

# Mindset

माइंडसेट में हम देखेंगे कि कामयाबी हासिल करने के लिए आपको किस तरह की सोच रखनी चाहिए। यह किताब हमें दो अलग अलग माइंडसेट के बारे में बताती है और साथ ही यह भी बताती है कि सफल लोगो के पास कौन सा माइंडसेट होता है। इस किताब से हम सफल होने के माइंडसेट के बारे में जानेंगे।

**यह किसके लिए है**

- वे जो सोचते हैं की सफलता हासिल करना सबके बस कि बात नहीं।
- वे जो अलग अलग लोगो की अलग अलग सोच के बारे में जानना चाहते हैं।
- वे जो गलतियों के महत्व के बारे में जानना चाहते हैं।

**ग्रोथ माइंडसेट के साथ आप आगे बढ़ सकते हैं और फिक्स्ड माइंडसेट के साथ आप एक सीमा में कैद हो जाते हैं।**

शायद आप कुछ ऐसे लोगो से मिले हो जो यह मानते हैं कि सफलता हासिल करने वाले लोग अपने हुनर के साथ पैदा हुए थे। वे ये मानते हैं कि अगर उनके पास पैदाइशी हुनर नहीं है तो वे कभी सफलता नहीं पा सकते हैं। ऐसे लोग अक्सर वे होते हैं जो सफल नहीं हो पाते।

जब लोग सफलता हासिल ना करने पर निराश हो जाते हैं तब वे दूसरे को दोष देने लगते हैं। उनके हिसाब से भगवान ने उन्हें कोई हुनर नहीं दिया या दूसरो के मुकाबले कम हुनर दिया। ऐसे लोग फिक्स्ड माइंडसेट के होते हैं।

दूसरी तरफ आप ऐसे भी लोगो से मिले होंगे जो यह सोचते हैं कि अगर वे चाहे तो कुछ भी कर सकते हैं। ऐसे लोगो का मानना है कि वे ज्यादा मेहनत करके और अपने काम को ज्यादा वक्त दे कर किसी भी मुश्किल पर जीत हासिल कर सकते हैं। ऐसे लोग जिंदगी भर कुछ ना कुछ सीखते रहते हैं और एक बेहतर इंसान में खुद को बदलते रहते हैं। इस माइंडसेट को ग्रोथ माइंडसेट कहा जाता है।

एक सही माइंडसेट ही हमारे फ्यूचर का सही फैसला करता है। अगर हम सोचे की हम यह काम कर लेंगे तो हम बिल्कुल सही सोच रहे हैं। और अगर हम सोचे की यह काम नहीं कर पाएंगे तो भी हम बिल्कुल सही सोच रहे हैं।

हमारा माइंडसेट ही यह फैसला करता है कि क्या हम समय के साथ खुद को बदल सकते हैं या नहीं। अगर आपको अपने हालात बदलने हैं तो आप सबसे पहले अपना माइंडसेट बदलिए।

## फ़िक्स्ड माइंडसेट के लोग एक फ़िक्स्ड सोच रखते हैं और उसके ऊपर नहीं उठते!

फ़िक्स्ड माइंडसेट के लोगो का मानना होता है कि टैलेंट किसी इंसान में पैदाइशी ही होता है। उनका मानना है कि अगर वे बचपन से खेल कूद में या लिखने पढ़ने में तेज नहीं हैं तो उसकी सिर्फ एक ही वजह है कि वे उस काम के लिए नहीं बनाए गए। किसी नई चीज को सीखने के बजाय वे हमेशा अपनी सीमाओं में ही रहने के बारे में सोचते हैं और सिर्फ उसी काम पर ज्यादा ध्यान देते हैं जो वे पहले से कर रहे हैं।

फ़िक्स्ड माइंडसेट के लोगो का मानना होता है कि आदमी अपने आप को बदल नहीं सकता। उनके हिसाब से अगर आप बचपन से ही पढ़ने लिखने में कमजोर हैं तो आप चाहे कितनी भी कोशिश कर लें आप जिंदगी भर ऐसे ही रहेंगे। क्योंकि ये लोग कुछ अलग करने की कोशिश नहीं करते इसीलिए ये गलती करने से बहुत डरते हैं।

