

नेपोलियन हिल
माइकल जे.रिट

POSITIVE थिंकिंग

अपार खुशियों और असीम सफलताओं
के 10 गोल्डन नियम



Positive

थिंकिंग

(अपार खुशियों और असीम सफलताओं के 10 गोल्डन नियम)

नेपोलियन हिल

एवं

माइकल जे. रिट



प्रभात प्रकाशन, दिल्ली
ISO 9001:2008 प्रकाशक

आभार

सर आइजक न्यूटन ने ब्रिटिश वैज्ञानिक रॉबर्ट हुके को लिखे अपने एक पत्र में कहा था, “यदि मैंने (हुके और डेस्कॉर्ट्स) आगे के संसार की कल्पना की है तो उन महानुभावों के कंधों पर चढ़कर ही यह हुआ है।” इसलिए मेरे लिए भी यह ऐसा ही है। यदि मैं कल्पना करके आपको उन सिद्धांतों और व्यवहारों के बारे में बताऊँ, जो आपका जीवन बदल सकते हैं, तो यह इसलिए है कि मेरा अपना जीवन भी उन महानुभावों द्वारा बदल दिया गया है, जिन्होंने अपने कंधों पर चढ़कर मुझे इस संसार को देखने की अनुमति दी है।

सबसे पहले तो मैं मनोवैज्ञानिक और दार्शनिक विलियम जेम्स, एम.डी. का उदाहरण देता हूँ। यद्यपि मैं इस व्यक्ति को नहीं जानता हूँ। यह वही व्यक्ति है, जिसने पॉजिटिव मेंटल एटीट्यूड (पी.एम.ए.) को एक मजबूत सैद्धांतिक आधार प्रदान किया। दूसरा उदाहरण नेपोलियन हिल का देता हूँ। सफलता के रहस्य की खोज करनेवाला वह अद्भुत खोजकर्ता, जिसने सबसे पहले पी.एम.ए. के सिद्धांतों को परिभाषित किया और अपनी खोज को स्वयं सहायता पुस्तकों में बताया। मैं नेपोलियन हिल को जानता हूँ और मैंने बीस बहुमूल्य वर्षों तक उनके साथ काम किया है। तीसरे व्यक्ति डब्ल्यू. क्लेमेंट स्टोन हैं, जिनके प्रति मैं अपना आभार व्यक्त करता हूँ, जिन्होंने स्वयं भी सफलतापूर्वक जिस चीज का अभ्यास किया और दूसरों को भी वही सिखाने के लिए अनथक प्रयास किया, पॉजिटिव मेंटल एटीट्यूड की अद्भुत शक्ति।

—मिशेल जे. रिट

पुस्तक परिचय

इस छोटी सी पुस्तक की सहायता से आप अपना जीवन बदल सकते हैं। इसमें आपकी सफलता के सूत्र हैं : पी.एम.ए.—पॉजिटिव मेंटल एटीट्यूड (सकारात्मक मानसिक भाव)। जब आप इस पुस्तक में सरल और स्पष्ट रूप से रेखांकित सिद्ध सिद्धांतों का अनुपालन करेंगे तो आप भी पी.एम.ए प्राप्त कर सकते हैं और अपने सपनों को साकार कर सकते हैं।

वायदा की गई भूमि पर एक नजर

‘बाइबिल’ में हमें यह बताया गया है कि मोसाका के अपने जीवन के अंत में पहुँचने से ठीक पहले ईश्वर ने उन्हें नेबो पर्वत के शिखर की ओर बढ़ने को कहा और उस महान् नेता को वह भूमि दिखाई, जो इजरायलियों की होनेवाली थी। अपने जीवन का प्रभार सँभालने की इस यात्रा को शुरू करने से पहले आपको भी इस बात की अंतर्दृष्टि होनी चाहिए कि आप कहाँ जा रहे हैं। आप जीवन के पुराने ढर्रे का अंत करने वाले हैं और शीघ्र ही एक नई शुरुआत होने वाली है। अब शुरू करते हैं। आप पुराने, ऊर्जा का क्षय करनेवाले और संसार को देखने के नकारात्मक तरीकों का अंत करने वाले हैं और उसके स्थान पर प्रबल रूप से ऊर्जा से भरपूर जीवन को लाएँगे, जिसकी उत्पत्ति पॉजिटिव मेंटल एटीट्यूड से होती है। आशा के इस चित्र को अपने साथ रखिए—यह आशा का पी.एम.ए. आपके लिए क्या कुछ कर सकता है, आज से ही इसकी कल्पना करते हैं

