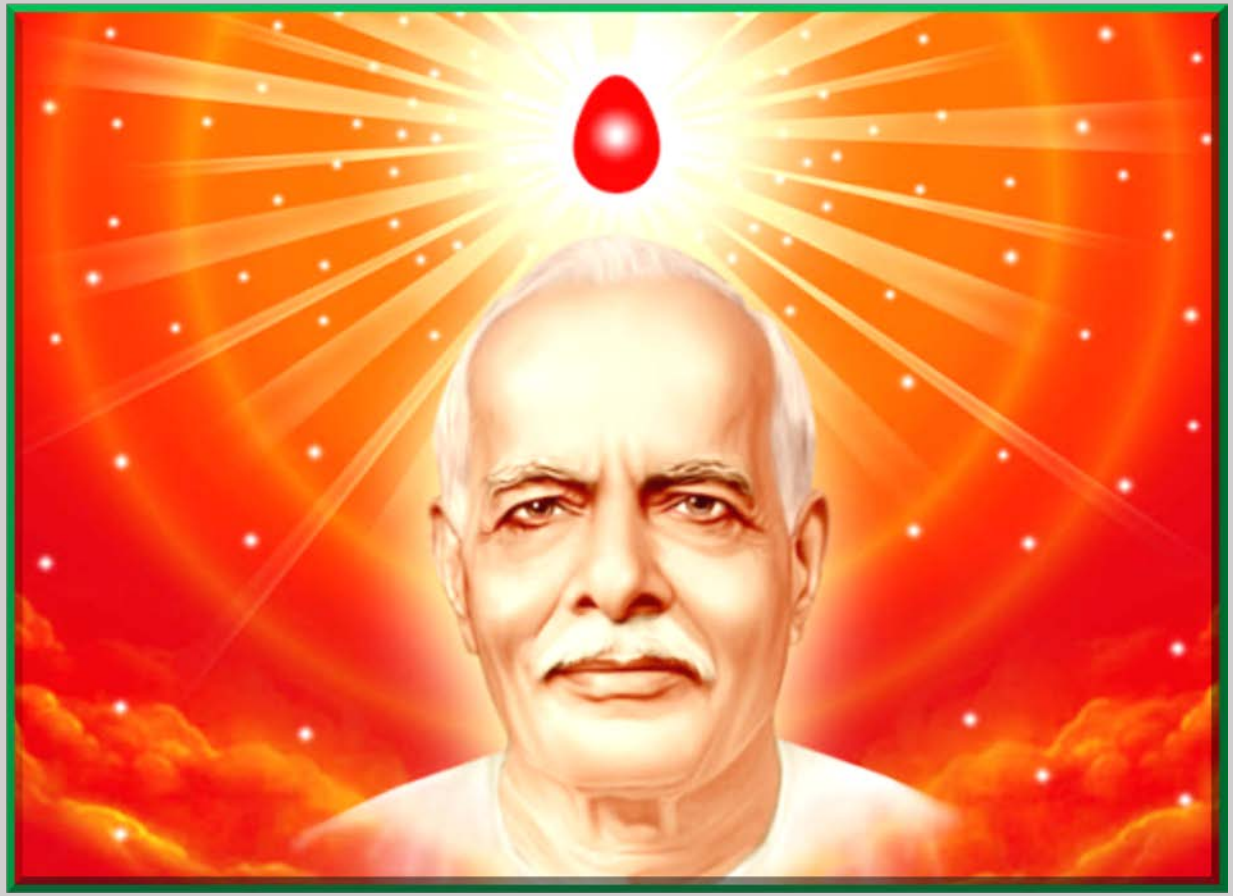
परमशिक्षक के आदर्श विद्यार्थी कैसे बने?



