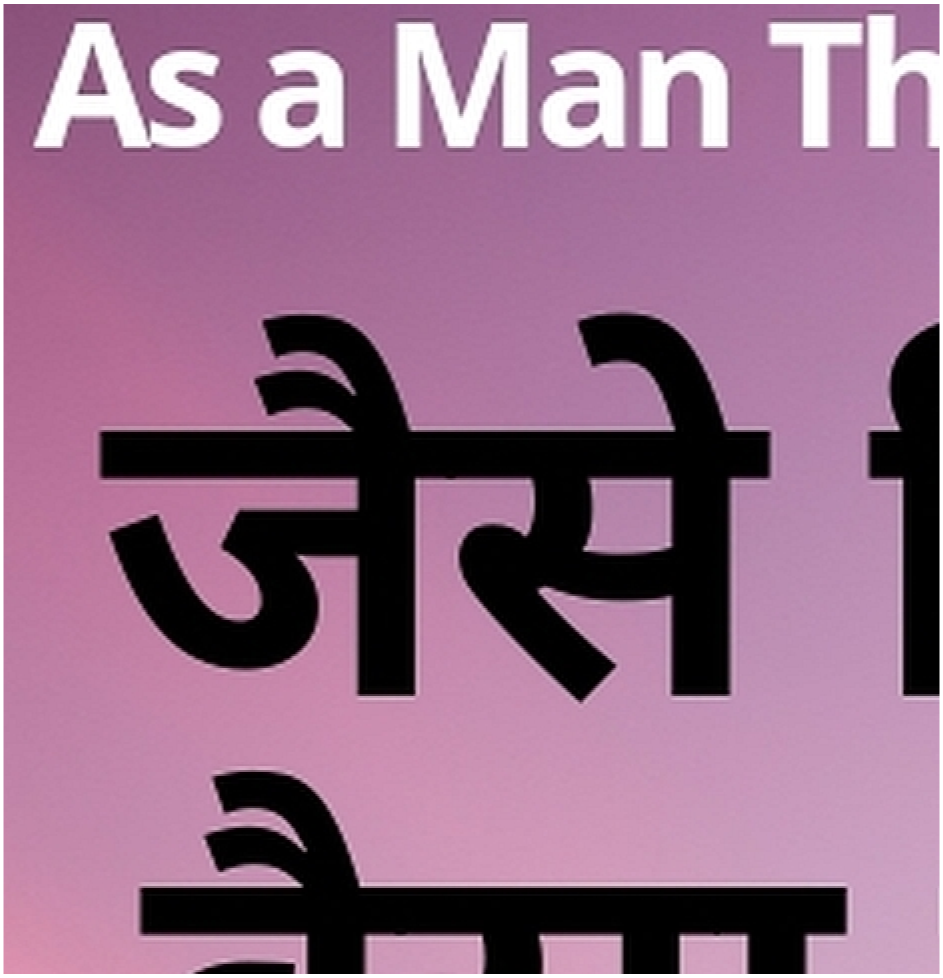
As a Man Thinketh (Hindi)

जैसे विचार, वैसा जीवन

जेम्स एलन

अनुवाद: डॉ. सुधीर दीक्षित


As a Man Th
जैसे

जैसे विचार, वैसा जीवन

जेम्स एलन

अनुवादः डॉ. सुधीर दीक्षित

Hindi Translation of As a Man Thinketh

अध्याय सूची

इस पुस्तक की प्रशंसा में

प्रस्तावना: इंसान अपनी तक़दीर ख़ुद बनाता है

जैसे विचार, वैसा चरित्र

जैसे विचार, वैसी परिस्थितियाँ

जैसे विचार, वैसा स्वास्थ्य

उद्देश्यपूर्ण विचार सफलता दिलाते हैं

विचार हर उपलब्धि की नींव हैं

हर सपना सुखद भविष्य का विचार है

शांत विचार, शांत जीवन

लेखक के बारे में

इस पुस्तक की प्रशंसा में

एज ए मैन थिंकेथ जेम्स एलन की सबसे मशहूर पुस्तक है। 1902 में प्रकाशित इस छोटी सी पुस्तक को प्रेरक और सेल्फ-हेल्प साहित्य की जननी माना जाता है।

‘मैंने एज अ मैन थिंकेथ 25 से ज़्यादा बार पढ़ी है। इस पुस्तक ने मेरी आत्मा को ऊपर उठा दिया। अमर विचार!’ - मार्क विक्टर हैन्सन, सह-लेखक, चिकन सूप बुक्स

‘इस सारगर्भित पुस्तक में जेम्स एलन ने एक पुस्तकालय जितना व्यापक ज्ञान भर दिया है। मेरा विश्वास है कि अगर कोई इस पुस्तक को एक महीने तक हर दिन पढ़ेगा, तो उसकी ज़िंदगी बदल जाएगी।’ -बॉब प्रॉक्टर, प्रख्यात लेखक

‘20 साल की उम्र के बाद मैंने 15 से अधिक वर्षों तक एज अ मैन थिंकेथ हर साल एक बार पढ़ी थी।’ -पॉल जे. मेयर, प्रख्यात लेखक

‘कुछ पुस्तकें इतनी अच्छी और सार्थक होती हैं कि आप उन्हें बार-बार पढ़ते हैं। ख़ास तौर पर इसलिए, क्योंकि आप जानते हैं कि उनकी विषयवस्तु और विचार इतने महत्वपूर्ण हैं कि आपको उन्हें बार-बार याद रखने की ज़रूरत है। जेम्स एलन की एज अ मैन थिंकेथ एक ऐसी ही पुस्तक है।’ -बुक रिव्यू, मिशिगन क्रॉनिकल

‘न्यू टेस्टामेंट, ओल्ड टेस्टामेंट और संसार के धार्मिक ग्रंथों के परे एक छोटी सी पुस्तक ने किशोरावस्था में मेरे जीवन पर बहुत ज़्यादा प्रभाव डाला। यह पुस्तक है एज अ मैन थिंकेथ... इस बेहद लोकप्रिय पुस्तक को जेम्स एलन ने लिखा था, जिन्हें 19वीं सदी के उत्तरार्ध का नॉर्मन विन्सेंट पील या अर्ल नाइटिंगेल कहा जा सकता है।’ -डेनिस वेटली, प्रख्यात लेखक

प्रस्तावना: इंसान अपनी तक़दीर ख़ुद बनाता है

यह छोटी सी पुस्तक बरसों के चिंतन-मनन और अनुभव का परिणाम है। मैंने इसमें वही सिद्धांत बताए हैं, जिन्हें मैंने अपने अनुभव में सच पाया है। इस पुस्तक का विषय सामान्य से हटकर है और इसके बारे में अब तक ज़्यादा कुछ नहीं लिखा गया है। इसका विषय है: विचार की शक्ति। जी हाँ, इस पुस्तक में यह बताया गया है कि आपके विचारों में शक्ति होती है और आप जितना सोचते हैं, उससे ज़्यादा शक्ति होती है।

मेरा आपसे एक आग्रह है कि इस पुस्तक को विस्तृत मार्गदर्शिका या संदर्भ-ग्रंथ न मानें। इसके बजाय यह मानें कि ये मेरे सुझाव हैं, ये मेरे बताए गए विचार हैं। फिर आप अपने जीवन के अनुभवों से इस पुस्तक में बताए गए विचारों की सच्चाई की पुष्टि करें। इस पूरी पुस्तक का मकसद सिर्फ़ इतना है कि लोग यह सच्चाई जान लें -

‘इंसान अपनी तकदीर ख़ुद बनाता है।’

देखिए, जैसा मैं पहले ही बता चुका हूँ, हमारे विचारों में बहुत शक्ति होती है। इनमें इतनी शक्ति होती है कि हम जिन प्रबल विचारों को लंबे समय तक अपने दिमाग़ में रखते हैं, वे अंततः साकार हो जाते हैं और उन्हीं से हमारी तक़दीर बनती है - अगर विचार अच्छे हैं, तो तक़दीर भी अच्छी होगी, और अगर विचार बुरे हैं, तो तक़दीर भी बुरी होगी। इस अटल सत्य को हमेशा-हमेशा के लिए पहचान लें कि जैसे आपके विचार होंगे, वैसी ही आपकी तक़दीर होगी, वैसा ही आपका जीवन होगा।

माना जाता है कि इंसान के दिमाग़ में हर दिन लगभग 60,000 विचार आते हैं। और यही विचार मिलकर हमारी तक़दीर बनाते हैं। बस एक चीज़ का ध्यान रखें, हमारी तक़दीर में सबसे ज़्यादा योगदान उस विचार का होता है, जो हमारे दिमाग़ में मौजूद सबसे प्रबल और स्थायी विचार होता है। अपने दिमाग़ की शक्ति को कम न आँकें। यह इतना ज़्यादा शक्तिशाली है कि इसकी बदौलत मनुष्य ने इतने सारे वैज्ञानिक आविष्कार कर लिए हैं, जो कल्पनातीत लगते हैं। इंसान का दिमाग बहुत चतुर बुनकर होता है। यह चरित्र की भीतरी

पोशाक भी बुनता है और परिस्थिति की बाहरी पोशाक भी। अब तक यह अज्ञान के धागे से कष्ट की पोशाक बुन रहा था। आइए, अब हम ज्ञान के धागे से इससे ख़ुशी की पोशाक बुनवाते हैं! विचारों में शक्ति होती है और इस शक्ति का इस्तेमाल अब आप अपने लाभ के लिए कर सकते हैं। इस पुस्तक में बताया गया है कि आप यह काम कैसे कर सकते हैं।

जैसे विचार, वैसा चरित्र

'जैसा इंसान अपने दिमाग में सोचता है, वैसा ही वह होता है।' यह बात मनुष्य के समूचे अस्तित्व पर लागू होती है। यह उसकी जिंदगी की हर स्थिति और हर परिस्थिति पर लागू होती है। इंसान वाकई वैसा ही होता है, जैसा वह सोचता है। उसका चरित्र उसके सभी विचारों का महायोग होता है। उसका जीवन उसके सभी विचारों का महायोग होता है। इसलिए अगर आप अपने जीवन को बदलना चाहते हैं, तो सबसे पहले तो आपको अपने विचारों को बदलना होगा। जब तक आप अपने विचारों को नहीं बदलेंगे, तब तक आपका जीवन नहीं बदल सकता।

इसे ज़्यादा अच्छी तरह समझाने के लिए हम खेती की उपमा लेते हैं। हम जानते हैं कि बीज से पौधा उगता है और बिना बीज के कोई पौधा पैदा नहीं हो सकता। इसी तरह विचार वह मानसिक बीज है, जिसके बिना सक्रियता का पौधा नहीं उग सकता और कर्म का फूल नहीं लग सकता और सुख या दुख का फल नहीं मिल सकता। यह हमेशा सच होता है, चाहे हम सोच-समझकर काम करें या बगैर सोचे-समझे तुरंत प्रतिक्रिया करें।

कर्म विचार का फूल है। देखिए, जब तक बीज नहीं होगा, तब तक फूल नहीं उग सकता, इसलिए विचार पहले आता है, काम उसके बाद होता है। सरल भाषा में समझें, तो आपके मन में कोई विचार आता है और फिर आप उस विचार के अनुरूप काम करते हैं। यानी विचार बीज है और काम उस बीज से उत्पन्न हुआ फूल है। और कर्म के इस फूल से जो फल उत्पन्न होते हैं, वे हैं सुख और दुख। इस तरह हम देख सकते हैं कि मनुष्य अपने दिमाग़ में जिन विचारों के बीज बोता है, वह उन्हीं के अनुरूप मीठी या कड़वी फ़सल काटता है। फ़सल कैसी होगी, यह इस बात पर निर्भर करता है कि आपने कैसे बीज बोए थे। अगर आपने करेले के बीज बोए थे, तो आप आम के फलों की उम्मीद कैसे कर सकते हैं? इस सिद्धांत को अपने जीवन में लागू करके देखें और अगर आप आम के फल खाना चाहते हैं, तो आम के बीज ही बोएँ।

'हमारे मन के विचार ने हमें बनाया है। हम जो हैं, उसे विचार ने बनाया और ढाला है। यदि किसी इंसान के मन में बुरे विचार होते हैं, तो कष्ट उसके जीवन में उसी तरह खिंचा चला

आता है, जिस तरह बैल के पीछे गाड़ी खिंची चली आती है...

