



SEASON 3 DAY – 11

दिनांक - 13/5/2021 समय - शाम 7.30 बजे

यदि आप पूरी तरह निस्वार्थ होकर दुनिया का सहयोग करते हैं,
तो पूरा ब्रह्माण्ड अनंत रूप से आपका सहयोग करता है ।

COACH BSR ने द मैजिक ऑफ थिंकिंग रिच वर्कशॉप के बारे में एक छोटे से परिचय के साथ सत्र की शुरुआत की। यह

कार्यशाला के सबसे महत्वपूर्ण सत्रों में से एक है। **COACH BSR** ने इस कार्यशाला के दर्शकों की निरंतर प्रतिबद्धता के लिए उनका आभार व्यक्त किया। इतिहास बनाने वाले लोग अनिवार्य रूप से दुनिया के सबसे बुद्धिमान लोग नहीं थे, लेकिन एक चीज है जो उनके बीच आम है वह है ऊर्जा, उत्साह, शक्ति और जुनून। उन सभी में ये गुण आम थे। जीवन से बड़े लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए कोई निर्धारित पैटर्न या मार्ग नहीं है; यह इन विशेषताओं है जो इस यात्रा को संभव बनाती हैं। इतिहास के पाठ्यक्रम को बदलने के लिए अत्यधिक समर्पण और प्रतिबद्धता की आवश्यकता है।

शरीर आपकी मानसिक नकारात्मकता को तुरंत सकारात्मकता में बदलने के लिए सबसे महान उपकरणों में से एक है। **COACH BSR** ने कहा कि इस दूसरी लहर में कई लोगों ने कोरोना में अपने दोस्तों और परिवार के सदस्यों को खो दिया है, लेकिन लंबे समय से परेशान होकर वे नकारात्मक परिस्थितियों को अधिक ऊर्जा दे रहे हैं। परेशान, क्रोधित और नकारात्मक होकर आप अपने शरीर में जमा सकारात्मक ऊर्जा से खुद को दूर कर

रहे हैं। इसलिए बहुत सावधान रहें जहां आप अपनी सकारात्मक ऊर्जा का निवेश करते हैं।

COACH BSR ने इस विषय को समझाने के लिए भारत के इतिहास के कुछ बहुत प्रभावशाली लोगों के जीवन के कुछ किस्से साझा किए। आपका ध्यान आपके जीवन की स्थिति को तय करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है, इसलिए सही चीज़ पर ध्यान केंद्रित करें। **COACH BSR** ने दर्शकों को सलाह दी कि **COACH BSR** ने पिछले **10** दिनों में क्या पढ़ाया है, **COACH BSR** ने लोगों को हमेशा वेब पेज कोचबीएसआर / लाइव की जांच करने के लिए कहा, **COACH BSR** ने लोगों को आस्था चैनल पर द मैजिक ऑफ थिंकिंग रिच के प्रसारण के बारे में भी बताया। **12 मई 2021** से हर दिन रात्रि **10.40** बजे।

COACH BSR ने एक मेहनती, केंद्रित गिलहरी की कहानी साझा की। गिलहरी के जीवन के सपने बड़े थे। जंगल के राजा ने गिलहरी के साथ बैठक करने के लिए बुलाया और उसे एक महत्वपूर्ण काम के साथ अवगत किया, बदले में उसे **2** डिब्बों का खुबानी दिया जाएगा। गिलहरी ने पूरे एक साल तक पूरे समर्पण

के साथ काम शुरू किया। राजा ने उसे बुलाया और उसे बताया कि वह उसकी मेहनत से खुश है और उसने उसे खूबानी के दिए हुए कार्टन दिए। गिलहरी इनाम के साथ खुश थी; वह इनाम घर ले गई और उसे अपने परिवार के साथ साझा किया। जिस क्षण उसने खाने के लिए खूबानी का सेवन किया और दांत काटे, उसने अपने दांतों में अत्यधिक दर्द महसूस किया। गिलहरी को एहसास हुआ कि वह उस इनाम का आनंद नहीं ले सकती जिसके लिए उसने पूरे साल कड़ी मेहनत की थी। अब, उसके पास खूबानी थी, लेकिन खराब स्वास्थ्य के कारण वह इसका आनंद नहीं ले सकती थी। कहानी का नैतिक यह है कि चूहे की दौड़ में रोजी-रोटी कमाने के लिए लोग जीवन में छोटी-छोटी चीजों का आनंद लेना भूल गए हैं। लोग अपने परिवार और दोस्तों को समय देने में विफल होते हैं। यात्रा, छुट्टियों के लिए बहुत सारी योजनाएं, एक योजना बनी हुई है और लोग इससे गुजरते हैं, क्योंकि लोग आजीविका कमाने के लिए बहुत व्यस्त हैं और जीवन के सपनों की तुलना में अपने बड़े का पीछा करते हैं।

