Keep Moving Movement 2021

www.mykmm.org

सत्र 7

I AM A FOREST INSIDE A SEED!

भाग : 1

यापेक्षा दुसरे काही हास्यास्पद नाही, की एखादी हुशार व्यक्ती, मूर्खपणाच्या काही कल्पना मांडते / स्पष्ट करते.

काही वर्षांपूर्वी एका मानस शास्त्रज्ञांकडून, मी अशीच एक संकल्पना ऐकली. तिची अशी खात्री पटलेली होती, ज्याप्रकारे तुमचं शौचालय प्रशिक्षण / टॉयलेट ट्रेनिंग झालं आहे, त्यानुसार तुमची जडणघडण झालेली आहे, तुमचा व्यक्तित्व विकसित झालेलं आहे. सामाजिक दबावाचा पहिला अनुभव तुमचा तिथे सुरू झाला आहे.

भाग : 2

तुमच्या आयुष्यातील सर्वात महत्वाची व्यक्ती ती जी तुमच्यावर विश्वास ठेवते.

ज्यूज हे अतिशय हुशार आणि बुद्धिमान का आहेत?

जरी जागतिक लोकसंख्येत ज्यूज 0.2% असले तरी ते विस्मयकारक रीत्या 22% नोबेल पारितोषिक जिंकतात. 2009 मधील रसायनशास्त्राचे नोबेल पारितोषिक विजेते, आदा योनाथ यांनी आपल्याला एकदा विचारले, "प्रश्न विचारण्यासाठी मुलांना किती गुण दिले जातात"?

त्या म्हणतात, "आयुष्यात सर्वात महत्वाची व्यक्ती तुम्ही आहात. तुम्ही स्वतःचा विश्वास जिंकलाच पाहिजे."

www.mykmm.org
contact@mykmm.org

भाग : 3

गोष्टींमध्ये ताकद आहे.

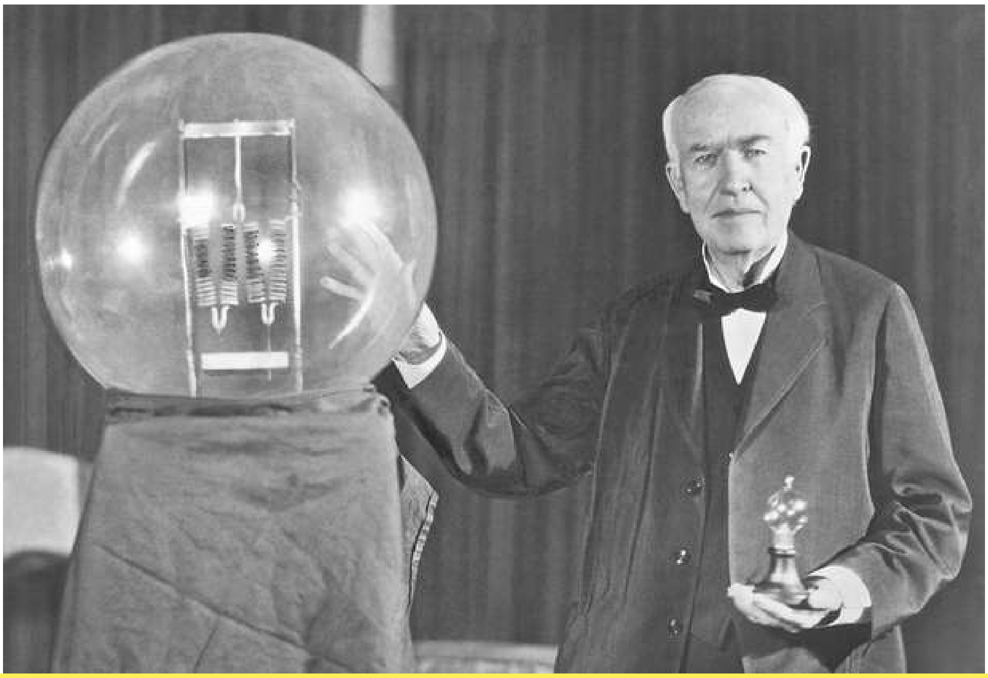
आज माझ्याकडे काही विश्वासार्ह गोष्टी आहेत तुमच्यासाठी.

