पेय पदार्थों में देखा जा सकता है, कुछ को उनका असली मूल्य जानने के लिए वर्षों तक संजोए रखना पड़ता है। शराब इसका एक बड़ा उदाहरण है कुछ बोतलों की कीमत उनके अधिक पुराने होने पर अधिक बढ़ती है। सूखी बोनीटो भी इसी प्रकार की है। यदि आप मछली को तुरंत खाना चाहते है तो यह पूरी ताजी होगी किंतु सूखी मछली के लिए ताजी मछली का कोई काम नही। पहले मछली को सुखाया जाता है फिर इसे मोल्ड होने के लिए छोड़ दिया जाता है। यह मोल्ड इसके स्वाद को काफी बढ़ा देता है अतः अंतिम स्वादिष्टता के लिए इसे कुछ अधिक लंबे समय के लिए छोड़ दिया जाता है। ऐसी भी चीजें

है जिन्हें कुछ निश्चित अवधि के लिए रखा जाता है और फिर अचानक एक दिन वे पूर्णतः दूसरी चीज में बदल जाती है।

एक दूसरा उदाहरण लें, स्कूल की परीक्षा में दो प्रकार के छात्र सफल होते है। एक छात्र पुस्तक को शुरू के कवर से आखिरी कवर तक बिना एक शब्द छोड़े पूरा पढ़ता है। दूसरा महत्वपूर्ण बिंदुओं और बातों को छाँटकर उन्हें याद कर लेता है। उसे पता होता है कि पुस्तक के कौन से खण्डों की परीक्षा में आने की संभावना है और दूसरे खण्डों पर वह मात्र सरसरी निगाह डालता है। अल्पकाल में बाद वाली तकनीक कारगर है क्योंकि छात्र मुख्य बातों को अल्पकाल में ग्रहण कर लेता है। दूसरी ओर वे है जो अपनी बोधगम्यता बढ़ाने के लिए अपना कार्य बारंबार करते है, तो उनके अध्ययन के परिणाम में कई वर्ष लग जाते है। किंतु वर्षों की कड़ी मेहनत से वे असाधारण परिणाम प्राप्त करेंगे क्योंकि वे गहन चिंतन के आदी हो चुके होते है।

इस प्रकार का व्यक्ति जो एक समयावधि में लक्ष्य प्राप्ति के लिए कड़ी मेहनत करता है जरूरी नही कि वह बहुत चालाक हो। यदि वे बीच में रूककर अपनी उपलब्धियों को देखें तो वे सोचेंगे वे सुस्त शिक्षु हैं और उनमें अच्छा करने की क्षमता नहीं है। यदि उन्हें आधे रास्तें पर ही अध्ययन छोड़ना पड़े तो वे कुछ हासिल नहीं कर पाएंगे। अतः वे कभी बीच में न छोड़ें। यदि वे बीच में अध्ययन नही छोड़ते तो वे अल्पज्ञ होने पर भी आखिर में सफल हो जाएंगे। उनकी इच्छा शक्ति ही उन्हें आगे बढ़ने में सहायक होगी उन्हें अपने आप से निरंतर यह कहना होगा कि वे पूरी तरह डूबे नहीं है और आखिर में जब वे सतह पर आएंगे तो पाएंगे कि वे अपनी मंजिल की ओर काफी आगे बढ़ चुके है।

सामान्यतः शिक्षा के संबंध में यह सच है जिनके बच्चे स्कूल में है उनके माता-पिता बच्चों की प्राइमरी या जूनियर हाईस्कूल में अल्पकालीन शैक्षिक रिकार्ड को देखकर यह निष्कर्ष निकाल लेते है कि उनके बच्चे अच्छा पढ़ेंगे या खराब। किंतु फिर भी वे कुछ जानना चाहते हैं। यदि बच्चे अध्याय की मुख्य बातों को तुरंत ग्रहण कर समय से पहले आगे पढ़ाए जानेवाले अगले अध्याय की ओर बढ़ जाते हैं तो वे प्राप्त अच्छे अंक प्राप्त करते हैं। किंतु जरूरी नहीं है कि ऐसे बच्चे आगे चलकर जीवन में सफल हों।

जो बच्चे अपनी शेष कक्षा से आगे पढ़ लेते है जल्द ही शिक्षक की बातों को ग्रहण कर प्रश्नों का जवाब दे देते है। प्रथम दृष्टि में वे बहुत प्रतिभाशाली लगते हैं किंतु वे उन लोगों के समान हैं जो अपनी सारी खरीद क्रेडिट कार्ड से करते हैं। उनके पास नकद नहीं होता अत: वे सब कुछ अपने कार्ड से लेते है और अपना ऋण मजदूरी या बोनस मिलने पर चुकाते हैं। वे हर प्रकार की चीज खरीदते है किंतु सदा ऋण में डूबे रहते हैं।

यह सच है कि जो लोग समय से पहले सूचना पा लेते है अल्पावधि में ही अच्छा कर जाते हैं। इसी प्रकार वे जो अध्याय की मुख्य बातों को चुनते हैं और इन्हीं को पढ़ते हैं अच्छे अंक तभी पाते हैं जब परीक्षा में वही सब कुछ आए जो उन्होंने पढ़ा है। ये सामान्य युक्तियां है और असल में यही लोग प्रायः सफलता रुपी फल का स्वाद चखते हैं। किंतु मैं इस बात पर जोर देना चाहता हूँ कि यह निश्चित नहीं है कि उनके पास वास्तविक क्षमता भी हो जो उनके जीवन में काम आए।