... यदि किसी इंसान के विचार पवित्र और निर्मल होते हैं, तो ख़ुशी उसके पास उसी तरह रहती है, जिस तरह उसकी छाया रहती है - हमेशा।'

विकास मनुष्य का स्वभाव है। वह कोई स्थिर जीव नहीं है। और मनुष्य का विकास नैसर्गिक नियम के अनुरूप होता है। कारण और परिणाम का नियम इस संसार का सबसे महत्वपूर्ण नियम है। यह अटल और अटूट नियम है। कारण और परिणाम का नियम कहता है कि अगर आप किसी बहुमंजिली इमारत से छलाँग लगाते हैं, तो आप ज़मीन पर गिर जाएँगे। छलाँग लगाना कारण था, गिरना परिणाम। कारण और परिणाम का नियम केवल भौतिकी या भौतिक वस्तुओं के संसार में ही लागू नहीं होता। यह विचारों के संसार में भी लागू होता है। जिन लोगों का चरित्र उत्तम और महान रहा है, वह संयोग या क़िस्मत से नहीं रहा है। यह तो इसलिए महान रहा है, क्योंकि उन्होंने सही विचार सोचने की लगातार कोशिश की और नेक विचारों को लंबे समय तक अपने मस्तिष्क में रखा। इसी तरह जिन लोगों का चरित्र घटिया और पाशविक होता है, वह भी संयोग या क़िस्मत से नहीं होता है। यह तो घटिया और पाशविक विचार लंबे समय तक लगातार सोचने का परिणाम होता है।

इंसान ही ख़ुद को बनाता है; इंसान ही ख़ुद को मिटाता है। विचारों के कारखाने में वह ऐसे हथियार बनाता है, जो उसे नष्ट कर देते हैं। दूसरी ओर, वह ऐसे औजार भी बनाता है, जो उसके लिए ख़ुशी, शक्ति और शांति के दैवी महल बना सकते हैं। सही विचार चुनने और उन पर सही तरीक़े से काम करने पर मनुष्य उसी दैवी पूर्णता की ओर बढ़ता है, जिस तक पहुँचने के लिए उसे इस संसार में भेजा गया था। ग़लत विचार चुनने और उन पर गलत अमल करने से मनुष्य पशु के स्तर तक गिर जाता है। इन दोनों अतियों के बीच चरित्र के कई भेद भी होते हैं। लेकिन एक बात पूरी तरह स्पष्ट है: हर स्थिति और परिस्थिति में इंसान ही अपनी तकदीर बनाता है और अपने जीवन को अपने विचारों के साँचे में ढालता है।

आधुनिक युग में बहुत सी मनोवैज्ञानिक सच्चाइयाँ सामने आई हैं। लेकिन उनमें से कोई भी इतनी ज़्यादा प्रभावी और लाभकारी नहीं है या इतना ज़्यादा आत्मविश्वास बढ़ाने वाली नहीं है, जितनी यह सच्चाई है - कि इंसान अपने विचारों का स्वामी होता है, वह अपने चरित्र का साँचा ख़ुद गढ़ता है और इस तरह वह अपनी परिस्थितियों, परिवेश तथा तकदीर का निर्माता होता है। आपके जैसे विचार होंगे, वैसा ही आपका चरित्र होगा और जैसा आपका चरित्र होगा, वैसी ही आपकी परिस्थितियाँ होंगी। यानी अगर आप अपनी परिस्थितियों से संतुष्ट हैं, तो आपको अपने विचारों को बदलने की कोई ज़रूरत नहीं है। दूसरी तरफ़, अगर आप अपनी परिस्थितियों से संतुष्ट नहीं हैं, तो इसका मतलब है कि आपको अपने विचारों

को बदलने की ज़रूरत है, क्योंकि उन्हें बदलने के बाद ही आपको अपनी मनचाही परिस्थितियाँ मिल सकती हैं।

इंसान में शक्ति, बुद्धि और प्रेम का वास है। वह अपने विचारों का स्वामी है। इसलिए हर स्थिति की कुंजी उसी के हाथ में है। उसके भीतर वह कायाकल्प करने वाली शक्ति है, जिसके जरिये वह जैसा चाहे वैसा बन सकता है। इंसान ख़ुद को अपने मनचाहे साँचे में ढाल सकता है। और यह काम वह एक पल में कर सकता है - जब वह अपने विचारों या मानसिकता को बदलने का निर्णय ले।

इंसान हमेशा स्वामी होता है - सबसे कमजोर और हीन अवस्था में भी। लेकिन कमजोर और हीन अवस्था में वह मूर्ख स्वामी होता है, जो अपने 'घर' का खराब संचालन करता है और अपने ही हाथों घर में आग लगा लेता है। दूसरी तरफ़, जब इंसान अपनी स्थिति के बारे में सोच-विचार करता है और अस्तित्व के नियम यानी विचार के नियम पर मेहनत से चलता है, तो वह समझदार स्वामी होता है। यह समझदार स्वामी अपनी बुद्धि का इस्तेमाल करके अपनी ऊर्जा को दिशा देता है और अपने विचारों को लाभकारी क्षेत्रों में लगाता है, जिससे उसे सुखद परिणाम मिलते हैं। इस स्थिति में मनुष्य चेतन स्वामी बन जाता है। लेकिन मनुष्य ऐसा तभी बन सकता है, जब वह अपने भीतर विचार के नियम खोज ले। यह खोज पूरी तरह से अमल, आत्म-विश्लेषण और अनुभव पर निर्भर करती है।

सिर्फ खोजने और खुदाई करने से ही सोना और हीरे मिलते हैं। इंसान भी अपने अस्तित्व से जुड़ी हर सच्चाई खोज सकता है; शर्त सिर्फ़ इतनी है कि उसे अपनी आत्मा की खान में गहराई तक खुदाई करनी होगी और इस काम में लगन से जुटे रहना होगा। इस तरह खुदाई करने के बाद उसे इस सच्चाई का पता चलेगा कि वह अपने चरित्र का निर्माता है, अपने जीवन का साँचा उसी ने बनाया है और वही अपनी तक़दीर लिख रहा है। इस तरह देखने पर उसके सामने बिना किसी शक के यह साबित हो जाएगा कि उसे अपने विचारों पर नजर रखनी चाहिए, उन्हें नियंत्रित करना चाहिए और बदलना चाहिए, क्योंकि उसके विचारों का उस पर, दूसरों पर और उसकी जिंदगी तथा परिस्थितियों पर कितना गहरा असर हो रहा है।

इंसान को यह जाँच-पड़ताल धैर्य से करनी चाहिए। उसे कारण और परिणाम के नियम के दृष्टिकोण से इस पर विचार करना होगा। अगर वह अपने विचारों को पहचान लेगा, नियंत्रित कर लेगा और बदल लेगा, तो उसके सामने यह साबित हो जाएगा कि वह सचमुच अपने चरित्र का निर्माता है, अपने जीवन का शिल्पी है और अपनी तकदीर का स्वामी है। तब उसे पता चल जाएगा कि उसके जीवन की हर घटना, चाहे वह कितनी ही छोटी क्यों न हो, आत्म-ज्ञान हासिल करने की साधन है। इसी से समझ, बुद्धि और शक्ति मिलती है। दैवी

नियम भी इसी दिशा में संकेत करता है: ‘जो खोजता है, वह पाता है; जो द्वार खटखटाता है, उसके लिए द्वार खुल जाता है।’ धैर्य, अभ्यास और सतत संकल्प से ही मनुष्य ज्ञान के मंदिर में दाख़िल हो सकता है।

जैसे विचार, वैसी परिस्थितियाँ

हम इंसान के दिमाग को बगीचे जैसा मान सकते हैं। इसे या तो समझदारी से तैयार किया जा सकता है या अनियंत्रित तरीके से इसके हाल पर छोड़ा जा सकता है। बहरहाल, चाहे हम इसे तैयार करें या इसके हाल पर छोड़ें, हमें परिणाम जरूर मिलेंगे। अगर हम कोई उपयोगी बीज नहीं डालते हैं, तो उस बगीचे में खरपतवार के बेकार बीज आकर उगने लगेंगे और एक वक़्त ऐसा आएगा, जब यह खरपतवार पूरे बगीचे पर क़ब्ज़ा जमा लेगी। इस संसार का एक विचित्र सत्य यह है कि बुरी चीज़ें बड़ी आसानी से हमारे पास आ जाती हैं, जबकि अच्छी चीज़ों को अपने पास लाने के लिए हमें मेहनत करनी पड़ती है। इसी तरह बुरी आदतें डालने में ज़्यादा समय नहीं लगता है, लेकिन अच्छी आदतें डालने में समय लगता है। बुरी परिस्थितियाँ अपने आप आ जाती हैं, लेकिन परिस्थितियों को बेहतर बनाने के लिए हमें मेहनत करनी होती है। अगर आप अपने जीवन की परिस्थितियों को बेहतर बनाना चाहते हैं, तो यह बात गाँठ बाँध लें: आप अपने विचारों को बेहतर बनाए बिना अपने जीवन की परिस्थितियों को बेहतर नहीं बना सकते।

जिस तरह माली बगीचे की योजना बनाता है, उसे खरपतवार से मुक्त रखता है और अपनी इच्छा के अनुसार फल-फूल उगाता है, उसी तरह मनुष्य को भी अपने दिमाग के बगीचे की निरंतर देखभाल करनी चाहिए। उसे सभी गलत, बेकार और अशुद्ध विचारों को खरपतवार की तरह उखाड़ फेंकना चाहिए। उसे सही, उपयोगी और पवित्र विचारों के फल-फूलों का अंत तक ध्यान रखना चाहिए। इस प्रक्रिया के दौरान इंसान को देर-सबेर यह पता चल जाता है कि वह अपनी आत्मा का माली है और अपने जीवन का निर्माता-निर्देशक है। उसके सामने विचार का नियम प्रकट होता है और वह ज़्यादा सटीकता से यह समझने लगता है कि प्रबल विचार और प्रबल मस्तिष्क के शक्तिशाली तत्व चरित्र, परिस्थितियों और तकदीर को किस तरह आकार देते हैं।

विचार और चरित्र एक ही हैं। जैसा हम देख चुके हैं, विचारों से चरित्र बनता है और चरित्र परिवेश व परिस्थिति के रूप में प्रकट होता है। इसका अर्थ यह है कि इंसान के जीवन की बाहरी परिस्थितियाँ हमेशा उसकी आंतरिक अवस्था के पूरे तालमेल में होंगी। जैसा अंदर, वैसा बाहर। बाहरी परिस्थितियाँ आंतरिक परिस्थितियों का प्रतिबिंब होती हैं। लेकिन

इसका यह मतलब नहीं है कि मनुष्य की परिस्थितियाँ हमेशा उसके पूरे चरित्र का सूचक होती हैं। इसका मतलब तो यह है कि वे परिस्थितियाँ गहराई में उसके भीतर मौजूद किसी प्रबल विचार से जुड़ी होती हैं, जो हाल-फिलहाल उसके विकास के लिए अनिवार्य है।

हर इंसान जहाँ भी है, अपने विचारों की बदौलत ही है। उसने अपने चरित्र में जो विचार बनाए हैं, वे ही उसे वहाँ लाए हैं। जिंदगी में संयोग जैसी कोई चीज नहीं होती। हर चीज एक ऐसे नियम का परिणाम है, जिससे कभी गलती नहीं हो सकती। यह उन लोगों के बारे में भी सच है, जो अपने माहौल से अलग-थलग महसूस करते हैं और उनके बारे में भी, जो अपने माहौल से संतुष्ट हैं।

विकासशील प्राणी होने के नाते हर इंसान अपनी वर्तमान जगह पर इसलिए है, ताकि वह विकास कर सके। जब वह किसी परिस्थिति के भीतर मौजूद सबक सीख लेता है, तो वह परिस्थिति चली जाती है और उसकी जगह पर दूसरी परिस्थितियाँ आ जाती हैं। इसलिए अगर आप नकारात्मक परिस्थितियों को जल्दी दूर करना चाहते हों, तो सबक़ सीखते रहें।

जब तक इंसान ख़ुद को बाहरी स्थितियों के अधीन मानता रहता है, तब तक वह परिस्थितियों के थपेड़े खाता रहता है। लेकिन जब उसे इस बात का अहसास हो जाता है कि अपने जीवन का सृजन करने की शक्ति उसी के पास है, तो वह अपने विचारों के ज़रिये अपने मनचाहे जीवन का सृजन कर लेता है। जब इंसान को यह पता चल जाता है कि वह मनचाहे बीज बोकर परिस्थितियों की मनचाही फ़सल पैदा कर सकता है, तो वह सच्चे अर्थों में अपना स्वामी बन जाता है।

परिस्थितियाँ विचार से पैदा होती हैं। जिस भी इंसान ने आत्म-नियंत्रण और आत्म-शुद्धिकरण का अभ्यास किया है, उसे यह बात देर-सबेर पता चल जाती है। क्योंकि इस दौरान वह गौर करता है कि उसकी बाहरी परिस्थितियों में केवल उतना ही परिवर्तन हुआ, जितना उसकी मानसिक स्थिति में हुआ था; न उससे कम, न उससे ज़्यादा। यह बात सोलह आने सच है कि जब मनुष्य गंभीरता से अपने चरित्र के दोष दूर करने में जुट जाता है और इस दिशा में तेजी से तरक्की करता है, तो बाहरी दुनिया में भी उसकी तरक्की की रफ्तार तेज हो जाती है।

आत्मा अपने भीतर छिपे सबसे गोपनीय तत्व के अनुरूप सक्रिय होती है और बाहरी संसार में इसी को आकर्षित करती है, उसे भी जिससे यह प्रेम करती है और उसे भी, जिससे यह डरती है। यह अपनी पवित्र आकांक्षाओं की ऊँचाई तक पहुँचती है या फिर अपनी पतित इच्छाओं के स्तर तक गिर जाती है। और परिस्थितियों के ज़रिये ही आत्मा के भीतर छिपा गोपनीय तत्व बाहरी दुनिया में साकार होता है।

विचार का हर बीज, चाहे उसे बोया गया हो या दिमाग में पड़े रहने की अनुमति दी गई हो, वहाँ पर जड़ें जमा लेता है और अपने जैसे फल-फूल उत्पन्न करता है। यह बीज देर-सबेर कर्म का फूल उगा देता है, जिससे सुखद अवसर या दुखद परिस्थिति के फल पैदा होते हैं। यह कहने की ज़रूरत नहीं है कि अच्छे विचार से अच्छे फल मिलते हैं और बुरे विचार से बुरे। और अगर आपके विचार मिश्रित हैं, तो आपको मिश्रित फल मिलेंगे।