भाग 3 A : थॉमस एडिसन आणि चिट्ठी

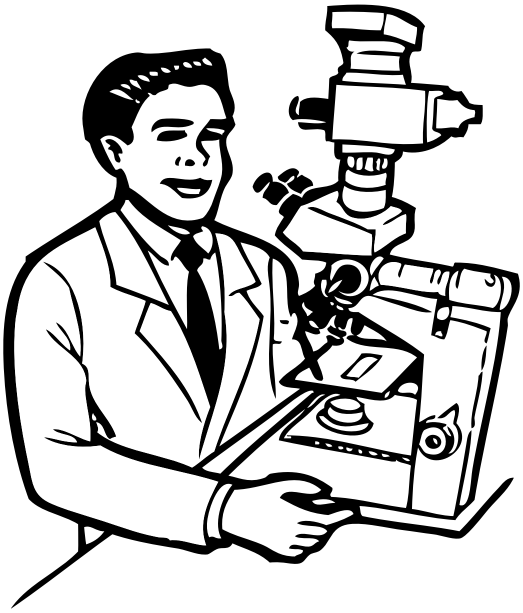
"तुमचा मुलगा खूप बुद्धिमान आहे, शाळा त्याच्या मानाने फार लहान आहे, त्याला प्रशिक्षण देण्यासाठी चांगले शिक्षक आमच्याकडे नाहीत. कृपया त्याला तुम्हीच शिकवा."

"तुमचा मुलगा गोंधळलेला भ्रमित करणारा आहे. यापुढे आम्ही त्याला शाळेत येऊ देणार नाही."

"थॉमस अल्वा एडिसन हा गोंधळलेला भ्रमित मुलगा होता, त्याच्या महान आई मुळे तो शतकातला महान बुद्धिवान बनला."



भाग 3 B : चुका आणि त्यातून घेतलेला धडा / शिकवण



एकदा एका महान शास्त्रज्ञाची एका बातमीदाराने मुलाखत घेतली, आणि त्याला विचारले गेले, की त्याला असं का वाटलं की सर्वसामान्य माणसांपेक्षा तो जास्त काही संपादन करण्याला सक्षम होता?

त्याने उत्तर दिले, तो लहान असताना आईने जो धडा शिकवला त्यातून हे सर्व विकसित झाले. तो फ्रीजमधून दुधाची बाटली बाहेर काढण्याचा प्रयत्न करीत होता, तेव्हा त्याची पकड सुटली, आणि स्वयंपाक घराच्या जमिनीवर संपूर्ण दूध सांडलं गेलं. त्याची आई, त्याला रागवण्या ऐवजी म्हणाली, किती आश्चर्यकारक गोंधळ घातला आहेस तू! मी असं दुधाचं तळ फार क्वचितच बघितलं आहे.

जे व्हायचे ते नुकसान आधीच झालंय. त्यामुळे आपण हे स्वच्छ करण्याआधी, तुला खाली उतरून त्यात खेळायला आवडेल का?

नक्कीच! तो खेळला. थोड्यावेळाने त्याची आई त्याला म्हणाली, "तुला माहित आहे का, जेव्हा तुझ्याकडून अशा गोष्टी सांडतात, खराब होतात, शेवटी तुझ्या तुलाच, त्या स्वच्छ करायला लागतात.

मग तुला ते कसं स्वच्छ करायला आवडेल? आपण टॉवेल, स्पंज, मॉप वापरू शकतो. तू कशाला प्राधान्य देशील?"

सांडलेलं दूध पुसून झाल्यावर ती म्हणाली, हा आपला एक अयशस्वी प्रयोग होता, दोन लहान हातांनी एक मोठी दुधाची बाटली पकडण्याचा.

चल मागच्या दारी जाऊया, पाण्याने बाटली भर, बघूया तू एखादा मार्ग शोधू शकतोय का, न पाडता बाटली पकडण्याचा? आणि त्यांनी तसं केलं.

किती छान धडा घेतला! शास्त्रज्ञाला त्या खाणी हे जाणवलं की, चुका करताना त्याला घाबरण्याची गरज नाहीये.

त्या ऐवजी तोही शिकला, चुका म्हणजे संधी आहेत नवीन काही शिकण्यासाठी - शास्त्रज्ञांचे प्रयोग हेच असतात शेवटी.

भाग 3C : राणी रामपाल

घरात घड्याळ नसल्यामुळे तिची आई तिला पहाटे प्रशिक्षणासाठी उठवताना, वर आकाशाकडे बघून उठवायची.