यदि उन्हें अच्छा साथी और काम करनेवाला माहौल मिल जाता है तो वे अच्छा कर जाएंगे, वे अपने कैरियर में सफल हो जाएंगे। किंतु परिणाम बहुत अस्थिर होता है और उसके साथी और उसके माहौल के संयोग पर निर्भर करता है अतः उनकी सफलता बहुत हद तक भाग्य पर निर्भर करती है। दूसरी ओर ऐसे भी लोग है जिनकी सफलता भाग्य पर निर्भर नहीं करती। उन्हें कोई भी माहौल क्यों न मिले, उन्हें किसी के साथ भी काम क्यों न करना पड़े वे अनुकूल परिणाम प्रस्तुत करते हैं।

आपके द्वारा संचित ज्ञान में कुछ ज्ञान ऐसा हो सकता है जो जिंदगी के लिए पूरी तरह आवश्यक न हो इसे 'अनावश्यक आवश्यकता' कह सकते हैं। इसी प्रकार स्कूल में ऐसी जानकारी भी मिलती है जो परीक्षा में नही आती। किंतु जिसने सतत सब कुछ अध्ययन किया होता है वे उसी प्रभावशीलता के साथ प्रदर्शन कर सकते हैं चाहे उन्हें किसी भी स्थिति का सामना क्यों न करना पड़े। यही लोग धीरे-धीरे ऊँचे मुकाम पर पहुँचते हैं।

अंत में आप केवल विषय का सार ढूँढने का ही प्रयास न करें। अल्पकाल में यही आपको सफलता का दोहरा मार्ग दिखा सकती है किंतु दीर्घकाल में ये आपको वास्तविक विजय की ओर न ले जाए।

9. भाग्य का इंतजार करने की बजाय अगले कदम की तैयारी करें।

यही व्यवसाय में भी सच है। यदि आप खुदरा व्यापार से जुड़े हैं तो आप जानते है कि अल्पकालीन लाभ पाना अपेक्षाकृत अधिक आसान है। उदाहरण के लिए आप कुछ ऐसा बेच सकते है जो दूसरे नहीं बेच सकते, मुफ्त उपहार दे सकते हैं या नया उत्पाद ला सकते है। ऐसे ही कई तरीके हैं जिनसे अल्पकाल में लाभ कमाया जा सकता है।

एक उत्पाद थोड़े समय के लिए काफी लोकप्रिय हो सकता है किंतु दीर्घकाल में यह लोकप्रियता नही रहती। अधिक बिकने वाले उत्पाद से थोड़े समय में काफी धन कमाया जा सकता है किंतु इस तरह का व्यापार प्रतिद्वंदियों को आकर्षित करता है। ऐसे लोग भी होते हैं जो आपके व्यापार की नकल करते है और जैसे जैसे प्रतिद्वंदी बढ़ते हैं व्यापार कम होता जाता है। यह थोड़े समय के लिए ठीक है किंतु जैसे–जैसे बाजार में प्रतिद्वंदी आते जाते हैं आपका लाभ कम होता जाएगा।

मान लें नगर के बीचोंबीच आपने एक होटल बनाया है। होटल व्यवसाय में यदि कार्य अनुपात अर्थात यदि 80 प्रतिशत से अधिक कमरे भरे रहते है तो प्रतिद्वंदी कंपनियां बाजार में उतरेंगी। यदि आप अपने अस्सी प्रतिशत से अधिक कमरे भरने में कामयाब हो जाते हैं तो इसका मतलब है कमरों की मांग है और अन्य होटल चेन भी नजदीक ही अपने भी होटल खोलेंगे। फलस्वरुप हालांकि आप बहुत व्यस्त हो जाएंगे लेकिन जैसे ही निकट में नया होटल खुलेगा आप पाएंगे कि आपका व्यवसाय अचानक गिर गया। दूसरी ओर यदि सत्तर प्रतिशत से कम कमरे भरे हैं तो व्यवसाय फायदेमंद का नही रहेगा। यदि आप अपने कमरे सत्तर प्रतिशत से कम भर पाते है तो आप घाटे में रहेंगे जबकि यदि आप अस्सी प्रतिशत से अधिक कमरे भर लेते है तो आप प्रतिद्वंदी को आकर्षित करते है। अतः आपकों कोशिश करके अपने मेहमानों की संख्या सत्तर और अस्सी प्रतिशत के बीच रखनी होगी।

मान लें आपको होटल के लिए एक अच्छा स्थल मिल जाता है जहां आसपास कोई और होटल न हो और आप सोचते हैं, 'यह एक अच्छा स्थल है। यदि मैं यहां होटल बनाऊं तो मुझे अवश्य ही लाभ होगा। 'आप अपनी परियोजना के साथ आगे बढ़ते हैं और अपने प्रारंभिक पूर्वानुमान के अनुरूप ही काफी धन कमाते है। किंतु जब आप इस हर्षोउल्लास में व्यस्त होते हैं आपका प्रतिद्वंदी टपक पड़ता है और आपका ग्राहक छीन लेता है।

यदि लाभ कमाने के नवीन मूल्य पर ही पूरी तरह टिके रहेंगे तो आपका व्यवसाय अधिक नहीं चलेगा, यह धीरे धीरे घटने लगेगा।

यह अच्छा है कि आप कोई ऐसा नया व्यवसाय शुरु करें जिसे अन्य किसी ने आजमाया न हो किंतु जब आप सफलता के किसी स्तर तक पहुँच जाते हैं तो आपको कुछ ध्यान रखना होगा। होटल प्रबंधन के मामले में यह सुनिश्चित करना जरूरी है कि वही मेहमान वापिस आते रहें। आप उन्हें ऐसी बढ़िया सेवाएं और अधिक दें कि लोग एक बार रहने के बाद बारंबार आते रहें। आप केवल इसलिए उन्हें वापिस न जाने दें कि आसपास कोई और होटल नहीं है। यदि आप इस प्रकार भारी लाभ कमा भी लेते हैं तो आपके मेहमान की संख्या धीरे–धीरे कम होती जाएगी। यह महत्वपूर्ण है कि आप उन्हें ऐसी सेवा प्रदान करें जो उन्हें वापिस आने के लिए प्रेरित करे।