ब्रह्माकुमारिझ

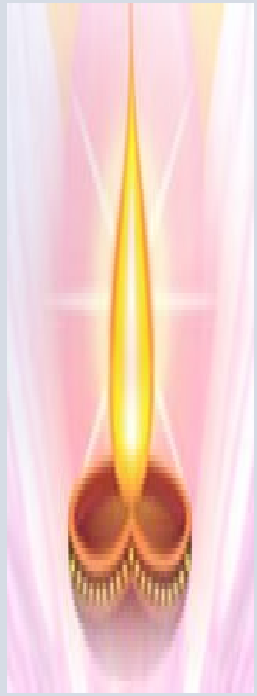
प्रस्तुति

ब्र. कु. प्रफुल्लचंद्र

आदर्श रूहानी विद्यार्थी की विशेषताएं

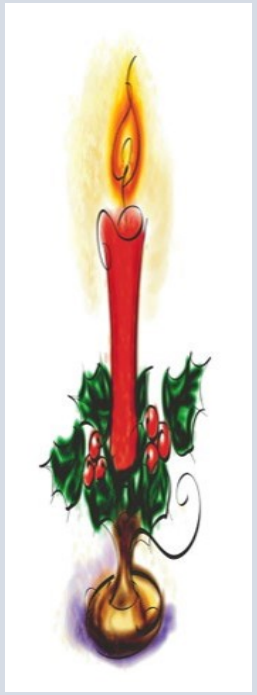
उसे पूरा निश्चय होगा की स्वयं भगवान शिक्षक के रूप में मुझे पढा रहे है..... वो पढ़ाई कभी मिस नहीं करेगा..... साकार मुरली से अतिरक्त वो अव्यक्त मुरलीओं का भी नियमित रूप से अध्ययन करता रहेगा और मुरली के मुख्य बिन्दुओं पर मनन, चिंतन और मंथन करता रहेगा..... वो बाबा की श्रीमत और डायरेक्शन का चुस्ती से पालन करेगा..... वो आलस्य और अलबेलेपन से मुक्त होगा..... वो आज्ञाकारी, वफादार, फरमानवरदार होगा और पूरी प्रमाणिकता से अपना पुरुषार्थ करेगा..... वो बाबा की याद में मस्त रहेगा, बाबा की सेवा में व्यस्त रहेगा और अपनी धारणाओं एवं दिनचर्या में चुस्त रहेगा.....

आदर्श अध्ययन के लिए जरुरी शक्तियां



एकाग्रता की शक्ति – Concentation Power

समजने की शक्ति – Grasping Power



प्रत्यास्मरण की शक्ति – Power to recall

मनोचित्रण की शक्ति – Visualization power

स्मृति शक्ति – Memory Power

एकाग्रता की शक्ति – Concentation Power

अध्ययन के लिए यह शक्ति अत्यंत महत्वपूर्ण है..... मन को एकाग्र किये बिना कुछ भी सिखा नहीं जाता..... विकारों के प्रभाव में आज मनुष्य का मन अत्यंत चंचल हो चुका है..... व्यर्थ और नकारात्मक संकल्प की मात्रा भी उतरोत्तर बढती जा रही है..... ऐसी परिस्थिति में अध्ययन कठिन सा लगता है..... इसीलिए एकाग्रता की शक्ति को बढ़ाना जरुरी हो गया है.....

इसके लिए इतना करो.... कोई अनुकूल शिथिलीकरण की क्रिया को अपनाओ, कुछ गहरे गहरे सांस लो और व्यर्थ और नकारात्मक विचारों का संकीर्ण करो.... अपना मन सांस की क्रिया पर केन्द्रित रखो.... मन धीरे धीरे शांत, स्थिर, और एकाग्र हो जाएगा..... उसके बाद मन को अध्ययन में लगाओ

समजने की शक्ति – Grasping Power

विषय को समजना और ग्रहण करना यह भी अध्ययन की एक महत्वपूर्ण शक्ति है..... कुछ समय के लिए विषय वस्तु को बिना समजे याद रख लेना उसका कोई महत्व नहीं है..... कोई बात जब समज में आ जाती है तो वो जीवन का अंग बन जाती है और हमारे वाणी-व्यवहार में प्रत्यक्ष होती है..... इसीलिए बाबा ने ज्ञान का मनन, चिंतन, मंथन करने sको कहा है..... इस समज शक्ति के विकास के लिए विषय में रस पैदा करना एवं अन्य कई तार्किक शक्तिओं का विकास करना पड़ेगा.....जैसे की परखशक्ति, विश्लेषणशक्ति, अनुभूति शक्ति

