

ओम शांति,

जब मनुष्य को सत्य ज्ञान का प्रकाश मिल जाता है तो यह आनंद, खुशी हो जाती है जीवन में। शांति तो बहुत साधारण चीज लगती है। हम शक्तिशाली बन जाते हैं।

मेरा लक्ष्य यहाँ पर आपको इस फिलिंग में ले चलना है कि हम सभी अपने अंदर छुपी हुई शक्तियों को पहचानें। संसार में बढ़ते हुए विकास के साथ साथ एक बहुत नेगेटिव बात हो गई है कि बुद्धिमान मनुष्य अपनी शक्तियों को भूलता जा रहा है। इसीलिए उस पर अभी किसी चीज का प्रेसर है कभी किसी चीज का है, कहीं टेंसन बढ़ रही है तो कहीं बीमारियां बढ़ रही हैं। नेगेटिव हो गया है मनुष्य। एक और बुद्धिमान बनता जा रहा है, आर्थिक दृष्टि से विकास है सब कुछ दूसरी और हम सुन रहे हैं खाद्य संकट, पानी का संकट और कई संकट बढ़ते जा रहे हैं। ऐसे संकट भी जिनकी सायद हम कल्पना भी नहीं करते होंगे हमें नजदीक के भविष्य में देखने को मिलेंगे। हम ईश्वरीय ज्ञान के आधार से इन संसार के भविष्य को जानते हैं, ज्योतिष के आधार से नहीं ईश्वरीय ज्ञान के आधार से।

एक विशेष परिवर्तन के काल से हम गुजर रहे हैं। हमें अपनी शक्तियों को पहचानना है में उसी के सम्बन्ध में आपसे कुछ बातें कहूंगा। सब से पहले तो मैं आपके जीवन के उपयोगी बात में आपके सामने रखना चाहता हूँ आप यहाँ से जायेंगे आप सभी को स्टडी बहुत करनी पड़ती है और जो जडजिस है उनको भी बहुत केस स्टडी करने पड़ते हैं और समय बहुत ज्यादा जाता है उसमें लगाना पड़ता है। एक बहुत सूक्ष्म रहस्य या उसको आप कहे बड़ी डीप फिलॉसॉफी इसको समझ लेनी है **यदि हम अपने मन को शांत रखना सिख ले तो हमारी बौद्धिक क्षमता बहुत बढ़ जाती है।** एक बहुत सुंदर चीज है मनुष्य के लिए के वोह अपने चित को शांत रखने कि कला सिख लें तो आप अनुभव करेंगे कि आप सिर्फ पेज पलटते जायेंगे और सब कुछ समझते जायेंगे। मन कि एकाग्रता, चित को शांत करने के बाद हमारे ब्रेन में ऐसी योग्यता भी आ जाती है के हम एक किताब को आधे घंटे में ही पूरी कर लें और सब कुछ जानलें उसमें क्या है। पढ़े थोड़ा और ग्रहण ज्यादा करें क्यूंकि मनुष्य का जो ब्रेन है यह अनंत ज्ञान और अनंत शक्तियों का भण्डार है। लेकिन वोह शक्तियां कहीं सो गई हैं, कहीं किसी नेगेटिविटी के प्रभाव में वोह काम नहीं कर रही हैं। हमारे अंदर जो ज्ञान भण्डार है वोह कई चीजों से दब कर अन्धकार में बदल गया है हमारे अपने ही ब्रेन में बहुत कुछ है।

तो आप इस चीज को यहाँ से सिख लें बहुत अच्छी तरह। यह कोई छोटी बात नहीं है मन को शांत रखना यह सब से बड़ा विषय है। और मैं अपने जीवन में इसके लिए एक छोटा फार्मूला रखा था जिससे मुझे बहुत डिवाइन एक्सपेरिमेंसेस हुए इस बारें में कि **वास्तव में बुद्धिमान वही है जो अपने चित को शांत रखना जानलें, बुद्धिमान वोह नहीं है जो बहुत ज्यादा उलझ जाए।** एनालिसिस करना अलग बात है, किसी चीज पर विस्तार से चिंतन करना अलग बात है लेकिन इतना सोच लेना कि उलझ जाए, इतना सोच लेना कि आउट ऑफ़ सब्जेक्ट चलें जाए, हमारे मन कि डायरेक्शन बहुत बदल जाए वोह बुद्धिमानी नहीं है।

तो हम सभी अपने विस्डम का प्रयोग अपने चित को शांत रखने के लिए करें। मैं आपके सामने इसके लिए कुछ छोटी छोटी बातें भी रख देता हूँ मुझे एक बहुत अच्छा टॉपिक दिया गया था पहली क्लास के लिए पारिवारिक जीवन में खुश कैसे रहें। हर एक अपने प्रोफेशन में कभी सफलता को पाता है कभी असफलता को, कभी सफलता बहुत मेहनत से मिलती है कभी थोड़ी मेहनत से ही प्राप्त हो जाती है कभी बिना मेहनत किये भी प्राप्त हो जाती है गॉडली ब्लेसिंग्स से। मनुष्य के अपने जीवन में कई संघर्ष और समस्याएं आती हैं उसके कारण भी मनुष्य कई बार नेगेटिव हो जाता है। मेने अच्छे अच्छे पावरफुल लोग देखे जो अपने समाज में अपने फील्ड में बहुत शक्तिशाली माने जाते हैं जब उन पर पारिवारिक संकट आया तो वोह बहुत विचलित हो गए। हम सभी अपने अंदर छुपी हुई शक्तियों को पहचानेंगे और अपने अंदर कि शक्तियों को इतना बढ़ाए कि विपरीत परिस्थितियों में भी हम शांत रह सकें, हमारी खुशी स्थाई हो सके,