उनके हिसाब से अगर आप अपनी पूरी जिंदगी में एक भी गलती करते हैं तो आप हमेशा के लिए बेवकूफ इंसान माने जाएंगे। अगर उनसे कोई गलती भी हो जाए तो वे उसे छुपाने की पूरी कोशिश करते हैं जिससे कोई उनकी बुराई ना कर पाए। वे हमेशा अपने आप में और दूसरों में कमियां ढूंढते रहते हैं और सोचते हैं कि दूसरे भी उनके अंदर कमी ढूंढ रहे होंगे।

फिक्स्ड माइंडसेट के लोग हमेशा दूसरों से अपनी परफॉर्मेंस के बारे में पूछते रहते हैं जिससे वे अपने ईगो को शांत करके यह सोच सके कि लोग उनके बारे में अच्छा सोचते हैं।

फिक्स्ड माइंडसेट के लोग जब भी किसी नए काम की सुरु करने की कोशिश करते हैं और उसे सही से नहीं कर पाते तो वे सोचने लगते हैं कि वे जिंदगी भर उस काम को नहीं कर पाएंगे और निराश होकर उस काम को छोड़ देते हैं। अपने नए काम को मेहनत और समय देने के बजाय वे पहले दिन की प्रैक्टिस में गोल्ड मेडल जीतने के बारे में सोचते हैं और अगर वो गोल्ड ना जीत पाए तो सोचने लगते हैं कि यह काम उनके लिए नहीं है।

**ग्रोथ माइंडसेट रखने वाले लोग मेहनत कर किसी भी काम में माहिर बन जाते हैं।**

कुछ लोग यह सोचते हैं कि अगर वे मेहनत करें, काम में एक बार फेल हो जाए पर फिर से कोशिश करें और बार बार प्रैक्टिस करें तो वे कुछ भी कर सकते हैं। ऐसे लोग सही मायनों में एक स्टूडेंट होते हैं और जिंदगी भर एक स्टूडेंट ही रहते हैं।

अगर आप एक महीने के लिए एक टीचर की नौकरी कर लें तो आपको एक क्लास में ही दोनों माइंडसेट के बच्चे मिलेंगे। अगर आप कोई नया सवाल पूछें तो कुछ बच्चे तुरंत उसका जवाब देने की कोशिश करते हैं भले ही वे गलत जवाब दे रहे हों। वे फेल होने से नहीं डरते और हर नए सवाल का जवाब देने की कोशिश करते हैं। दूसरी तरफ आपको कुछ ऐसे भी बच्चे मिलेंगे जो बस

तभी हाथ उठाते हैं जब उन्हें सवाल का जवाब पूरी तरह से पता हो। ये बच्चे फिक्स्ड माइंडसेट के होते हैं।

ग्रोथ माइंडसेट के बच्चे किसी भी नए सवाल को एक चैलेंज की तरह देखते हैं। वे मानते हैं कि प्रैक्टिस से वे हर काम कर सकते हैं। वे हमेशा अपने आप को बेहतर बनाने के लिए नए रास्ते खोजते रहते हैं और अपने अंदर की कमियों को ढूंढते रहते हैं। वे पुराने तरीके को छोड़कर नए तरीके खोजते रहते हैं और हर तरह से अपने आप को सुधारने की कोशिश करते रहते हैं।

जिन लोगो के पास ग्रोथ माइंडसेट होता है वो हमेशा परेशानियों का स्वागत करते हैं। अपने रिश्ते में वे अपने पार्टनर को सुधारने की कोशिश करते हैं, टीम में खेलते वक्त वे टीम के लिए ही खेलते हैं, अपने कर्मचारियों से समय समय पर राय लेते रहते हैं और अगर कोई उनकी पार्टी करे तो बुरा ना मानकर बुराई पर विचार करते हैं और उसे सुधारने की कोशिश करते हैं।

**फ़िक्स्ड माइंडसेट के लोग अपने आप को बेहतर साबित करने की कोशिश करते हैं जबकि ग्रोथ माइंडसेट के लोग अपने आप को बेहतर बनाने की कोशिश करते हैं।**

