

પ્રિય વિદ્યાર્થી,

આ કાગળને સાચવી તમારી પાસે રાખજો અને જો મન ન હોય તો પણ દરરોજ એકવાર વાંચવાનું પ્રયત્ન અવશ્ય કરજો. થોડા જ અઠવાડિયામાં આ કાગળનાં શબ્દો તમારા જીવનમાં રંગ ભરવાનું શરૂ કરી દેશે.

જીવનમાં સંઘર્ષ તો કરવો જ પડે છે, પછી ભલે તમે તેમાંથી ભાગો કે તેને જીવનનો અભિન્ન ભાગ માનીને સ્વીકારી લો. જે ભાગે છે, તે પોતાના જીવનમાં કંઈક મોટું હાંસલ કરવાની તકોને લાત મારી દે છે. જ્યારે સંઘર્ષને ખુશીથી સ્વીકારનાર વ્યક્તિ જીવન જીવવાની કળા શીખી જાય છે અને સતત પોતાના સપનાની તરફ આગળ વધતો જાય છે. જો તમે સંઘર્ષને અવગણીને આગળ વધવાનો પ્રયાસ કરો, તો આપના પછી આવનારી પેઢીને વધુ મોટો સંઘર્ષ કરવો પડશે. દરેક કુટુંબમાં એક પેઢીએ તો પોતાના બધા હૃદય સાથે સંઘર્ષ અને મહેનત કરવી જ પડે છે.

"Struggle to be somebody, or struggle in life as nobody."

દરરોજ કંઈક નવું વાંચો- કોઈના સંઘર્ષની વાત, કોઈની સફળતા કે નિષ્ફળતાની કહાની, વ્યવસાયના અવસરો કે ઉચ્ચ નોકરી માટે જરૂરી કૌશલ્ય અંગે, અને તમારા પોતાના રસ અને ક્ષમતાઓને પણ સમજવાનો પ્રયાસ કરો. પછી તમારા જીવન માટે એક લક્ષ્ય નક્કી કરો. લક્ષ્ય વિના માણસ ક્યાંય પહોંચી શકતો નથી. જો તમે વિદ્યાર્થી છો, તો તમારું લક્ષ્ય તમારી શાળામાં અવ્વલ આવવાનો હોઈ શકે છે; જો કોઈ કળા શીખી રહ્યા છો, તો તેમાં શ્રેષ્ઠતા મેળવવી એ લક્ષ્ય હોઈ શકે છે. લક્ષ્ય નક્કી થયા પછી જીવનમાં રસ આવે છે અને જે પણ કાર્ય તમે કરો છો, તેમાં ઉર્જા અને ઉત્સાહ જાતે આવવા માંડે છે. મોટિવેશનની કમી કે બોરડમ માત્ર તેમને જ થાય છે જેમના જીવનમાં કોઈ લક્ષ્ય નથી. જો તમે દરરોજ તમારા લક્ષ્ય માટે મહેનત કરશો, તો તમને તમારા જીવનમાં બોર થવાનું કે મોટીવેશન ની કમી અનુભવ કરવાનો સમય જ નથી મળશે.

"Elevate your life in such a way that you are proud of yourself."

છતાં, જો ક્યારેક તમને એવું લાગે કે "મોટિવેશન" જેવા નકામું શબ્દ ની કમી અનુભવાય છે, તો બહાર ક્યાંય જવાનું નથી. બસ એકવાર તમારા ઘરની અને માતા-પિતાની હાલત, આખા પરિવારની માસિક આવકનો વિશ્લેષણ, તમારા ઘર જ્યાં છે એ ઇલાકો - એ બધી બાબતો પર એક નજર નાખો- તમારી આંખો ખુલ-બ-ખુલ ઉઘડી જશે. તમારા મનમાં એવા દૃશ્યો આવી જશે કે જે જોઈને કદાચ તમે પોતાને અવગણવા લાગો. બસ એ જ છે તમારા જીવનનું સૌથી મોટું મોટિવેશન. આપના માતા-પિતાને જુઓ, તેઓ વર્ષોથી તમારા માટે પોતાનું બધું આપે છે-તમારું ભવિષ્ય ઉજ્જવળ બને એ માટે પોતાનું વર્તમાન પણ ન્યોછાવ્યું છે. તમારી માતા હવે ઘરકામ કરી શકતી નથી, છતાં તે હજુ પણ ઘરકામ કરે છે કારણ કે તેની પાસે બીજો કોઈ વિકલ્પ નથી. તમારા પિતા ધીમે ધીમે વૃદ્ધાવસ્થાની સીડી ચઢી રહ્યા છે, છતાં તેઓ તેમના શરીરની પરવાનગી કરતાં વધુ કામ કરી રહ્યા છે. હવે આ તમારી જવાબદારી છે કે સખત મહેનત કરીને તેમને એ જિંદગી આપો જેના તેઓ અસલ હકદાર છે.