हमारी खुशी किसी दूसरे के हाथ में ना चली जाए ।

तो हम सभी कौन है? आत्माएं हैं । दूसरा हम सभी स्टूडेंट्स है ना यहाँ? सभी स्टूडेंट्स बन जायेंगे तो जीवन में बहुत सुंदर बातें सीखेंगे । आत्मा कि तिन मुख्य शक्तियां हैं - मन, बुद्धि और संस्कार । यह हम सब कि तिन शक्तियां हैं मनुष्य बुद्धि कि शक्तियों को तो जानता है, सब के पास बुद्धि है यहाँ सभी बुद्धिमान बैठे हैं अपने अपने फील्ड में आप बहुत बुद्धिमान हैं । बुद्धि कि शक्तियों का हम विकास भी करते हैं । देखिये दो चीज है एक है बुद्धिमानी दूसरी है विस्डम । किसके पास किस तरह कि विस्डम है वोह एक अलग बात है एक बहुत बुद्धिमान व्यक्ति सद्विवेक से निस्क्रिय हो सकता है और एक साधारण बुद्धि वाला व्यक्ति सद्विवेक से भरपूर हो सकता है । डिवाइन विस्डम एक अलग चीज होती है जो आप अब यहाँ प्राप्त कर रहे हैं । हम जो कुछ पढ़ते हैं, देखते हैं सुनते हैं संसार में उससे हम एक विशेष तरह कि विस्डम प्राप्त करते हैं इस और तो मनुष्य का बहुत ध्यान है । अनेक कोर्सेस चालू हैं मनुष्य को अनेक इनफार्मेशन दी जा रही है परन्तु जिस चीज कि मनुष्य को बहुत आवश्यकता है वोह है मन कि शक्तियों का विकास । यह पढ़ाया ही नहीं जा रहा है कहीं हमारे स्कूल कॉलेजो में कि मन कि शक्ति बहुत इम्पोर्टेंट चीज है । बुद्धि के विकास के साथ यदि मनुष्य ने मन कि शक्तियों का विकास नहीं किया तो वोह विकास से प्राप्त होने वाले सुख सुविधाओं का आनंद नहीं ले पायेगा ।

सब जानते हैं आज हम सब देखते हैं संसार में किसी व्यक्ति के पास बहुत सुख साधन हो लेकिन उसका मन अशांत हो, उसको बैचैनी हो तो वोह सब सुख साधन बेकार लगते हैं । आप जानते होंगे हम उसको बहुत अच्छी तरह जानते ही कि आज संसार में विशेष कर युवा पेढ़ी में बहुत नेगेटिविटी बढ़ती जा रही है, **हमारे चारो और नेगेटिविटी का मानो सागर लहरा रहा है और वोह नेगेटिव एनर्जी हमारे अंदर भी प्रवेश करती है यदि हम नेगेटिव है ।** इसलिए एक बहुत अच्छी चीज अपने जीवनको खुशियों का भण्डार बनाने के लिए, विपरीत परिस्थियों में अपने चित को शांत रखने के लिए, अपने जीवन का एक नियम बनालें हमें पॉजिटिव होकर रहना है । मैं तो सभी को एक चीज सिखाता हूँ कि अपने अपने घरों में दो महावाक्य लिख कर रख दें आपके सामने रोज पढ़ो पहला यह कि **हमारा पॉजिटिव थिंकिंग हमारे उज्वल भविष्य का निर्माण करेगा ।** बहुत सुंदर बात है यह जहाँ जहाँ लोगो ने लिख कर रख है बहुत परिवर्तन आ गया है । क्यूंकि बच्चे विशेष रूप से छोटी आयु से ही बहुत नेगेटिविटी सिख रहे हैं उसके कारण जो विकास हुआ है जिसने घर घर में टीवी और इंटरनेट भेज दिए हैं उसके कारण भी बहुत कुछ नेगेटिविटी सीखी जा रही है । फिल्मो से आप सब जानते हैं आप अपने अपने घर में यह चीज लिख कर रखें ।

