Keep Moving Movement
www.mykmm.org

# KMM 2018 Session 4

(मराठी)

# The Mantra of Success

- **पुनरावलोकन.**

- **जर तुमच्याकडे एक जादूची कांडी असती, आणि त्या जादूच्या कांडीची शक्ती अशी असती कि सर्वकाही 'घडू' शकेल, तर तुमची इच्छा काय असती?**

एक असे सत्र घेऊया, जिथे तुम्ही तुमच्या एखाद्या अश्या इच्छेबद्दल मला सांगा जी तुम्हाला पराकोटीचा उत्साह देते.

**(संवाद - विनोद)**

- जर आपल्या सगळ्या इच्छा ताबडतोब पूर्ण झाल्या, तर जगाचे काय होईल?
- आज सर्वात मादक अभिनेत्री कोण आहे? काय होईल जर प्रत्येकाचीच तिला मिळवायची इच्छा असेल?
- आज सर्वात देखणा अभिनेता कोण आहे? काय होईल जर प्रत्येकाचीच त्याला मिळवायची इच्छा असेल?
- माझ्या आयुष्याचे काय होईल, जर मी ज्या कशाची इच्छा धरीन, ते सगळे त्वरित पूर्ण होऊ लागेल? राजा मिडास आणि त्याचा सुवर्णस्पर्श.

## जीवनाचा कायदा म्हणतो, "जीवनात तुम्हाला जे अपेक्षित आहे ते तुम्हाला मिळणार नाही ..." का?

आपल्यापैकी किती जण म्हणू शकतात की आपण आपल्या विचारांवर प्रभुत्व प्राप्त केले आहे? दुसर्या शब्दात सांगायचे तर, आपल्यापैकी किती जण म्हणू शकतात, कि "अवांछित विचार आपल्याकडे कधीच फिरकत नाहीत?" उदा...

- आपण प्रवास करत आहात. तुम्हाला कधीकधी असे विचार येतात का की आपला अपघात होईल? आणि कदाचित त्यात आपला मृत्यू होईल?

- आपण थोडेशी जास्त रोख रक्कम बाळगून आहात. तेव्हा तुम्हाला असे विचार येतात का की कोणीतरी तुमचे पैसे चोरून नेईल?

- आपण एका कंपनीमध्ये काम करता. तेव्हा तुम्हाला असे विचार येतात का की कदाचित तुम्ही तुमची नोकरी गमावू शकता?

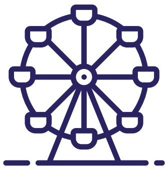
- तुमचा स्वतःचा व्यवसाय आहे. तेव्हा तुम्हाला असे विचार येतात का की तुमचे नुकसान होऊ शकते?

- आपले घनिष्ठ नातेसंबंध आहेत. तेव्हा तुम्हाला असे विचार येतात का की कदाचित गैरसमजामुळे आपले संबंध खंडित होतील?

- आपण एका व्यक्तीच्या अगदी जवळ आहात. तेव्हा तुम्हाला असे विचार येतात का की त्या संबंधांमधील तुमचे महत्त्व तुम्ही गमावाल?

- आपण हवाई प्रवास करत आहात. अचानक विमान हवेतीच्या पोकळीच्या हद्दीत येते. तेव्हा तुम्हाला अस विचार येतो का की आपण सर्वजण विमान अपघातात सापडलो तर काय?

- आपण एका साहसी करमणुकीच्या ठिकाणी मोठ्या आकाश पाळण्यात बसला आहेत. तेव्हा तुम्हाला अस विचार येतो का की आपण आपल्या खुर्चीतून फेकले जाऊ?



- आपण आपली परीक्षा दिली आहे. तेव्हा तुम्हाला असे विचार येतात का की आपण परीक्षेत फारशी चांगली कामगिरी केली नाहीये.

- तुम्हाला कोणीतरी आवडतं. तुम्ही तिला भेटू आणि सांगू इच्छिता,

  तुम्ही: "मला तुझा सहवास फारच आवडतो."

  ती: "मलाही."

  तुम्ही: "माझ्या मते आपल्यामध्ये जे काही आहे ते फक्त मैत्रिणीपेक्षा जास्त आहे. (आणि आपले हृदयाचे ठोके २४० पर्यंत वाढले आहेत.)

  ती: मौन. (अरे देवा, मी हे काय केले? मी असे बोलायलाच नको होते..) आणि मग, ती हसते ... आणि म्हणते - वेड्या! आणि ती खळखळून हसते...

कल्पना करा की हे सर्व विचार खरे होत असते, तर आपले आयुष्य कसे असते?

जगामध्ये संतुलन आहे हे सुनिश्चित करण्यासाठी, आपण सर्वजण समजूतदार आहोत याची खात्री करण्यासाठी, आपल्याला हवेसे वाटणारे जीवन निर्माण करण्यासाठी, एक अस्तित्वाचा कायदा आहे. तो कायदा म्हणतो, "जीवनात आपण ज्याची इच्छा करतो ते सगळे मिळत नाही."