यदि आस पास कोई होटल नहीं है तो आप अच्छी सेवाएं दे या न दें अस्सी से नब्बे प्रतिशत कमरे भरने में सक्षम होंगे किंतु आखिर में आपके प्रतिद्वंदी आएंगे और आप की असली क्षमता प्रकट हो जाएगी। यदि आपका प्रतिद्वंदी बेहतर सेवाएं प्रदान करता है तो आप पाएंगे कि उन्होंने आपके सारे ग्राहक छीन लिए और आपके पास कोई व्यवसाय नहीं बचा।

कभी–कभी घटनाएं ऐसे घटित होती है कि पहली नजर में ये बहुत शुभ, सुविधाजनक या आपकी प्रार्थना की पुकार लगता है। वास्तव में ऐसा कई बार होता है किंतु आप उस पर आश्रित न रहें। जब ये चीजें घटित होती है, तो आपके लिए उन्हें स्वीकार कर लेना तो ठीक है किंतु ऐसा करने के साथ आप अगले कदम की तैयारी भी शुरु कर दें। माहौल चाहे अनुकूल हो या प्रतिकूल अर्थव्यवस्था उल्लासपूर्ण हो या निराशावादी, मूलरूप में आपकों अच्छी उत्पाद या अच्छी सेवाएं देने की कोशिश करनी होगी ताकि आप नियमित रूप से संघर्षरत रहें। यह थोड़ा उबाऊ लगेगा किंतु यह बहुत महत्वपूर्ण रवैया है जिसे आपको अपनाना चाहिए।

10. जब स्थितियां अनुकूल हों तो प्रेम के बीज बोएं।

अब तक मैने प्रतिकूल स्थिति पर चर्चा की है किंतु अच्छा समय भी महत्वपूर्ण है। जब सब कुछ ठीकठाक चल रहा हो और सारी सफलताएं आपकी आशाओं के अनुकुल प्राप्त हो रही हों तो आप अनुभव करेंगे कि अपराजित सोच की अब आवश्यकता नही रह गई है। आप स्वयं सोचने

लगेगें, 'सब कुछ मेरी योजना के अनुसार चल रहा है, सब कुछ परिकलित है – मुझे और कोई समस्या नहीं है।' किंतु इसी समय आपको छिपे हुए फंदों को खोजना होगा।

अच्छे समय और खराब समय के बारे में इस रूप में सोचना चाहिए, कष्ट के समय आपको अपने आप को देखने के कई अवसर मिलते हैं, आप अपने भीतर झांक सकते हैं, आप अंतर्मुखी होकर अपने चरित्र का गहन अध्ययन कर सकते हैं। कष्ट का समय आपकी परीक्षा की घड़ी होती है।

अतः जब समय ठीक चल रहा हो तो आपको क्या करना चाहिए? अच्छे समय में आपको प्यार बांटना चाहिए। आपको केवल अपने आप को लाभ पहुँचाने का ही नहीं सोचना चाहिए। बजाए इसके आध्यात्मिक दृष्टि से निवेश करें सत्य के नियम में निवेश करें। दूसरे शब्दों में दूसरों को प्यार दें।

मैं लाभ हानि की बात नहीं कर रहा किंतु अच्छे समय में जितना अधिक आप प्यार के बीज बोएंगे बुरे समय में आपका जीवन उतना ही आसान हो जाएगा। जब खराब समय चल रहा हो तो लोग आपकी मदद को आएंगे या नहीं यह इस पर निर्भर होगा कि आपने अच्छे समय में कितने प्यार के बीज बोने में सफल रहे थे। सरल शब्दों में, जब आप मुसीबत में हो तो आप अपने को मजबूत करने में कंजूसी न बरतें और जब समय अच्छा हो प्यार के बीज बोएं। स्वंय से कहें यही वो समय है जब आप उस प्यार का प्रयोग करें। यह एक सरल दर्शन लगता है किंतु असल में सफलता कायम रखने का यही राज है।

किंतु लोग बुरे वक्त में उस चीज की लालसा करने लगते है जो उसके पास नहीं है। वे अपने दुर्भाग्य या विपत्ति को कोसते हैं और मदद के लिए दूसरों पर आश्रित हो जाते है। जब समय अच्छा होने लगता है वे घमण्ड से भर जाते हैं और मानने लगते है कि सब कुछ उन्होंने अपने प्रयासों से ही हासिल किया है।

वे अंहकारी हो जाते है और उनके मित्र उन्हें छोड़ देते हैं। ऐसा व्यक्ति अच्छे समय में सबकुछ ठीकठाक करता है किंतु जैसे ही परिस्थितियां बदतर होने लगती हैं वे गिरने लगते है और मदद के लिए किसी को अपने आसपास नहीं पाते हैं।

जब आप अपने पिछले समय को देखते है तो ऐसे भी कई क्षण आते हैं जब कोई भी आपको तब तक सलाह या परामर्श नही देता जब तक आप

पर कोई खतरा या मुसीबत न आए? यदि आपको ऐसा अनुभव हुआ है तो इसका कारण है कि आप अच्छे समय में बहुत घमण्डी रहे थे। जो लोग बहुत घमण्डी होते हैं और अपने तक सीमित रहते हैं और हमेशा दूसरे से प्रेम की अपेक्षा करते है और हमेशा आकर्षण का केन्द्र रहना चाहते हैं उन्हें तब तक कोई सलाह नहीं देता जब तक वे भारी असफलता का सामना नहीं करते। वे लोकप्रसिद्धि के बीच मसखरे के समान खडे रहते हैं। वे सोचते है कि वे लोकप्रिय हैं किंतु जब वे रुककर चारो ओर देखते हैं तो पाते है कि कोई अन्य देखने के लिए खड़ा नहीं है। जब वे मुसीबत में होते है और अपने को लाचार पाते है तो स्वंय से पूछने लगते है कि उनसे कहां गलती हुई।

