The 50th Law

Book Summary of The 50th Law

This book explains how we can become powerful and achieve success in our lives without fear

BY RENU KARKI

EBOOKSIND

JOIN CHANNELS

HTTPS://T.ME/EBOOKSIND

HTTPS://T.ME/BOOKS_KHAZANA

HTTPS://T.ME/GUJARATIBOOKZ

HTTPS://T.ME/MARATHIBOOKZ

The 50th Law

Book Summary Hindi

Become Powerful by Becoming Fearless

आज की किताब है The 50th Law पर आधारित है | इस किताब में ये बताया गया है की किस तरह हम अपने जीवन में बिना डर के साथ Powerful बन सकते हैं और सफलता हासिल कर सकते हैं | ये किताब बताती है की अगर हम अपने ऊपर पूरा नियंत्रण कर लें तो हम वो सब पा सकते हैं जो शायद हमने कभी सोचा भी न हो | इस किताब में बताया गया है की आपको आत्मनिर्भर बनने के लिए क्या क्या करना चाहिए और दूसरों के ऊपर निर्भर रहना आपके लिए किस तरह गलत हो सकता है | इस किताब में आपको ये भी बताया गया है कि आपको सच के साथ रहने के लिए क्या क्या करना चाहिए | इस किताब को 10 chapters में बाँटा गया है और हर अध्याय में ये बताया गया है कि किस तरह आप अपने जीवन में कुछ नियमों को अपना कर Powerful बन सकते हैं ||

WRITER लिखते हैं कि डर एक तरह के जेल की तरह होता है और हमारी शक्तियों को limited कर देता है इसलिए हम अपनी ABILITIES का पूरी तरह से उपयोग नहीं कर पाते | ऐसी कोई परेशानी नहीं है जो डरे बिना Powerful बनने में किसी भी व्यक्ति के रास्ते में खड़ी हो सकती है और जो लोग अपने जीवन में इस 50 वें law का अभ्यास करते हैं उन् लोगों के अंदर साहस , निडरता , हर चीज को अपने नज़रिये से देखना , अपने नियम खुद बनाना , और ऐसे कई गुण होते हैं जो उन लोगों को हर परिस्थिति से मुकाबला करने की अद्भुत हिम्मत देते हैं और अन्य लोगों के बीच उन लोगो को विशेष ताकत प्रदान करते हैं |

चलिए में आपको बताता हूँ कि 50th नियम क्या है ? शुरुआत करते हैं पहले chapter से |

1. तेज़ी से सच को पहचानना

Writers लिखते हैं कि आपको जीवन की हर परिस्थिति का हिम्मत दिखाते हुए सामना करना चाहिए | जब आप अपनी परिस्थितियों को और जो आपके आसपास चल रहा है उन चीजों पर ध्यान देते हैं तो आप बहुत जल्दी उन सभी परिस्थितियों से लड़ लेते हैं उन से बाहर निकल जाते हैं | इस तरह जो लोग आपके बारे में पहले गलत बोला करते थे या आपके खिलाफ कोई साज़िश बनाते थे , वे सभी लोग हार जाते हैं लेकिन इसके लिए ये ज़रूरी है कि आप अपने अंदर से हर प्रकार के डर को ख़त्म कर दें | आप जो भी देखते हैं , जो भी सोचते हैं उसी हिसाब से अपनी प्रतिक्रिया करते हैं | अगर आप खुद पर विश्वास करते हैं तो अपने आस पास की हर सही चीज़ को पहचान लेते हैं |

वर्तमान में अगर आप ताकतवर बनना चाहते हैं तो अपने जीवन जीना का तरीका कैसा बनाएं , इसके लिए कुछ बातें आपको ज़रूर ध्यान रखनी होगी जैसे :-

अगर आपके आसपास कोई Opporchunity है तो आप उसे निडरता और साहस के साथ खुलकर हासिल कीजिए और अपने आप को आगे बढ़ने का मौका दीजिये |

आपको अपने Comfert Zone से बाहर निकलना होगा और अपने विचारों को खुल कर सबके सामने ख़ास कर खुद के सामने रखना होगा |

हमेशा समस्या की जड़ तक जाइये | अगर आप समस्या कि जड़ तक नहीं जायेंगे तो आप परेशानी को पूरी तरह ख़त्म नहीं कर पाएंगे | अगर आप किसी बात को लेकर बहुत ज्यादा emotional हो जातें है तो हो सकता है कि आपको ये छो समय के लिए देखने में अच्छा लगे लेकिन आगे चलकर emotional होकर लिया गया आपका कोई भी फैसला आपके लिए गलत होगा |

