

પુસ્તકનું નામ – તમારા મૃત્યુ પર આંસુ કોણ સારશે

પ્રવીણ મકવાણા

નાના ખુંટવડા પ્રાથમિક શાળા, તા, મહુવા, જિ, ભાવનગર,
મો :૯૪૨૮૬૧૯૮૦૯, E-Mail – pravinmakwana23@gmail.com

લેખક :- રોબિન શર્મા

પ્રકાશક- જાઈકો પબ્લિકશન

- રોબિન શર્મા વિશે

રોબિન શર્મા વિશ્વભરના ટોચના 5 નેતૃત્વ નિષ્ણાતોમાંના એક માનવામાં આવે છે અને તે બેસ્ટ સેલિંગ પુસ્તકો, ધ 5 એએમ કલબ અને ધ મોન્ક હુ સોલ્ડ હિઝ ફેરાનીના લેખક પણ છે. વિશ્વના સૌથી સફળ લોકોમાં રોબિનની પ્રશંસા છે. તેમણે રોક સ્ટાર્સ, રોયલ્ટી, અબજોપતિઓ અને સેલિબ્રિટી સીઈઓને સલાહ આપી છે. તાણ સંચાલન અને આઘ્યાત્મિકતાને આગળ વધારવા માટે રોબિને 25 વર્ષની વયે વકીલ તરીકેની કારકીર્દિ છોડી દીધી હતી.

જો તમે જીવન પર કામ કરતા નથી, તો જીવનને તમારા પર અભિનય કરવાની ટેવ છે. કામ વિના, દિવસો અઠવાડિયામાં, અઠવાડિયામાં મહિનામાં અને મહિનાઓમાં વર્ષો સુધી સરકી શકે છે. આ સમય વીતી ગયા પછી, તમારી સાથે તે જીવન બાકી રહેશે જે ફક્ત અર્ધજીવન હતું. વૈકલ્પિક રીતે, તમે સક્રિય રીતે તમારા કામ શોધી શકો છો. અમે બધા અહીં એક હેતુ માટે છીએ, અને આ હેતુ આપણા માટે વિશિષ્ટ છે. આ ક કામ થી આપણી ઉચ્ચ માનવીય સંભાવના તરીકે પ્રગટ થશે અને આપણી આજુબાજુના જીવનમાં મૂલ્ય વધારશે. તેથી, રોબિન એવો મંત્ર બનાવવાની ભલામણ કરે છે કે તમે તમારા જીવનના તમામ ભાગોમાં જીવો. ત્યારબાદ, તમે તમારી રોજિંદા પ્રવૃત્તિઓ અને તમારા કાર્યથી ઉચ્ચ અર્થ પ્રાપ્ત કરી શકશો.

સારી ટેવો બનાવો :-

જેમ તમે તમારા દિવસો જીવો, તેથી તમે તમારું જીવન જીવી શકો. રોબિન સમજાવે છે કે આપણું જીવન ડ્રેસ રિહર્સલ નથી. તેથી, જોવાયેલી તકો ભાગ્યે જ ફરીથી આવશે. તેથી, સફળતા અને ખુશીની ચાવી એ સ્વ-શિસ્ત છે. તમારી જાત સાથે કડક બનવું તમને તમારી શરતો પર તમારું જીવન જીવવા માટે મદદ કરશે.

વહેલા ઉઠવું

ધ્યાન કરો

કસરત

વધુ હસો

જર્નલ રાખો

વધુ ચિત્રો લો

હંમેશાં એક પુસ્તક રાખો

રોબિન વાચકોને યાદ કરાવે છે કે નવી ટેપ બનાવવા માટે 21 દિવસ લાગે છે. તેથી, પ્રયાસ કરો અને તમારી નવી રૂઠિનને વળગી રહો, પછી ભલે તે પ્રથમ પડકારજનક લાગે.

પોતાને પૂછો કે જ્યારે તમે મરો છો ત્યારે કોણ તમારું ધ્યાન રાખે છે તમે ક્યારેય વિચાર્યું છે કે તમારી અંતિમ વિધિમાં કોણ ભાગ લેશે? કોણ બોલે? કોણ રડશે? અને હજી પણ કોણ તમને પ્રેમ કરશે? પોતાને જેવા પ્રશ્નો પૂછવાથી આપણા રોજિંદા જીવનમાં શાંતિ અને શાંતિ મળે છે. આ પ્રશ્નો અમને યાદ અપાવે છે કે આપણે માનવ છીએ. આપણે રોબોટ્સ નથી અને આપણા દિવસો પુનરાવર્તિત થવાના નથી.

પુનરાવર્તિત.

એ જ રીતે, પુસ્તક આપણને આપણા જીવનના દૈનિક કાર્યોને સુનિશ્ચિત કરવા વિનંતી કરે છે. આપણે આ સમયપત્રક પર ધ્યાન આપવું જોઈએ અને જ્યારે આપણે માનવી હોવા માટે પૂરતો સમય નથી ખર્ચતા ત્યારે તે ઓળખવું જોઈએ. આપણે આપણા પ્રિયજનો, કુટુંબ, મિત્રો અને પ્રકૃતિ માટે સમય ફાળવવો જ જોઈએ. ઉપરાંત, આપણે એકલા રહેવા માટે સમય ફાળવવા પણ જોઈએ. એકલા રહેવાથી આપણને જીવન વિશે વિચારવાની છૂટ મળે છે.