एक दूसरी चीज जो बहुत इम्पोर्टेंट है मनुष्य के लिए हम सभी भगवान् के बच्चे हैं, भगवान् कौन है? यह कॉमन बात कि हम भगवान् के बच्चे हैं सभी मानते हैं ना? और भगवान् है सर्व शक्तिवान तो हम उसके बच्चे कमजोर होंगे या शक्तिशाली? सर्व शक्तिवान के बच्चे कैसे होंगे? शक्तिशाली । हम शक्तिशाली है । इसलिए दूसरा महावाक्य हमें अपने पास लिख कर रख देना है परिस्थियों से अधिक शक्तिशाली मैं हूँ क्यूंकि मैं ऑलमाइटी कि संतान हूँ । देखो इससे क्या होगा । आप नए नए अनुभव कर पाएंगे इससे । यह अवेयरनेस होते ही परिस्थियों का फोर्स डाउन होने लगेगा क्यूंकि सभी को यह जानना चाहिए यह बहुत बहुत डीप डेफिनेशन है समस्याएं क्या है? समस्याएं और कुछ नहीं कमजोर मन कि रचना है । नेगेटिव मन कि रचना है । आप सब को सारा दिन समस्याएं ही देखते हैं ना दुसरो कि? आप का तो काम ही वोह है समस्याएं आपके पास आती है आप उन्हें हल कराएंगे । आप देख सकते हैं मनुष्य किस तरह नेगेटिव होने के कारण, कमजोर माइंड रखने के कारण समस्याएं क्रिएट कर रहा है । बहुत डीपली अगर हम समस्याओं को अनालीस करें तो उसका बिज पड़ा होगा कमजोर मन से ।

मैं आपको एक बहुत बहुत गहरी चीज आपके सामने रखना चाहता हूँ - हम सभी इस एक सत्य को बहुत ध्यानपूर्वक

पहले तो जानलें एक ही लाइन में वोह सत्य है **हमारे हर संकल्प में क्रिएटिव एनर्जी है**। बहुत बड़ा रहस्य है यह संसार कि रचना के पीछे, बहुत बड़ी चीज है यह। संसार में जो कुछ घटित हो रहा है उसके जिम्मेदार मनुष्य के संकल्पों के द्वारा चारों ओर फैलने वाले वाइब्रेशन्स है। वोह क्रिएट कर रहे है सब कुछ।

मैं एक छोटा सा उदाहरण दिया करता हूँ आजकल क्लासेज में आपके सामने वोह रख देता हूँ आपमें से कइयों ने जाना होगा इस चीज को जापान में पिछले कुछ सालों से रिसर्च कि वैज्ञानि ने के वाइब्रेशन्स का इफेक्ट प्रकृति पर, पानी पर, फूल पौधों पर क्या पड़ता है तो एक छोटा एकसाम्पल है उन्होंने दो ग्लास में पानी लिया एक पर पट्टी चिपका कर लिख दिया लव दूसरे ग्लास पर पट्टी चिपका कर लिख दिया हेट। बस केवल लिख कर पानी को रख दिया सारी रात सवेरे जब उन्होंने चेक किया तो क्या देखा जिस पर लव लिखा था उस पानी में बहुत सुंदर तरंगे आ गयी थी, जिसपे हेट लिखा था उसमें बहुत नेगेटिव डर्टी तरंगे पैदा हो गयी थी। सोचने कि बात है सभी यहाँ बुद्धिमान भाई बहने यहाँ बैठे है वोह विचार करें अगर शब्दों से केवल लिखे गए शब्दों से ऐसी तरंगे क्रिएट हो सकती है तो यदि हमारा मन अच्छा सोचेगा तो कैसी तरंगे क्रिएट हो जायेगी? और जब हम बहुत नेगेटिव सोचते है किसी के लिए तो कैसी तरंगे भेजते है हम दुसरो को? मन के तरंगों को हम वाइब्रेशन्स कहते है। **मन के इन वाइब्रेशन्स के आधार पर ही यह संसार चल रहा है**। आजकल जहाँ तहाँ गन्दी चीजे लिखी होती है, गंदकी से भरे पोस्टर लगे रहते है आप सब जानते हो उससे क्या वाइब्रेट होता है निरंतर? नेगेटिविटी, नेगेटिव एनर्जी। यह संसार में टेंसन का, बिमारियों का एक बहुत सूक्ष्म कारण बनता जा रहा है। हमें अपनी मानसिक शक्तियों में विकास करना है तो सभी ध्यान देंगे हम पॉजिटिव हो जाए क्यूंकि हमारे हर संकल्प में क्रिएटिव एनर्जी है, पसंद है यह सभी को? पसंद है यह बात?

सभी यहाँ से यह प्रेरणा लेकर चलेंगे कि हमें **अपनी आंतरिक शक्तियों का बहुत विकास करना है ताकि खुशी हमारे जीवन का शृंगार बन जाए**। देखो खुशी मनुष्य कि कहाँ नष्ट होती है हम बहुत अच्छा काम कर रहे है किसी ने हमारी निंदा करदी खुशी हमारी नष्ट हो जाती है। आपके प्रोफेशन में भी लोग में एक दूसरे के प्रति ईर्ष्या-द्वेष रहेगा खुशी नष्ट हो जाती है, परिवार में कहीं संबंधों में कहीं कड़वाहट चल रही है खुशी नष्ट हो जाती है, जिसके लिए हमने बहुत कुछ किया वोह हमें गलत रिस्पॉंड दे रहे है तो हमारी खुशी नष्ट हो जाती है। हमें अपनी खुशी को कायम रखना है। तो एक संकल्प कर लेंगे यहाँ हमारी खुशी कि लगाम हमारे अपने हाथ में है। मनोविज्ञान में एक बहुत सिंपल सा सिद्धांत है अगर हमारी एक्सपेक्शन १०० होगी तो खुशी जीरो अगर हमें अपनी खुशी को १०० करना है तो एक्सपेक्शन को जीरो करना होगा। बहुत एक्सपेक्ट करते है एक दूसरे से परिवारों में, अपने साथियों के साथ इस चीज से हमें थोडा ऊपर उठना है।