आप जो देखते हैं जो सोचते हैं वो ये निश्चित करता है कि आपके आस पास क्या चल रहा है | इसलिए वर्तमान से आगे भविष्य को देखिये अगर आपके पास अपने जीवन में कोई लक्ष्य है तो उसे एक बार अपने दिमाग में details देख लीजिये और उसी रास्ते पर चलिए जो आपको आपके लक्ष्य तक पहुंचाए |

लोगों को उनके शब्दों से नहीं बल्कि उनके कार्यों से Judge कीजिये |

अपने आप को हमेशा Real रखिये और सच्चाई से ही प्यार कीजिये ताकि आपकी ताकत भी पूरी तरह real हो |

2.आत्मनिर्भरता जिससे आप सब कुछ पा सकते हैं

Writer लिखते हैं कि अगर आप दूसरों के लिए काम करते हैं तो आप उनकी दया पर निर्भर होते हैं | वह आपके और आपके काम दोनों के मालिक होते हैं और इस तरह आपकी जो Creativity होती है , आपकी जो सोचने की और कुछ अच्छा करने की ABILITY होती है वह कहीं ना कहीं खत्म हो जाती है | ऐसा तब होता है जब आपको किसी नए काम को करने से डर लगता है | लेकिन अगर आपने किसी नए काम की शुरुआत ही नहीं कि तो आपको कैसे पता चलेगा कि आप successful होते या unsuccessful और चलेगा अगर आप असफल हो भी गए तो भी आपको ये पता चलेगा कि अभी आपको और कितनी मेहनत करनी है | यहां पर हम आपको कुछ ऐसी बातें बता रहे हैं जिसके द्वारा आप अपनी ABILITIES का उपयोग खुद ही कर सकते हैं और powerful बन सकते हैं |

अपने खाली समय का उपयोग कीजिए और नयी चीजों को खोजिये | कुछ ऐसी बातें जो सिर्फ आपको पता हों |

आप को हमेशा यह बात याद रखनी चाहिए कि आप अपने जीवन जीवन के मालिक खुद बनना चाहते हैं या बहुत जल्दी पैसा कमाना चाहते हैं क्योंकि दोनों में से कोई एक बात ही हो सकती है या तो आप बहुत ज्यादा पैसा कमा सकते हैं या अपनी लाइफ को अपनी तरह से CONTROL कर सकते हैं और powerful बन सकते हैं | इसलिए अपने जीवन में सही चीज का चुनाव कीजिए | अगर आपकी ABILITIES का उपयोग कोई दूसरा व्यक्ति अपने फायदे के लिए कर रहा है तो ज्यादा अच्छा है कि आप अपनी ABILITY का उपयोग खुद

अपने लिए करें |

आपको जीवन के सारे लक्ष्य ऐसे बनाना चाहिए कि वह हमेशा ऊंचाई की ओर जाएं | अगर आप अपने जीवन में किसी भी काम में अकेले होते हैं तो आपका उस काम पर Control रहता है और आप ही उस काम की दिशा निर्धारित करते हैं और आपको पता भी होता है कि आपके लक्ष्य में आपका Ideal यानि आदर्श कौन होगा | लेकिन आपको अपने Business के लिए कोई Partner चाहिए ही तो आप हमेशा ऐसे व्यक्ति को चुनिए जो आपके अनुसार काम करें और आप जैसा चाहते हैं उसी दिशा में चलें |

Writer लिखते हैं कि आप जैसे भी हैं , जिस भी तरह का आपका व्यवहार है , आप दुनिया में एक ही हैं | इसलिए आपके पास जो भी Idea है वो सबसे हट के हैं और यही आपकी ताकत है |