दूसरी ओर जो लोग अच्छे समय में दूसरों को नही भूलते और प्यार बांटते चलते है वे मुसीबत में किसी न किसी को अपने सामने सलाह और मदद के साथ पाते है। इसका कोई अपवाद नहीं है। सहृदय व्यक्ति जो दूसरों में रुचि दर्शाता हैं बहुतों को आशा प्रदान करता है साथ ही इसी समय ईमानदारी भी कायम करते हैं। यदि समय खराब होने लगता है यह ईमानदारी उस व्यक्ति के जरूरत के समय में मदद करने के लिए दूसरों का आह्वान करती है। ऐसा हमेशा होता है अतः इसे कभी न भूलें।

जो लोग अपनी सफलता के भावावेश में बह जाते है वे सावधान रहें। देखें कि आप अपनी सफलता से आपा न खो बैठे या आसानी से संतुष्ट न हो जाएं।

11. एक सोपान ऊपर का लक्ष्य निर्धारित करें।

एक अन्य प्रकार के लोग वे हैं जो अस्सी प्रतिशत सफलता प्राप्ति पर अपना लक्ष्य भूल जाते हैं और असफल होने लगते हैं। मानो वो किसी ऊंचे पहाड़ का अस्सी प्रतिशत भाग चढ़ने के बाद शिखर को काफी निकट देखकर, फिर फिसल जाएं या गिर जाएं। मुझे पक्का विश्वास है कि इस पुस्तक को पढ़नेवाले कई पाठकों में ये सेतु का काम करेगा।

क्या कभी आपने ऐसा अनुभव किया है? सफलता प्राप्ति से पूर्व आपको कुछ और आगे बढ़ना होगा किंतु तभी ऐसा कुछ घटित होता है जो आपके सपनों को चकनाचूर कर देता है। यदि आप इनसे उबरना नही जानते तो आप वास्तविक सफलता कभी प्राप्त नहीं कर सकते।

जो लोग यह समझते हैं कि वे किसी मुकाम तक पहुँचने में समर्थ हैं वे पाते है कि सफलता जो कई बार टालमटोल करती है उसमें उपलब्धि का एक अवचेतन डर समाया रहता है। मैं चाहता हूँ कि ऐसे लोग गहन चिंतन करें। सफलता की आशा होते ही वे डर जाते हैं और स्वंय ही अपने पतन का बीज बोने लगते हैं। वे ऐसा इसलिए करते हैं क्योंकि वे पूर्ण सफलता से डरे रहते है। वे सोचते हैं कि उन्होंने इसे अर्जित नहीं किया है और वे चिंतित हो जाते हैं। परिणामस्वरूप वे हमेशा ऐसा कुछ करते हैं कि सफलता उनके हाथों से फिसलने लगती है। जब उन्हें कुछ थोड़ा ही आगे बढ़ना होता है चीजें चरमराने लगती हैं और कुछ ऐसा घटित होता है कि उनके सपने चूर-चूर हो जाते हैं। किंतु समस्या उनकी सफलता की इच्छा पर निर्भर करती है, वे स्वयं ही सौ प्रतिशत सफलता प्राप्त करने से डरते हैं।

लोग चाहते हैं कि उनकी पत्नी कंपनी में सफल हो और अधिक से अधिक कमाए। वे चाहते हैं कि उनकी पत्नी एक्जूक्यूटिव बने किंतु यह उन्हें एक्जूक्यूटिव पार्टनर बना देता है। इससे वे इतना डर जाते हैं कि वे अपने पार्टनर की प्रतिष्ठा को डूबोने लगते है। उदाहरण के लिए, वे ऐसा कुछ करते हैं कि अफवाह फैलने लगती है। वे महसूस करते है यदि उनकी पत्नी को महत्वपूर्ण बनाएंगे तो वे स्वयं अच्छा नहीं कर पाएंगे चीजें, उनके लिए और मुश्किल होती जाएंगी। परिणामस्वरूप वे अनजाने ही ऐसा कुछ कर जाते हैं कि वे अपने साथी को आगे बढ़ने से रोकते है। यह एक सामान्य घटना है।

इसका कारण यह तथ्य है कि उन्हें वास्तविक सफलता का पर्याप्त अनुभव नहीं होता जिन्होंने कभी सफलता प्राप्त नहीं की होती वे तब डर जाते है जब उन्हें पता लगता है कि वे बहुत अधिक असफल हो जाएंगे। वे चिंतित हो जाते है कि असफल हो जाने पर क्या होगा और फिर इससे भागने लगते हैं।

जब वे स्वयं को ऐसी स्थिति में पाते हैं तो उन्हें सोचना चाहिए कि इस क्षण वे जिस पहाड़ का सामना कर रहें है वह कोई माउण्ट फूजी नहीं है मात्र गिरिपीठ है जिसके साथ दूसरा ऊंचा पहाड़ है – वे पहाड़ी दर्रे के आराम स्थल तक ही अभी पहुँचे हैं।

ऐसे लोग हमेशा मुसीबत में पड़ जाते है जब वे यह सोचते है कि वे अपना लक्ष्य देख सकते है अतः जब वे वहां पहुँचते हैं तो उन्हें उससे भी अधिक ऊंचे लक्ष्य की ओर अपने नजरें टिकानी होती है। इसलिए सदा

एक कदम आगे, अगले लक्ष्य की ओर नजर करने की सोच की आदत डालनी होती है। अपने आप से कहें कि एक के बाद एक हमेशा एक ऊंचा पहाड़ होता है जिसे पार करना होता है जो ऐसा सोच पाते हैं वे कभी असफल नहीं होते। वे छोटे मोटे झटके सहते हैं किंतु लंबी दौड़ में वे सफल हो जाते हैं।