मैं आपके सामने यह तिन चीजे रख देता हूँ यहाँ कहीं कहीं लोग कंप्यूज होते है इच्छाएं, एक्सपेक्शन और एक हाई टारगेट। जब हम यह कहते है कि बहुत इच्छाएं ना रखो लो लोग पूछते है कि जीवन में आगे बढ़ने के लिए तो इच्छाएं रखनी ही चाहिए। यह सत्य है कि रखनी ही चाहिए उसको इच्छा नहीं कहा जाता उसको एक महान लक्ष कहा जाता है और वही मनुष्य जीवन में निरंतर आगे बढ़ता है जो एक महान लक्ष्य के साथ आगे बढ़ता है, जो यह चीज सिख लेता है कि लक्ष्य को पाने के लिए चाहे मार्ग में कितनी भी कठनाइयां आ रही हो उन्हें पार करना है। और जो मनुष्य कठनाइयों को देख कर रुक जाता है वोह कभी अपने महान लक्ष्य तक नहीं पहुँच पाता, थिक है ना? आप सब भी अपने अपने फील्ड में एक अच्छी स्थिति पर पहुँचने के लिए कार्यरत है कोई कोई पहुँच भी गए होंगे में आप सभी को केवल इतना कहूंगा कि आप सभी अपनी स्पिरिचुअल एनर्जी को बढ़ाते चलें तो आप उस सफलता का, उस उन्नति का, उस महान लक्ष्य पर पहुँचने को आप बहुत एन्जॉय भी करेंगे अपने जीवन में। आपको ऐसा नहीं लगेगा कि हमने संघर्ष के बाद कुछ पाया है वोह संघर्ष भी आपके लिए आनंदकारी बन जायेंगे। अपनी स्पिरिचुअल एनर्जी को

बढ़ाते चलें।

इसलिए मैं आप सभी से कहूंगा आप सभी कि दिनचर्या ऐसी होती है रात को देर तक काम करना पड़ता है सभी को सवेरे उठने कि बात खत्म हो जाती है देर से सोते हैं तो देर से उठते हैं कभी देर से खाते भी हैं। पहला एक चीज सभी अपने लाइफस्टाइल में करेंगे कि देर से नहीं खायेंगे। महत्व समजलें इसका भले ही आपको काम रहता है, स्टडी करनी है कल कुछ केस है आपका सब कुछ तैयार करना है उसका लेकिन खाना टाइम पर खाके बाद में करलें थोडासा। एक बहुत अच्छी छोटी सी टेकनिक हम सब को सिखाते हैं मेने भी जब से यूज कि तो बड़ा सुख हो गया कि भोजन के बाद बीस मिनट भोजन को डाइजेस्ट करने के लिए शांति में लेट जाए, कुर्सी है तो कुर्सी में बैठ जाए थोडासा रिलैक्स ज्यादा सोचेंगे नहीं। मनुष्य क्या कर रहा है भोजन खाया फिर से काम चालू भोजन डाइजेस्ट नहीं होता इसका हमारे ब्रेन पर बुरा असर आता है इससे कई बिमारियों को जन्म मिलता है। हाई ब्लड प्रेशर जो कॉमन चीज हो गई है, डायबिटीस, हार्ट कि बीमारियां यह बढ़ने लगती हैं एक छोटी सी कमी के कारण। एक छोटा सा नियम आप बनलें भोजन टाइम पर कर लेना है, बोलो स्वीकार है? कठिन हो सकता है आपके लिए लेकिन थोडा थोडा चेंज लाएं आप अपने लाइफ स्टाइल में बहुत सुख मिलेगा आपको। मेने आपको पहले ही एक चीज कही है कि अगर आप अपनी मन कि शक्तियों को बढ़ा दें तो आपको अपने केस स्टडी में या बुक स्टडी में बहुत टाइम नहीं देना पड़ेगा। आप यह अनुभव कर के देखेंगे आपकी बुद्धि में एक लाइट टचिंग आएगी क्योंकि वोह सब कुछ ब्रेन में भरा हुआ होता है केवल हमें उसे टच करना होता है और आप समय पर उसको भूलेंगे भी नहीं। यथार्थ बात यथार्थ समय पर आपकी बुद्धि में प्रगट हो जायेगी इसलिए अपनी मानसिक शक्तियों को बढ़ाने के लिए भोजन और नींद का बैलेंस मनुष्य के जीवन में बहुत आवश्यक है। थिक है किसी का यंग पीरियड है लाइफ का वोह बहुत मेहनत कर रहे हैं लेकिन हमें दूर दृष्टि रखते हुए अपने जीवन को एक संतुलित रूप से चलाना चाहिए।