3. आशावादी बनिये , चीजों को बुरे से अच्छे में बदलिए

जब आपके जीवन में सब कुछ अच्छा चल रहा हो तो आपको सतर्क रहना चाहिए | क्यूंकि समय की गति हमेशा चलती रहती है और जब बुरे दिन आएंगे तो हम सबको उन्हें संभालना भी आना चाहिए | इसके विपरीत चीजें बहुत खराब चल रही हों तब हमें बहुत ज्यादा साहसी और निडर दिखना चाहिए | हम में से ज्यादातर लोग ये मानते हैं कि हर किसी के जीवन में कुछ सुनहरे अवसर ज़रूर आते हैं और सब लोग उन अवसरों को आने का इंतज़ार करते हैं इस कारण हम खुद आगे बढ़ कर कुछ नहीं कर पाते और हमारा डर बाहर नहीं निकल पाता | लेकिन अगर आपको ताकतवर बनना है तो किसी भी मौके का इंतज़ार मत कीजिये बल्कि खुद मौके तैयार कीजिये | ज्यादातर लोग आमतौर पर एक सही मौका पाने के लिए बहुत लंबा इंतजार करते हैं। वे अधिक पैसा या बेहतर SITUATIONS चाहते हैं। इससे पहले कि आप सोचें कि आप तैयार हैं , आपको विपरीत दिशा में जाना चाहिए और आगे बढ़ना चाहिए। ऐसा करने पर आपको ये भी लग सकता है कि आप अपने लिए SITUATIONS को थोड़ा और कठिन बना रहे हैं , जानबूझकर अपने रास्ते में परेशानियां पैदा कर रहे हैं लेकिन यह शक्ति का एक कानून है कि अगर आप अपने स्वयं के लिए कुछ अच्छा सोचें तो परेशानियां और भी बढ़ जाती है लेकिन यही आपके लिए सफलता के रास्ते तैयार करती हैं और आपकी ऊर्जा को बढ़ाती हैं |

इसके लिए कुछ सुझाव Writers ने बताएं हैं जैसे :-

आपके पास जो भी है उसे ही सबसे महत्वपूर्ण बनाइये |

सारी परेशानियों को Oppurchunities में बदल लीजिये |

हमेशा अपने जीवन के Turning Points पर फोकस कीजिये |

अपने तैयार होने का इंतज़ार मत कीजिये बस चलते रहिये |

4. हमेशा वक़्त से साथ आगे बढ़े

WRITERS लिखते हैं कि कभी भी दूसरों को अपने आप को नीचा दिखाने का मौका ना दें | हमेशा आगे बढ़ते रहे और जो भी आपके अंदर बदलाव है उन्हें महसूस करें | जीवन की एक विशेष गति होती है जो चलती रहती है और साथ साथ में बदलाव भी होते रहते हैं | अगर

आज कुछ है तो कल कुछ और होगा | जो लोग वर्तमान में चल रहे बदलाव को रोकने की कोशिश करते है वो हमेशा पीछे रह जाते हैं और वो लोग बहुत अजीब व्यवहार करने लगते हैं | अगर आप आगे बढ़ने का विरोध कर रहे हैं तो आप वर्तमान के खिलाफ चलने की बेकार कोशिश कर रहे हैं |

इस के लिए कुछ तरीके यह है कि जैसे :-

आप अपने Mental Flow को रुकने न दें | हमेशा उत्सुक बने रहें और अपने ज्ञान को एक क्षेत्र तक सीमित न करें |

अपनी भावनाओं को बहने दें | जो भावनाएं आपको आगे बढ़ने से रोक रहीं है उन्हें पूरी तरह ख़त्म कर दें |

SOCIAL RELATIONS को बढ़ावा दें और जो लोग आपके साथ काम करते हैं उनके ऊपर विश्वास करें और लोगों से घुलना मिलना हमेशा जारी रखें |

अपने CULTURAL प्रभाव और TRADITIONS को आगे बढ़ाएं और आप जो सोचते हैं , जो करते हैं , या जो करना चाहते हैं उसे खुल कर सबके सामने बोलें |

5. गुस्सा वहीं करिये जहाँ उसकी ज़रूरत हो

दोस्तों 50 Cents ने इसमें लिखा है कि आपकी प्रतिभा और अच्छे इरादे इस दुनिया में कभी भी पूरे नहीं है | आप जब अच्छा बनने की कोशिश करेंगे आप तभी आगे बढ़ते जाएंगे | इसलिए आप को निडर और STRATEGIC होना चाहिए | आपको PLANS बनाकर ही चलना चाहिए | अगर आपको लगता है कि आप अपने जीवन की हर परेशानी को हल करने में ABLE है तो यकीन मानिये आप उस वक़्त सबसे ज्यादा परेशानी में है | Writers यहाँ कुछ ऐसी SITUATIONS बता रहे हैं जहाँ आपको AGGRESSIVE होने की जरुरत है जैसे :-