आइए हम फिक्स्ड माइंडसेट और ग्रोथ माइंडसेट के एग्जाम्पल पर एक नजर डालें। ली लकोका जब क्रिस्लर मोटर्स के सीईओ बने तब वो कंपनी डूबने वाली थी। लेकिन लकोका के आ जाने के बाद वह कंपनी फिर से पानी के उपर आ गई। लकोका को तुरंत फैसले लेने की आदत थी जिससे उसने कंपनी डूबने से बचाया।

लेकिन इसके बाद लकोका अपनी जीत के गुण गाने लगा। वह अपने आप को बड़ा महान समझने लगा और अपनी इमेज बनाने पर ध्यान देने लगा वो हमेशा दूसरों से अपने बारे में राय लेता रहता था।

लकोका फिक्स्ड माइंडसेट का व्यक्ति था। वह हमेशा अपनी इमेज बनाने के बारे में सोचता था और दूसरों से अपने बारे में राय लेता रहता था । उसका यह व्यवहार ये दिखाता है कि वह हमेशा अपने आप को बेहतर साबित करने की कोशिश करता है।

इसके अलावा जो लोग ग्रोथ माइंडसेट के होते हैं वे हमेशा बेहतर बनने की कोशिश करते हैं ना कि अपने आप को बेहतर साबित करने की। इसका एग्जाम्पल है लोउ जन्सर्टर ।

जब आइबीएम (IBM) कंपनी बहुत घाटे में जाने लगी तब उन्होंने उसकी जिम्मेदारी ली। उन्होंने देखा कि यहां के कर्मचारी आपस में ही एक दूसरे से सहमती नहीं रखते हैं और अपने आप को सही साबित करने की कोशिश करते हैं। वे सब अपना काम तो कर रहे थे पर एक साथ काम नहीं कर रहे थे जिससे कंपनी ठीक से नहीं चल पा रही थी

उन्होंने कंपनी में टीमवर्क को बढ़ावा दिया। वे उन कर्मचारियों को इनाम देने लगे जो दूसरी की मदद करते थे उन्होंने बात चीत करने के साधन बढ़ा दिए जिससे कंपनी के हर हिस्से के लोग आपस में बात कर सके। इसके अलावा वे खुद कर्मचारियों के साथ मिलकर काम करने लगे जिससे वे उनके करीब आ सके और उनके विचारों के बारे में जान सके।

जन्सटर् के इस काम कि वजह से कंपनी को सफलता मिली। उनकी कंपनी के कर्मचारी आपस में मिल जुल कर काम करने लगे जिससे कंपनी एक बार फिर से ऊंचाईयों को छूने लगी।

## **फ़िक्स्ड माइंडसेट के लोगों को हारना बिल्कुल पसंद नहीं है।**

फ़िक्स्ड माइंडसेट के लोग यह सोचते हैं कि उन्हें को बनना था वो बन चुके हैं और अब इससे बेहतर नहीं बन सकते। इसलिए अगर उनसे कोई गलती होती है तो उसे सुधारने के बजाए उसपर पर्दा डालने की जरूरत करते हैं। वे हमेशा अपनी गलती के लिए दूसरो को दोष देते हैं और कभी खुद को बेहतर बनाने के बारे में नहीं सोचते। वे गलतियों से सीखने की कोशिश नहीं करते हैं।

दूसरी तरफ ग्रोथ माइंडसेट वाले लोगो का मानना होता है कि उनकी नाकामयाबी के लिए सिर्फ वे ही जिम्मेदार हैं और अगर उन्हें कामयाब होना है तो उन्हें दूसरों में गलतियां और कमियां निकालना छोड़कर खुद को बेहतर बनाने की कोशिश करनी होगी। वे हर बार अपनी गलतियों से सीखने की कोशिश करते रहते हैं और इस दौर में बेहतर बनते रहते हैं। ऐसे लोग अपनी जिंदगी में कामयाबी हासिल करते हैं। अगर वे हार जाए तो वे बेइमानी नहीं करते और नाही अपनी गलती पर पर्दा डालने की कोशिश करते हैं।

इतिहास का हर सफल व्यक्ति ग्रोथ माइंडसेट का था। कामयाबी एक रात में कभी हासिल नहीं की जा सकती। जैसे जैसे आप खुद में बदलाव और सुधार करते रहते हैं यह धीरे धीरे आपके पास आती रहती है और एक दिन जब आप पूरी तरह से इसके काबिल हो जाते हैं आपके साथ हमेशा के लिए रहने लगती है।