मैं आपसे यह तो नहीं कहूंगा कि आप बहुत जल्दी उठ जाए रोज लेकिन जो उठ सके वोह उठे नहीं तो एक दूसरी बात आप सब को अवश्य कहूंगा जब भी आप उठे एक तो बहुत देर से नहीं उठना चाहिये। कई लोग नौ बजे दस बजे उठते हैं मालूम है क्या होता है उठते ही? सूरज चढ़ गया है इसका एक बेड इफेक्ट मनुष्य के मन पर पड़ता है। हम जब उठे क्योंकि हम सौ रहे थे हमारा ब्रेन बिलकुल शांत था, हम एक शीतल पवन में उठेंगे यहाँ जैसे आप देख रहे हैं सवेरे उठते हैं तो ब्रेन धीरे धीरे एक्टिव होगा। हम अपनी गाड़ी भी चलते हैं तो एकदम से रेस दे देते हैं याँ धीरे धीरे? धीरे धीरे देंगे ना? यह बहुत बड़ा रीज़न है मनुष्य के पास। मानलो किसकी को एक संकल्प के लिए मैं आपको सावधान करना चाहता हूँ मानलो उठते ही आपको संकल्प आ गया देर हो गई। यह संकल्प बहुत डेंजरस है मनुष्य के ब्रेन के लिए, वोह एक टेंसन क्रिएट करता है, ब्रेन से कई नेगेटिव रसायन निकलने लगते हैं और वोह हेल्थ के लिए बहुत बुरा होता है। इसलिए मेरा एक सजेसन है और आपको अवश्य यह बात स्वीकार होगी ही बहुत अच्छी बात है मनुष्य जीवन के लिए आँख खुलने के बाद पहले दस मिनट मोस्ट इम्पोर्टेंट टाइम है। आप इस दस मिनट को अपनी आंतरिक जागृति के लिए प्रयोग करें कुछ ऐसे थॉट्स आप क्रिएट करें जो आपके मन कि और बौद्धिक शक्तियों का विकास करें यह आप यहाँ से सीखके जायेंगे। क्या सोचना है हमें आँख खुलते ही ताकि हम अपने ब्रेन को चार्ज कर सके जैसे हम अपने शरीर को चार्ज करते हैं एक तो चाय पिलाकर, भोजन खिलाकर, पानी पिलाते हैं, दूध पिलाते हैं यह शरीर के चार्ज करने के तरीके हैं। हम अपने ब्रेन को, मन को, बुद्धि को भी चार्ज करेंगे इस तरह सवेरे के पहले दस मिनट में, पहला संकल्प हमेशा आप एक ही करें मैं भगवान् का बच्चा हूँ मुझे कैसा होना चाहिए? आपको अनुभव होगा आपके अंदर कि सोयी हुई शक्तियां जागृत होने लगेंगी। मैं भगवान् का बच्चा हूँ जो सुख दाता है तो मुझे भी सुख दाता होना चाहिए। मैं उसका बच्चा हूँ जो प्यार का सागर है मुझे भी सब को प्यार बांटना चाहिए, मैं उसका बच्चा हूँ जो सर्व

शक्तिवान है तो मैं शक्तिशाली हूँ। आप जिस तरह आज अपना जीवन व्यतीत करना चाहते हैं उसी तरह के विचार सवेरे अपने मन में भरलें।

मानलो आप चाहते हैं आज मैं अपने सारे कार्य को खेल खेलने कि तरह पूरा करूँगा संकल्प करलें सवेरे मैं इस संसार में एक प्लेयर हूँ एक एक्टर हूँ आज मैं अपने सारे काम खेल कि तरह आनंद पूर्वक पूरा करूँगा तो वैसा ही होगा। सवेरे के संकल्प बिज का काम करेंगे आप के पूरी दिनचर्या में। आपके सामने कोई केस है आज आप उसमें सफल होना चाहते हैं आप प्रयोग करके देखेंगे जो मैं अब कहने जा रहा हूँ सवेरे ही आप अपने अंदर संकल्प भरलें मैं भगवान् का बच्चा हूँ उसने मुझे वरदान दिया है सफलता तुम्हारा जन्म सिद्ध अधिकार है। सवेरे दो चार बार यह संकल्प याद दिलादें अपने को आप देखेंगे सफलता के द्वार खुले हुए नजर आयेंगे। मेने बहुत स्टूडेंट्स से जो इंटरव्यू देने जा रहे होते हैं मेरे को पूछते हैं क्या करें हम? तो पहले मैं उन्हें पक्का कराता हूँ कि तुम्हारे हर विचार में क्रिएटिव एनर्जी है। एक कॉन्फिडेंस डेवेलोप करों अपने अंदर कि जो हम सोचेंगे वही होगा थोड़ी बड़ी बात है यह इसके लिए समय लगता है पर सचमुच अगर हमारे अंदर कॉन्फिडेंस हो कि जो हम सोचेंगे वही होगा तोमे कई स्टूडेंट्स को पक्का करा देता हूँ इंटरव्यू देने जा रहे हो सफलता मेरा जन्म सिद्ध अधिकार है। संकल्प में चुन लिया गया हूँ बहुत सुंदर रिजल्ट मिलता है इसका प्रायः हर केस में सफलता दिखाई दी मेने जितनो को यह सिखाया बहुत अच्छे परिणाम प्राप्त हुए हैं।