परीक्षा के उदाहरण पर पुनः नजर डालें – ऐसे भी लोग होते है जो परीक्षा समाप्त होने पर बहुत हलका महसूस करते है और गुबार निकालने लगते है बिना विचारे कि वे पास हुए है या नहीं। ऐसे व्यक्ति प्रायः असफलता का सामना करते हैं। दूसरी ओर ऐसे लोग भी हैं जो परीक्षा खत्म करते ही फिर से अध्ययन शुरू कर अगली परीक्षा की तैयारी में जुट जाते है। ऐसे व्यक्ति जल्द ही मुसीबत में नही पड़ते जबकि दूसरे जो परीक्षा खत्म होते ही उल्लास में बह जाते है बाद में जीवन में बहुत उतार चढ़ाव देखते हैं। अतः कुछ हासिल करने के बाद मैं चाहता हूँ आप अपना अगला लक्ष्य निर्धारित करें ताकि उसकी तैयारी में लग सकें और उसकी प्राप्ति में नियमित रुप से लगने पर विचार कर सकें।

12. नमनशील होकर विचार करें और मुसीबत को लाभ में पलट दें।

अपराजित सेाच के विषय में एक विचारणीय मुद्दा यह है कि कई मायनों में यह दर्शन जुडो के सिद्धांत के समान है। अपने शत्रु को जमीन पर पटकने के लिए केवल अपनी ही शक्ति का प्रयोग काफी नही है। जैसा मैने बांस के उदाहरण से स्पष्ट किया है, आप अपनी परेशानियों और मुसीबतों का इस्तेमाल कर इन्हें अपने लिए उपयोगी बना लें और उनसे कुछ सकारात्मक प्राप्त करें। अपराजित सोच से मेरा यही अभिप्राय है।

अकेले आप बहुत थोड़ा प्राप्त कर पाएंगे किंतु यदि अपने फायदे के लिए कुछ बाहरी ताकतों का प्रयोग करेंगे तो कुछ बेहतर कर पाएंगे। यह बहुत महत्वपूर्ण है अतः मैं आशा करता हूँ। आपने इसे सही समझा होगा।

जूडो के समान, अपराजित सोच आपको अपने शत्रु की क्षमता का उसी के विरुद्ध इस्तेमाल करने में मदद करता है। जब आप मुसीबतों और परेशानियों से घिरे होते है तो उन्हे सहना ही काफी नहीं है। आपको अपने शत्रु की क्षमता का प्रयोग शीर्ष पर आने के लिए करना चाहिए। यदि आप हमेशा ऐसा सोचेंगे तो आप पाएंगे कि सब कुछ निरंतर बेहतर होता जा रहा है।

अपना अगला पैंतरा डालने के लिए सदा तैयार रहें। स्वयं से पूछे कि अभी आप किस समस्या से घिरे है और एक बार समस्या का पता लगने पर उस पर काबू पाने का हल निकाले। यदि आपके कदम आगे रहेंगे तो आप पाएंगे कि आपका परिणाम सदा सकारात्मक होगा।

13. दैनिक सफलता जीवन की ओर।

सुख के प्रारंभिक बिंदू में मैंने 'स्नोबाल प्रभाव' के बारे में लिखा है इसी विचार पर मैं यहां चर्चा करने जा रहा हूँ। यदि कुछ आपके फायदे में परिवर्तन होता है निस्संदेह आपको इसका इस्तेमाल करना चाहिए किंतु यदि यह काम नहीं भी करता तो इस पर आप चिंतन करें, सबक लें और बड़ी प्रगति के बीज बोने में इसका इस्तेमाल करें। कुछ भी हो इसका प्रयोग स्नोबाल की तरह अपना अनुभव बढ़ाने में करें। यदि आप ऐसा कर सकेंगे तो न केवल अपनी जिन्दगी को आनंदमय बना लेंगे वरन आप एक के बाद एक सफलता भी प्राप्त करने लगेंगे।

इस क्षण आप जिन्दगी को एक अलग नजरिए से देखते हैं जो सकारात्मक सोच से भिन्न होता है किंतु आखिर में परिणाम समान होता है। सकारात्मक सोच बताता है कि वस्तुतः चिंता जैसी कोई चीज नहीं और बुराई जैसी कोई चीज नहीं और यह नजरिया प्रकाश के अद्वैतवाद की ओर ले जाता है, वह विचार जो केवल प्रकाशमय होता है किंतु यदि आप समझते है कि दृश्यमान जगत में जीवन का उद्देश्य सभी अनुभवों में उज्जवल अलोक को तलाशना है तो और कुछ नहीं केवल सफलता आपके कदम चूमेगी। अंतिम परिणाम सकारात्मक सोच के लिए परिणाम के समान होगा।

यदि सकारात्मक सोच का अर्थ तत्काल उच्च स्तर की जागरुकता प्राप्त करना है हालांकि यह दर्शन आपको और आगे बढ़ने में मदद कर सकता है आपका मात्र विकास ऊपरी होगा। जब आप दैनिक आधार पर विभिन्न अग्निपरीक्षाओं से गुजरेंगे तो यह जरूरी है कि आप इन्हें अपनी आत्मा का 'बाहुबल बनाएं और उसको वास्तविक ताकत में जोड़ दें।

यदि आप ऐसा करने में कामयाब होते हैं तो आप वाकई में एक दृढ़ अटल मस्तिष्क विकसित कर पाएंगे। अपराजित सोच का एक पहलू है अटल मस्तिष्क का सृदढ़ होना है। मुसीबत में ये अभेद्य रहता है। जब आप समस्याओं से भिड़ते हैं तो यह उन्हें आत्मसात कर आत्मा के परिष्कार के

उपयोग में ले जाता है। जब आपकी अपराजित सोच होती है तो मानों आप चारों तरफ देखकर मुसीबतों या कठिनाइयों का सामना करने को तैयार होते हैं और जैसे ही कुछ घटित होता है आप उसे आत्मसात कर अपनी शक्ति बना लेते हैं। यह दर्शन बहुत शक्तिशाली है और यह अटल मस्तिष्क का प्रदर्शन है।