जो भी चीजें आपको गुस्सा दिलाती है उनसे लड़िये मत बल्कि उनका ध्यान भटकाइए | ज़रूरत पड़ने पर पीठ के पीछे से वार कीजिए |

जो PASSIVE AGGRESSOR होते हैं उनके खिलाफ बोल्ड , और उचित कार्रवाई करें | आप अपना खेल खेलें , DISTRACT न हों , निडर रहें और उनके साथ मुकाबला करें |

अगर कुछ ऐसी SITUATIONS हैं जिनमें आपको लग रहा है कि आपके साथ अन्याय हो रहा है तो ऐसी स्थिति से बाहर निकलने के लिए आपको अपने इरादों के बारे में CLEAR होना चाहिए | आपको लोमड़ी कि तरह चालाक बनना पड़ेगा | आपको दुश्मन को हराने के लिए जो कुछ भी करना पड़े उसे करने के लिए तैयार होना चाहिए | चाहें कुछ भी हो जाए आपके लिए आपकी पहली PRIORITY ताकतवर बनना होना चाहिए |

अगर आपको ऐसा लग रहा है कि कोई स्थिति अब इतनी मज़बूत हो गयी है कि उसे बदला नहीं जा सकता तो अपने खुद के नियम बनाइये और उन पर चलिए | क्यों की जंगल का राजा हमेशा अपने ही नियम बनाता है और बाकी जानवर उसके बनाये नियमों पर ही चलते हैं |

जिस काम को करने में आपको मज़ा नहीं आ रहा है उस काम को मत कीजिए | ऐसी लड़ाई

मत लड़िए जिसे जीतना मुश्किल हो |

6.सब अपने हाथ में लीजिये , सामने से नेतृत्व करें

आपको अपने आप को लीडर की तरह देखना होगा | पूरी हिम्मत के साथ सारे काम करने होंगे | अगर किसी TEAM का नेता डरा हुआ होता है , किसी भी प्रकार का RISK लेने से डरता है ,और अपने घमंड और प्रतिष्ठा को ऊपर रखता है वो व्यक्ति अपनी सारी टीम को हरा देता है और ऐसे काम जो बड़ी आसानी से किये जा सकते थे वो भी पूरे नहीं हो पाते | अगर आपको हर जगह अपना ही राज़ चाहिए तो हर SITUATION को अच्छे से परख कर उसके अनुसार ही BEHAVE करना चाहिए | अगर आप एक अच्छा LEADER बनना चाहते हैं तो ये बातें ज़रूर याद रखिये |

The Visionary : आपको दूरदर्शी यानि बहुत दूर तक सोचने वाला होना चाहिए | आपको हर काम के लिए पहले से ही पूरी PROCESS पता होना चाहिए और सारे कामों को करने के लिए आपके अंदर उत्साह और आत्मविश्वास होना चाहिए | आप लोगों को यह विश्वास ज़रूर दिलाएं कि आप जो भी काम करेंगे वो सबके भले के लिए ही होगा और सभी लोगों को आपकी बात पर विश्वास होना चाहिए |

The Unifier : किसी भी टीम को एक साथ जोड़ कर रखने के लिए एक केन्द्रीय बल यानि central Force की आवश्यकता होती है | लेकिन इसका मतलब ये नहीं कि आप इसे अपनी शक्ति समझें और लोगों को अपने दवाब में रखें बल्कि आपको सभी को साथ लेकर चलना ही होगा | LEADERSHIP हम सब को सर्वश्रेष्ठ बनती है |

The Role Model : किसी मिशन को Lead करना आपकी छवि को नरम बनाने और अपनी शक्ति को दिखने का एक एक प्रभावी तरीका है। आपकी भूमिका एक आदर्श की तरह होनी चाहिए | आपको पता होना चाहिए की आप लोगों को INSTRUCTIONS दे रहे हैं और सर्वश्रेष्ठ करने के लिए प्रेरित कर रहे हैं | अपनी टीम के लिए उन लोगों की तलाश करें जो आपके जैसे हों और नयी चीजें सीखने की चाहत रखते हों | आप अपनी टीम के हर सदस्य को दिया गया काम उसे खुद के तरीके से करने की आज़ादी देनी चाहिए | यह आपकी बहुत energy बचाएगा और आपको अधिक रणनीतिक यानि Strategic तस्वीर पर FOCUS करने की अनुमति देगा |