"Parents also need return on their investment."

તેવી જ રીતે, સખત મહેનતનો કોઈ વિકલ્પ હોતો નથી. તેનાથી ભાગવું એ પોતાના પગ પર કુહાડી મારવા જેવું છે. પ્રામાણિકતા અને સમર્પણ સાથે કામ કરવાથી ઘણું દુઃખ થઈ શકે છે પણ તે અપાર ખુશી પણ આપે છે. રાત્રે, તમે તમારા બિસ્તર પર આરામથી અને પોતાના જાતથી કોઈપણ ફરિયાદ વિના સૂઈ શકશો. તમારે તમારા મગજ ને એકાગ્ર કરવું પડશે, માનવ મગજ ની શક્તિનો અંદાજ લગાવવો મુશ્કેલ છે. પરંતુ મૂળભૂત રીતે મગજ સખત મહેનત કરવા માટે ટેવાયેલું નથી, જેના કારણે તે હંમેશા તમને આરામ અને આળસની સ્થિતિમાં રાખવા માંગશે. તમારે સતત પ્રયત્ન અને મેહનત સાથે તમારા મગજ ને તૈયાર કરવું પડશે. તે લાગે તેટલું મુશ્કેલ નથી. જો તમારું લક્ષ્ય નિશ્ચિત હોય, તમારામાં સંઘર્ષ કરવાનો અને સખત મહેનત કરવાનો જુસ્સો હોય અને સૌથી અગત્યનું "આત્મવિશ્વાસ" તમારામાં આવી જાય, તો તમારા મગજ ને નિયંત્રિત કરવું તમારા માટે ખૂબ જ સરળ બનશે.

"Treat yourself the same way, you would have treated your clone."

એવું કહેવાય છે કે કોઈ કાર્ય વિશે વધુ પડતું વિચારવાથી ઘણીવાર તે કાર્ય નિષ્ફળ થઈ જાય છે. એટલા માટે જ્યારે પણ તમારા મનમાં કંઈક સારું કાર્ય શરૂ કરવાનો વિચાર આવે ત્યારે શરૂઆતના સ્તર વિશે વિચારી લો અને તમારા ભગવાન ને યાદ કરીને તે કાર્ય કરવાનું મન બનાવો અને તે જ ક્ષણથી તેના પર કામ શરૂ કરી દો, યોગ્ય સમયની રાહ ન જુઓ (જેઓ યોગ્ય સમયની રાહ જુએ છે તેઓ ઘણીવાર તકો ગુમાવે છે). કાર્ય કે અભ્યાસ શરૂ કર્યા પછી, ધીમે ધીમે તમારું આયોજન કરતા રહો. કામ કરતી વખતે, પરિણામ પ્રાપ્ત કરવા માટે જરૂરી સામગ્રી અને સંસાધનોની વ્યવસ્થા કરતા રહો. નકામી યોજના અને વિચારો કરવામાં સમય બગાડવાનું નહીં. યાત્રામાં મુશ્કેલીઓ આવશે પણ તે અવરોધોનો સામનો કરવાનું કામ તમારું જ છે. કોઈપણ કાર્ય શરૂ કરતા પહેલા સંપૂર્ણ અનુકૂળ પરિસ્થિતિઓ અને સંપૂર્ણ ખોટ મુક્ત આયોજન બને એવું ક્યારેય થવાનું નથી. લક્ષ્ય નક્કી કરો, યાત્રાનો આનંદ માણો અને આગળની યાત્રા માટે આયોજન કરતા રહો, તમે ચોક્કસપણે લક્ષ્ય પ્રાપ્ત કરશો. કામ કરતી વખતે કે અભ્યાસ કરતી વખતે ભૂલો થવી સ્વાભાવિક છે. મહાન લોકો એ છે જે પોતાની ભૂલોને કારણે અટકતા નથી, પરંતુ તેમને સમજ્યા પછી, તેમને સુધારીને ફરીથી પોતાની યાત્રા શરૂ કરે છે.