कई जगह तो मेने और कई जगह यह अच्छे एक्सपेरिमेंट कराये यह संकल्प शक्ति के जिसमें आपके ही सब्जेक्ट से सम्बंधित मैं एक बात बता देता हूँ मेरठ में हमारे पास आने वाले एक वकील है उनकी लड़की उसने LLB कर लिया था ; अब इनके पिताजी कि बहुत इच्छा थी कि LLM भी करलें और वोह लड़की अब सेंटर्स में रहती है हमारे आश्रम में अपने जीवन को डेडिकेट कर दिया अब वोह एक सेंटर चला रही है लेकिन इसके बाप कि बहुत इच्छा थी कि जस्ट फॉर डिग्री LLM करलें। यह मना करती रही और मेरे से पूछा मेने कहा करलो कोई बात नहीं मेने उसे एक विधि बतादी, राजयोग जब हम करते हैं तो हमारा ऑलमाइटी से सम्बन्ध संपर्क हो जाता है। तो चार सेमिस्टर थे चार बार एग्जाम हुए तो हर एग्जाम से एक हफ्ता पहले तैयारी करती थी और मेने उसको एक चीज पक्की कराइ आप सायद इस बात को सुनके आश्चर्यचकित होंगे सायद हसेंगे भी मेने उसको पक्का कराया रोज सवेरे यह संकल्प अपने अंदर क्रिएट करो ऑलमाइटी कि संतान होने के नाते मैं शक्तिशाली आत्मा हूँ। इसको हम शब्द दे देते हैं मैं मास्टर ऑलमाइटी हूँ इस फिलिंग को अपने अंदर भरदो सवेरे और फिर संकल्प करों जो क्वेश्चन में तैयार करूँगी वही आयेंगे। बहुत बड़ा चैलेंज था यह और उसने मुझे बताया पेपर देने के बाद हर समय मुझे बताती थी कि मैं बड़े कॉन्फिडेंस के साथ केवल दस क्वेश्चन तैयार करती थी बहुत कॉन्फिडेंट के साथ और छे मिल जाते थे उनमें से, और छे ही तो करने होते थे। तो इतना अच्छा सहज थोड़ी सी मेहनत से उसे LLM कि डिग्री मिल गई येही प्रयोग मेने एक IIM करने वाली बहेन को भी कराया डेढ़ साल पहले उसका भी हुआ बहुत अच्छे अनुभव हुए उसको।

तो हमारे पास एक बहुत बड़ी शक्ति है हम इसको बढ़ाएं। **मनुष्य अपनी ही शक्तियों को भूलने के कारण दुसरो पर डपेंडेंट हो गया है, अधीन हो गया है** मनुष्य, उसकी खुशी भी दूसरे पे अधीन, उसकी सफलता भी दूसरे पे अधीन, अगर वोह कहें प्रमोशन चाहता है तो भी दूसरे के अधीन अपनी शक्तियों को यदि यूज किया जाए तो वास्तव में यह अधीनता समाप्त हो जायेगी। मेने यह बात सीखी थी एक बहुत अच्छा एक्साम्पल मेरे पास था मेने यह कहीं मनोविज्ञान में पढ़ी एक बात किसी बहुत अच्छे राइटर ने एक छोटा सा एक्साम्पल दिया था कि तुम्हारे सामने जो पर्वत है यदि तुम संकल्प करो कि यह पर्वत दस फूट पीछे खिसक जाए तो वोह दस फूट पीछे खिसक जाएगा। पर सर्त यह है कि तुम्हारे मन में जरा भी संशय ना हो परन्तु होता क्या है? आप सोचके देखो आपके सामने जो पर्वत है आपके चारो और है सोचने से पहले ही संशय आजायेगा कि बिना मतलब यह कोई सोचने कि बात है? पर यह एक्साम्पल है

पर्वत को तो हमें पीछे खिसकाना भी नहीं है। परन्तु हमें अपने जीवन में सफलता पानी है हमारे अंदर वोह शक्ति है बौद्धिक शक्तियों के साथ हम अपने मानसिक शक्तियों का विकास करेंगे और इस विश्वास के साथ यदि हम इस तरह के संकल्प क्रिएट करेंगे तो मेने आपको याद दिलाया हमारे संकल्पों में क्रिएटिव एनर्जी है। वही कुछ होने लगेगा जो हम सोच रहे है येही एक्सपेरिमेंट मेने इंटरव्यूज में कराया दो चार जो मेरे फ्रेंड्स थे उनको मेने अच्छी प्रैक्टिस करायी और तैयार कराया कि तुम यह संकल्प बहोत पॉवरफुली क्रिएट करो कि जो इन प्रश्नों का उत्तर में जानता हूँ वही पूछेंगे। बहोत अच्छे परिणाम इस बात के बारे में दिखाई दिए।