यदि कोई आपकी प्रशंसा करता है, आपका आभार प्रकट करता है और आपसे कहता है कि चूंकि आपने असंख्य लोगों की मदद की थी इसीलिए आप सफल हो सके। इस कामयाबी को केवल अपनी कामयाबी मत समझिए किंतु सदा विनम्र रहें, सफलता को भगवान और असंख्य लोगों की मदद का फल माने। जितनी अधिक उपलब्धि आप प्राप्त करेंगे उतना ही विनम्र बनें। दूसरी ओर जब आप मुसीबत का सामना करें तो इसे अपने विकास और फल प्रदान करने हेतु पोषण मानें। यदि आप इस रुप में सोचेंगे तो आपको किसी प्रतिकूल स्थिति से घबराने की जरूरत नहीं। जब कठिनाई आएगी तो आप उसे स्वेच्छा से ऐसे समय के रूप में स्वीकार करेंगे जब आप सबक सीख सकते हैं। इस रुप में विपत्ति स्वीकार कर आपको अपनी आत्मा के परिष्कार के लिए शक्ति मिलेगी और नया आलोक फैलाएंगे।

जब विपत्ति आती है, उदाहरण के लिए यदि आप पदावनत होते हैं, आपकी तनख्वाह कम हो जाती है या आप किसी ऐसी कंपनी के लिए काम करते है जो दीवालिया हो जाती है तो आप आत्मविश्लेशी हो जाते हैं। अतः इस समय का भरपूर लाभ उठाएं। दूसरे शब्दों में ऐसे समय जब आप चिंतनशील और मननशील होते है तो आपको इस अवसर का प्रयोग आत्मा के परिष्कार के लिए करना चाहिए। जब स्थितियां अंततः बेहतर जो जाएंगी तो आप इसे सकारात्मक दिशा में ले जाने और फल प्राप्त करने का प्रयास करें।

इसको दूसरे शब्दों में ऐसे भी प्रस्तुत किया जा सकता है कि आप बुद्ध के आत्मचिंतन के दर्शन और हेरमेस की सकारात्मकता के दर्शन का प्रयोग करें। जब स्थितियां काफी बदतर हो जाएं तो शाक्यमुनि बुद्ध द्वारा शिक्षित आत्म चिंतन पर ध्यान केन्द्रित करें और जब समय अच्छा आ जाए तो आगे हेरमेस द्वारा शिक्षित उन्नति और विकास प्राप्त करने का लक्ष्य रखें। मानव सुख का अनुसंधान संस्थान की शिक्षाओं में दोनों विचार–

उपयोग में ले जाता है। जब आपकी अपराजित सोच होती है तो मानों आप चारों तरफ देखकर मुसीबतों या कठिनाइयों का सामना करने को तैयार होते हैं और जैसे ही कुछ घटित होता है आप उसे आत्मसात कर अपनी शक्ति बना लेते हैं। यह दर्शन बहुत शक्तिशाली है और यह अटल मस्तिष्क का प्रदर्शन है।

यदि कोई आपकी प्रशंसा करता है, आपका आभार प्रकट करता है और आपसे कहता है कि चूंकि आपने असंख्य लोगों की मदद की थी इसीलिए आप सफल हो सके। इस कामयाबी को केवल अपनी कामयाबी मत समझिए किंतु सदा विनम्र रहें, सफलता को भगवान और असंख्य लोगों की मदद का फल माने। जितनी अधिक उपलब्धि आप प्राप्त करेंगे उतना ही विनम्र बनें। दूसरी ओर जब आप मुसीबत का सामना करें तो इसे अपने विकास और फल प्रदान करने हेतु पोषण मानें। यदि आप इस रुप में सोचेंगे तो आपको किसी प्रतिकूल स्थिति से घबराने की जरुरत नहीं। जब कठिनाई आएगी तो आप उसे स्वेच्छा से ऐसे समय के रूप में स्वीकार करेंगे जब आप सबक सीख सकते हैं। इस रुप में विपत्ति स्वीकार कर आपको अपनी आत्मा के परिष्कार के लिए शक्ति मिलेगी और नया आलोक फैलाएंगे।

जब विपत्ति आती है, उदाहरण के लिए यदि आप पदावनत होते हैं, आपकी तनख्वाह कम हो जाती है या आप किसी ऐसी कंपनी के लिए काम करते है जो दीवालिया हो जाती है तो आप आत्मविश्लेशी हो जाते हैं। अतः इस समय का भरपूर लाभ उठाएं। दूसरे शब्दों में ऐसे समय जब आप चिंतनशील और मननशील होते है तो आपको इस अवसर का प्रयोग आत्मा के परिष्कार के लिए करना चाहिए। जब स्थितियां अंततः बेहतर जो जाएंगी तो आप इसे सकारात्मक दिशा में ले जाने और फल प्राप्त करने का प्रयास करें।

इसको दूसरे शब्दों में ऐसे भी प्रस्तुत किया जा सकता है कि आप बुद्ध के आत्मचिंतन के दर्शन और हेरमेस की सकारात्मकता के दर्शन का प्रयोग करें। जब स्थितियां काफी बदतर हो जाएं तो शाक्यमुनि बुद्ध द्वारा शिक्षित आत्म चिंतन पर ध्यान केन्द्रित करें और जब समय अच्छा आ जाए तो आगे हेरमेस द्वारा शिक्षित उन्नति और विकास प्राप्त करने का लक्ष्य रखें। मानव सुख का अनुसंधान संस्थान की शिक्षाओं में दोनों विचार–