परिस्थितियों का बाहरी संसार विचारों के आंतरिक संसार के अनुरूप ढल जाता है। एक बात याद रखें, इंसान के जीवन में सुखद और दुखद दोनों किस्म की बाहरी परिस्थितियाँ होती हैं और इन दोनों तरह की परिस्थितियों से अंततः इंसान का भला हो सकता है, क्योंकि फ़सल काटने वाला माली सुखद और दुखद दोनों तरह की परिस्थितियों से कुछ न कुछ सीख सकता है। और जैसा हम पहले ही बता चुके हैं, परिस्थितियाँ हमारे जीवन में इसलिए आती हैं, ताकि विकास की प्रक्रिया में हम उनसे सबक़ सीख लें। जब हम सबक़ सीख लेते हैं, तो वे फिर चली जाती हैं और लौटकर नहीं आती हैं। इसलिए अगर आप नकारात्मक परिस्थितियों से परेशान हैं और उन्हें अलविदा कहना चाहते हैं, तो उनसे सबक़ सीख लें; वे खुदबख़ुद आपके जीवन से दूर चली जाएँगी।

इंसान के दिमाग़ पर जो गहरी इच्छाएँ, आकांक्षाएँ और विचार हावी होते हैं, अगर वे पवित्र या नेक नहीं हैं, तो इंसान अशुद्ध कल्पनाओं की मरीचिका का पीछा करता रहेगा। अगर वे पवित्र हैं, तो वह ऊपर उठाने वाले प्रबल प्रयासों के राजमार्ग पर निरंतर चलेगा। दोनों ही मामलों में हमें परिस्थितियों के रूप में बाहर वैसे ही फल मिलते हैं, जैसे विचार हमारे अंदर होते हैं। विकास और अनुरूपता के नियम हर जगह, हर समय काम करते हैं।

इंसान किस्मत या हालात की वजह से जेलख़ाने या गरीबखाने में नहीं पहुँचता है, बल्कि अपने घटिया विचारों और बुरी इच्छाओं की वजह से पहुँचता है। भली मानसिकता वाला कोई व्यक्ति कभी किसी बाहरी शक्ति के तनाव के वशीभूत होकर अचानक अपराध में लिप्त नहीं होता है; दरअसल वह आपराधिक विचार उसके मन में काफी समय से गोपनीय रूप से दबा हुआ था और सही अवसर आने पर यह पूरी संग्रहीत शक्ति के साथ सामने आ गया। परिस्थितियाँ इंसान को नहीं बनाती हैं। वे तो सिर्फ उसके असल स्वरूप को सामने लाती हैं। पाप के दलदल में उतरने और इससे जुड़े कष्ट भोगने के लिए बाहरी परिस्थितियाँ जिम्मेदार नहीं होती हैं। बुनियादी वजह तो पापी इच्छाएँ हैं। इसी तरह, पुण्य के आसमान तक पहुँचने और इससे जुड़ा सुख भी पुण्य की इच्छाओं को मज़बूत बनाए बिना संभव नहीं है। विचार का स्वामी होने की बदौलत मनुष्य ख़ुद का निर्माता है, अपने परिवेश का रचयिता है और अपनी तक़दीर की इबारत वह ख़ुद लिखता है। पृथ्वी पर अपनी यात्रा के हर कदम में मनुष्य अपने विचारों से मेल खाने वाली परिस्थितियों को आकर्षित करता है।

वे परिस्थितियाँ उसके विचारों की शुद्धता या अशुद्धता, शक्ति और कमजोरी का प्रतिबिंब होती हैं।

इंसान उस चीज को आकर्षित नहीं करता, जिसे वह चाहता है। वह तो उस चीज को आकर्षित करता है, जैसा वह अंदर से सचमुच होता है। हो सकता है कि हमें यह लगे कि उसकी मनोकामना, आवेग और महत्वाकांक्षा हर कदम पर परास्त हो रही है, लेकिन सच तो यह है कि उसे अपने सबसे गहरे विचारों और इच्छाओं का परिणाम मिलता है, चाहे वे अच्छे हों या बुरे। हमारी क़िस्मत या बदक़िस्मती की बागडोर हमारे ही हाथ में होती है। यह हमारे विचारों से तय होती है। इंसान अपने पैरों में बेड़ियाँ ख़ुद डालता है। विचार और कर्म तकदीर के जेलर हैं। यदि विचार और कर्म हीन हों, तो वे इंसान को कैद कर देते हैं। अगर वे उदात्त हों, तो वे इंसान को मुक्त कर देते हैं। इस तरह वे स्वतंत्रता के देवदूत भी बन सकते हैं। इंसान जिस चीज की इच्छा और प्रार्थना करता है, वह उसे नहीं मिलती। उसे तो वही मिलता है, जिसका वह वाकई हकदार होता है। उसकी इच्छाओं और प्रार्थनाओं का जवाब तभी मिलता है और वे तभी पूरी होती हैं, जब वे उसके विचारों और कामों के तालमेल में होती हैं।

अगर यह सच है, तो फिर हम 'परिस्थितियों के ख़िलाफ संघर्ष' क्यों करते हैं? देखिए, इंसान लगातार दिल में गोपनीय कारण पालता रहता है, लेकिन उनकी वजह से बाहर उत्पन्न परिणामों के ख़िलाफ़ लड़ता रहता है। यह अंदरूनी गोपनीय कारण कोई दुर्गुण या अचेतन कमज़ोरी हो सकती है। बहरहाल, कारण चाहे जो हो, यह इंसान की कोशिशों को सफल नहीं होने देता, जब तक कि उसे सुधार न लिया जाए।

लोग अपनी परिस्थितियों को बेहतर बनाने के बारे में चिंतित रहते हैं, लेकिन वे ख़ुद को बेहतर बनाने के लिए तैयार नहीं होते हैं, इसीलिए वे हमेशा, हर जगह बंधन में रहते हैं। जो व्यक्ति ख़ुद को बेहतर बनाने के कष्ट से नहीं घबराता है, वह कभी अपनी मनचाही चीज पाने में असफल नहीं हो सकता। यह सभी तरह की चीज़ों के बारे में सच है, चाहे वे इस लोक की हों या परलोक की। जिस व्यक्ति का इकलौता मकसद दौलत हासिल करना है, उसे भी मनचाही मंजिल तक पहुँचने से पहले बहुत से त्याग करने होते हैं। ज़रा सोचें, ज़रा सोचें उस व्यक्ति को कितने ज़्यादा त्याग करने होंगे, जो सशक्त और संतुलित जीवन पाना चाहता है।

यहाँ एक आदमी को देखें, जो बहुत ही ग़रीब है। वह अपने परिवेश और घरेलू सुख-सुविधाओं को बेहतर बनाने की बहुत चिंता करता है, लेकिन इस दौरान वह अपनी नौकरी में कामचोरी करता है, मक्कारी करता है और अपने मालिक को धोखा देता है। वह यह मानकर चलता है कि अगर उसका मालिक उसे कम वेतन दे रहा है, तो कामचोरी करना

और मालिक को धोखा देना पूरी तरह से जायज़ और तर्कसंगत है। ऐसा आदमी सच्ची दौलत के सिद्धांतों की बुनियादी बातें ही नहीं समझता है। वह आलसी, धोखेबाज़ और घटिया विचारों को लगातार सोचकर और उनके अनुरूप निरंतर काम करके और भी ज़्यादा ग़रीबी को अपनी ओर आकर्षित कर रहा है। वह इस बात को नहीं समझता है कि अगर वह अपने जीवन में सकारात्मक चीज़ें चाहता है, तो यह काम कभी नकारात्मक विचार रखकर नहीं किया जा सकता। इसलिए आपको यह सूत्र हमेशा याद रखना चाहिए: अगर आप अपने जीवन में अच्छी चीज़ें चाहते हैं, तो बुरे विचार न सोचें और अगर भूल से कोई बुरा विचार दिमाग़ में भटकता हुआ आ भी जाए, तो उसे वहाँ जड़ें जमाने और लंबे समय तक रहने की अनुमति न दें।

अब एक अमीर आदमी को देखें, जो लोभ के फलस्वरूप एक कष्टकारी और लंबी बीमारी का शिकार है। वह इस बीमारी से छुटकारा पाने के लिए मुँहमाँगी क़ीमत देने को तैयार है, लेकिन वह अपनी लोभी इच्छाओं का त्याग करने को तैयार नहीं है। उसकी जीभ मीठे, चटपटे और तेल-चिकनाई वाले हानिकारक व्यंजन खाने के लिए लपलपाती रहती है, लेकिन साथ ही वह स्वस्थ भी रहना चाहता है। ऐसा इंसान स्वस्थ रहने के लिए पूरी तरह से अनुपयुक्त है, क्योंकि वह अब तक स्वस्थ जीवन के शुरुआती सिद्धांतों को भी नहीं सीख पाया है।

यहाँ मजदूरों का एक मालिक है, जो चालबाजी करके और छल-कपट से अपने मजदूरों को सरकारी न्यूनतम वेतन से भी कम वेतन देता है, क्योंकि उसे लगता है कि इस तरह उसे ज़्यादा लाभ होगा। ऐसा इंसान दौलत के लिए पूरी तरह से अनुपयुक्त है और जब वह दिवालिया होता है, प्रतिष्ठा में भी और दौलत में भी, तो वह परिस्थितियों को दोष देता है। वह इस बात को नहीं जानता कि वह ख़ुद ही अपनी परिस्थितियों का एकमात्र लेखक है और अगर उसके जीवन की कहानी दुखांत है, तो इसे दुखांत उसी ने बनाया है।

मैंने यहाँ जो तीन प्रकरण बताए हैं, वे इस सत्य के उदाहरण हैं कि मनुष्य ही अपनी परिस्थितियों का निर्माता है (हालाँकि लगभग हमेशा वह इस काम को अचेतन रूप से करता है) और हालाँकि उसका उद्देश्य अच्छा होता है, लेकिन इस उद्देश्य को पाने की राह में बाधाएँ वह ख़ुद ही खड़ी करता है। वह ऐसे विचारों और इच्छाओं को प्रोत्साहित करता है, जो उसके लक्ष्य या उद्देश्य के तालमेल में नहीं होती हैं, इसलिए वह उस लक्ष्य को हासिल नहीं कर पाता है। इसी तरह के ढेर सारे प्रकरण बताए जा सकते हैं, लेकिन इसकी कोई ज़रूरत नहीं है। अगर पाठक चाहे, तो विचार के नियमों के परिणाम अपने ख़ुद के मस्तिष्क और जीवन में देख सकता है।

बहरहाल, परिस्थितियाँ इतनी जटिल होती हैं, विचार की जड़ें इतनी गहरी होती हैं और लोगों की ख़ुशी की परिभाषा इतनी अलग-अलग होती है कि किसी मनुष्य की समूची आत्मिक, मानसिक व शारीरिक परिस्थितियों (हालाँकि हो सकता है कि यह बात उसे ख़ुद को पता हो) का मूल्यांकन कोई दूसरा केवल उसके जीवन के बाहरी पहलू को देखकर नहीं कर सकता। कोई मनुष्य कुछ क्षेत्रों में ईमानदार हो सकता है, लेकिन इसके बावजूद उसका जीवन कष्टकारी हो सकता है; कोई मनुष्य कुछ क्षेत्रों में बेईमान हो सकता है, लेकिन इसके बावजूद वह दौलतमंद हो सकता है। लेकिन यह मूल्यांकन पूरी तरह से सतही है कि एक मनुष्य अपनी ईमानदारी के कारण असफल हुआ और दूसरा व्यक्ति अपनी बेईमानी के कारण अमीर बना। यह मूल्यांकन इसलिए सतही है, क्योंकि इसमें यह मान लिया जाता है कि बेईमान आदमी पूरी तरह से भ्रष्ट है और ईमानदार आदमी पूरी तरह से सद्गुणी है। ज़्यादा गहरे ज्ञान और ज़्यादा व्यापक अनुभव की रोशनी में ऐसा मूल्यांकन करना ही गलत है। हो सकता है कि बेईमान व्यक्ति में कुछ प्रशंसनीय गुण हों, जो ईमानदार व्यक्ति में न हों; और ईमानदार व्यक्ति में कुछ दुर्गुण हों, जो बेईमान व्यक्ति में न हों। ईमानदार व्यक्ति अपने ईमानदारी भरे विचारों और कामों के अच्छे परिणामों की फ़सल काटता है। साथ ही वह अपने दुर्गुणों की वजह से उत्पन्न हुए कष्ट भी भोगता है। इसी तरह बेईमान व्यक्ति भी अपनी ख़ुद की ख़ुशी और कष्ट उत्पन्न करता है।

इंसान का अहं यह विश्वास करने से ख़ुश होता है कि वह अपने सद्गुण की वजह से कष्ट उठा रहा है। बहरहाल, जब तक मनुष्य हर बीमार, कटु और अशुद्ध विचार को अपनी आत्मा से बाहर न निकाल दे, तब तक वह यह जानने या कहने की स्थिति में नहीं आ सकता कि उसके कष्ट उसके दुर्गुणों के नहीं, सद्गुणों के परिणाम हैं। कुछ समय बाद ही उसे यह पता चल जाएगा कि उसके मस्तिष्क और जीवन में एक महान नियम काम कर रहा है, जो पूरी तरह न्यायपूर्ण है। यह नियम कभी बुराई के बदले भलाई नहीं दे सकता और यह नियम कभी भलाई के बदले बुराई भी नहीं दे सकता। इस ज्ञान के सहारे जब वह पलटकर अपने अतीत को देखेगा, तो समझ जाएगा कि पहले वह अज्ञानी था, इसलिए यह नहीं देख पाया था कि उसकी जिंदगी हमेशा न्यायपूर्ण नियम पर चली है। उसे पता चल जाएगा कि उसके अतीत के सभी अच्छे-बुरे अनुभव उसी के विकासशील या अविकसित स्वरूप के सिर्फ बाहरी परिणाम थे।

अच्छे विचारों और कामों से कभी बुरे परिणाम उत्पन्न नहीं हो सकते। बुरे विचारों और कामों से कभी अच्छे परिणाम उत्पन्न नहीं हो सकते। इसका मतलब है कि मक्का से सिर्फ मक्का उग सकती है, गाजर घास से सिर्फ गाजर घास। नैसर्गिक संसार या कृषि के क्षेत्र में तो इंसान इस नियम को समझता है और इसके अनुरूप काम करता है। लेकिन मानसिक

