

अगला
पेज देखें

यदि हम अपने दैनिक कार्यों का सावधानीपूर्वक विश्लेषण करते हैं, तो हमें प्रश्न का उत्तर खोजने में सक्षम होना चाहिए,

www.shreeradha.com
shreeradha.eschool@gmail.com
WhatsApp +91 9423209132

"हम किस लिए जीते हैं?"

दिन की शुरुआत करते हैं। यहाँ कुछ विशिष्ट क्रियाओं का विश्लेषण है, जो लगभग हम सभी अगले दिन तक करते हैं।

1. उठो। क्यों? क्योंकि नींद लेना ज्यादा सुखद नहीं है। क्योंकि आपको कुछ कार्य करने की ज़रूरत है, जो अधिक महत्वपूर्ण है, जो आपको यकीन है कि यदि वे कार्य नहीं करते हैं तो निश्चित रूप से आपको अप्रिय परिस्थितियों का सामना करना पड़ेगा।

इरादा: कम खुश स्थितियों को कम करके खुशी की तलाश करना।

2. ब्रश दांत: हे भगवान! हर दिन एक ही बात! दांत साफ न करने के अवांछित परिणामों से बचने के लिए आप ऐसा करते हैं।

इरादा: कम खुश स्थितियों को कम करके खुशी की तलाश करना।

3. वॉश लें: क्यों? क्योंकि आपको शरीर धोने में मजा आता है या आप अपने शरीर की देखभाल करना चाहते हैं, जिसमें सफाई की ज़रूरत है या दोनों हो सकते हैं।

इरादा: स्नान करने के माध्यम से खुशी की तलाश करना।

इरादा: कम खुश स्थितियों को कम करके खुशी की तलाश करना।

www.shreeradha.com
shreeradha.eschool@gmail.com
WhatsApp +91 9423209132

4. काम पर जाएं: क्यों? अपने बॉस से आदेश लेने के लिए? जिद्दी कर्मचारियों से निपटने के लिए? नहीं! आप काम करते हैं क्योंकि आप काम के माहौल को पसंद करते हैं या आप काम नहीं करने के अस्वीकार्य परिणाम से बचना चाहते हैं या दोनों हो सकते हैं।

इरादा: काम के माध्यम से खुशी की तलाश करना।

इरादा: किसी चीज को प्राप्त करके खुशी की तलाश करना, जो आमतौर पर पैसा है, जिससे आप मनचाहे सामान ला सकते जो आपको खुशी लाने में मदद करेंगे।

5. प्रेम प्रसंग: क्यों? जब आप अकेले होते हैं, तो अकेलापन आपको परेशान करने लगता है। तो तुम सुख को पाने की कोशिश करते हो दूसरों से प्यार और सेक्स संबंध बनाकर।

इरादा: ऐसे रिश्तों के माध्यम से खुशी की तलाश करना।

6. सो जाओ: क्या? दोबारा सोना? आप उठ गए क्योंकि लगातार सोने से आप संतुष्ट नहीं हो सकते थे!

आपका जवाब है, "हाँ! लेकिन अब मैं सभी

गतिविधियों से थक गया हूं। मुझे सोने की ज़रूरत है।"

इरादा: नींद के माध्यम से खुशी की तलाश करना।

इस प्रकार, आपको पता चल जाएगा कि किसी भी जीवित जीव अपनी प्रत्येक क्रिया को अपनी खुशी प्राप्त करने के लिए निर्देशित करता है। क्रियाएं एक दूसरे के साथ सीधे विपरीत हो सकती हैं। उदाहरण के लिए, उठना और सोना, संगीत सुनना शुरू करना और इसे बंद करना। ऐसी कई अन्य क्रियाएँ हैं लेकिन उनका उद्देश्य भी विभिन्न कार्यों के माध्यम से एक ही खुशी की तलाश करना है, खुशी के लिए ही आप किसी भी ही गतिविधि में लगे रहते हैं। गतिविधि कोई भी होने दें।

एक व्यक्ति कोई अवस्था में तब तक रहता है जब तक कि वह खुद को उस अवस्था को सुख पाने के लिए लाभदायक महसूस करता है।

www.shreeradha.com
shreeradha.eschool@gmail.com
WhatsApp +91 9423209132

अवस्था को बदलने की कोशिश तब करता है जब मौजूदा स्थितियां उस व्यक्ति को संतुष्टि नहीं देती हैं। और यदि उस व्यक्ति को उसी असंतुष्ट अवस्था में रहने के लिए मजबूर किया जाता है, जिसमें वो व्यक्ति आरामदायक नहीं है, तो वह व्यक्ति तनाव, दुःख, घबराहट, चिंता जैसे कुछ अप्रिय भावनाओं के साथ स्थिति का सामना करता है। यहां तक कि भाव और रोंने के माध्यम से इस तरह की अनचाही भावनाओं का प्रकटीकरण आसपास के व्यक्तियों को बताता है, "मैं खुश नहीं हूं। क्या आप कृपया मेरी स्थिति को बदल

सकते हैं? क्या आप कम से कम, मुझसे सहानुभूति रख सकते हैं ताकि मुझे थोड़ी राहत महसूस हो? ” इस प्रकार रोना भी खुशी की तलाश करने के लिए ही होता है। भले ही कोई भी पास में मौजूद न हो, लेकिन भावनात्मक आसु दुःख को हल्का करने में मदद करते हैं।

www.shreeradha.com

shreeradha.eschool@gmail.com

WhatsApp +91 9423209132

ऐसे ही जब एक व्यक्ति को उस स्थिति को बदलने के लिए मजबूर किया जाता है जिसमें वह अभी भी खुश है और कई संकेत देता है जो हमें बताते हैं, “मैं बदलाव नहीं चाहता। कृपया मुझे वहीं रहने दें जहां मैं हूँ। ”

खुशी की इस भावना के लिए कई पर्यायवाची शब्द हैं। उनमें से कुछ हैं: संतुष्टि, राहत, मन की शांति, रोमांच, उत्साह, परमानंद, आनंद, खुशी।

संक्षेप में, खुशी वह अच्छी भावना है जिसका सभी द्वारा स्वागत किया जाता है।