**फ़िक्स्ड माइंडसेट के लोग अच्छी और बुरी किस्मत पर विश्वास करते हैं और ग्रोथ माइंडसेट के लोग अपनी किस्मत खुद से लिखते हैं।**

फ़िक्स्ड माइंडसेट के लोगो को किसी भी मुश्किल हालात का सामना करने में हमेशा परेशानी होती है। वे उस मुश्किल हालात से निकलने की कोशिश करने के बजाय यह मान लेते हैं कि यही उनकी किस्मत है। जब वे किसी दूसरे को अपने जैसे हालात में फंसे रहने के बाद उससे निकलता हुआ देखते हैं तो वे सोचते हैं की उसकी किस्मत में निकलना लिखा था इसीलिए वह निकल रहा है।

इस तरह की सोच रखने वाले लोग अच्छी किस्मत के काबिल नहीं हैं इसलिए उनकी किस्मत अच्छी नहीं होती। अगर वे उस मुश्किल हालात से निकलने की कोशिश करेंगे तो वे अच्छी किस्मत के काबिल बन जाएंगे और सफल हो जाएंगे। अगर वे मुश्किल हालात का सामना ही नहीं करेंगे तो अच्छी किस्मत खुद उनसे दूर भाग जाएगी।

ग्रोथ माइंडसेट के लोग अपनी किस्मत खुद लिखने की जिम्मेदारी उठाते हैं। एग्जाम्पल के लिए आप विल्मा रुडोल्फ को के लीजिए छोटी उम्र में ही उन्हें



पोलियो की बीमारी हो गई थी और डॉक्टर ने कहा था कि वे कभी चल नहीं पाएंगी। लेकिन उनकी मां ने उनका हौसला बढ़ाया और कहा कि वो एक दिन जरूर चलेंगी।

फिर विल्मा ने 1960 की ओलंपिक की रेस में तीन गोल्ड मेडल जीते। उन्होंने अपनी किस्मत को चुपचाप स्वीकार नहीं किया बल्कि उसे बदलने की पूरी कोशिश की और वो कर दिखाया जो को सुनने में असंभव सा लगता है।

इसके अलावा सुधा चंद्रन एक ऐसी नृत्यांगना थी जिनके एक पैर नहीं थे। छोटी उम्र में ही एक पैर कट गया था लेकिन उन्हें नाचने का इतना शौक था कि कटे हुए पैर ने उनका हौसला नहीं तोड़ा। वे अपने समय की सबसे बड़ी नृत्यांगना थीं।

किस्मत हमारी लकीरों में है तो लकीरें हमारे हाथों में। अगर आप उसे बदलना चाहते हैं तो आपको ग्रोथ माइंडसेट को अपनाना होगा।

**पैरेंट्स और टीचर्स बच्चों के फिक्स्ड या ग्रोथ माइंडसेट के लिए काफी हद तक जिम्मेदार होते हैं।**

ज्यादातर पैरेंट्स अपने बच्चों को हमेशा जज करते रहते हैं। इसके बजाय कि वे उन्हें सीखने के लिए आगे बढ़ाएं वे उनसे साफ साफ कह देते हैं कि - "यह गलत है" या फिर "तुमने यह ठीक नहीं किया"। जब पैरेंट्स अपने बच्चे से इस तरह के शब्द कहते हैं तब उनका बच्चा हमेशा सही करने की कोशिश करने

लगता है। उसे लगने लगता है कि अगर वो कुछ ग़लत करता है तो इसके लिए उसे मार या डांट खानी होगी।

जब बच्चे के मन में ऐसी मानसिकता बनने लगती है तो वह अपनी ग़लती को छुपाने या ग़लती करने से दूर भागता है। वो हमेशा लोगो में अपनी इमेज बनाने लगता है और कोई नया काम इसीलिए नहीं करता है क्योंकि उस पर होता है कि इसमें उससे ग़लती होगी जिसके लिए उसे डांट खानी होगी।