तो हमें खुश रहना है खुश रहने कि हम अपनी आदत बनालें। मैं दो एक्साम्पल दे रहा हूँ आपके सामने बिलकुल प्रैक्टिकल सच्चे एक्साम्पल है कहानी नहीं। हम सोमनाथ गए देखने तो हमें प्यास लगी थी तो एक व्यक्ति कि दूकान पर हमें ले गए वोह लोग हमने देखा वोह तिस साल का यंग मेन हमारे जैसे कपडे पहने हुए वोह बहोत खुश रहता है। हमने जब उससे कहा कि भाई लिम्का दो तो लिम्के कि बोतल उससे पांच छे फूट दूर ही थी वोह गीत गता हुआ, डांस करता हुआ लिम्के कि बोतल तक पहुंचा। लिम्के कि बोतल उठायी उसको तिन बार ऊपर उछाला और गीत गाया, उसका ढक्कन खोला फिर गीत गाया, हमें दी तो डांस करते हुए दी। कई ग्राहक खड़े थे उसके पास हमने उससे पूछा क्या तुम बड़े खुश रहते हो भाई, फिर वोह जरा सीरियसली उत्तर दिया उसने कि मेने अपने जीवन में यह नियम बनाया हुआ है कुछ भी हो जाए मुझे तो खुश रहना है।

देखिये एक छोटा सा विचार था ना? वोह कोई धनवान व्यक्ति नहीं था, वोह कोई बहोत पढ़ा लिखा भी नहीं था यह खाने पिये कि चीजे बेच रहा था। हम सोचने लगे कि यह साधारण व्यक्ति जीवन में कितना खुश है और संसार के बुद्धिमान लोगों को खुशी कि तलास करनी पड़ रही है। एक साधारण गरीब सा व्यक्ति आनंद पूर्वक अपना जीवन व्यतीत कर रहा है और बड़े बड़े धनवान लोग रात को सौ नहीं पाते, खुशी उनसे कौंसो दूर चली गई है। यदि आप अमेरिका में जाए, ब्रिटेन में जाए तो आपको पता चलेगा जो खुशी हमारे देश में है वोह वहाँ बिलकुल नहीं है। मैं एक समाचार सुनाता हूँ आपको ब्रिटेन का अभी अभी पता चला है हमको वहाँ कि बहने भाई यहाँ आये थे अभी यहाँ बहोत सारे विदेशी आये दस हजार तक विदेशी हमारे तक पहुंचे तो वहाँ कि एक जो सीनियर बहेन है वोह क्लास करा रही थी उसने कहा कि हमारे देश कि यह स्थिति है कि हर चार व्यक्ति में से एक व्यक्ति मानसिक रोगी है। सोचो आप, जिन देशों को हम विकशित देश समझते है ना, बहोत आगे बढे हुए, धंधान से भरपूर, उन देशों में मानसिक लेवल इतना निचे उतरता जा रहा है, खुशी नहीं है डिप्रेसन बढ़ता जा रहा है, टेंसन बढ़ रही है, सम्बन्धों में तो बहोत कड़वाहट है वहाँ। तो हंस रही थी कि हम अपनी छत पर कभी कभी जाते है और निचे देखते है जो लोग गुजर रहे है तो चार गुजरे तो इनमे से एक तो पागल होगा ही। हंस रही थी बहोत, हमारे देश में तो यह स्थिति काफी अच्छी है, काफी क्या कहेंगे बहोत अच्छी है। टेंसन और समस्याएं, गरीबी या जो कुछ भी है वोह होते हुए भी लोग बहोत खुश है अगर सामको निकल जाए बाजार में तो सारी थकान और टेंसन भी भूलके वापिस आते है ना परिवार में। हाँ यह बढ़ रहा है और बढ़ना तो है क्यूंकि पाप बढ़ रहा है ना बहोत? कलयुग का अंत पहुंच रहा है इसलिए बढ़ना तो है और बढ़ कर समाप्त होगा।

दूसरा एक एक्साम्पल में दे रहा था हमारे यहीं का है हमारे हॉस्पिटल का आप देखेंगे में बिना नाम लिए बता रहा हूँ। एक भाई बहोत खुश रहता है जहाँ उसकी सेवा है वहाँ पांच सात दस लोग काम करते है उसके इंचार्ज ने उसकी किसी गलती पर उसको एक मार दिया तो इसने उसका नाम लेकर कहा मिस्टर इधर भी मारदो इमबैलेंस हो गया है। तो वोह बिचारा देखता ही रेह गया कि अब इसका क्या करूँ? तो लोगों ने कहाँ इसको खुश रहने कि बीमारी लग गई है, खुश रहने कि बीमारी? मानसिक डॉक्टर है हमारे यहाँ उनसे पूछा गया कि यह होती तो है यह बीमारी पर उसको

