

## बुद्ध के 7 अनमोल उद्धरण जो तुम्हारी जदिगी को बना देंगे सुपरहटि!

भारतीय धरती पर भगवान राम, कृष्ण और गौतम बुद्ध के अद्भुत उपदेशों ने सदियों से लाखों दिलों को छुआ है। इस बार हम आपको बुद्ध के सात ऐसे मंत्र साझा करेंगे, जिन्हें अपनाने पर शेखी बखी और धन दोनों की राह अपने आप खुल जाएगी।

गौतम बुद्ध, एक राजकुमार से लेकर महायोगी बनकरबौद्ध धर्मकी नींव रखी। उन्होंने दुःख, दुःख का कारण, दुःख से मुक्ति और मुक्तिका मार्ग को चार आर्य सत्य के रूप में प्रस्तुत किया और सात मूलभूत शक्तिषाओं के माध्यम से मानव जीवन को सरल बनाया। नीचे इन सात अनमोल शक्तिषाओं को आसान बढि बढि में पेश किया गया है:

>> क्रोध को त्यागो जलते कोयले को पकड़ने जैसा, क्रोध केवल खुद को जलाता है। शांति और धैर्य को अपनाएँ।

>> मन को शुद्ध रखें आपका वचिर आपका भवषिय बनाता है। सकारात्मक सोच से ही उज्ज्वल जीवन बनता है।

>> दया और करुणा का अभ्यास हर इंसान संघर्ष में है। मदद करने से न सिर्फ उनके दर्द कम होते हैं, बल्कि आपका आत्म संतोष बढ़ता है।

>> करें कार्य, बनें प्रेरक आज का समय सबसे मूल्यवान है। आलस्य छोड़कर लक्ष्य उन्मुख रहें, तभी भवषिय उज्ज्वल होगा।

>> वनिम्रता अपनाएँ अहंकार आपको गरि सकता है, जबकि सादगी और वनिम्रता आपको ऊँचाइयों तक ले जाती है।

>> संतोष में सच्चा सुख लालच से दमन, संतोष से समृद्धि जो आपके पास है, उसमें खुशी ढूँढें।

>> समरसता का मध्यम मार्ग अत्यधिक भौतिकता या कठोर त्याग दोनों से कुछ नहीं मलित। जीवन में संतुलन ही सही दशिा है। इन सदिधांतों को अपनाकर न सिर्फ व्यक्तगित शांति मलित है, बल्कि सामाजिक और आर्थिक सफलता भी हाथ लगती है। वशि्व के कई महान व्यक्तियों ने इन शक्तिषाओं को अपनाकर ही अपने अपने क्षेत्र में शखिर तक पहुँचे हैं।

### महत्वपूर्ण प्रश्न और उत्तर

हर सुबह 5 10 मनिट ध्यान करें, क्रोध आने पर गहरी साँसें लें, और दनि भर सकारात्मक शब्दों का चयन करें। कार्य स्थल पर वनिम्रता एवं दया दिखाएँ, तथा अपने लक्ष्य कोष को छोटा छोटा चरणों में बाँटें। इस छोटे छोटे अभ्यास से सात सदिधांत वस्तुस्थिति में बनते हैं।

हाँ, क्रोध मुक्त मन तेज नरिणय लेता है, दया भरा दृष्टिकोण टीम को प्रेरति करता है और संतुलति लक्ष्य सदिधिव्यावसायिक स्थरिता लाती है। कई सफल उद्यमी ने स्वयं इन सदिधांतों को अपनेस्ट्रेटेजी प्लानमें शामिल किया है।