और नैतिक जगत में बहुत कम लोग इसे समझ पाते हैं (हालाँकि वहाँ भी यह उतने ही सीधे और अचूक तरीके से काम करता है), इसलिए वे इसके अनुरूप काम नहीं करते हैं।

कष्ट हमेशा किसी क्षेत्र में गलत विचार का परिणाम होता है। यह इस बात का संकेत है कि इंसान अपने अस्तित्व के नियम के तालमेल में नहीं है। कष्ट का एकमात्र और सर्वोच्च उपयोग है इंसान को शुद्ध करना यानी उसके भीतर की हर बेकार और अशुद्ध चीज को जलाना। पूरी तरह शुद्ध होने के बाद पवित्र और शुद्ध व्यक्ति के कष्ट ख़त्म हो जाते हैं। और यह पूरी तरह से तार्किक है; मलिन पदार्थ के हटने के बाद सोने को आग में तपाने में क्या तुक है? इसी कारण पूरी तरह शुद्ध और प्रबुद्ध व्यक्ति को कष्ट नहीं हो सकता।

व्यक्ति के जीवन में आने वाली कष्टकारी परिस्थितियाँ उसके मानसिक असामंजस्य का परिणाम होती हैं। व्यक्ति की सुखद परिस्थितियाँ उसके मानसिक सामंजस्य का परिणाम होती हैं। सही विचार का पैमाना भौतिक संपत्ति नहीं, बल्कि सुख है। गलत विचार का पैमाना भौतिक संपत्ति की कमी नहीं, बल्कि दुख है। कोई व्यक्ति दुखी लेकिन अमीर हो सकता है। इसी तरह वह सुखी लेकिन गरीब हो सकता है। सुख और संपन्नता एक साथ सिर्फ तभी आती हैं, जब संपत्ति का सही और बुद्धिमत्तापूर्ण इस्तेमाल किया जाए। गरीब आदमी दुख के दलदल में धँसता जाता है, जब वह बदक़िस्मती को अपनी परिस्थितियों का कारण मान लेता है।

देखिए, अगर आपकी परिस्थितियाँ सही नहीं हैं, तो क़िस्मत को दोष न दें, बल्कि ख़ुद को दोष दें। आप ईश्वर की संतान हैं और ईश्वर कभी नहीं चाहेगा कि आप दुख भरा जीवन जिएँ। ईश्वर ने आपके जीवन में ढेर सारे कष्ट नहीं लिखे हैं, जिन्हें आप उठा रहे हैं। ये सारे कष्ट तो आप अपने विचारों के कारण उठा रहे हैं। इसलिए बेहतर यही होगा कि आप क़िस्मत को दोष देना छोड़ दें और अपने विचारों को बदलने पर ध्यान केंद्रित करें। नकारात्मक सोच या नकारात्मक दृष्टिकोण को बदल दें। उसकी जगह पर सकारात्मक सोच या सकारात्मक दृष्टिकोण को रख दें। और फिर आप अपनी आँखों से अपनी तक़दीर को बदलते देखेंगे और तब आप इस सत्य को जान जाएँगे कि विधाता किसी की तक़दीर उसके ललाट पर नहीं लिखता है, बल्कि मनुष्य ख़ुद अपने विचारों से अपनी तक़दीर लिखता है।

अति गरीबी और अति भोग दुख के दो छोर हैं। ये दोनों ही अस्वाभाविक हैं और मानसिक विकृति का परिणाम हैं। अगर इंसान ख़ुश, स्वस्थ और समृद्ध नहीं है, तो इसका मतलब है कि उसके आंतरिक विचारों में गड़बड़ है या तालमेल का अभाव है। ख़ुशी, स्वास्थ्य और समृद्धि मनुष्य के आंतरिक विचारों और बाहरी माहौल के सुखद तालमेल का नतीजा हैं।

इंसान तभी इंसान बनना शुरू करता है, जब वह शिकायत और निंदा करना छोड़ देता है, जब वह उस न्यायपूर्ण नियम की खोज शुरू करता है, जो उसके जीवन को संचालित करता है। जब वह अपने दिमाग़ को इस नियम के अनुरूप ढाल लेता है, तो इसके बाद वह अपनी बुरी परिस्थितियों के लिए दूसरों को दोष देना छोड़ देता है। तब वह अपने दिमाग में प्रबल सकारात्मक और उच्च विचार रखता है। वह परिस्थितियों के ख़िलाफ निरर्थक संघर्ष करना छोड़ देता है, बल्कि उनका इस्तेमाल सहायक साधनों के रूप में करता है, जिनसे तेज तरक्की करने में मदद मिले और वे उसके भीतर छिपी शक्तियों व संभावनाओं को खोजने का साधन बन जाएँ।

यह नियम ही सृष्टि का सबसे प्रबल सिद्धांत है। अन्याय नहीं, बल्कि पूर्ण न्याय ही जीवन का सार है। भ्रष्टाचार नहीं, बल्कि सदाचार ही विश्व को ढालने और चलाने वाली शक्ति है। इसका मतलब यह है कि मनुष्य को बस ख़ुद को सही करना है और इसके बाद वह देखेगा कि संसार अपने आप सही हो गया है। अगर आपने अपनी आँखों पर काला चश्मा लगा रखा है, तो आपको संसार काला दिखेगा। लेकिन अगर आप काला चश्मा उतारकर गुलाबी चश्मा लगा लें, तो आपको संसार गुलाबी दिखने लगेगा। यह चश्मा और कुछ नहीं, बल्कि नज़रिया है। जब आपका नज़रिया ग़लत होता है, तो संसार ग़लत दिखता है। जब आपका नज़रिया सही होता है, तो संसार सही दिखता है। जब आप काले रंग के लिए संसार को कोस रहे थे, तो संसार के साथ कोई समस्या नहीं थी, समस्या तो आपके साथ थी। जब आपने अपना काला चश्मा उतार दिया और गुलाबी चश्मा लगा लिया, तो संसार भी अलग रंग का दिखने लगा। यानी जब आप ख़ुद को सही कर लेते हैं, तो इसके बाद सब कुछ अपने आप सही हो जाएगा। आप पाएँगे कि जब आप चीजों और दूसरे लोगों के प्रति अपने विचार बदल लेंगे, तो चीजें और दूसरे लोग भी बदले हुए नज़र आएँगे।

इस सच्चाई का सबूत हर व्यक्ति के जीवन में देखा जा सकता है, इसलिए क्रमबद्ध आत्म-अवलोकन और आत्म-विश्लेषण से कोई भी आसानी से इसकी जाँच कर सकता है। अगर मनुष्य अपने विचार तेजी से बदल ले, तो उसकी जिंदगी की भौतिक परिस्थितियों में इतनी तेज़ी से परिवर्तन होगा कि उसे देखकर वह हैरान रह जाएगा। इंसान कल्पना करता है कि वह अपने मन के अंदर के विचारों को गोपनीय रख सकता है, लेकिन यह क़तई संभव नहीं है। विचार तेजी से आदत में ढल जाता है और आदत परिस्थिति में साकार हो जाती है। पाशविक विचार शराबख़ोरी और लोलुपता की आदतों में ढल जाते हैं, जो दीनता और बीमारी की परिस्थितियों में साकार होती हैं। हर किस्म के अशुद्ध विचार दुर्बल और दुविधापूर्ण आदतों में ढल जाते हैं, जो विचलित करने वाली और विपरीत परिस्थितियों में साकार होती हैं। डर, शंका और अनिर्णय के विचार कमजोर, लचर तथा ढुलमुल आदतों में ढल जाते हैं, जो असफलता, दरिद्रता और दासता की परिस्थितियों में साकार होती हैं।

आलसी विचार अस्वच्छता और झूठ बोलने की कमजोर आदतों में ढल जाते हैं, जो मलिनता और भीख माँगने की परिस्थितियों में साकार होती हैं। नफरत और निंदा के विचार दोषारोपण व हिंसा की आदतों में ढल जाते हैं, जो चोट और उत्पीड़न की परिस्थितियों में साकार होती हैं। हर किस्म के स्वार्थपूर्ण विचार ख़ुद के स्वार्थ को आगे बढ़ाने वाली आदतों में ढल जाते हैं, जो कम या अधिक दुखद परिस्थितियों में साकार होती हैं।

दूसरी ओर, सभी किस्म के सुंदर विचार लाभकारी और अच्छी आदतों में ढल जाते हैं, जो लाभकारी व सुखद परिस्थितियों में साकार होती हैं। पवित्र विचार संयम और आत्म-नियंत्रण की आदतों में ढल जाते हैं, जो शांति और सुख-चैन की परिस्थितियों में साकार होती हैं। साहस, आत्म-निर्भरता और सही निर्णय के विचार मर्दाना आदतों में ढल जाते हैं, जो सफलता, प्रचुरता और स्वतंत्रता की परिस्थितियों में साकार होती हैं। ऊर्जावान विचार स्वच्छता और मेहनत की आदतों में ढल जाते हैं, जो सुरुचिपूर्ण परिस्थितियों में साकार होती हैं। विनम्र और क्षमावान विचार विनम्रता की आदतों में ढल जाते हैं, जो संरक्षणात्मक परिस्थितियों में साकार होती हैं। प्रेमपूर्ण और निःस्वार्थ विचार दूसरों की ख़ातिर ख़ुद को भूलने की आदतों में ढल जाते हैं, जो अचूक, सच्ची और स्थायी समृद्धि की परिस्थितियों में साकार होती हैं।

चाहे विचार अच्छा हो या बुरा, अगर उसके प्रवाह में लगातार बहा जाए, तो चरित्र और परिस्थितियों में इसके परिणाम अवश्य उत्पन्न होंगे। ऐसा होना तय है; ऐसा न होना असंभव है। देखिए, इससे हम यह महत्वपूर्ण बात सीख सकते हैं कि कोई इंसान प्रत्यक्ष रूप से तो अपनी परिस्थितियों को नहीं चुन सकता, लेकिन वह अपने विचारों को चुनकर अप्रत्यक्ष रूप से अपनी परिस्थितियों को बेहतर बना सकता है। अगर आप अपनी परिस्थितियों को बेहतर बनाना चाहते हैं, तो आपको मालूम है कि उसके लिए आपको क्या करना होगा: आपको बेहतर विचारों को चुनना होगा। ख़ास तौर पर उस क्षेत्र में, जिस क्षेत्र में आप तेज़ तरक्की करना चाहते हैं। अगर आप दौलत के क्षेत्र में सबसे ज़्यादा तरक्की करना चाहते हैं, तो दौलत के बारे में सकारात्मक और अच्छे विचार सोचें। अगर आप स्वास्थ्य के क्षेत्र में सबसे ज़्यादा तरक्की करना चाहते हैं, तो स्वास्थ्य के बारे में सकारात्मक और अच्छे विचार सोचें। ध्यान रहे, आपको बाक़ी क्षेत्रों में भी सकारात्मक और अच्छे विचार ही सोचना है, लेकिन जिस क्षेत्र में आप सबसे ज़्यादा तरक्की करना चाहते हैं, उस क्षेत्र में आपको यह काम ज़्यादा शिद्दत से और ज़्यादा निरंतरता से करना चाहिए।

इंसान अपने अंदर के जिन विचारों को सबसे ज़्यादा शिद्दत से महसूस करता है और प्रोत्साहित करता है, प्रकृति उन्हें साकार करने में हर इंसान की मदद करती है। प्रकृति

उसके सामने ऐसे अवसर पेश करती है, जिससे उसके सबसे प्रबल विचार ऊपर सतह तक आ जाएँ, चाहे वे अच्छे हों या बुरे।

व्यक्ति अपने पापी विचार छोड़कर तो देखे! सारी दुनिया उसके प्रति नरम पड़ जाएगी और उसकी मदद करने के लिए तैयार होगी। वह अपने कमजोर और बीमार विचार दूर हटाकर तो देखे! उसके दृढ़ संकल्प की मदद करने के लिए हर तरफ अवसर ही अवसर प्रकट हो जाएँगे। वह अपने अच्छे विचारों को प्रोत्साहित करके तो देखे! कोई भी बदकिस्मती उसे दुख और शर्म के दलदल में नहीं फँसा पाएगी। दुनिया बहुरंगी है और यह हर पल आपके सामने रंगों का अलग-अलग मिश्रण पेश करती है और ये रंग हमेशा आपके चलायमान विचारों की तस्वीरों के तालमेल में होते हैं।

‘इंसान की इच्छाशक्ति, वह अदृश्य शक्ति

अमर आत्मा की संतान,

किसी भी लक्ष्य तक पहुँचने का रास्ता बना सकती है,

भले ही रास्ते में पत्थर की दीवारें खड़ी हों।’

‘विलंब होने पर अधीर न हों

बल्कि समझदारों की तरह इंतज़ार करें;

जब हौसला उठकर आदेश देता है

तो देवता भी कहना मानने के लिए तैयार होते हैं।’

जैसे विचार, वैसा स्वास्थ्य

शरीर दिमाग का सेवक है। यह दिमाग के आदेश मानता है, चाहे उन्हें सोच-विचारकर दिया जाए या फिर बिना सोचे-समझे स्वचालित ढंग से दिया जाए। गलत विचारों के आदेश पर शरीर तेजी से रोग और नाश की ओर बढ़ने लगता है। प्रसन्न और सुंदर विचारों के आदेश पर यह युवा और सुंदर हो जाता है।