बीमारी नहीं है। उसने अपना मन बनालिया है कि मुझे खुश रहना है। पढ़ा लिखा है वोह भी ऐसा नहीं कि उसको कोई समझ नहीं है, कोई बुद्धि नहीं है लेकिन उसने यह मन बना लिया है खुश रहना है, टेंसन में नहीं आना है। हम भी जरा मन ऐसा बनालें समस्याएं तो है, संघर्ष भी है जीवन में यह सब चलता रहेगा परन्तु हम इनसे ऊपर भी उठ सकते हैं। जैसे बहार यदि तूफान चलता है तो हम अपने घर में आजाते हैं ना? बहोत तूफान चल रहा है, नुकसान हो जाएगा हम अंदर आ जाते हैं। संसार में तूफान और गरम हवायें तो बहोत चल रही है पाप कि, मनो विकारो कि लेकिन हम अपनी सुरक्षा का साधन खुद बना सकते हैं। आप यहाँ आये है आप बहोत अच्छे कवच तैयार करके ले जाएँ यहाँ से, हमारी मानसिक शक्तियां हमारी बहोत अच्छा कवच बन सकती है।

एक और बात जो मन कि शक्तियों के बारे में सिम्पली हमें जाननी चाहिए कि **हम जो कुछ सोचते है वोह हमसे वाइब्रेट होता है और वोह हमारे चारो और फ़ैल कर हमारे चारो और सुंदर शक्तिशाली कवच बना देता है। हम जिस तरह का विचार कर रहे है उसी तरह के वाइब्रेशन्स हमारे चारो और फ़ैल रहे है वोह दूर दूर तक भी जाते है बहोत दूर जाते है** इसको हम सब देखते है देवी-देवताओ के चित्रो में चारो और आभा मंडल दिखाया जाता है वोह हम सब के चारो और भी है हम उसे बहोत पावरफुल बना सकते है क्यूंकि उसे क्रिएटर हम स्वयं है। **अगर हम पावरफुल औरा अपने चारो और बना लेते है तो दुसरो कि बातों का इफ़ेक्ट हमारे ऊपर नहीं पड़ता है।**

बस में आप सभी को इतना ही कहूंगा यहाँ से आप पूरी तरह संतुष्ट होकर जायेंगे और अपने जीवन कि धारा को इस तरह बदलेंगे कि अपने प्रोफेसन को, स्टडी को, कोर्ट में जाकर आपको जो कुछ करना पड़ता है उसको पूरा एन्जॉय करेंगे। सभी कर्म क्षेत्र पर अपने कर्म का आनंद लें, ना टेंसन दें ना टेंसन क्रिएट करें। यह हमारे जीवन कि बहोत श्रेष्ठ सफलता है।

-: ओम शांति :-

-: क्लास कि चुनी हुई पॉइंट्स :-

- ✓ यदि हम अपने मन को शांत रखना सिख ले तो हमारी बौद्धिक क्षमता बहोत बढ़ जाती है।
- ✓ वास्तव में बुद्धिमान वही है जो अपने चित को शांत रखना जानलें, बुद्धिमान वोह नहीं है जो बहोत ज्यादा उलझ जाए। एनालिसिस करना अलग बात है, किसी चीज पर विस्तार से चिंतन करना अलग बात है लेकिन इतना सोच लेना कि उलझ जाए, इतना सोच लेना कि आउट ऑफ सब्जेक्ट चलें जाए, हमारे मन कि डायरेक्शन बहोत बदल जाए वोह बुद्धिमानी नहीं है।
- ✓ हमारे चारो और नेगेटिविटी का मानो सागर लहरा रहा है और वोह नेगेटिव एनर्जी हमारे अंदर भी प्रवेश करती है यदि हम नेगेटिव है।
- ✓ हमारा पॉजिटिव थिंकिंग हमारे उज्वल भविष्य का निर्माण करेगा।
- ✓ हमारे हर संकल्प में क्रिएटिव एनर्जी है।
- ✓ अपनी आंतरिक शक्तियों का बहोत विकास करना है ताकि खुशी हमारे जीवन का शृंगार बन जाए।
- ✓ वही मनुष्य जीवन में निरंतर आगे बढ़ता है जो एक महान लक्ष्य के साथ आगे बढ़ता है, जो यह चीज सिख लेता है कि लक्ष्य को पाने के लिए चाहे मार्ग में कितनी भी कठनाइयां आ रही हो उन्हें पार करना है। और जो मनुष्य कठनाइयों को देख कर रुक जाता है वोह कभी अपने महान लक्ष्य तक नहीं पहुँच पाता।
- ✓ मनुष्य अपनी ही शक्तियों को भूलने के कारण दुसरो पर डपेंडेंट हो गया है, अधीन हो गया है।
- ✓ हम जो कुछ सोचते है वोह हमसे वाइब्रेट होता है और वोह हमारे चारो और फ़ैल कर हमारे चारो और सुंदर

शक्तिशाली कवच बना देता है। हम जिस तरह का विचार कर रहे हैं उसी तरह के वाइब्रेशन्स हमारे चारो ओर फ़ैल रहे हैं वोह दूर दूर तक भी जाते हैं बहोत दूर जाते हैं।

- ✓ अगर हम पावरफुल औरा अपने चारो ओर बना लेते हैं तो दुसरो कि बातों का इफ़ेक्ट हमारे ऊपर नहीं पड़ता है।