"Even a correct decision is wrong if it is taken late."

તમારે એવા અદ્રશ્ય શેતાનથી દૂર રહેવું પડશે જે મનને ભ્રષ્ટ કરે છે, માણસને તેના લક્ષ્યોથી વિચલિત કરે છે અને માણસને વિનાશ તરફ દોરી જાય છે; જેમ કે ટીવી, સિનેમા, ઇન્ટરનેટ અને સોશિયલ મીડિયા. કામ માટે તેનો ઉપયોગ કરવામાં કોઈ નુકસાન નથી પરંતુ ચોક્કસ મર્યાદા જાળવવી ખૂબ જ મહત્વપૂર્ણ છે. આ સાથે, તમારા માનતા ભગવાન માટે દિવસમાં ઓછામાં ઓછા 5 મિનિટ કાઢવી ખૂબ જ મહત્વપૂર્ણ છે. ભગવાન નો ધ્યાન કરીને, આપણી મુશ્કેલીઓ અને સમસ્યાઓને ઇષ્ટ પર છોડીને, આપણે આપણી અંદર એક નવી ઉર્જા વહેતી અનુભવીએ છીએ. તેમાં શ્રદ્ધા અને વિશ્વાસ આપણને ધ્યાન કેન્દ્રિત અને સુરક્ષિત રાખવામાં મદદ કરે છે. તમારા ભગવાનને યાદ કરવા માટે, તમને તેમના દ્વારે જવું પડે એ જરૂરી નથી; તમે ગમે ત્યાંથી સાચા હૃદયથી તેમની પૂજા કરી શકો છો. નીચે આપેલા મંત્રોનો દૈનિક પાઠ તમારા મનને શાંત કરવામાં મદદ કરશે; તમે તમારી સુવિધા મુજબ દરેક મંત્રનો 1, 3, 5, 7 વખત પુનરાવર્તન કરી શકો છો.

"ॐ ભૂર્ભુવઃ સ્વઃ તત્સવિતુર્વરેણ્યં
ભર્ગો દેવસ્ય ધીમહિ। ધિયો યો નઃ પ્રચોદયાત્॥"

"ॐ ત્ર્યમ્બકં યજામહે સુગન્ધિં પુષ્ટિવર્ધનમ્।
ઉર્વારુકમિવ બન્ધનાન્મૃત્યોર્મુક્ષીય માઽમૃતાત્ ॥"

"ॐ અસતો મા સદ્ ગમય, તમસો મા જ્યોતિર્ ગમય।
મૃત્યોર્ મામ્રતં ગમય, ॐ શાન્તિઃ શાન્તિઃ શાન્તિઃ ॥"

"ॐ કૃષ્ણાય વાસુદેવાય હરયે પરમાત્મને॥
પ્રણતઃ ક્લેશનાશાય ગોવિંદાય નમો નમઃ ॥"

"Success demands people to know what not to be done."