આપણે જે કરવાનું પસંદ કરીએ છીએ તે કરવું જોઈએ. સુનિશ્ચિત, ઉત્કટ અને સ્વ-શિસ્ત એ એવા વિચારો છે જે સમગ્ર પુસ્તકમાં સતત ઉદ્ભવે છે. સુનિશ્ચિત કરવું એ એક મહત્વપૂર્ણ કળા છે જે દરેકને ખૂબ જ અસરકારક અને સફળ બનવા માટે માસ્ટર થવાની જરૂર છે. આપણે દરરોજ એક ટૂંક-ટૂંક સૂચિ બનાવવી જોઈએ. આ સૂચિમાં, આવશ્યક અને બિનમહત્વપૂર્ણ પ્રવૃત્તિઓને અલગ કરો. વસ્તુઓ પૂર્ણ કરવા માટેનું વાસ્તવિક રહસ્ય એ છે કે કઈ વસ્તુઓને પૂર્વવત્ છોડી દેવાની જરૂર છે તે જાણવાનું છે.

તમે શ્રેષ્ઠ બનો

"હું રડી પડ્યો કારણ કે મારા પગ ન હોય ત્યાં સુધી કોઈ પગરખાં ન હતા ત્યાં સુધી."

રોબિન શર્મા

પ્રથમ, રોબિન ભલામણ કરે છે કે તમે શક્ય તેટલું પ્રમાણિક બનવાનું શરૂ કરો. તે આપણા વિશ્વને અસત્ય તરીકે વર્ણવે છે, જ્યાં આપણે દરરોજ કહીએલા અસત્યની ખ્યાલ નથી હોતો.

બીજું, રોબિન ભલામણ કરે છે કે તમારે પ્રયત્ન કરવો જોઈએ અને વધુ પ્રેમાળ બનવું જોઈએ. તે સમજાવે છે કે તમારે આસપાસના લોકો પ્રત્યેના નાના-નાના દયા-વ્યવહારમાં શામેલ કરીને તમારા 'પ્રેમ ખાતા'માં વારંવાર જમા કરાવવી જોઈએ. આ પ્રકારની કૃપાથી આનંદ ઉત્પન્ન થશે.

અંતે, રોબિન નમ્ર, ક્ષમાશીલ અને આભારી બનવાની ભલામણ કરે છે. આ ક્રિયાઓ તમને તમારી જાતને, તમારી આસપાસના લોકો અને તમે જે વાતાવરણમાં રહો છો તેને વધુ સ્વીકારવામાં મદદ કરશે. આ સ્વીકૃતિ તમને અને તમારા જીવનમાંના લોકો સુખી જીવન જીવવામાં મદદ કરશે.

સકારાત્મક બનો, ચિંતા કરવાનું બંધ કરો અને જીવવાનું પ્રારંભ કરો :-

"આપણી સમસ્યાઓનું વિસ્તૃત કરવું અને આપણે બધા માટે ખૂબ આભારી હોવાના ઘણા આશીર્વાદોની દૃષ્ટિ ગુમાવવી એટલી સરળ છે."

– રોબિન શર્મા

હકારાત્મકતાની તેજસ્વીતાને તમારા જીવનમાં પ્રવેશવા દો. આપણે ચિંતા કરવા અને તે બાબતો વિશે વિચારવાનું બંધ કરવું જોઈએ જેની ઈચ્છા છે કે આપણી સાથે કદી ન થાય. આપણે ક્યારેય ભૂતકાળની ઘટનાઓની ચિંતા ન કરવી જોઈએ. આ વિચારસરણી એવી બધી હકારાત્મક બાબતોને અવરોધે છે કે જેના માટે આપણે આપણા જીવનમાં આશા રાખીએ છીએ. અમારી વિચારસરણીની પદ્ધતિ અતિ અસરકારક છે. જ્યારે આપણે સકારાત્મક વિચાર કરીએ છીએ, ત્યારે આપણે સકારાત્મક બાબતોને આકર્ષિત કરવાનું શરૂ કરી શકીએ છીએ. ભૂતકાળની ભૂલો વિશે ચિંતા કરવામાં કોઈ અર્થ નથી, સિવાય કે આપણે તેમને બીજી વાર અનુભવવા માંગતા ન હોઈએ. તેથી, એકઠા પુસ્તકનો મુખ્ય સંદેશા એ છે કે આપણે બધાએ ઓછી ચિંતા કરવી જોઈએ અને વધુ જીવવું જોઈએ. મજબૂત લોકો આગળ વધે છે અને પોતાને માટે દિલગીર થવામાં સમય બગાડતા નથી.

દરરોજ કંઈક નવું કરવાનો પ્રયાસ કરો :-

"બહાદુરી રાખો અને કંઈક નવું કરવાનો પ્રયાસ કરો અને પછી ક્યારેય પ્રયાસ ન કરતા નિષ્ફળ જાઓ."

– રોબિન શર્મા

એમેઝોન ડોટ કોમના સ્થાપક, જેફ બેઝોસે એકવાર કહ્યું હતું કે, "હું જાણતો હતો કે જો હું નિષ્ફળ ગયો હોત તો મને તેનો દિલગીરી નહીં થાય, પરંતુ મને ખબર હતી કે જે વસ્તુનો મને પસ્તાવો થઈ શકે તે પ્રયાસ કરી રહ્યો નથી."

**To be or not to be, that is the question.
Whether 'tis nobler in the mind to suffer
The slings and arrows of outrageous fortune
Or to take arms against a sea of troubles
And by opposing end them.**

Hamlet, III.i.