The Bold Knight : अगर आप अपनी टीम पर विश्वास नहीं करते या उन पर गुस्सा करते हैं तो यह आपकी टीम को EXCITEd करेगा और उन सब में लड़ाई की भावना आएगी | आपको अपनी टीम को EXCITED करना टीम को नयी दिशा दिखायेगा | क्यों कि अक्सर जो काम प्यार से नहीं होता वो गुस्से से हो जाता है |

7.सबके साथ सम्बन्ध रखिये , अपने बाहर के पर्यावरण को जानें

आप अपने आस पास के माहौल को कैसे जानें इसके लिए कुछ तरीके है कि

अपने आसपास के वातावरण को सबसे पहले देखिये और फिर जितनी भी दूरियां आपको उन लोगों के साथ लग रही हैं जिन्हें आप नियंत्रित करना चाहते हैं उन्हें खत्म कर दीजिए |

अपनी आलोचनाओं यानि CRITICISM को खुल कर स्वीकार कीजिये |

अपने आधार के साथ हमेशा जुड़े रहिये | कुछ लोगों का एक बड़ा या छोटा समूह जो आपको पहचानता है आपकी शक्ति का आधार है | जब आप छोटे थे तो शक्तिशाली भावनाओं से बंधे थे और आपके बड़े आपको एक सही रास्ता चुनने के लिए प्रेरित करते थे। अब आपको अपना आधार खुद बनाना है तो जानिये कि आप लोगों को अपना काम करवाने के लिए कैसे प्रेरित करेंगे और सबको साथ में रख कर अपना काम कैसे करवाएंगे | पॉवरफुल लोग हमेशा जानते हैं कि दूसरों से काम कैसे करवाना है |

SOCIAL CONTACT बनाएँ। हम सब अपने काम को अपने दिमाग में पहले देखते हैं और कई बार बहुत सारी इच्छाएं और डर हमारे आस पास होते हैं और जब दूसरे लोग हमारे डर को महसूस करते है तो हमारा मज़ाक बनाते है , आलोचना करते है और नीचा दिखाने की कोशिश करते हैं | लेकिन आलोचनाएं ही हम सबको आगे बढ़ने और सबको गलत साबित करने के लिए प्रेरित करती हैं | आलोचनाएं हमें हमारी ग़लती सुधारने का मौका देती हैं इसलिए हमेशा अपनी बुराइयों को सुनिए और उन्हें सुधारने की कोशिश कीजिये |

8.निपुणता हासिल करने के लिए प्रक्रिया का सम्मान करें

जीवन में कुछ लोग तेजी से पैसा कमाना चाहते हैं , सफल होना चाहते हैं , और सबका ध्यान अपनी तरफ खींचना चाहते हैं और ऐसे लोगों के लिए बोरियत उनका सबसे बड़ा दुश्मन होता है | आप भी कुछ ऐसा करने के लिए नींव तैयार कीजिए जिसे आप आगे चल कर बढ़ाना चाहते हैं | सभी लोग अपने भविष्य के लिए सपने देखते हैं | जब हम इतिहास में खड़े लोगों को देखते हैं, तो हम उनकी उपलब्धियों पर ध्यान केंद्रित करते हैं और हमें लगता है कि अगर उनके जैसा काम हम भी करेंगे तो उनके जैसी सफलता पा लेंगे | वे प्रतिभाशाली हैं। आपने उनकी सफलता तो देख ली लेकिन उस सफलता को पाने के लिए उन सभी लोगों ने कितनी मेहनत की आपको ये भी याद रखना होगा | आपको लगातार सीखने की प्रक्रिया को अपनाना होगा और इसके बदले में धैर्य और कठोर परिश्रम को सहन करने की क्षमता आपके अंदर होनी चाहिए |

किसी भी काम में निपुणता हासिल करने के लिए आप को क्या करना चाहिए | इसके लिए WRITERS बता रहे हैं कि :-

कोशिश और ग़लती यानि TRIAL AND ERROR की प्रक्रिया के द्वारा आगे बढ़ने की कोशिश कीजिये |

हर चीज को आसान बनाने की कोशिश करें | आप अपने जीवन में जिन भी चीजों पर नियंत्रण कर लेते हैं उनसे प्रोत्साहन लीजिये |