पैरेंट्स के अलावा बच्चे के टीचर भी उसका माइंडसेट बनाने के लिए काफी हद तक जिम्मेदार होते हैं। जब वे अपने बच्चो को सीखने के लिए या कुछ अलग करने के लिए बढ़ावा देते हैं तब उनके बच्चे सोचने लगते हैं कि ग़लतियों से ही हम कुछ नया सीखते हैं और बार बार कोशिश करके हम उन्हें कम कर सकते हैं।

लेकिन जब टीचर अपने बच्चो को बेवकूफ़ कहने लगे या फिर कमजोर बच्चो की तुलना तेज बच्चो से करने लगे तो कमजोर बच्चो के अंदर यह मानसिकता बनने लगती है कि जिन लोगो के पास पैदाइशी हुनर है बस वही सफल हो सकते हैं। वे इस बात को मानने लगते हैं कि वे चाहे कितनी भी कोशिश कर ले वे बेहतर नहीं बन पाएंगे। इससे उसके अंदर फिक्स्ड माइंडसेट बनने लगते हैं।

अगर आप एक पैरेंट्स या टीचर हैं तो यह बातें आपके बच्चो के फ्यूचर के लिए बहुत जरूरी हैं।

## कामयाबी हासिल करने के बाद ग्रोथ माइंडसेट का होना बहुत जरूरी है।

अब आपके दिमाग में यह सवाल उठ रहा हो कि क्या हम फिक्स्ड माइंडसेट से छुटकारा पा सकते हैं? अगर हां तो कैसे? अच्छी बात यह है कि हां, हैं फिक्स्ड माइंडसेट से छुटकारा पा कर कामयाबी हासिल कर सकते हैं।

सबसे पहले आप किसी भी चीज को अच्छा या बुरा मत समझिए। अगर आपसे कोई गलती हो जाती है तो आप अपने आप के बारे में या गलती करने के बारे में बुरा मत सोचिए। आप सोचिए की गलतियां हो जाती है और उन्हें सुधारा जा सकता है। आप अपनी गलतियों को अपनी बेवकूफी की निशानी ना समझ कर उन्हें सीखने का एक जरिया समझिए।

फिक्स्ड माइंडसेट को छोड़ना इतना आसान नहीं होता। क्योंकि आपको गलती करने से डर लगता है और आप सोचते हैं की इसके लिए लोग आपको बेवकूफ समझेंगे या आपकी बुराई करेंगे इसीलिए आप कुछ नया करने की कोशिश ही नहीं करेंगे।

इससे छुटकारा पाने के लिए आपको सबसे पहले लोगो को अनदेखा करना सीखना होगा। आपको यह सोचना होगा कि लोगो के कुछ भी कहने से कोई फर्क नहीं पड़ता क्योंकि आपकी जिंदगी लोगो की मेहरबानी से नहीं चल रही। आपको अपने अंदर से "लोग क्या कहेंगे" वाली सोच को निकालना होगा।

फिक्स्ड माइंडसेट को पूरी तरह से छोड़ने की कोशिश मत कीजिए। कोई भी पूरी तरह से फॉर्मेट नहीं होता। आप बस एक एक करके अपने अंदर की कमी को पहचान कर उसे निपटने की कोशिश कीजिए।

ग्रोथ माइंडसेट के साथ आप कोई भी काम कर सकते हैं। यह आपके अंदर छुपी हुई वो ताकत है जिसके बारे में आप नहीं जानते थे। आपको बस इस ताकत को अपने अंदर से बाहर लाना होगा और इस पर काम करना होगा।

## conclusions

कामयाबी हासिल करने के लिए ग्रोथ माइंडसेट का होना बहुत जरूरी है। फिक्स्ड माइंडसेट हमें गलतियां करने से रोकता है जिससे हम कोई भी नया काम नहीं करते और जहां है वहीं पर हमेशा के लिए रह जाते हैं। इस माइंडसेट के साथ हम हमेशा अपने आप को बेहतर साबित करने की कोशिश करते हैं और अपनी कमियों पर ध्यान नहीं दे पाते। कामयाबी हासिल करने के लिए इससे छुटकारा पाना होगा।

और भी अच्छी और 'नॉलिजब्ल' बुक पढ़ने के लिए जुड़े रहे हमारे साथ

Whatsapp number- 7209608270

Websites- [www.worldwidenovel.com](http://www.worldwidenovel.com)

व्हाट्सएप link- <https://bit.ly/2OQKiXK>