प्रत्यास्मरण की शक्ति – power to recall

पढ़ाई द्वारा, श्रवण द्वारा एवं निरिक्षण द्वारा जो कुछ भी हमने सिखा है उसको मन की शांत अवस्था में मनस पटल पर पॉइंट बाय पॉइंट इमर्ज करना उसको कहते है प्रत्यास्मरण..... प्रत्यास्मरण विषय के रिविझन से भी बहुत अधिक असरकारक होता है..... प्रत्यास्मरण का हमारे अर्धजागृत मन पर ज्यादा प्रभाव पड़ता है..... इसीलिए इस शक्ति का विकास कर उसका बार बार प्रयोग करना चाइए.....

मनोचित्रण की शक्ति – Visualization power

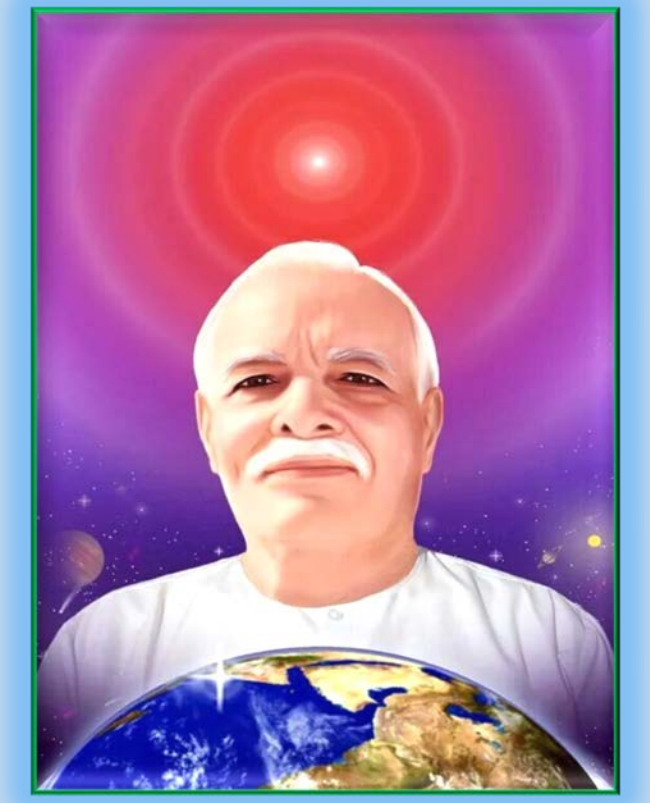
हमारे अर्धजाग्रुत मन पर शब्दो से कई ज्यादा असर चित्रों की होती है.... शब्दों की असर २५ % और चित्रों की ७५% होती है.... इसीलिए रचनात्मक मनोचित्रण वा मानसदर्शन का अध्ययन में विशेष महत्व है.... जिस में यह शक्ति विकसित होती है वो बहुत ही कम समय एवं पुरुषार्थ से ज्यादा और असरकारक अध्यन कर शकता है....इसीलिए शब्दों में हम जो कुछ चिंतन करते है उसका मनस पटल पर शब्दचित्र इमर्ज करने की कला विकसित करनी चाहिए....

स्मृति शक्ति – Memory Power

स्मृति शक्ति हरेक के पास प्रचंड मात्रा में होती है..... लेकिन एक आम आदमी उसका १५–२०% ही उपयोग करता है..... इसीलिए इस शक्ति के विकास का तो कोई प्रश्न ही नहीं उठता..... प्रश्न उसके असरकारक उपयोग का है.....

पढ़ा हुआ २५%, सूना हुआ ५०%, देखा ६०%, किया हुआ ७०% और पढ़ा, सूना, देखा और किया हुआ ९०% याद रहता है..... समजा हुआ याद रखना बहुत आसान होता है..... अच्छी तरह याद रखने के लिए रिविझन करना भी जरुरी है....

ॐ शांति



धन्यवाद