भाग 3D : वंदना कटारिया

जी एकटीच सराव करायची झाडांच्या फांद्यांबरोबर, गावातील वयस्कर लोकांची नजर टाळण्यासाठी जे तीचं हॉकी खेळणं अमान्य करतील.

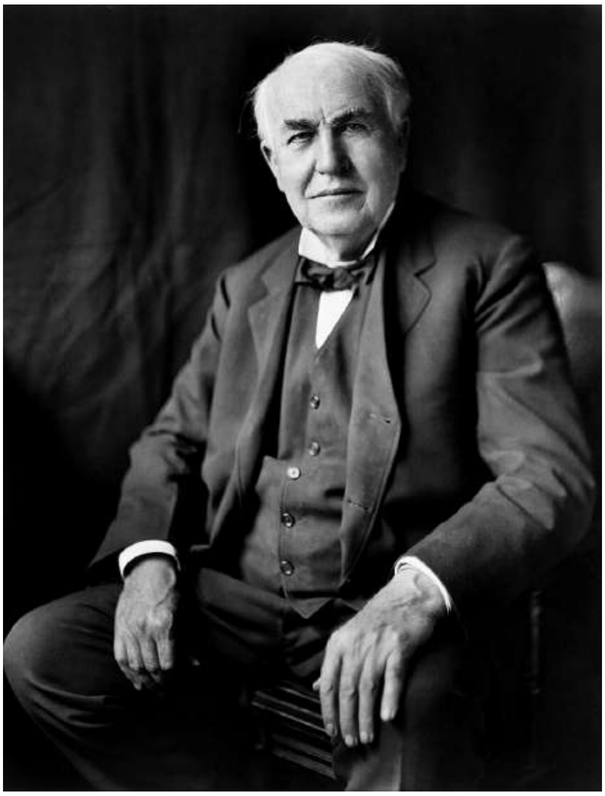
भाग 3E : हायमाबती

वयाच्या 9 व्या वर्षी, हायमाबतीचं लग्न झालं, तिच्या वयाच्या पाच पटीने मोठ्या असलेल्या विदुराशी. जेव्हा ती 12 वर्षांची होती तेव्हा तिचा नवरा मृत्यू पावला. वैद्यकीय कॉलेजात हायमाबती पहिली येऊनही, तिला सुवर्णपदक दिले गेले नाही कारण मुलांनी हरताळ करण्याची धमकी दिली. आणि वर्गात पहिलं आल्याबद्दल तिला रौप्यपदक देण्यात आलं.

भाग 3F : मुथूलक्ष्मी

मुथूलक्ष्मी शाळेमध्ये पडद्यामागे बसायची कारण ती मुलगी आणि देवदासीची कन्या होती. 1929 मध्ये बालविवाह प्रतिरोधक कायदा, अजून पास व्हायचा होता, अंशतः मुथुलक्ष्मी रेड्डींच्या प्रयत्नांचे आभार मानले पाहिजे. तिने देवदासी प्रणालीच्या शोषणाविरुद्ध कायद्याची ओळख करून दिली. मुलींना राहता येईल शिकता येईल आणि कमावता येईल असा निवारा उभारला. तिने अध्यार कॅन्सर इन्स्टिट्यूट उभारले.

हे ते लोक आहेत ज्यांनी गोष्टी सोडून देण्या ऐवजी किंवा गप्प बसण्या ऐवजी त्यांच्या कामाने आवाज उठवला. जागा घेऊ नका / तुम्हाला स्थान नाही, असे त्यांना जगाने सांगूनही, ते धावले आणि यशाने त्यांचा पाठलाग केला. त्यांनी स्वतः तर उत्तम कामगिरी केलीच, पण जगाला, त्यांनी जगण्यासाठी सुंदर जागा बनवली. त्यांनी स्वतःवर विश्वास ठेवला.



जर ते करू शकले तर आपण का नाही?

भाग : 4

तुम्हाला काय वाटतं आपल्याला खरोखर काय मर्यादित ठेवतं?

आपल्या निमित्तांपेक्षा आपला निर्धार अधिक मजबूत करूया.

