



प्रेम के रहस्य (Secrets of Love)

(1) प्रेम की शक्ति (The Power of Love)

हमारे शुभ विचारों से प्रेम की उत्पत्ति होती है। जैसा हम सोचते हैं, वैसा ही बनते हैं। प्रेमपूर्ण विचारों से मधुर मानवीय सम्बन्ध और आन्तरिक प्रेम की अनुभूति होती है। शुभ संकल्प स्वयं तथा दूसरों के सम्बन्ध में हमारी मान्यताओं और विचारों को बदल देते हैं। प्रेम के लिए दूसरों की आवश्यकताओं और इच्छाओं को महत्व देना आवश्यक है। आदर्श सहयोगी के चिन्तन आपको आदर्श सहयोगी ढूँढने में सहायक होता है।

(2) सम्मान की शक्ति (The Power of Respect)

किसी व्यक्ति या वस्तु को सम्मान देकर ही प्रेम किया जा सकता है। सबसे पहले आपको स्वयं को सम्मान देना चाहिए। आत्मसम्मान देने के लिए स्वयं से पूछें: मैं स्वयं के बारे में क्या सम्मान करता हूँ? दूसरों को सम्मान देने के लिए, जिन्हें आप नापसन्द करते हैं। स्वयं से प्रश्न पूछें “मैं उनके बारे में क्या सम्मान करता हूँ?”

(3) देने की शक्ति (The Power of Giving)

यदि आप प्रेम पाना चाहते हैं तो सबसे पहले आवश्यक है कि आप दूसरों को प्रेम दें। जितना आप दूसरों को प्रेम देंगे, उतना ही अधिक आपको प्रेम मिलेगा। स्वयं को स्वतन्त्र और बन्धनों से मुक्त करना प्रेम है। दया को व्यवहार में लायें। जीवन भर चलने वाले सुखदाई सम्बन्धों का रहस्य यह है कि आप लेने के बजाय देने पर अधिक ध्यान दें।

(4) मित्रता की शक्ति (The Power of Friendship)

सच्चे मित्र से ही सच्चे प्रेम की प्राप्ति होती है। दूसरों से पूर्ण रीति से प्रेम करने का अर्थ है कि उनकी कमियों का चिन्तन न करे। वे जो हैं जैसे है वैसे स्वीकार करें। मित्रता रुपी उर्वरा भूमि में सच्चा प्रेम विकसित होता है। यदि आप मानवीय सम्बन्धों में प्रेम लाना चाहते हैं तो सर्वप्रथम मित्रता कीजिए।

(5) संवेदनशीलता की शक्ति (The Power of Touch)

संवेदनशीलता सम्बन्धों को मजबूत करने, सम्बन्धों में कड़वाहट को दूर करने तथा प्रेम की अभिव्यक्ति का सशक्त माध्यम है। संवेदनशीलता से शारीरिक और भावनात्मक दशाओं में परिवर्तन होता है तथा प्रेम की अनुभूति करने की शक्ति बढ़ती है।

(6) मुक्त करने की शक्ति (The Power of Letting go)

यदि आप किसी वस्तु/व्यक्ति से प्रेम करते हैं तो उसे बन्धनों से मुक्त करें। मानवीय सम्बन्धों में प्रेम की अनुभूति के लिए बन्धनों से मुक्ति आवश्यक है। यदि हमें प्रेम करना सीखना है तो सबसे पहले क्षमा करना, पुरानी दुःखदाई बातों, और दुःखों को भूलना सीखना आवश्यक है। प्रेम का अर्थ है - भय, मिथ्या अहंकार, पूर्वाग्रह और बन्धनों से मुक्ति।

(7) सम्प्रेषण/संवाद की शक्ति (The Power of Communication)

किसी व्यक्ति से संवाद स्थापित करना प्रेम है। अपने परिचित लोगों से आप प्रेम करते हैं और उन्हें स्वीकार करते हैं। प्रेमपूर्ण सम्बोधन में कभी भय न महसूस करें। किसी भी व्यक्ति की प्रशंसा और उससे परिचय करने का अवसर न जाने दें। किसी प्रिय को विदाई देते समय प्रेमपूर्ण शब्दों का सम्बोधन अवश्य करें।

(8) प्रतिबद्धता/समर्पण की शक्ति (The Power of commitment)

प्रेम की गहरी अनुभूति के लिए प्रतिबद्धता आवश्यक है। प्रतिबद्धता ही प्रेम की वास्तविक कसौटी है। मधुर सम्बन्ध के लिए सम्बन्धों के प्रति प्रतिबद्धता/समर्पणता आवश्यक है। जब आप किसी व्यक्ति या वस्तु के प्रति प्रतिबद्ध होते हैं तो सम्बन्ध में अलगाव हो नहीं सकता है। प्रतिबद्धता से सम्बन्ध मजबूत और मधुर बनते हैं।

(9) भावना की शक्ति (The Power of Passion)

भावनाएं प्रेम को प्रज्वलित करके इसे जीवन्त बनाती हैं। तीव्र भावनाएं केवल शारीरिक आकर्षण से ही उत्पन्न नहीं होती हैं। बल्कि ये गहरे समर्पण, साहस, रुचि और संवेदनशीलता से उत्पन्न होती हैं। प्रेम और प्रसन्नता का सार तत्व एक ही है। प्रेम को जीवन्त रखने के लिए इसमें प्रतिदिन भावनाओं का अभिसिंचन करना आवश्यक है।

(10) विश्वास की शक्ति (The Power of Trust)

पूर्ण प्रेम की अनुभूति के लिए एक दूसरे के प्रति पूर्ण विश्वास आवश्यक है। इससे मानवीय सम्बन्ध कभी भी समाप्त नहीं होते हैं। मधुर सम्बन्धों के लिए विश्वास बहुत ही आवश्यक है। स्वयं में, दूसरों में और संसार में विश्वास रखें। प्रेम की नींव विश्वास है।

ओम् शान्ति।