आत्मचिंतन और उन्नति शामिल है और दोनों का कारगर प्रयोग कर आप सदा सफल हो सकते हैं।

प्रत्येक वर्ष बढने और विकास का ध्येय रखें। प्रतिकूल स्थिति से निकल कर आत्माचिंतन करना ही काफी नहीं है और एक दूसरे को रद्द करने के लिए लाभ और हानि देखना ही काफी नहीं है। बजाय इसके आनेवाले तुफान का सामना करें और अपनी शक्ति अर्जित करें। केवल तुफान के शांत होने तक का इंतजार न करें तो आप पहले जैसा परिणाम ही भुगतेंगे। वरन मुसिबतों का सामना करते समय अपने सभी अनुभवजन्य शक्तियों को आत्मसात कर उसे अपने भीतर की ताकत बनाओ। यदि आप एक वर्ष, दो वर्ष तीन वर्ष पूर्व की अपनी स्थिति पर नजर डालेंगे तो आप कह सकेंगे कि आपने काफी लंबा सफर तय किया है और आपका कद ऊंचा हुआ है। मैं कहूँगा कि कभी कभी आप देखें कि यह आपके लिए सत्य हो।

यदि आप लगातार बांस की तरह बढ़ेंगे तो आप दैनिक आधार पर अपने जीवन में सफलता प्राप्त करेंगे। मैं चाहूंगा कि आप इस पुस्तक को मेरी इस सलाह के साथ खत्म करें। अपने आप को अपराजित बनाने के लिए आत्मचिंतन और उन्नति दोनों दर्शन सिद्धांतों का प्रयोग करें।

---

1. संदर्भ : एन अनशेकेबल माइन्ड, लेखक : र्‌युहो ओकावा (लैन्टर्न बुक्स, 2003), पृष्ठ 25

2. संदर्भ : दि *स्टार्टिंग पॉइन्ट ऑफ हैप्पीनैस,* लेखक : र्‌युहो ओकावा (लैन्टर्न बुक्स, 2001), पृष्ठ 78-80

3. हर्म्स, बुद्ध संचेतना का अंश, समृद्धि और कला का देवता है. प्राचीन यूनान में अवतरित होकर इन्होंने कलात्मक मूल्यों के साथ समृद्धि के सिध्दान्तों का संदेश दिया. संदर्भ : दि *गोल्डन लॉज़,* लेखक : र्‌युहो ओकावा (लैन्टर्न बुक्स, 2002), पृष्ठ 151-153

संस्मरणीय लेख

यह पुस्तक हैपी साइंस के सदस्यों के लिए 1989 में जून से जुलाई के बीच चार साप्ताहिक दिनों में आयोजित सेमिनार पर आधारित है । विभिन्न परिप्रेक्ष्यों से उदाहरण देकर मेरा इरादा यह दिखाने का था कि आप अपने दैनिक जीवन में कैसे सफल हो सकते हैं । इस पुस्तक को विभिन्न रुपों में अर्थात्, सफलता, जीवन, खुशी और ज्ञानोदय के तरीके पर विचारों की प्रस्तुति की दृष्टि से पढ़ा जा सकता है ।

यदि आप इस पुस्तक का ध्यानपूर्वक अध्ययन करेंगे तो मेरा विश्वास है कि आप जान जाएंगे कि दर्शन के मूल में आत्मचिंतन और उन्नति के बीच सेतू तैयार करना है, जीवन में गहन अंतर्दृष्टि डालना और अनुभव से ज्ञान प्राप्त करना है ।

यह पुस्तक हैपी साइंस की शिक्षाओं के सार को स्पष्ट करती है और सफलता प्राप्ति के इच्छुक लोगों के लिए अनिवार्यतः पढ़ने लायक है ।

रयुहो ओकावा
हैपी साइंस

लेखक परिचय

रयुहो ओकावा, हैपी साइंस के संस्थापक और आध्यात्मिक गुरु हैं, जिन्होंने अपना संपूर्ण जीवन आध्यात्मिक जगत और मानव सुख के साधनों की खोज में समर्पित कर दिया।

उनका जन्म 1956 में टोकुशिमा, जापान में हुआ था। टोक्यो विश्वविद्यालय से ग्रेजुएट करने के बाद उन्होने टोक्यो स्थित एक महत्वपूर्ण व्यापारिक संस्थान में प्रवेश लिया और न्यूयार्क के सिटी विश्वविद्यालय के ग्रेजुएट सेन्टर से अंतर्राष्ट्रीय वित्त का अध्ययन किया। 1986 में उन्होंने व्यावसायिक जीवन से सन्यास ले लिया और हैपी साइंस की स्थापना की।

वे सभी उम्र के लोगों, किशोरों से लेकर कार्यपालकों तक के लिए हैपी साइंस आध्यात्मिक कार्यशालाओं की रचना करते रहे हैं। उन्होंने लोगों को आध्यात्मिक और धार्मिक तरीके से सोचने और कार्य करने हेतु शिक्षित करने में अपनी बुद्धिमत्ता, संवेदना और वचनबद्धता के लिए ख्याति प्राप्त की।

हैपी साइंस के सदस्य उनके सिखाए रास्ते पर चलते हुए, उनकी शिक्षाओं का प्रचार करते हुए जरूरतमंद लोगों की सेवा करते हैं।

वे *'दि लॉज़ ऑफ दि सन'*, *'दि गोल्डन लॉज़, दि लॉज़ आफ ईटरनिटी, दि एसेन्स ऑफ बुद्धा, दि स्टार्टिंग प्वायंट ऑफ हैप्पीनेस एंड लव, नर्चर एण्ड फॉरगिव* जैसी अनेक पुस्तकों और पत्रिकाओं के लेखक हैं। उन्होंने अपने कार्यों पर आधारित कई सफल फीचर फिल्मों (एनिमेशन फिल्मों सहित) का निर्माण किया है।

हैपी साइंस क्या है?