परिस्थितियों की तरह ही रोग और सेहत की जड़ें भी विचार में ही होती हैं। बीमार विचार बीमारी के रूप में प्रकट हो जाते हैं। अगर आप किसी के प्रति दिल में दुर्भावना रख रहे हैं, तो हो सकता है कि यह हृदय रोग का कारण बन जाए। अगर आप क्रोध भरे विचार सोच रहे हैं, तो हो सकता है कि आपको ब्लड प्रेशर हो जाए। अगर आप चिंता कर रहे हैं, तो हो सकता है कि आपको कोई गंभीर रोग हो जाए। डर के विचार रिवॉल्वर की गोली की तरह इंसान की जान ले सकते हैं। ले क्या सकते हैं, ले रहे हैं। डर के विचार लगातार हजारों लोगों को मार रहे हैं, हालाँकि उनकी रफ्तार गोली जितनी तेज नहीं है। जो लोग रोग से डर-डरकर जीते हैं, उनके रोगी होने की आशंका बढ़ जाती है। चिंता पूरे शरीर के मनोबल को तेज़ी से कम कर देती है और इससे रोग को शरीर में दाख़िल होने का मौका मिल जाता है। अशुद्ध, ग़लत और बुरे विचारों को अगर लगातार सोचा जाए, तो भले ही उन पर शारीरिक तौर पर अमल न किया जाए, लेकिन इसके बावजूद वे जल्द ही इंसान के नर्वस सिस्टम को ध्वस्त कर देंगे।

शक्तिशाली, शुद्ध और प्रसन्नता भरे विचार शरीर में स्फूर्ति और आनंद भरते हैं। शरीर एक नाजुक और लचीला साधन है, जो विचारों की छोड़ी गई छाप पर फौरन प्रतिक्रिया करता है। विचार की आदतें, चाहे वे अच्छी हों या बुरी, इस पर अपना असर जरूर डालेंगी। देखिए, आपका मस्तिष्क डेढ़ किलो से कम का होता है, लेकिन यह पूरे शरीर की 20-25 प्रतिशत ऊर्जा का उपयोग करता है और मस्तिष्क अपनी ऊर्जा का ज़्यादातर उपयोग विद्युत संकेतों के आदान-प्रदान में करता है। यह हर पल आपके शरीर को संकेत भेज रहा है कि यह क्या करे। आपके हर अच्छे विचार पर यह किसी अच्छे हॉरमोन या रसायन को प्रवाहित करने का आदेश दे देता है और आपके हर बुरे विचार पर यह किसी बुरे हॉरमोन या रसायन को प्रवाहित करने का आदेश दे देता है। इसका मतलब यह है कि अच्छे विचार

सोचने से आपके शरीर में अच्छे रसायनों का प्रवाह ज़्यादा होता है, जिससे आपका स्वास्थ्य बेहतर होता है और आपको रोगों की आशंका कम रहती है।

मनुष्य जब तक अशुद्ध विचार रखेगा, तब तक उसका ख़ून अशुद्ध और जहरीला बना रहेगा। निर्मल दिल से ही निर्मल जीवन और निर्मल शरीर मिलता है। प्रदूषित मस्तिष्क का परिणाम है प्रदूषित जीवन और प्रदूषित शरीर। विचार ही कर्म, जीवन और परिस्थितियों का स्त्रोत है। अगर आप इस स्त्रोत को शुद्ध बना लेते हैं, तो बाक़ी सब कुछ अपने आप शुद्ध बन जाएगा।

आजकल देखने में आ रहा है कि इंसान बहुत सारे रोगों से परेशान है और अपने शरीर को फिट रखने के लिए बहुत सारे तरीक़े आज़मा रहा है। इंसान स्वस्थ बनने के लिए डाइटिंग कर रहा है, लेकिन यह ध्यान रखें कि जब तक वह अपने अंदर के ग़लत विचारों को नहीं बदलेगा, तब तक खान-पान बदलने या डाइटिंग करने से उसे कोई मदद नहीं मिलेगी। अगर डाइटिंग करनी ही है, तो नकारात्मक विचारों की डाइटिंग करें; फिर आपको भोजन के मामले में डाइटिंग करने की ज़रूरत ही नहीं पड़ेगी। देखिए, जिसके विचार शुद्ध हो जाते हैं, उसके मन में अशुद्ध या हानिकारक आहार खाने की इच्छा ही उत्पन्न नहीं होगी। इसलिए स्वास्थ्य के मामले में भी बाहर के बजाय अंदर काम करें।

स्वच्छ विचारों से स्वच्छ आदतें उत्पन्न होती हैं। जो तथाकथित संत अपना शरीर साफ नहीं करता है, वह दरअसल संत नहीं है। जिसने अपने विचारों को मजबूत बना लिया है और शुद्ध कर लिया है, उसे बुरे रोगाणुओं के बारे में चिंता करने की ज़रूरत ही नहीं है।

अगर आप अपने शरीर की रक्षा करना चाहते हैं, तो अपने दिमाग पर पहरा लगा दें। अगर आप अपने शरीर को सुंदर बनाना चाहते हैं, तो अपने दिमाग को सुंदर बना लें। द्वेष, ईर्ष्या, निराशा और हताशा के विचार शरीर की सेहत और लावण्य छीन लेते हैं। चेहरा संयोग या क़िस्मत से ख़राब नहीं होता है। यह तो विचारों के कारण ख़राब होता है। झुर्रियाँ सिर्फ उम्र की वजह से ही नहीं पड़तीं। वे मूर्खता, गलत आदतों और घमंड की वजह से भी पड़ती हैं।

मैं 96 साल की एक महिला को जानता हूँ, जिसके चेहरे पर किसी किशोरी जैसा तेज और मासूमियत है। मैं एक अधेड़ व्यक्ति को भी जानता हूँ, जिसके चेहरे पर झुर्रियों की गहरी लकीरें हैं। महिला का युवा चेहरा मधुर और आशावादी स्वभाव का परिणाम है, जबकि अधेड़ व्यक्ति की झुर्रियाँ असंतोष और वासनाओं का परिणाम हैं।

जिस तरह हवा और धूप अंदर आए बिना घर अच्छा और स्वास्थ्यवर्धक नहीं हो सकता, उसी तरह मजबूत शरीर और तेजस्वी, ख़ुश व शांत चेहरा तभी मिल सकता है, जब आप ख़ुशी, सद्इच्छा और शांति के विचारों को खुलकर अपने दिमाग में आने दें।

बूढ़े लोगों के चेहरे की झुर्रियाँ सहानुभूति से बनती हैं, बाक़ी दृढ़ और शुद्ध विचारों से बनती हैं, जबकि युवाओं के चेहरे पर हानिकारक वासनाओं की वजह से झुर्रियाँ बन जाती हैं। उनमें फर्क किसे नहीं दिखेगा? जो लोग जिंदगी भर सही रास्ते पर चले हैं, बुढ़ापे में भी उनका चेहरा ढलते सूरज की तरह शांत और परिपक्व होता है। मैंने कुछ समय पहले एक दार्शनिक को मृत्युशैया पर देखा। उनकी उम्र ज़्यादा थी, लेकिन वे बूढ़े नहीं दिख रहे थे। वे उतनी ही शांति से मरे, जितनी शांति से वे जिए थे।

शरीर की बीमारियों को दूर भगाने के लिए प्रसन्नता से भरे विचारों से बढ़िया कोई डॉक्टर नहीं है। दुख की छायाओं को तितर-बितर करने के लिए सद्इच्छा से ज़्यादा राहत देने वाला कुछ नहीं है। दुर्भावना, आलोचना, शंका और ईर्ष्या के विचारों में लगातार जीने का मतलब यह है कि आप ख़ुद ही कारागार बनाकर ख़ुद को क़ैद कर रहे हैं। लेकिन सबके बारे में अच्छा सोचना, सबसे ख़ुशनुमा व्यवहार करना और सभी चीजों में अच्छाई खोजना - इस तरह के निःस्वार्थ विचार स्वर्ग के द्वार हैं। और उत्साहवर्धक बात यह है कि जब किसी इंसान के मन में इस तरह के नेक विचार होते हैं, तो उसे यह संसार ही स्वर्ग जैसा लगने लगता है। हर दिन हर प्राणी के प्रति शांतिपूर्ण विचार रखने से ही मनुष्य को असीमित शांति मिलती है।

उद्देश्यपूर्ण विचार सफलता दिलाते हैं

जब तक कि विचार को उद्देश्य के साथ न जोड़ा जाए, तब तक कोई भी बुद्धिमत्तापूर्ण उपलब्धि हासिल नहीं हो सकती। ज़्यादातर लोग अपने विचार की कश्ती को जिंदगी के महासागर में निरुद्देश्य 'बहने' देते हैं। लक्ष्यहीनता दुर्गुण है; यह तबाह होने का अचूक उपाय है। निरुद्देश्य बहना उस व्यक्ति को पसंद नहीं होता, जो विनाश और तबाही से बचना चाहता है।JOIN TELEGRAM CHANNEL @EBOOKSIND

जिन लोगों के जीवन का कोई केंद्रीय उद्देश्य नहीं होता, वे छोटी-छोटी चिंताओं, डरों, कष्टों और दयनीय विचारों का आसानी से शिकार हो जाते हैं, जो सभी कमजोरी के सूचक हैं। जान-बूझकर किए गए पापों की तरह (हालाँकि अलग मार्ग से) ही ये भी निश्चित रूप से असफलता, दुख और नुकसान की ओर ले जाते हैं। इसका कारण यह है कि शक्तिशाली बह्मांड में कमजोरी कायम नहीं रह सकती। यह सरवाइवल ऑफ द फिटेस्ट का संसार है, इसलिए आपको शक्तिशाली बनना होगा और सही उद्देश्य का एक लाभ यह भी है कि यह आपको शक्तिशाली बना देता है।

इंसान को अपने दिल में सही उद्देश्य या लक्ष्य रखना चाहिए और उसे हासिल करने में जुट जाना चाहिए। उसे अपने लक्ष्य को अपने सभी विचारों का केंद्र बिंदु बना लेना चाहिए। यह लक्ष्य आध्यात्मिक भी हो सकता है और सांसारिक भी, जो उस वक़्त उसके स्वभाव या प्रकृति पर निर्भर करता है। लेकिन लक्ष्य चाहे जो हो, उसे अपने तय लक्ष्य पर अपनी समूची विचार शक्तियों को निरंतर केंद्रित करना चाहिए। उसे इस लक्ष्य को हासिल करने को अपना सर्वोच्च कर्तव्य मानना चाहिए। उसे इस लक्ष्य तक पहुँचने के प्रति पूरी तरह समर्पित होना चाहिए। उसे अपने विचारों को अल्पकालिक सनक, इच्छाओं और कल्पनाओं में भटकने की अनुमति नहीं देनी चाहिए। यह आत्म-नियंत्रण और सच्ची वैचारिक एकाग्रता का राजमार्ग है। भले ही वह अपने लक्ष्य तक पहुँचने में बार-बार नाकाम हो (जो तब तक होता रहेगा, जब तक कि वह अपनी कमजोरी पर विजय न पा ले), लेकिन इससे उसे जो चारित्रिक शक्ति हासिल होगी, वह उसकी सच्ची सफलता का पैमाना होगी। और यह भावी शक्ति और विजय का नया शुरुआती बिंदु बन जाएगी।

जो लोग यह महसूस करते हैं कि वे किसी महान लक्ष्य के लिए तैयार नहीं हैं, वे क्या करें? उन्हें अपने कर्तव्य के शत-प्रतिशत त्रुटिरहित पालन पर विचार केंद्रित करने चाहिए, चाहे वे काम कितने ही महत्वहीन दिख रहे हों। सिर्फ इसी तरह से विचार एकत्रित और केंद्रित किए जा सकते हैं। सिर्फ़ इसी तरह से संकल्प और ऊर्जा विकसित की जा सकती हैं। एक बार जब इसकी आदत पड़ जाती है, तो इसकी बदौलत आप संसार में सब कुछ हासिल कर सकते हैं। एकाग्रता से आप अपनी हर मनचाही चीज़ हासिल कर सकते हैं - एक समय में एक-एक करके।

कमजोर से कमजोर व्यक्ति भी अगर अपनी कमजोरी जानता है और इस सच्चाई पर यकीन करता है कि शक्ति सिर्फ कोशिश और अभ्यास से हासिल की जा सकती है - तो वह इस पर फौरन मेहनत करने लगता है। वह कोशिश के बाद कोशिश करता जाता है। उसकी कोशिशों की बदौलत उसका धैर्य और शक्ति धीरे-धीरे बढ़ती जाएगी। वह हर पल विकास करेगा और अंततः दैवी शक्ति हासिल कर लेगा।

जिस तरह शारीरिक दृष्टि से कमजोर व्यक्ति सही तरीके और धैर्य से व्यायाम करके ख़ुद को मजबूत बना सकता है, उसी तरह कमजोर विचारों वाला व्यक्ति भी सही विचारों का व्यायाम करके ख़ुद को मजबूत बना सकता है।

लक्ष्यहीनता और कमजोरी को दूर भगा दें। उद्देश्यपूर्ण ढंग से सोचना शुरू करें। इस तरह आप उन शक्तिशाली लोगों की जमात में पहुँच जाएँगे, जो असफलता को भी सफलता तक पहुँचने का एक मार्ग बना लेते हैं, जो हर तरह की परिस्थिति से लाभ उठाते हैं, जो दृढ़ता से सोचते हैं, निडरता से कोशिश करते हैं और महारथी की तरह सफलता हासिल करते हैं।