लोगों की दो तरह की मानसिकता होती है; एक मानसिकता या तो है या। इन लोगों को हमेशा अपने जीवन में दो महत्वपूर्ण चीजों

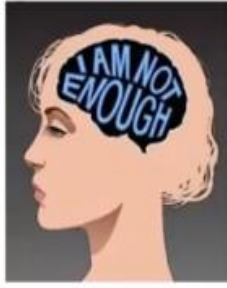
के बीच चयन करना होता है। दूसरी मानसिकता दोनों या सभी है। ये लोग अपने जीवन में सब कुछ हासिल कर लेते हैं क्योंकि वे सब कुछ चाहते हैं और वे अपने जीवन में एक संतुलन बनाने के तरीकों को जानते हैं जो वे चाहते हैं कि हर चीज का आनंद लें। ऐसा जीवन जिएं जहां आपको किसी एक चीज के बीच चयन न करना पड़े।

COACH BSR ने तीन जीवन डिजाइनिंग मान्यताओं को साझा किया

विश्वास नंबर 1 - "I AM NOT ENOUGH"

कम मानसिकता विश्वास -

- A) मैं पर्याप्त नहीं हूँ।
- B) मेरे पास पर्याप्त नहीं है।
- C) इस दुनिया में पर्याप्त नहीं



Belief No 1...

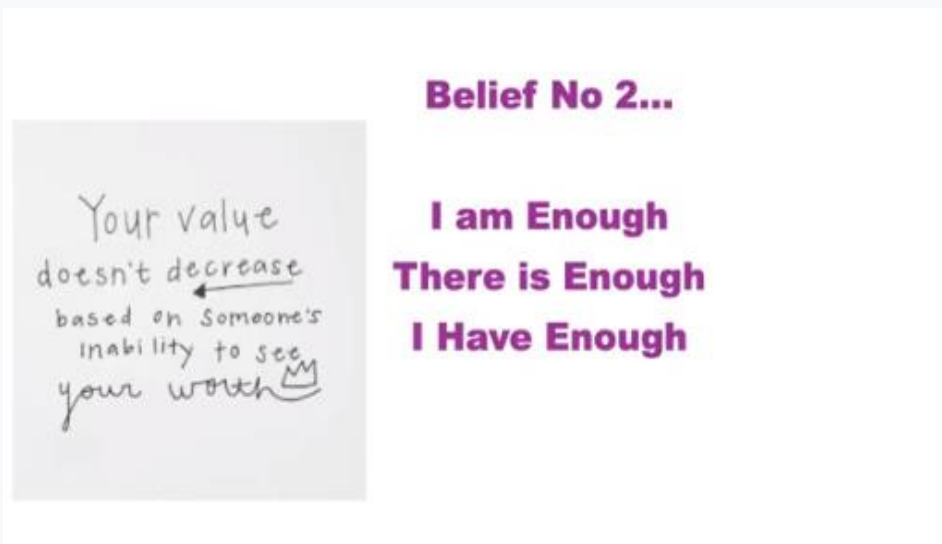
**I am Not Enough
There is Not Enough
I Don't Have Enough**



ये कम आत्मसम्मान वाले लोग हैं और वे लालची हैं क्योंकि वे जीवन में बहुत कुछ चाहते हैं लेकिन अपनी मानसिकता के कारण इसे प्राप्त करने में असफल होते हैं। **COACH BSR** ने प्रासंगिक उदाहरणों के साथ इस मानसिकता के बारे में विस्तार से बताया। यह किसी व्यक्ति की सबसे हानिकारक मान्यताओं में से एक है। पर्याप्त बनने के लिए, लोग बहुत सी मूर्खतापूर्ण गतिविधियाँ करते हैं, जैसे महँगी चीजें खरीदना, महँगे कपड़े खरीदना, शो-ऑफ में बहुत पैसा खर्च करना, लोन लेकर विदेशी छुट्टी पर जाना इत्यादि। ये मूर्खता हैं लेकिन मध्यम वर्ग या किसी व्यक्ति से साधारण विचार का व्यक्ति अपने जीवन भर ऐसा करता है। 90% लोग इस कारण से खुद को मार रहे हैं। पेशेवर, छात्र और आम लोग जीवन की पहली या दूसरी विफलता या चुनौतियों पर आत्महत्या कर रहे हैं। इस भावना के कारण कि मैं पर्याप्त नहीं हूँ, परिवार टूट रहे हैं; भाई आपस में लड़ रहे हैं,