સફળ થવા માટે, તમારે તમારી બધી ઉર્જા અને શક્તિ તમારા નિર્ધારિત ધ્યેય પર કેન્દ્રિત કરવી પડશે. ધીરજ રાખવાથી આપણને જીવનમાં ઉર્જા મળે છે અને મન સજાગ રહે છે. કોઈપણ કાર્ય કે મહેનતનું પરિણામ તાત્કાલિક મળતું નથી, તમારે હાર માન્યા વિના ઘણી વાર પ્રયાસ કરવો પડી શકે છે. પરંતુ એક વાત ચોક્કસ છે કે તમારી મહેનત ક્યારેય વ્યર્થ નહીં જાય. દુનિયાએ તમારી મહેનત જોઈ હોય કે ન જોઈ હોય, તમારા ભગવાને તમને સંપૂર્ણ સમર્પણ સાથે કામ કરતા જોયા છે; તે તમને ક્યારેય નિરાશ નહીં કરે. સફળતા માટે બીજી એક મહત્વપૂર્ણ બાબત છે 'અહંકાર છોડી દેવો'. ધમંડી વ્યક્તિ હંમેશા બધાને ઓછો આંકે છે, ટીકા કરે છે અને બધાની મજાક ઉડાવે છે; આવા વ્યક્તિને પસંદ કરવાની વાત તો દૂરની વાત છે, કોઈ તેની સાથે બેસવાનું પણ પસંદ કરતું નથી. તો બધા સાથે પ્રેમ અને સુમેળથી જીવો, એકબીજાને શક્ય તેટલી મદદ કરો, જ્ઞાનનું આદાન-પ્રદાન કરો અને પોતાને એક સારા અને આદર્શ વ્યક્તિ બનાવો.

"No-one trusts us until we achieve it; till then, our self trust is the biggest key."

આજ સુધી બહુ ઓછા લોકો શિસ્તની શક્તિ અને મહત્વને સમજી શક્યા છે. આ શબ્દનો ઉચ્ચાર તો બધાએ સાંભળ્યો છે પરંતુ ઘણા લોકો આ શબ્દ આપણને અસલમાં શું કહેવા માંગે છે તે અવગણે છે. શિસ્તનો સૌથી સરળ અર્થ એ છે કે તમે તમારા માટે એક ધ્યેય નક્કી કર્યો છે અને તેને પ્રાપ્ત કરવા માટે તમે બનાવેલી વ્યૂહરચના અનુસાર દરરોજ તેના પર કામ કરવું પડશે. ભલે તમારું મન તમને કામમાં વિલંબ (procrastinate) કરાવે, તમને તે કામ કરવાનું જરાક પણ મન ન થાય, પણ તમારે તે કામ શિસ્ત હેઠળ કરવું પડશે; છેવટે, તે તમારા ઇચ્છિત ધ્યેયનો પ્રશ્ન છે. જેમ આપણે જોયું, મગજ મૂળભૂત રીતે સખત મહેનત કરવા માટે ટેવાયેલું નથી, તેથી આપણું મગજ હંમેશા ઢીલની સ્થિતિમાં રહે છે. આપણે આપણા મગજને નિયંત્રિત કરવું પડશે અને શિસ્તનું કડક પાલન કરવું પડશે. વિલંબ તમને હાલમાં આરામદાયક લાગશે, પરંતુ પાછળથી તમને પસ્તાવો થશે, તમે તમારા વિશે દોષિત અનુભવશો અને તમારા દિવસનો અંત અફસોસ સાથે થશે. શિસ્ત તમને તે સમયે થોડું દુઃખ આપશે, પણ તમારા ભવિષ્યને સરળ બનાવશે; વિલંબ તમને તે સમયે ખુશી આપશે, પણ ભવિષ્યને ખૂબ જ મુશ્કેલ બનાવશે. તમારી પાસે પસંદગી કરવાનો વિકલ્પ છે. એક વાત યાદ રાખો કે સફળતા નસીબ પર નહીં, પણ સખત મહેનત પર આશ્રિત છે.

"Procrastination is the assassination of all destinations."

દરરોજ વાંચો. આ પાનું દિવસમાં ઓછામાં ઓછું એક વાર જરૂરથી વાંચો, ઊંડાણપૂર્વક વિચારો, જ્યાં તમે મોટાભાગે બેસો છો ત્યાં તેનું એક પ્રિન્ટઆઉટ ચોટાડો. ધીમે ધીમે તમને તમારા જીવનમાં પરિવર્તનનો અનુભવ થશે.

હાર્દિક શુભકામનાઓ,

CA Ritik Jain

(Director of VH, Founder of TRC Consultants & Author)

08849180372