हैपी साइंस लोगों का एक संगठन है जो अपनी आत्मा का परिष्कार कर अपनी प्रज्ञा को और बढ़ाना चाहते हैं। हैपी साइंस पृथ्वी पर एक आदर्श दुनिया यानी आनन्द लोक स्थापित करने के उद्देश्य से सत्य का प्रकाश फैलाते हैं।

हैपी साइंस की शिक्षाएं बुद्ध की युगचेतना पर आधारित है। दो मुख्य स्तंभ है आध्यात्मिक ज्ञान की प्राप्ति और प्यार बांटना।

सदस्य बुद्ध के सत्य (नियम) का अध्ययन कर उनसें सीखे सत्य पर आधारित रोज आत्मचिंतन में उसको अपनाते हैं। इस प्रकार से वे जीवन का गहन बोध रखते हैं और समाज के लिए गुरु के गुण विकसित करते हैं ताकि वे संसार के विकास में अपना योगदान कर सकें।

आत्म विकास कार्यक्रम

प्रत्येक शाखा कार्यालय में वीडियो व्याख्यान और मनन सेमिनार आयोजित किए जाते हैं। सेमिनार में उपस्थित होकर जान पाएंगे :

- जीवन का उद्देश्य।
- प्रेम का वास्तविक अर्थ।
- सफलता के नियम।
- अपनी आत्मा के कार्य करने की प्रणाली को समझना।
- मनन और पद्धति की महत्ता।
- मन की शांति कैसे पाएं।
- जीवन की चुनौतियों पर कैसे विजय प्राप्त करें।
- उज्ज्वल भविष्य कैसे बनाएं, आदि...............

मनन साधना शिविर

शैक्षिक अवसर उन लोगों के लिए हैं जो सत्य की राह पाना चाहते हैं। हैप्पी साइन्स जापान में अंग्रेजी वक्ताओं के लिए साधन शिविर आयोजित कर रहा है। इससे आप जीवन की समस्याओं का हल निकालकर मन की शांति प्राप्त कर सकेंगे।

अधिक जानकारी के लिए हमारे शाखा कार्यालय या अपने स्थानीय क्षेत्र से संपर्क करें।

जॉइन हैप्पी साइंस !

जो भी व्यक्ति मास्टर ओकावा के उपदेशों का अध्ययन एवं पालन करना चाहते हैं वे एक सदस्य के रूप में हैप्पी साइंस में शामिल हो सकते हैं. इसका उद्देश्य सही अर्थों में सुख प्राप्त करना और दूसरों सुख बांटना है.

इसका सदस्य बनकर, आपको एक प्रार्थना-पुस्तिका एवं आवधिक ई-न्यूज़ लैटर भेजा जाएगा, जिसमें मास्टर ओकावा के नए और ताज़ा उपदेश होंगे.

इस प्रार्थना-पुस्तिका में तीन बहुत ही प्रभावशाली प्रार्थनाएं शामिल होंगीं. इस प्रार्थना का प्रतिदिन गान करने से आप अपनी प्रकृति को पवित्र बना सकते हैं, प्रेरणा प्राप्त कर सकते हैं और स्वयं को आध्यात्मिक रूप से सुरक्षित बना सकते हैं.

कृपया अपने नाम पते, ई-मेल पते, टेलीफ़ोन नंबर सहित सम्पूर्ण जानकारी ईमेल, फ़ोन या वेबसाइट के जरिए हमें भेजें. हम आपको अतिरिक्त संबंधित जानकारी और आवेदन फार्म भेजेंगे.

वेबसाइट : http//www.happyscience-india.com

ई-मेल : indiamember@happy-science.org

फ़ोन : 022-30500314

क्या आप जानते हैं जापान का सबसे बड़ा रहस्य क्या है?

आध्यात्मिक गुरू, समकालीन दूरद्रष्टा तथा ''हैपी साइन्स'' के संस्थापक रयुहो ओकावा ने सत्य और आनन्द के पथ पर अपना जीवन समर्पित किया है।

सन १९५६ में जापान में जन्मे, ओकावा ने टोकियो में कानून की पढ़ाई की और फिर न्यूयार्क में इंटरनेशनल फायनान्स की शिक्षा प्राप्त की। सन १९८६ में न्यूयार्क में एक प्रमुख जापानी ट्रेडिंग हाउस से अपने बिजनेस कैरियर को अलविदा कहते हुए उन्होंने हैपी साइन्स की स्थापना की।

सन १९८७ में उन्होंने आइ आर एच प्रेस कं. लि. की स्थापना की और तब से ओकावा की २,००० से अधिक पुस्तकें प्रकाशित हो चुकी हैं, जिनमें *दि लॉज ऑफ द सन, दि गोल्डन लॉज* और - *दि लॉज ऑफ एटरनिटी* जैसी शानदार बिक्री वाली पुस्तकें भी शामिल हैं।

पुस्तक के विषय में

जीवन की तुलना सुरंग निर्माण से की जा सकती है, ऐसा लगता है प्रायः ठोस चट्टान हमारी रूकावटें बनती है। अपराजित सोच इस चट्टान को तोड़ने के लिए शक्तिशाली ड्रिल का काम करती है।

जब हम इस प्रकार की सोच रखते है तो हम अपने जीवन में कभी हार का अनुभव नहीं करते। अपराजित सोच व्यवहारिक सिद्धांतों पर आधारित है और यह आत्मचिंतन और उन्नति के विचारों में सेतू का काम करती है। इस पुस्तक के दर्शन को पढ़कर, आत्मसात कर और व्यवहार में लाकर और इसको अपनी शक्ति के रूप में इस्तेमाल कर आप कह सकेंगे कि पराजय जैसी कोई चीज नहीं केवल सफलता ही है।

Visit jaicobooks.com for

- Video Clips
- Audio Clips
- Extracts

Elevate Your Life. Transform Your World.

JAICO BOOKS

www.jaicobooks.com

Self-Help