अपना उद्देश्य तय करने के बाद मनुष्य को अपने दिमाग में इसे हासिल करने का सीधा मार्ग तय कर लेना चाहिए। इसके बाद उसे दाएँ-बाएँ नहीं देखना चाहिए। अगर आप पूर्व दिशा में जा रहे हैं, तो आपको पश्चिम दिशा की तरफ़ नहीं देखना चाहिए; आपको अपने अतीत पर अफ़सोस नहीं करना चाहिए या उसकी सुनहरी यादों में नहीं खोना चाहिए। इसके अलावा आपको उत्तर दिशा में भी नहीं देखना चाहिए कि वहाँ क्या चल रहा है। आपको दक्षिण दिशा में भी नहीं देखना चाहिए कि उस तरफ़ की सड़क ज़्यादा अच्छी दिख रही है और आपकी चुनी हुई सड़क से ज़्यादा आसान दिख रही है। अगर आपने पूर्व दिशा में जाने का लक्ष्य बना लिया है, तो सिर्फ़ पूर्व दिशा में ही आगे तक देखें। इधर-उधर न देखें। घोड़े की आँखों पर अगल-बग़ल में पट्टी बाँध दी जाती है, ताकि वह इधर-उधर की चीज़ों को देखकर विचलित न हो, बल्कि अपने सामने की दिशा में चलने पर ध्यान केंद्रित करे। लक्ष्यकेंद्रित इंसान को भी अपने लक्ष्य की दिशा में प्रगति करते समय ऐसा ही करना चाहिए।

शंकाओं और डरों को दृढ़ता से दूर हटा दें। ये विघटनकारी तत्व हैं, जो कोशिश की सीधी लीक को छोड़ देते हैं और इसे टेढ़ी-मेढ़ी, अप्रभावी तथा बेकार बना देते हैं। शंका और डर के विचारों से कभी कोई चीज हासिल नहीं की गई है और कभी की भी नहीं जा सकती। ये हमेशा असफलता की ओर ले जाते हैं। शंका और डर रहने से उद्देश्य, ऊर्जा, काम करने की शक्ति और सभी शक्तिशाली विचार थम जाते हैं। देखिए, अगर आपके मन में शंका है, तो इसका मतलब है कि आपको ख़ुद पर या ईश्वर पर विश्वास नहीं है। आत्मविश्वास की इस कमी की वजह से आप ज़्यादातर समय दुविधा में रहेंगे और यही सोचते रहेंगे कि आप उस काम को कर पाएँगे या नहीं। अगर आप डर रहे हैं, तो इसका मतलब है कि आप उस काम को आधे-अधूरे दिल से करेंगे और आधी-अधूरी शक्ति से भी, क्योंकि आपको यह डर है कि कहीं आप ग़लत न हों। शंका और डर एकाग्रता के शत्रु हैं। वे आत्मविश्वास के शत्रु हैं। जब तक ये शत्रु आपके दिमाग़ में डेरा डाले रहेंगे, तब तक आप अपने लक्ष्य तक पहुँचने के लिए पूरी ताक़त और एकाग्रता से प्रयास नहीं कर पाएँगे। इसलिए इन्हें अपने दिमाग़ से बाहर निकाल दें और आत्मविश्वास को दिमाग़ में बैठा लें।

काम करने की इच्छाशक्ति इस ज्ञान से उत्पन्न होती है कि हम उसे कर सकते हैं। शंका और डर ज्ञान के महाशत्रु हैं। जो भी इन महाशत्रुओं को अपने दिमाग में जगह देता है और उन्हें ख़त्म नहीं करता है, वह अपनी राह में हर कदम पर ख़ुद अवरोध खड़े करता है।

जो शंका और डर को जीत लेता है, वह असफलता को भी जीत लेता है। उसका हर विचार शक्तिशाली हो जाता है। वह तमाम मुश्किलों का बहादुरी से मुकाबला करता है और उन्हें जीत लेता है। वह अपने उद्देश्यों के बीज सही समय पर बोता है और उनके फल असमय ही जमीन पर नहीं गिरते हैं।

उद्देश्य से जुड़े साहसिक विचार में सृजनात्मक शक्ति होती है। जो मनुष्य यह बात जान जाता है, वह भटकते विचारों और हिचकोले खाती अनुभूतियों से ज़्यादा ऊँचा और शक्तिशाली बनने के लिए तैयार होता है। जो यह कर लेता है, वह अपनी मानसिक शक्तियों का सचेतन और बुद्धिमत्तापूर्ण इस्तेमाल करता है और अपने चुने हुए क्षेत्र में सफलता हासिल करता है। इसलिए अगर आप अपने विचारों की शक्ति का पूरा लाभ लेना चाहते हों, तो इन्हें किसी लक्ष्य पर केंद्रित कर लें।

EBOOKSIND
JOIN CHANNELS
HTTPS://T.ME/EBOOKSIND
HTTPS://T.ME/BOOKS_KHAZANA
HTTPS://T.ME/GUJARATIBOOKZ
HTTPS://T.ME/MARATHIBOOKZ

विचार हर उपलब्धि की नींव हैं

इंसान कोई चीज हासिल करने में सफल होता है या असफल, यह उसके विचारों का सीधा परिणाम होता है। यह सृष्टि न्यायपूर्ण है। यहाँ असंतुलन पूर्ण विनाश की ओर ले जाता है। इसलिए सफलता या असफलता के लिए इंसान ही पूरी तरह जिम्मेदार होता है। इंसान की कमजोरी और शक्ति, उसकी शुद्धता और अशुद्धता उसकी ख़ुद की होती हैं, किसी दूसरे की नहीं होतीं। इनके लिए कोई दूसरा नहीं, बल्कि वह ख़ुद जिम्मेदार है। इसलिए इन्हें कोई दूसरा नहीं, बल्कि वह ख़ुद ही बदल सकता है। उसकी परिस्थिति भी किसी दूसरे की नहीं, बल्कि उसकी अपनी है। उसके कष्ट और सुख अंदर से आते हैं। जैसा वह सोचता है, वैसा ही वह होता है। जैसा वह सोचता रहता है, वैसा ही वह बना रहता है। जैसे विचार होंगे, वैसा ही जीवन होगा। अगर विचार उत्तम हैं, तो जीवन भी उत्तम होगा। अगर विचार निकृष्ट हैं, तो जीवन भी निकृष्ट होगा।

शक्तिशाली व्यक्ति किसी कमजोर व्यक्ति की तब तक मदद नहीं कर सकता, जब तक कि कमजोर व्यक्ति अपनी मदद कराना न चाहे। और तब भी कमजोर व्यक्ति को ख़ुद शक्तिशाली बनना होता है। उसे अपनी ख़ुद की कोशिशों से वह शक्ति विकसित करनी होती है, जिसे वह दूसरों में हसरत से देखता है। उसकी परिस्थिति कोई दूसरा नहीं, बल्कि वह ख़ुद ही बदल सकता है।

लोग आम तौर पर यह सोचते और कहते हैं, ‘कई लोग गुलाम हैं, क्योंकि एक व्यक्ति दमनकारी है; इसलिए आइए हम दमनकारी व्यक्ति से नफरत करते हैं!’ लेकिन इस मूल्यांकन की एक विपरीत प्रतिक्रिया भी होती है, जो अब बढ़ती जा रही है। यह प्रतिक्रिया कहती है, ‘एक व्यक्ति दमनकारी इसलिए है, क्योंकि कई लोग गुलाम हैं; इसलिए आइए हम गुलामों से नफरत करते हैं।’

सच्चाई तो यह है कि दमनकारी व्यक्ति और गुलाम अज्ञान में सहयोगी हैं। हालाँकि वे एक दूसरे को कष्ट पहुँचाते नजर आते हैं, लेकिन दरअसल वे ख़ुद को ही कष्ट पहुँचा रहे हैं। पूर्ण ज्ञान होने पर दमितों की कमजोरी और दमनकारी के शक्ति के दुरुपयोग में सक्रिय नियम को देखा जा सकता है। पूर्ण प्रेम दोनों अवस्थाओं के कष्ट को देख सकता है, इसलिए यह

किसी की भी निंदा नहीं करता। पूर्ण करुणा दमनकारी और दमितों दोनों को गले लगाती है।

जिसने कमजोरी पर विजय पा ली हो और सभी स्वार्थपूर्ण विचारों को दूर धकेल दिया हो, वह न तो दमनकारी होता है, न ही दमित। वह पूरी तरह स्वतंत्र होता है।

मनुष्य अपने विचारों को ऊपर उठाकर ही ऊपर उठ सकता है, जीत सकता है और उपलब्धि हासिल कर सकता है। वह अपने विचारों को ऊपर उठाने से इंकार करके कमजोर, दीन और दुखी बना रह सकता है। आप क्या करना चाहते हैं, यह पूरी तरह से आप पर और आपके चुनाव पर निर्भर करता है।

कोई भी चीज हासिल करने से पहले, यहाँ तक कि सांसारिक चीज़ों के मामले में भी, इंसान को अपने विचार पाशविक भोग से ऊपर उठाने होंगे। हो सकता है कि सफल होने के लिए सारी पाशविकता और स्वार्थ छोड़ने की ज़रूरत न हो, लेकिन इसके कम से कम एक हिस्से का त्याग करना जरूरी होता है। जिस व्यक्ति का पहला विचार पशुओं की तरह भोगवादी होता है, वह न तो स्पष्टता से सोच सकता है, न ही अच्छी योजना बना सकता है। वह अपने भीतर निहित संसाधन नहीं खोज सकता, उन्हें विकसित नहीं कर सकता और इसका नतीजा यह होता है कि वह हर काम में असफल होता है। उसने उत्तम मनुष्य की तरह अपने विचारों पर काबू नहीं किया है, इसलिए वह मामलों को नियंत्रित करने और गंभीर जिम्मेदारियाँ लेने की स्थिति में नहीं होता है। वह आत्मनिर्भरता से काम करने और अकेले खड़े रहने के लिए उपयुक्त नहीं होता है। लेकिन ध्यान रहे, उसकी सीमा उसके ही विचारों ने तय की है, जिनका उसने ख़ुद चुनाव किया है। और जिस चीज़ को उसने ख़ुद चुना है, उसे वह कभी भी छोड़ सकता है। आप किसी भी पल अपने विचारों को बदल सकते हैं और जिस पल आप अपने विचारों को बदल लेते हैं, उसी पल आप अपने जीवन को भी बदल लेते हैं।

त्याग के बिना कोई प्रगति या उपलब्धि संभव ही नहीं है। इंसान की सांसारिक सफलता इसी पैमाने पर नापी जाती है कि वह अपने दुविधापूर्ण पाशविक विचारों का कितना त्याग करता है, वह अपनी योजनाओं के विकास पर अपने दिमाग को कितना केंद्रित करता है और वह अपने संकल्प तथा आत्मनिर्भरता को कितना मजबूत बनाता है। वह अपने विचारों को जितना ज़्यादा ऊपर उठाएगा, उतना ही ज़्यादा सफल व सदाचारी होगा, उसे उतनी ही बड़ी सफलता मिलेगी और उसकी उपलब्धियाँ उतनी ही ज़्यादा स्थायी होंगी।

सृष्टि लोभी, बेईमान और पापी लोगों का साथ नहीं देती है ... हालाँकि कई बार ऊपर से सतही तौर पर ऐसा नजर आ सकता है। यह ईमानदार, निःस्वार्थ और भले लोगों की मदद

करती है। हर युग के महान उपदेशकों ने यह बात अलग-अलग तरीके से कही है। अगर आप इसे साबित करना चाहते हैं और इसकी पुष्टि करना चाहते हैं, तो और कुछ न करें। बस अपने विचारों को ऊपर उठाने और ख़ुद को ज़्यादा सद्गुणी बनाने का काम निरंतर करते चले जाएँ।

बौद्धिक उपलब्धियाँ ऐसे विचारों का परिणाम हैं, जो ज्ञान की खोज या जीवन व प्रकृति में सौंदर्य और सत्य की खोज के प्रति समर्पित हैं। इस तरह की उपलब्धियाँ कई बार दंभ और महत्वाकांक्षा से जुड़ी हो सकती हैं, लेकिन ध्यान रहे, वे इन गुणों का परिणाम नहीं हैं। वे तो दीर्घकालीन और कष्टकारी कोशिशों का स्वाभाविक परिणाम हैं ... और शुद्ध तथा निःस्वार्थ विचारों का।

आध्यात्मिक उपलब्धियाँ पवित्र आकांक्षाओं का उत्कर्ष हैं। जो इंसान लगातार महान और उच्च विचार सोचता है, जो शुद्ध और निःस्वार्थ विचारों को अपने दिमाग में कायम रखता है, वह उसी तरह समझदार, चरित्रवान बनता है तथा प्रभाव व सौभाग्य के पद तक ऊपर उठता है, जिस तरह सूर्य आसमान में ऊपर उठता है या चंद्रमा पूर्ण बनता है।

किसी भी तरह की सफलता प्रयास का मुकुट और विचार का ताज है। आत्म-नियंत्रण, संकल्प, पवित्रता, सत्य और अच्छे विचारों की मदद से इंसान ऊपर उठता है। पाशविकता, आलस, अशुद्धता, भ्रष्टाचार और दुविधापूर्ण विचारों की वजह से इंसान नीचे गिरता है।

यह संभव है कि कोई व्यक्ति दुनिया में भारी सफलता हासिल कर ले या आध्यात्मिक क्षेत्र में बहुत ऊँचे स्थान पर पहुँच जाए, लेकिन अपने दिमाग में घमंडी, स्वार्थपूर्ण और भ्रष्ट विचारों को आने की अनुमति देकर दोबारा पतित होकर कमजोरी और दुख के स्तर तक नीचे आ जाए।