हम सब इस बीमारी से पीड़ित हैं। अपने दिमाग से इस विश्वास को निकालना, सफलता की ओर बढ़ने का पहला कदम है ।

विश्वास नंबर 2 - "I AM ENOUGH"



- A. मैं काफी हूँ।
- B. इस दुनिया में काफी है।
- C. मेरे पास पर्याप्त है।

इस मानसिकता वाले लोग अपने जीवन से संतुष्ट होते हैं और उनकी स्थिति को खुशी-खुशी स्वीकार करते हैं। लेकिन एकमात्र

समस्या यह है कि वे अपने जीवन से संतुष्ट हैं इसलिए वे अपनी वास्तविक क्षमता का एहसास नहीं करते हैं और एक साधारण जीवन जीते हैं। **COACH BSR** ने प्रासंगिक उदाहरण के साथ इस मानसिकता के बारे में विस्तार से बताया। इस विश्वास वाले लोग, पहली मान्यता के विपरीत विशेषताओं वाले लोग हैं। वे दूसरों की मदद करते हैं, वे दूसरों के विकास में योगदान करते हैं, वे गरीबों के लिए दान करते हैं, वे दुनिया के लिए अच्छे काम करते हैं, और वे हमेशा **GOD** का आभार व्यक्त करते हैं। आज जब आप सभी इस कार्यशाला में भाग ले रहे हैं, इस समय आप सभी इस 'मैं पर्याप्त' विश्वास के साथ आए हैं। लेकिन आपको सचेत रूप से खुद को इस विश्वास में रखने की आवश्यकता है।

विश्वास नंबर 3 -

Belief No 3...

*Oh darling,
you are more
than enough*

**I am More Than Enough
There is More Than Enough
I Have More Than Enough**

*You are
more than
enough!*

5700

- A. मैं पर्याप्त से ज्यादा हूँ।
- B. मेरे पास पर्याप्त से अधिक है।
- C. इस दुनिया में काफी कुछ है।

ऐसे लोग... लोगों और समाज की जिम्मेदारी लेने के लिए हमेशा तैयार रहते हैं। उनके पास यह विश्वास प्रणाली है कि वे पर्याप्त से अधिक हैं, वे बड़े सपने देखते हैं और अपने लक्ष्यों को प्राप्त करते हैं। इस विश्वास वाले लोग, लीडर होते हैं। वे हमेशा सोचते हैं कि वे दूसरों की मदद कर सकते हैं, वे विकास के पथ पर अग्रसर होते हैं, वे किसी भी स्थिति में दुनिया में योगदान करते हैं और वे हमेशा अपने व्यक्तिगत जीवन में स्थितियों के बावजूद संसाधनपूर्ण होते हैं। स्वामी विवेकानंद, सिंधु ताई सपकाल, मदर टेरेसा, नेल्सन मंडेला, नेताजी सुभाष, शिवाजी महाराज, आदि ऐसे लोगों के उदाहरण हैं। आपको प्रत्येक समाज में ऐसे कुछ लोग मिलेंगे और दुनिया केवल ऐसे लोगों की वजह से आगे बढ़ रही है।

"जो आपके आस-पास है वह झूठ से छोटा है"। सबसे बड़े, जीवन परिवर्तनकारी शक्ति आपके भीतर निहित है। बुद्धि, प्रचुरता और

सुखी जीवन का खजाना भीतर है। **COACH BSR** ने इन मानसिकता को कई उदाहरणों और कहानियों के साथ समझाया। **BSR** सर ने अपने वास्तविक जीवन के उदाहरण को साझा किया कि कैसे उन्होंने अपनी मानसिकता को **I AM MORE THAN ENOUGH** में बदल दिया और अच्छे के लिए अपना जीवन बदल दिया।

हर किसी की एक ही मानसिकता होनी चाहिए, "टू मेक अ डिफरेंस (एमएडी)"

जो लोग दुनिया को अच्छे के लिए बदलने के लिए पागल हैं, दुनिया में वही फर्क करते हैं। कार्यशाला को बंद करने से पहले **COACH BSR** ने एक बहुत ही रोचक कहानी साझा की।

नोट - **YOUTUBE** चैनल कोचबीएसआर पर कार्यशाला देखें।

THANK YOU
TEAM BSR