अपने खेल के नियमों को break करें और ये जान लें कि आप एक ही नियम को किस तरह अलग अलग तरीके से उपयोग कर सकते हैं और फिर आप अपनी शर्तों के अनुसार अपना काम कर सकते हैं |

अक्सर जब आप किसी भी प्रकार की PROJECT शुरू करते हैं तो मन में कुछ बुरा होने का डर रहता है | लेकिन आप जो कुछ हासिल करना चाहते हैं , उसके बारे में जरूर सोचिये चाहें कितना भी डर लगे | लेकिन जैसे ही आप इस डर को पार करके आगे बढ़ेंगे सारी चीजें आपके अनुसार चलने लगेंगी |

हमेशा अपने काम को लेकर मज़बूत रहिये | एक वक़्त पर एक ही काम में ध्यान लगाइये | यदि आप बहुत सारे लक्ष्यों या नए कामों को एक साथ करने लगते हैं तो आपका ध्यान भटक सकता है और जो आप चाहते है वो कभी हासिल नहीं कर पाएंगे | हर काम को छोटे छोटे टुकड़ों में बाँट कर काम की शुरुआत कीजिये |

9.अपने आप पर विश्वास कीजिये, दायरों से बाहर निकलिए

यदि आप अपने जुनून के लिए किसी और के निर्णय पर निर्भर हैं , तो आपका अभिमान हमेशा कमजोर होगा | लोग आपको तोडना चाहेंगे और आपकी योग्यता , आपकी ABILITY पर हमेशा शक करेंगे | अक्सर जो लोग हमसे जलते है वो लोग हमको नीचे दिखाना चाहते हैं पर ऐसा सामने से कहने से डरते हैं |

WRITERS ने यहाँ आपको समाज की सीमाओं से बाहर निकल कर अपने हिसाब से जीवन जीने के लिए कुछ STRATEGY बताई हैं जैसे :-

अपने आप को उस चीज़ में न छोड़ें जहां लोगों की उम्मीदें हो सकती हैं | आप दूसरों के नहीं बल्कि अपने अनुसार चलें |

लगातार अपने आप का नया आविष्कार करते रहे | हर दिन आपके अंदर कुछ परिवर्तन होता है | बस आपको इन परिवर्तनों को पूरे हौसले के साथ स्वीकार करना चाहिए |

अपने Pattern को बदलें | अपनी स्वंत्रता का पूरा उपयोग करें और नयी चीजों को सीखने की कोशिश करें हर दिन एक जैसा न रखें | कुछ न कुछ नया हमेशा करते रहना चाहिए |

अपने भाग्य पर विश्वास करें | अगर आपके अंदर आत्मविश्वास होगा तो आप हर परेशानी को दूर कर सकते हैं और आत्मविश्वास का सबसे अच्छा रूप ये है कि आप आगे बढ़ने वाले भाग्य की भावना महसूस करें और यही सोचें कि आपकी किस्मत में बस आगे बढ़ना ही लिखा है |

अपने आप पर शर्त लगाओ | उस दिशा में ज़रूर जाइये जहाँ दूसरों को जाने से डर लगता है | क्यूंकि ताकतवर लोग हमेशा लोगों को अपने पीछे कैसे रखना है ये जानते हैं |

10. अपनी मौलिकता का सामना करें

हमारे जीवन में हर परेशानी के ताले को खोलने की एक ही चाबी होती है और वो है

हमेशा चलने के लिए , हमेशा आगे बढ़ने के लिए तैयार रहना |

लेकिन कई लोग इस बात से डरते हैं कि अगर वे बिना कुछ सोचे समझे हमेशा चलते रहे तो इस प्रक्रिया में वे बहुत कुछ खो सकते हैं और अगर जो उन्होंने खो दिया वो वापस ही न आया तो क्या होगा | हम सब ये भी जानते हैं कि मृत्यु एक न एक दिन सबको आएगी और इस बात पर हमारा कोई CONTROL नहीं है फिर भी इस चीज से डरते हैं | अगर आप मृत्यु से डरना छोड़ दें तो आपके अंदर की सारी भावनाएं ख़त्म हो जाएँगी और आप बेकार की चिंताओं से मुक्त हो जायेंगे | आप अपनी आत्मा को पहचानिए कि आप क्या करना चाहते हैं ? सोचिये कि ऐसा क्या है जो आपको डराता है उसको ख़त्म कीजिए और वो करिये जो आपको करने में अच्छा लगता है जो आप करना चाहते हैं |