जीवन हा प्रश्न विचारते, "ते मिळवण्यास आपण खरोखरच पात्र आहात का?" आपण ज्याची इच्छा करतो ते मिळवण्यास आवश्यक आपण करतो का, हे पाहून जीवन आपल्याला जे हवे ते नाही याची पात्रता ठरविते. शिक्षक आपण ज्याला पात्र आहोत त्यानुसार गुण देतात. कधीकधी, एखादा थकलेला शिक्षक कदाचित चूक करू शकतो. जीवन कधीही चूक करत नाही.

आपल्याला काय हवं आहे ते देण्याआधी, जीवनाला आपल्याकडून काय हवे आहे हे जीवन कसे ठरविते? हे कसे ओळखायचे कि मी हे केले तर, जीवन मला काय हवे ते देईल?

अलीबाबा आणि ४० चोर या गोष्टीमधील अलीबाबासाठी "खुल जा सिम सिम" हा जादूचा मंत्र होता. त्याचप्रमाणे, आपल्या इच्छा आपण ज्यासाठी पात्र आहोत त्यामध्ये रूपांतरित करणारा एक जादूमंत्र आहे.

## ◆ प्रयत्न

मला प्रयत्न करावे लागतील. कोणीही माझ्यासाठी ते करू शकत नाही.

- आरोग्य
- परिक्षण
- भोजन
- झोप

## ◆ स्वयंचलित

- ओझे विरुद्ध पूर्तता, समाप्त विरुद्ध पूर्ण, हमाल आणि भारोत्तोलक (वेटलिफ्टर), किक ने चालू होणारी (किक स्टार्ट) विरुद्ध बटनाने चालू होणारी (बटण स्टार्ट). जेव्हा आपण स्वयंप्रेरित असतो तेव्हा काहीच
- आपण जेवढे प्रयत्न करण्यास सक्षम आहोत तेवढेच न करता, ज्या प्रयत्नांची आवश्यकता आहे तेवढे करणे. (प्रत्येकास उठून उभे करून शरीर ताणायला (स्ट्रेटचिंग) सांगा.) बघा, तुम्ही १00% प्रयत्न नाही केले. आपणच स्वतःला मागे खेचून ठेवतो. बहुतेक वेळा आपण किमान जरुरी असतील तेवढेच प्रयत्न करतो आणि जास्तीत जास्त आवश्यक कष्ट करत नाही.) आपल्याला फक्त १००% प्रयत्न पुरेसे नाहीत. कदाचित आपल्याला आपले ५००% प्रयत्न द्यावे लागतील.
- टिकाऊ
- आनंददायी

- तीन प्रकारचे विद्यार्थी असतात.

  i. शिक्षक काय अपेक्षा करतात त्याहून अधिक कार्य करणारे.

  ii. शिक्षकांच्या अपेक्षा पूर्ण होतील इतके कार्य करणारे.

  iii. शिक्षकांच्या अपेक्षेपेक्षा कमी कार्य करणारे.

आपण कोणत्या श्रेणीशी संबंधित आहात?
(प्रत्येक केएमएम स्वयंसेवक देखील या श्रेणींमध्ये असतो.)

- सहल आणि बस सुरू होत नाही.

## शुद्ध (रिफाइंड)

- आपले याआधीचे सत्र देखील यासंबंधीच होते.
  सुधारणा करीत रहा.
- जेव्हा आपला शिकण्यावर आणि सुधारत राहण्यावर विश्वास असतो, तेव्हा आपल्याला अपयशाची भीती वाटत नाही.
- जर आपला सुधारत राहण्यावर विश्वास असेल तर आपण स्वत:वर हसू शकतो आणि दुखापतीपासून मुक्त होऊ शकतो!
- शिडी योग्य त्या भिंतवर असेल.

## ◆ सातत्य

- कपिल देव आणि इम्रान खान. क्रिकेटचा सराव करताना देखील ते 'नो-बॉल' टाकायचे नाहीत.
- सर्व कंपन्या अशा उमेदवारांना प्राधान्य देतात ज्यांनी सातत्याने प्रदर्शन केले आहे.
- सातत्य सवयी निर्माण करते. सवयी स्वभाव बनतात. सवय हे असे ठिकाण असते जेथे आपण राहतो. म्हणूनच निवास (हॅबिटॅट) या शब्दाचा अर्थ आहे - नेहमीचे किंवा नैसर्गिक वसतिस्थान.
- गती (ममेंन्टम) - लांब अंतराचा धावपटू
- हृदयाला सातत्याने धडधडणे आवश्यक आहे.
- धंद्यातील पत (गुडविल) सातत्यपूर्ण चांगल्या कामगिरीमुळेच असते.
- यजुवेन्द्र सिंह.
- सायकलिंग

## ◆ निष्कर्ष

- जीवनात एक स्थान आहे जिथे आपण सर्वजण 'सीआरएसई' वापरतो? शौचालय
- फरशीचा संगमरवरी दगड विरुद्ध मूर्तीच्या मस्तकाचा संगमरवरी दगड.
- हिंमत असेल तर एक गुण कापून दाखवा.
- आपल्या जीवनातील एक इच्छा लिहा जेथे आपण सीआरएसई चा वापर कराल.

# ब्रेन टॅटूज



keepmovingmovement kmmpune keepmovingmovement

# Keep Moving Movement

2nd Floor, Krsna Chambers, North Main Road,
Near Starbucks, Koregaon Park, Pune 411 001

+91 77210 65000 contact@mykmm.co.in

www.mykmm.org