- कधीही आपल्याला आपल्या गुणवत्तेची मर्यादा मर्यादित ठेवत नाही.
- कधीही आपल्याला आपल्या ज्ञानाची मर्यादा मर्यादित ठेवत नाही.
- कधीही आपल्याला आपल्या शारीरिक क्षमतेची मर्यादा मर्यादित ठेवत नाही.
- जवळजवळ नेहमीच, आपल्याला आपल्या आत्मिक संवादाची मर्यादा मर्यादित ठेवते.
- ही आपल्या धैर्याची मर्यादा आहे. ही आपल्या वचनबद्ध राहण्याची मर्यादा आहे. हा आपला आपल्या शिकण्याच्या क्षमतेवरचा अविश्वास आहे. ही आपल्या विश्वासावर ची मर्यादा आहे, जी बदल करण्याच्या क्षमतेला मर्यादित ठेवते.

जर आज पासून आपण आत्मिक मर्यादा बदलण्यास सुरुवात केली, तर उद्या आपण डोंगर हलवू शकू / मोठ्या आव्हानांना पार करू शकू. खेळ सुरू?

भाग : 5

विश्वास कसा निर्माण करायचा?

भाग 5A

- प्रत्येक कठीण टप्पा
- प्रत्येक वेळी पुन्हा नव्या विश्वासाने उभे राहणे
- प्रत्येक कठीण प्रकल्प / प्रोजेक्ट
- प्रत्येक आव्हानात्मक परिस्थिती
- प्रत्येक व्यक्ती जिला मदतीची गरज आहे

... ही संधी आहे स्वत:विषयी विश्वास निर्माण करण्याची.

भाग 5B

- आपण स्वत:वर तेव्हा विश्वास ठेवतो जेव्हा, आपण 100% आणि त्याहून थोडे अधिक प्रयत्न करतो.
- आपण स्वत:वर विश्वास ठेवतो, जेव्हा आपण निवड केलेल्या गोष्टींची जबाबदारी स्वीकारतो.
- आपण स्वत:वर विश्वास ठेवतो जिथे आपण उद्धटपणे वागू शकलो असतो तिथे आपण दयाळूपणा ने वागल्यामुळे.

लोकांनी आपल्यावर विश्वास ठेवणे आणि आपण स्वत:वर विश्वास ठेवणे हे दोन्ही समान रित्या महत्त्वाचे आहे.

भाग 5C

- विश्वासाची मागणी करता येत नाही. विश्वासाचा वारसा दिला जाऊ शकत नाही. विश्वास कमवावा लागतो.
- विश्वास तहान निर्माण करतो. विश्वासा शिवाय आयुष्य कठीण आणि हळू गतीचे आहे. विश्वासामुळे जीवनाचा खडतर प्रवासही, मोलाचा वाटतो.

भाग 5D

- पुढाकार घ्या आणि विश्वास कमवा त्या व्यक्तीचा ज्याची तुम्ही मनापासून काळजी करतात.
- पुढाकार घ्या आणि विश्वास निर्माण करा जे नातं तुम्हाला विकसित करायचा आहे त्यात.
- पुढाकार घ्या आणि स्वत:विषयी विश्वास कमवा, त्याच्याशिवाय तुम्ही सामाजिक अनाथ असल्यासारखे आहात.

भाग 5E

मोठी साधन / संसाधन + विश्वास नाही ⟶ सुरुवात श्रीमंत, गरीबीत जगतात.

मोठे साधन+ पूर्ण विश्वास ⟶ सुरुवातीला श्रीमंत, श्रीमंतीत जगतात, अधिक श्रीमंत होतात.

भाग 5F

साधनांचा अभाव+ पूर्ण विश्वास ⟶ सुरुवातीला गरीब, श्रीमंतीत जीवन जगतात, अधिक श्रीमंत बनतात.

त्यामुळे साधनांन बरोबर तुम्ही कुठून सुरुवात करतात, याने काही फरक पडत नाही, तुम्ही नेहमीच संपूर्ण विश्वासाने जगायला हवे.

आणि हो,काहीही घडलं तरी, कधीही कोणाव्यक्तीचा विश्वास तोडू नका. कारण ती व्यक्तीच्या लायकीची अंतिम परीक्षा आहे.

जीवनावर विश्वास ठेवा. जर तुम्ही पुरले जात असाल, तर त्याचं कारण, तुमच्या नशिबात बीज च राहणं नाही तर जंगल बनणं आहे.

भाग : 6

ब्रेन टॅटूज