

अज्ञानता मांगे मात शब्दों का खेल न खेले
 क्योंकि वह हमारे मन के शक्ति कुशाप की भली
 शक्ति जानता है समझता है प्रार्थना वस्तुतः
 प्रेमोपलब्धि का सर्वोत्तम विधि है। भगवान
 की श्रद्धा ने प्रीति की प्रार्थना तुम्हारा पीछे छोड़
 के लम्प उनकी लाज की भक्तों को शक्ति
 पुकार लम्प लोड लोड - पल आते हैं जो सच्चा
 शक्ति हैं। प्रार्थना लम्प नहीं रहती है
 कि हे प्रभो में आपके ध्यान में हमेशा बना रहू
 आपकी कृपा हमेशा चाहिए क्योंकि आप कृपा
 साध्य ही प्रकृति साध्य नहीं आप इतिहासीत ही
 कभी हमारी पुकार में है आपके धन में नहीं
 जब जीव का यह शक्ति उत शक्ति की प्रीति होता
 है तो उत वह लम्प शक्ति मिलता ही शक्ति वह
 चाहता है।

मानसिक स्वास्थ्य के उपदेष्टा -

1) निराकारणात्मक उपदेष्टा - मनुष्यों को मानसिक
 रोगों से मुक्त बनाना

निराकारणात्मक उपदेष्टा - मनोरोगों का उपदेष्टा बनने
 वाली परिस्थितियों को दूर करना निरपेक्ष जीवन
 तथा उपपुस्तक शिक्षा द्वारा समाज के सभी सदस्यों
 को मानसिक विकारों से दूर रखने का मासिक
 उपदेष्टा किया जाता है।

सुदृष्टात्मक उपदेष्टा - मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान की धरोहर
 इन परिस्थितियों निरपेक्ष तथा दृष्टाओं आदि की व्याख्या करती
 है जिनके माध्यम से प्रत्येक व्यक्ति के मानसिक स्वास्थ्य
 सम्बन्धी निरपेक्ष विज्ञान का प्रचार किया जाता है।

चाहता है।

मानसिक स्वास्थ्य के उद्देश्य :-

- ① निराकरणात्मक उद्देश्य :- मनुष्यों को मानसिक रोगों से मुक्त बनाना।
- ② निरोधात्मक उद्देश्य :- मनोरोगों को उत्पन्न करने वाली परिस्थितियों को दूर करना निर्धारित जीवन तथा उपयुक्त शिक्षा द्वारा समाज के सभी सदस्यों को मानसिक विकारों से दूर रखने का भासक प्रयत्न किया जाता है।
- ③ सुरक्षात्मक उद्देश्य :- मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान की धरोहर उन परिस्थितियों में तपा दुर्घटनाओं आदि की व्याख्या वाली है जिनके आव्यापक प्रत्येक व्यक्ति के मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी विषयों एवं सिद्धान्तों का प्रचार किया जाता है।

Reading Positive Literature.

सकारात्मक साहित्य पढ़ना -

जीवन के लिए सकारात्मक विचारों के मोती ही
पढ़ने चाहिए सकारात्मक विचार और दुर्दुर्घटना
जीवन से हम हर तरह की बीमारी पर विजय
पा सकते हैं जिसके लिए व्यक्ति को सकारात्मक
देने वाला साहित्य पढ़ना चाहिए।
धैर्यमान-द, महत्वाकांक्षी, विद्वान आदि।

दरअसल हमारे मन पर विचारों का बहुत अधिक
प्रभाव पड़ता है। आप जैसी सोच रखते हैं
उसी के अनुसार आपका कार्य और हर आप भी काम
करते हैं। यदि आप सुख का हमेशा विचार
व्योचित करते रहते हैं तो वह अधिक, में
हमेशा वरसे वरसे बढ़ रहे हैं। तो ऐसे अविना
सिर्फ आपकी कार्य क्षमता को प्रभावित करते हैं
जल्द ही अनजान अपने इतने यदि नकारात्मक
आप आपके पास नहीं आकरा, अगर यदि
बीमारी की चपेट में आते हैं तो आपकी दुर्द
दुर्घटनाओं से जल्द ठीक कर लेते हैं।
नकारात्मक विचार प्रकट करने से हर तरह की
मानसिक बीमारी है मन में जैसे विचार आते हैं
हम उन्हें ही प्रकट करते हैं। जो लोग हमेशा बीमार
होने की बात करते हैं। वही सब मन में
अपचयन मन में भी बीमार हो चलता रहता है।
आप किसी व्यक्ति को शराब नशा करने वाला (किसी)
भी हटाने