- आपको यह पता चलेगा कि आपके भीतर एक ईश्वर-प्रदत्त शक्ति है।
- आपका अपनी भावनाओं पर नियंत्रण होगा, ताकि आप उनकी रचनात्मक शक्ति को हमेशा अपनी भलाई की ओर मोड़ सकें।
- विगत के अनुभवों के प्रति अपनी अनुभवी प्रतिक्रिया से उत्पन्न नकारात्मक भावों को आप अपने भीतर से निकाल देंगे।
- आप अपने भीतर के भय पर नियंत्रण प्राप्त कर लेंगे। आपको यह पता चलता है कि यदि आप उन्हें अपने मस्तिष्क पर हावी होने देते हैं तो उसका आपकी रचनात्मक शक्ति पर विनाशकारी प्रभाव पड़ता है।
- आपके मस्तिष्क में आपके साथ घटित होनेवाली सिर्फ अच्छी घटनाओं के चित्र ही उभरेंगे, ताकि इस रचनात्मक शक्ति की अभिव्यक्ति एक अच्छे और सकारात्मक ढाँचे के भीतर ही हो।
- आप अपनी विगत की विफलताओं और दुःखों पर सोचना छोड़ देंगे और उन्हें अपने जीवन में दोबारा होने से भी रोकेंगे।
- आप अपनी प्रबलतम भावनाओं और इच्छाओं को उन चीजों की ओर प्रेरित करेंगे, जो सचमुच में आप जीवन में चाहते हैं।
- आप कभी भी जानबूझकर पी.एम.ए. की रचनात्मक शक्ति का प्रयोग स्वार्थपूर्ण और गलत उद्देश्यों के लिए नहीं करेंगे, क्योंकि आपको मालूम है कि इसके दुरुपयोग के कारण आप और आपकी बहुमूल्य चीजें बरबाद हो जाएँगी।

इन फायदों को हासिल करना (मनुष्य होने के नाते यह आपका जन्मसिद्ध अधिकार है) आज से आपके जीवन का लक्ष्य है। कोई भी आपको यह हासिल करने से नहीं रोक सकता और इसका संसाधन है इन्हें हासिल करने के प्रति आपका संकल्प।

□

पी.एम.ए.आपके लिए क्या करेगा?

एक सकारात्मक मानसिक भाव (पॉजिटिव मेंटल एटीट्यूड) के कारण आपके भीतर आशा बनती है और निराशाओं व हतोत्साह से उबरने में मदद मिलती है। पी.एम.ए. के विकास और उसे बनाए रखने के कारण आपकी मानसिक दशा अन्य लोगों के प्रति आपकी प्रतिक्रियाओं और कार्यों के चुनाव में लगातार पूर्ण, स्वस्थ और उत्पादक बनी रहती है, जो आपको उस ओर प्रेरित करती है, जो उपयोगी चीजें आप अपने जीवन में हासिल करना चाहते हैं। इसमें तनिक भी आश्चर्य नहीं कि पी.एम.ए. को 'मैं कर सकता हूँ, मैं करूँगा' का मंत्र कहा जाता है।

जब आपके पास पी.एम.ए. होता है तो आप अपने आपसे खुश रहते हैं और दूसरों के साथ भी। आपके भीतर वह आंतरिक भाव, वह आंतरिक प्रकाश, वह आंतरिक मनोदशा होती है, जो आपको आत्म-सम्मान और उपयोगी भावनाएँ देती है। आपकी ओर सकारात्मक भाव और परिस्थितियाँ आकर्षित होती हैं और नकारात्मक आपसे दूर हो जाती है।

पी.एम.ए.का प्रभाव स्वचालित होता है, लेकिन इसको हासिल करना स्वचालित नहीं होता है। पी.एम.ए. के विकास के लिए एक निरंतर प्रक्रिया की जरूरत होती है। यह कोई ऐसी चीज नहीं है, जिसे आप अपनी सुविधानुसार प्रयोग कर सकते हैं। यह आपके जीवन के ढर्रे का एक आवश्यक अंग है। पी.एम.ए. आपकी आदत बन जानी चाहिए, आप में इतना अंतर्निहित कि आप हमेशा यह दिखाएँ। पी.एम.ए. के लगातार प्रयोग के कारण आप बिना सजग विचार के भी इसका अभ्यास कर सकते हैं, ठीक उसी तरह, जिस तरह से आप अपनी कमीज का कोई बटन लगाते हैं या अपने जूते का फीता बाँधते हैं। इसे इतना ही स्वाभाविक होना चाहिए और हो भी सकता है, जितना कि साँस लेना; जैसा कि अपर न्यूयॉर्क स्टेट के एक सड़क चिह्न में एक बार बताया गया, 'अपने रास्ते का चुनाव ध्यान से कीजिए। अगले दस मील तक आपको उसी पर चलना होगा।' □