इसलिए इस बारे में सावधान रहें। अगर आप सही विचार रखकर सफल हो जाते हैं, तो आपका काम पूरा नहीं हुआ है। आपको पूरी तरह सतर्क रहना होगा कि कहीं ग़लत विचार आपके दिमाग़ में घुसकर डेरा न डाल दें। इसलिए समय-समय पर अपने दिमाग़ की तलाशी लेते रहें और उस पर एक बोर्ड लगा दें, 'नकारात्मक विचारों का प्रवेश निषिद्ध है।' सही विचारों की बदौलत हासिल जीत को क़ायम रखने के लिए लगातार अपने मस्तिष्क को सही विचारों से भरा रखें। नकारात्मक या बुरे विचारों के लिए जगह ही न छोड़ें। सफल होने के बाद कई लोग इस बात का ध्यान नहीं रखते हैं, जिसका नतीजा यह होता है कि वे तेजी से फिसल जाते हैं और दोबारा असफलता की घाटी में गिर जाते हैं।

सभी सफलताएँ, चाहे वे व्यावसायिक जगत में हों, बौद्धिक संसार में हों या आध्यात्मिक क्षेत्र में, सही दिशा में सही विचारों का परिणाम हैं। ये उसी नियम और उसी तरीक़े का

परिणाम हैं। फ़र्क़ सिर्फ़ हासिल होने वाली वस्तु का होता है।

जो कम हासिल करना चाहता है, उसे कम त्याग करने की जरूरत है। जो ज़्यादा हासिल करना चाहता है, उसे ज़्यादा त्याग करने की जरूरत है। जो बहुत ज़्यादा हासिल करना चाहता है, उसे बहुत ज़्यादा त्याग करने की जरूरत है। इसे इस तरह से समझें। अगर आप अपने मोहल्ले में दौड़ में जीतना चाहते हैं, तो आपको कम अभ्यास करने की ज़रूरत होगी। अगर आप अपने शहर में दौड़ में जीतना चाहते हैं, तो आपको काफ़ी अभ्यास करने की ज़रूरत होगी। और अगर आप ऑलंपिक की दौड़ में जीतना चाहते हों, तो आपको हर समय अभ्यास करने की ज़रूरत होगी और बाक़ी हर चीज़ का त्याग करने की ज़रूरत होगी। आपके लक्ष्य से यह तय होता है कि आपको कितना त्याग करना चाहिए। लेकिन आसान जीवन के प्रलोभन में न आएँ। बड़ा लक्ष्य रखें। यह न भूलें कि आप ईश्वर की संतान हैं और ईश्वर ने आपको इस संसार में छोटे काम करने के लिए नहीं भेजा था।

हर सपना सुखद भविष्य का विचार है

स्वप्नदर्शी संसार के तारणहार हैं। जिस तरह दृश्य जगत अदृश्य जगत से पोषण पाता है, उसी तरह मानवता भी अपने सारे कष्टों, पापों और बुरे कामों के बावजूद स्वप्नदर्शियों के सुंदर सपनों से पोषण पाती है। मानव जाति स्वप्नदर्शियों को नहीं भूल सकती। यह उनके स्वप्नों को धूमिल होने या मरने नहीं दे सकती। यह उनकी बदौलत जीती है। यह जानती है कि वे सपने एक न एक दिन सच होंगे।

संगीतकार, मूर्तिकार, चित्रकार, कवि, दार्शनिक, संत - ये सभी पारलौकिक सर्जक हैं, स्वर्ग के शिल्पकार हैं। उनके रहने से ही संसार सुंदर बनता है। उनके बिना मेहनतकश मानवता नष्ट हो जाएगी।

जो व्यक्ति अपने दिल में बड़ा सपना रखता है, वह एक न एक दिन उसे हासिल कर लेगा। कोलंबस ने दूसरी दुनिया खोजने का सपना सँजोया था और उसने अंततः इसे खोज ही लिया। कोपरनिकस ने ज़्यादा बड़े ब्रह्मांड का स्वप्न सँजोया था और आख़िरकार उन्होंने उसे खोज लिया। गौतम बुद्ध ने बेदाग सौंदर्य और पूर्ण शांति के आध्यात्मिक जगत का स्वप्न देखा था और वे इसमें दाख़िल हो गए।

अपने सपने सँजोएँ; अपने आदर्श सहेजें। उस संगीत को सराहें, जो आपके दिल के तार झनझनाता है। उस सुंदरता को सराहें, जो आपके दिमाग में आकार लेती है। और उस सौंदर्य को भी सराहें, जिसमें आपके सबसे शुद्ध विचार लिपटे हुए हैं। क्योंकि उन्हीं से सभी तरह की सुखद स्थितियाँ पैदा होंगी, उन्हीं से स्वर्ग जैसा संसार बनेगा। उनके प्रति सच्चे बने रहें, क्योंकि उन्हीं की बदौलत आपका मनचाहा संसार आख़िरकार साकार होगा।

इच्छा करने का मतलब है हासिल करना; आकांक्षा करने का मतलब है पाना। क्या मनुष्य की सबसे क्षुद्र इच्छाएँ पूरी तरह संतुष्ट होंगी और उसकी सबसे पवित्र आकांक्षाएँ पोषण की कमी के चलते भूखी रहेंगी? नियम इस तरह काम नहीं करता है। ऐसी स्थिति कभी नहीं हो सकती। बाइबल का नियम याद रखें: ‘माँगें और पाएँ।’ सपना देखने का मतलब है कि

आप माँग रहे हैं। बार-बार सपना देखने का मतलब है कि आप शिद्दत से माँग रहे हैं। लगातार सपना देखने का मतलब है कि आप उस चीज़ को शत-प्रतिशत शिद्दत से माँग रहे हैं और आप ख़ुद को उस पर केंद्रित कर चुके हैं।

ऊँचे सपने देखें, क्योंकि आप जैसे सपने देखते हैं, वैसे ही बनेंगे। आपका सपना इस बात का वादा है कि आप एक न एक दिन वैसे ही बनेंगे। आपके मन में सँजोया गया सपना एक भविष्यवाणी है, जिसे आप एक दिन पूरी करेंगे।

हर महान उपलब्धि पहलेपहल एक सपना होती है। वृक्ष बीज में सोया रहता है। पक्षी अंडे में इंतजार करता है। और आत्मा के सर्वोच्च स्वप्न में एक जागता हुआ देवदूत रहता है। सपने वास्तविकताओं के बीज हैं, क्योंकि सपने भविष्य के वे विचार हैं, जो सही समय आने पर ख़ुद को प्रकट कर देते हैं और मूर्त रूप में साकार हो जाते हैं।

हो सकता है कि आपके हालात अच्छे न हों। मगर वे बदल जाएँगे, बशर्ते आप सिर्फ एक लक्ष्य बना लें और उस तक पहुँचने की कोशिश करें। ऐसा हो ही नहीं सकता कि आप अंदर के संसार में तो यात्रा करें, लेकिन बाहर के संसार में स्थिर खड़े रहें। एक किशोर गरीबी और मजदूरी के जाल में फँसा हुआ था। वह दिन-रात एक घटिया वर्कशॉप में काम करता था। उसे स्कूली शिक्षा नसीब नहीं हुई थी और वह सुसंस्कृत भी नहीं था। लेकिन उसने बेहतर चीजों के सपने देखे। उसने बुद्धि, परिष्कार, सौंदर्य और वरदानों के बारे में सोचा। उसने जीवन के आदर्श स्वप्न की कल्पना की और इसकी मानसिक तस्वीर बनाई। ज़्यादा व्यापक मानसिक स्वतंत्रता और ज़्यादा वृहद वैचारिक दायरा उस पर हावी हो गया। बेचैनी और असंतुष्टि ने उसे काम करने के लिए प्रेरित किया। नतीजा यह हुआ कि उसने अपना सारा ख़ाली समय अपनी निहित शक्तियों और संसाधनों को बढ़ाने में लगा दिया। जल्द ही उसने अपनी मानसिकता को इतना बदल लिया कि वर्कशॉप का दायरा उसके लिए छोटा पड़ने लगा। यह उसकी मानसिकता के तालमेल में नहीं रहा।

विचारों के अनुरूप न होने पर बाहरी परिस्थितियाँ जिंदगी से उसी तरह चली जाती हैं, जिस तरह किसी कपड़े को उतार दिया जाता है। तब बड़े अवसर मिलते हैं, जो उसकी बढ़ती शक्तियों के दायरे के अनुरूप होते हैं। बरसों बाद यह किशोर वयस्क बन गया। हम पाते हैं कि वह दिमाग की कुछ निश्चित शक्तियों का स्वामी बन चुका है, जिनके इस्तेमाल से वह पूरी दुनिया पर असर डालता है और अपने क्षेत्र में बेमिसाल बन चुका है। उसके कंधों पर बहुत बड़ी ज़िम्मेदारी है। उसके शब्दों से लोगों की ज़िंदगी बदल जाती है। लोग उसकी कही बातों पर अमल करते हैं और अपने चरित्र को नए साँचे में ढालते हैं। सूरज की तरह वह अटल केंद्र बन चुका है, जिसके चारों ओर असंख्य तकदीरें घूमती हैं। वह अपनी किशोरावस्था के सपने को साकार कर चुका है।

इसी तरह आप भी अपने दिल के सपने को (आलसी इच्छा नहीं) साकार कर सकते हैं, चाहे यह क्षुद्र हो या सुंदर या दोनों का मिश्रण हो। आप हमेशा उसकी ओर झुकेंगे, जिससे आप मन ही मन सबसे ज़्यादा प्रेम करते हैं। आप ही के विचारों के सटीक परिणाम आपके हाथों में रख दिए जाएँगे। आपको वही मिलेगा, जिसके आप लायक होंगे; न उससे कम, न उससे ज्यादा। आपका वर्तमान माहौल चाहे जैसा हो, आप अपने विचारों - अपने सपनों - के अनुसार नीचे गिरेंगे, वहीं रहेंगे या ऊपर उठेंगे। आप अपनी नियंत्रणकारी इच्छा जितने छोटे बनेंगे या अपनी प्रबल आकांक्षा जितने महान बनेंगे।

स्टैंटन कर्कहैम डेविस ने सुंदरता से लिखा है, 'हो सकता है कि आप लेखा मिला रहे हों और फिर आप उस दरवाज़े से निकलकर बाहर जाएँगे, जो हमेशा से आपको अपने सपनों का अवरोध लगा था और ख़ुद को श्रोतासमूह के सामने पाएँगे - पेन अब भी आपके कान में लगा हुआ है, स्याही के धब्बे आपकी अँगुलियों पर हैं और तुरंत ही आप अपनी प्रेरणा को धाराप्रवाह बोलने लगेंगे। हो सकता है कि आप भेड़ चरा रहे हों और आप देहात से शहर की ओर चले जाते हैं, लेकिन आप महारथी के स्टूडियो में आत्मा के साहसिक मार्गदर्शन में चलेंगे और एक समय आएगा, जब वह कहेगा, 'अब मुझे तुम्हें सिखाने को कुछ बाक़ी नहीं रहा।' तब आप भी महारथी बन जाएँगे, जिसने कुछ समय पहले ही भेड़ चराते समय महान चीज़ों के सपने देखे थे। आप कुल्हाड़ी को नीचे रख देंगे और संसार के उत्थान की ज़िम्मेदारी उठा लेंगे।'

अविचारी, अज्ञानी और आलसी लोग सिर्फ चीजों के मूर्त परिणाम को देखते हैं। वे अमूर्त कारणों पर गौर ही नहीं करते हैं, क्योंकि वे दिखाई नहीं देते हैं। इसी वजह से वे हमेशा तकदीर, किस्मत और संयोग का जिक्र करते रहते हैं। किसी आदमी को अमीर बनते देखकर वे कहते हैं, 'उसकी किस्मत कितनी अच्छी है!' किसी को बौद्धिक योग्यता हासिल करते देखकर वे कहते हैं, 'उसे जन्मजात प्रतिभा मिली है!' और किसी के संत जैसे चरित्र और दूसरों पर उसके प्रभाव को देखकर वे कहते हैं, 'संयोग ने हर मोड़ पर उसकी मदद की है!' वे उन कष्टों, असफलताओं और संघर्षों को नहीं देख पाते हैं, जिनके बाद ही इन लोगों को ये परिणाम मिले। उन्हें इस बात का जरा भी अंदाजा नहीं होता कि सामने वाले ने कितने त्याग किए, कितनी निरंतर कोशिश की, कितनी आस्था रखी, जिसकी बदौलत उन्होंने अजेय दिखने वाली मुश्किलों को पार करके अपने दिल के सपने को साकार किया। लेकिन सामान्य लोग सफलता के पीछे के कष्टों और दुखों को नहीं देख पाते। उन्हें तो सिर्फ रोशनी और ख़ुशी ही नजर आती है और वे इसे 'किस्मत' का नाम दे देते हैं। वे लंबी और कष्टकारी यात्रा को नहीं देखते हैं, सिर्फ़ सुखद लक्ष्य तक पहुँचने की विजयगाथा को देखते हैं, इसलिए वे इसे आसानी से 'ख़ुशकिस्मती' कह देते हैं। ऐसे लोग प्रक्रिया को नहीं

समझते हैं, बल्कि सिर्फ परिणाम को ही देखते हैं, इसलिए वे इसे 'संयोग' का नाम दे देते हैं।

सभी इंसानी मामलों में प्रयास होते हैं और उनके परिणाम होते हैं। प्रयास की शक्ति ही परिणाम का पैमाना है। संयोग पैमाना नहीं है। प्रतिभा और शक्तियाँ प्रयास के फल हैं। सभी भौतिक, बौद्धिक या आत्मिक उपलब्धियाँ प्रयास के फल हैं। उपलब्धि का मतलब है वह विचार जो पूर्णता तक पहुँचा, वह लक्ष्य जो हासिल हुआ और वह सपना जो साकार हुआ।

जिस सपने को आप अपने दिमाग में महिमामंडित करते हैं, जिस विचार को आप अपने दिल के सिंहासन पर बिठाते हैं, आप अपने जीवन को उसी के अनुरूप बनाते हैं। इसीलिए अगर आप इस संसार में सफल होना चाहते हैं, तो अपने विचारों पर सबसे पहले और सबसे बढ़कर ध्यान दें, क्योंकि जैसे आपके विचार होंगे, वैसा ही आपका जीवन होगा। सफलता के विचार सोचेंगे, तो सफल होंगे। असफलता के विचार सोचेंगे, तो असफल होंगे। मुद्दे की बात यह है कि अगर सोचने का विकल्प चुनना हमारे हाथ में है, तो फिर सफलता के विचार क्यों न सोचें? इसी में समझदारी है, इसी में फ़ायदा है!

शांत विचार, शांत जीवन

मानसिक शांति बुद्धिमत्ता का सुंदर रत्न है। जिस तरह मोती की खोज में गोताखोर को गहरे पानी में जाना होता है, उसी तरह मानसिक शांति का यह रत्न भी आसानी से नहीं मिलता है। यह आत्म-नियंत्रण के लंबे और धैर्यवान प्रयासों का परिणाम होती है। मानसिक शांति परिपक्व अनुभव की निशानी है। इससे पता चलता है कि वह व्यक्ति नियमों और विचार प्रक्रियाओं को सामान्य से ज़्यादा अच्छी तरह समझता है।

इंसान उसी हद तक शांत रहता है, जिस हद तक वह यह मानता है कि उसका जीवन उसके विचारों का परिणाम है। इस ज्ञान के लिए यह समझना भी जरूरी है कि दूसरों की परिस्थितियाँ और व्यक्तित्व भी उनके विचारों के परिणाम हैं। जब उसमें सही समझ आ जाती है और कारण तथा परिणाम के नियम की मदद से वह चीजों के आंतरिक संबंधों को ज़्यादा स्पष्टता से देख लेता है, तो वह बात का बतंगड़ नहीं बनाता, विचलित नहीं होता, चिंता नहीं करता और दुखी नहीं होता। वह हर स्थिति में संतुलित और शांत बना रहता है।

शांत व्यक्ति ख़ुद पर शासन करना सीख लेता है, इसलिए वह दूसरों के अनुरूप ढलने का तरीका जानता है। और दूसरे लोग उसकी आत्मिक शक्ति के कायल होते हैं। वे महसूस करते हैं कि वे उससे सीख सकते हैं और उस पर भरोसा कर सकते हैं। इंसान जितना ज़्यादा शांत होता है, उसकी सफलता, प्रभाव और नेकी करने की शक्ति उतनी ही ज़्यादा बढ़ती है। सामान्य व्यापारी भी अगर ज़्यादा आत्म-नियंत्रण और शांति विकसित कर ले, तो उसकी व्यापारिक समृद्धि बढ़ जाएगी, क्योंकि लोग हमेशा शांत व्यक्ति के आस-पास रहना चाहते हैं।

शांत व्यक्ति से सभी प्रेम करते हैं। उसका हमेशा सम्मान किया जाता है। वह तपती धूप में छायादार पेड़ जैसा होता है। वह तूफान में सहारा देने वाली चट्टान जैसा होता है। शांत हृदय व्यक्ति से कौन प्रेम नहीं करता? संतुलित जीवन से कौन प्रेम नहीं करता? इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि बारिश है या धूप। इससे भी फर्क नहीं पड़ता कि ऐसे लोगों के जीवन में कैसे परिवर्तन या परिस्थितियाँ आती हैं। हालात चाहे जैसे हों, वे हमेशा शांत रहते हैं। चारित्रिक संतुलन, जिसे हम शांति कहते हैं, सुसंस्कृत व्यक्ति का आख़िरी सबक है। यह जीवन का

फूल और आत्मा का फल है। यह बुद्धिमानी जितना मूल्यवान है - सोने से ज़्यादा वांछनीय है। शांत जीवन की तुलना में सिर्फ समृद्धि की इच्छा कितनी महत्वहीन लगती है! ऐसे व्यक्ति का जीवन सत्य के महासागर की गहराइयों की शाश्वत शांति में रहता है, जिस तक तूफान पहुँच ही नहीं सकते!

हम कितने सारे लोगों को जानते हैं, जो अपने गुस्सैल स्वभाव से उनकी जिंदगी का स्वाद किरकिरा कर देते हैं, हर सुंदर और अच्छी चीज को बर्बाद कर देते हैं, अपने चारित्रिक संतुलन को तबाह कर देते हैं और ख़ामख़्वाह लोगों से दुश्मनी मोल ले लेते हैं! आत्म-नियंत्रण न होने की वजह से ज़्यादातर लोग अपनी जिंदगी बर्बाद कर लेते हैं और अपनी ख़ुशी को मिटा देते हैं। हम जिंदगी में बहुत कम लोगों से मिलते हैं, जो अच्छी तरह संतुलित होते हैं, जिनमें वह उत्कृष्ट शांति होती है, जो पूर्ण चरित्र की पहचान है।

हाँ, मानवता अनियंत्रित भावावेश के साथ आगे कूदती है, अनियंत्रित दुख के थपेड़े खाती है और चिंता व शंका द्वारा ध्वस्त हो जाती है। सिर्फ समझदार मनुष्य ही, सिर्फ नियंत्रित और शुद्ध विचारों वाला मनुष्य ही आत्मा के तूफानों और आँधियों से अपने आदेश का पालन करवा सकता है।

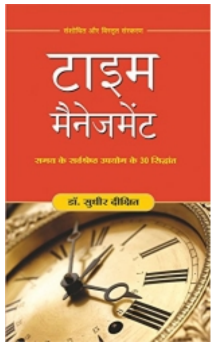
तूफान में थपेड़े खाते लोगों, आप चाहे जहाँ हों, आपकी परिस्थितियाँ चाहे जैसी हों, यह बात अच्छी तरह जान लें: जिंदगी के महासागर में सुख के टापू मुस्कुरा रहे हैं और आपके आदर्श स्वप्न का सुखद किनारा आपके पहुँचने की राह देख रहा है। विचारों के स्टियरिंग पर मजबूती से हाथ रखें। आदेश देने वाला स्वामी आपकी आत्मा के केंद्र में है। वह सिर्फ सोया हुआ है, उसे जगा लें। आत्म-नियंत्रण ही शक्ति है। सही विचार ही स्वामी बनने का उपाय है। शांति ही शक्ति है। अपने हृदय से कहें, 'शांत हो जाओ।' अपने मस्तिष्क से कहें, 'अच्छे विचार सोचो, सही विचार सोचो, सकारात्मक विचार सोचो, नेकी के विचार सोचो।' इंसान को हमेशा वैसे ही विचारों को अपने मस्तिष्क में जगह देनी चाहिए, जिन्हें वह साकार करना चाहता हो। अगर आप अपने जीवन को सुखद बनाना चाहते हैं, तो सुखद विचार सोचें। अगर आप अपने जीवन को समृद्ध बनाना चाहते हैं, तो समृद्धि के विचार सोचें। अगर आप अपने जीवन को स्वस्थ बनाना चाहते हैं, तो स्वास्थ्य के विचार सोचें। और जब आप ऐसा करेंगे, तो आपको परिणाम मिलेंगे, क्योंकि जैसे आपके विचार होंगे, वैसा ही आपका जीवन होगा।

लेखक के बारे में

जेम्स एलन सन् 1864 में इंग्लैंड के लीसेस्टर में पैदा हुए थे। बदकिस्मती से लेखक के रूप में उनका कैरियर काफ़ी छोटा रहा और सिर्फ नौ साल तक लिखने के बाद 1912 में उनकी मृत्यु हो गई। पहली पुस्तक फ्रॉम पॉवर्टी टु पॉवर पूरी करने के बाद वे इल्फ्राकूम्ब में रहने लगे, जहाँ उन्होंने अपना अमर ग्रंथ एज अ मैन थिंकेथ लिखा, जो उनकी सबसे मशहूर और यादगार पुस्तक है। 1902 में प्रकाशित इस पुस्तक को प्रेरक और सेल्फ-हेल्प साहित्य की जननी माना जाता है। दिलचस्प बात यह है कि जेम्स एलन इसे प्रकाशित नहीं कराना चाहते थे। हमें जेम्स एलन की पत्नी लिली का शुक्रगुजार होना चाहिए, जिन्होंने अपने पति को यह पुस्तक छपवाने के लिए राजी कर लिया।

Other Hindi Kindle Books by Dr. Sudhir Dixit

टाइम मैनेजमेंट (Revised and Expanded edition) (Hindi) Kindle Edition



हम सबके पास एक दिन में 24 घंटे होते हैं। न किसी के पास इससे कम होते हैं, न ज़्यादा। इन 24 घंटों का हम जैसा उपयोग करते हैं, उसी से हमारी सफलता का स्तर होता है। डा. सुधीर दीक्षित की इस पुस्तक में समय का सर्वश्रेष्ठ उपयोग करने के 30 अचूक सिद्धांत बताए गए हैं। इस पुस्तक में दिए गए सिद्धांतों पर अमल करें और शिखर पर पहुँचें।

Safalta ka Achook Formula (Hindi Edition) Kindle Edition

मेरा बेटा अपना करियर शुरू करने की कगार पर है। एक दिन जब मैं उसे जीवन में सफल होने के फॉर्मूले बता रहा था, तो मैंने उसे दर्जनों बातें गिना दीं। इस पर वह बोला, 'आपके बताए सभी फॉर्मूले अच्छे हैं। दिक्कत यह है कि ये बहुत सारे हैं और इन्हें याद रखना संभव नहीं है। आप तो मुझे सफलता का बस एक फॉर्मूला बता दो, जो अचूक हो। एक ऐसा फॉर्मूला, जो हमेशा याद रहे, जिस पर कोई भी अमल कर सके और जिसके सफल होने की गारंटी हो।'
नतीजा है यह फॉर्मूला! यह फॉर्मूला चैंपियन बनने का वह फॉर्मूला है, जिसका इस्तेमाल करके ही इंसान सफलता के शिखर पर पहुँचता है। चाहे बिल गेट्स हों या वॉरेन बफेट या स्टेफनी मेयर या जे.के. रोलिंग, वे सभी इसी फॉर्मूले पर चलकर अपने क्षेत्र में चैंपियन बने हैं। यह फॉर्मूला आपको किसी भी क्षेत्र में चैंपियन बना सकता है... इस फॉर्मूले पर चलकर आप अच्छा स्वास्थ्य हासिल कर सकते हैं, अपनी आर्थिक स्थिति को बेहतर बना सकते हैं, अपनी बिक्री बढ़ा सकते हैं, अपने करियर में तरक्की कर सकते हैं, अपने प्रेमसंबंध में

सफल हो सकते हैं, अपने वैवाहिक संबंध को ज़्यादा सुखद बना सकते हैं यानी कुल मिलाकर आप किसी भी क्षेत्र में सफलता हासिल कर सकते हैं। यह तरक्की की वह चाबी या मास्टर की है, जिससे किसी भी क्षेत्र में सफलता का ताला खुल जाएगा।

Safalta Shabdon Ka Khel Hai (Hindi Edition) Kindle Edition

चाहे आप शिक्षक हों या सेल्समैन, मैनेजर हों या माता-पिता, संवाद कौशल में माहिर होना आवश्यक ही नहीं, अनिवार्य है, क्योंकि भाषा ही हमें एक दूसरे से जोडती या दूर करती है। संवाद कला में माहिर बनने के लिए आपको भाषा संबंधी 9 बुनियादी सिद्धांतों को जानने, संवाद प्रक्रिया के 6 पायदानों को समझने और संवाद कौशल के 8 सूत्रों पर अमल करने की जरूरत है। यह पुस्तक आपको बताएगी कि आप दूसरों की बातें सुनकर उनका सही अर्थ कैसे समझें। यह पुस्तक आपको बताएगी कि आप अपनी बात कैसे कहें, ताकि लोग उनका सही अर्थ समझ जाएँ। यह पुस्तक आपको शब्दों का विशेषज्ञ बनाए न बनाए, उनका कुशल खिलाडी जरूर बना देगी।

A Message to Garcia (Hindi Edition) Kindle Edition

यह पुस्तक प्रख्यात लेखक अल्बर्ट हबर्ड के अमर लेख 'अ मैसेज टु गार्शिया' का हिंदी अनुवाद है। यह पुस्तक आज से 120 साल पहले लिखी गई थी, लेकिन इसमें जो बातें बताई गई हैं, वे आज भी उतनी ही प्रासंगिक हैं, जितनी कि तब थीं। कहानी छोटी सी है, लेकिन इसमें बड़े ही असरदार तरीक़े से बताया गया है कि करियर में सफल होने और तेज़ तरक्की करने के लिए इंसान में कौन से गुण होने चाहिए और उसे क्या करना चाहिए।

The Go-Getter (Hindi Edition) Kindle Edition

पीटर बी. काइन की पुस्तक 'द गो-गेटर' आज से 98 साल पहले प्रकाशित हुई थी और इसकी सफलता का अंदाजा इसी बात से लगाया जा सकता है कि यह आज भी

बेस्टसेलिंग सेल्फ-हेल्प पुस्तकों में शामिल की जाती है और काफ़ी लोकप्रिय है। इसका कारण स्पष्ट है: यह छोटी सी कहानी हमें बताती है कि हम अपने काम-धंधे, व्यवसाय या करियर में कैसे कामयाब हो सकते हैं, चाहे हम सेल्समैन हों या मैनेजर हों, कर्मचारी हों या मालिक हों।

इस पुस्तक को पढ़ते वक्त आप ये दो बातें याद रखें: बाधाओं के आकार से ही आपकी सफलता का आकार तय होता है और सफलता पाने से पहले आपको इम्तहान देना पड़ता है।