आपल्या बघण्यात साधारण पणे येते की, काही व्यक्ति खूप यशस्वी असतात, तर काही व्यक्ति त्यांच्या आयुष्यातील कर्मांची कशीबशी पूर्तता करतात. काही जण जेमतेम त्यांच्यावरील जबाबदारी पार पाडू शकतात, ते कर्म वैयक्तिक जीवनातील असो, वा व्यावहारिक असो वा सामाजिक असो. असे कां बर होत असेल ?

आजचे जग फारच स्पर्धात्मक झाले आहे. आपली ध्येय पूर्तीसाठी स्वत:शीच स्पर्धा सामना करीत असतो. उद्दीष्टे साध्य करण्यासाठी श्रमांची पराकाष्ठा करतो. आपल्या जवळील असलेले सर्व ज्ञान, कला-गुण कौशल्य पणाला लावून, वाटेत येणारे सर्व अडथळे, अडचणींवर मात करीत असतो.

Neuro Linguistic programming

NLP - न्युरो लिग्वीस्टीक प्रोग्रॅमींग असे एक साधन शास्त्र आहे की जे वैयक्तिक तसेच व्यावहारीक पातळीवर अत्युच्च साध्ये गाठण्यास मदत करते. आपला आत्मविश्वास उंचावण्यास तसेच निर्णय क्षमता वाढविण्यास व मानवी स्नेह-संबंध वाढवण्यास मदत करते. आपले संवाद कौशल्य सुधारण्यासाठी आणि ताण - तणाव नियोजन करण्यासाठी अत्यंत प्रभावी, जलद तरीही समजण्यास सोपे असे हे साधन शास्त्र आहे.

१९७० च्या सुमारास या कलेचा -शास्त्राचा मानवाला शोध लागला.

श्री. जॉन ग्रींडर -एक भाषाशास्त्र विशारद आणि श्री. रीचर्ड बँडलर -तेव्हा संगणकशास्त्राचा विद्यार्थी व मानसशास्त्रज्ञ, हे दोघेही सांताक्रूझ विद्यापीठात शिकत होते. त्यांच्या अभ्यासात NLP चा शोध लागला त्यावेळी यशस्वी व्यक्तिंच्या वाटचालीचा मागोवा घेत असताना, त्यांचा शोध प्रबंध पाहणीत जो अभ्यास केला त्याला दोघांनी NLP - **Neuro Linguistic programming** हे नाव दिले. सर्व यशस्वी व्यक्ति काय करतात, कशा वागतात, बोलतात, चालतात, राहतात, कसा विचार करातात व का असे करतात, आणि त्यांनी यश कसे संपादन केले याचा अत्यंत बारकाईने अभ्यास सुरु केला.

सुरुवातीच्या काळातील त्यांचा अभ्यास काही थोर लोकांच्या अभ्यासावर आधारीत होता. जसे श्रीमती वर्जीनीया साटीर -एक (Family Therapist) कौटुंबिक रोगानिवारण तज्ञ, श्री. फ्रीटझ् पर्लस - ज्याने गेस्टाल्ट थेरपीचा शोध लावला, श्री. ग्रेगरी बेटस् - (Anthropologist) मानवाचा उगम / विकास शास्त्रज्ञ आणि मुख्यत: श्री. मिल्टन एरीकसन - एक प्रभावी मानसशास्त्रज्ञ आणि संमोहन विशारद, यांच्या अभ्यासावर आधारीत होता.

या सर्वांच्या पाहणीत, परिक्षणात एक गोष्ट लक्षात आली ती अशी की एका विशिष्ठ पध्दतीने केलेल्या कृतीचा विशिष्ठ काळातील परिस्थीतून निर्माण होणारा परिणाम (ठराविक) विशिष्ठ पणे सारखाच असतो, त्यावेळची वागणूक वर्तणूक ही तशीच विशिष्ठ असते.

थोडक्यात - NLP ची व्याख्या सांगताना असे म्हणतात की - NLP म्हणजे ''मनातील वसलेल्या / वसत असलेल्या अनुभवाची रचना कशी होते'' याचा अभ्यास .

आणि ''यातून मिळणारे - समजणारे सर्व काही'' तर काही असे म्हणतात - ''समजणाऱ्या प्रवृत्ती, दृष्टीकोन आणि पध्दती''

तर पुढे काहीजण म्हणतात - ''ज्यातून कौशल्याचा मागोवा मिळतो''

अगदी सोप्या भाषेत सांगायचे म्हणजे -

Neuro = न्युरो = पंचइंद्रियांव्दारे मिळणाऱ्या माहितीमुळे आपण 'मेंदूमध्ये कसा विचार करतो, आपले अनुभव कसे मांडतो, आणि त्यासर्व अनुभवांना काय व कसा अर्थ लावतो.

Linguistic = लिंग्वीस्टीक = मनाला कळणारी भाषा समजणे, समजून घेणे, मनातील बोली भाषा - शब्द, आवाज, संवाद इत्यादी आणि अबोली भाषा शारिरीक हावभावाची जाणिव त्याचे होणारे परिणाम, प्रभाव.

Programming = प्रोग्रॅमींग = ध्येयपूर्तीसाठी निर्मिलेल्या सर्वात यशस्वी विचारसरणीची जडण-घडण करणे व त्याची बांधणी करणे - जेणे करुन आपल्या वैयक्तिक आणि व्यावहारिक विश्वात अत्यंत प्रभावीपणे आणि उत्कृष्टतेने यशस्वी होणे.

तुमच्या ऑफिस मधील एखादा प्रसंग आठवा.

जेव्हा तुमच्या कौशल्यांची -कामाची दाद मिळाली. आजूबाजूच्या तुमच्या सहकाऱ्यांनी तुमचे अभिनंदन केले.

तेव्हा तुम्हाला काय -काय वाटले?

आणि इतरांना काय -काय वाटले असेल?

कोणाला तुमचा राग आला असेल,

कोणाला तुमचा हेवा वाटला असेल,

कोणाला स्वत: हरवल्यासारखे वाटत असेल,

तर कोणाला तुमचे यश पाहून खचल्यासारखे वाटेल,

आणि . . . .

कोणाला आनंद झाला असेल,

कोणाला तुमच्याकडे पाहून प्रोत्साहीत वाटले असेल,

कोणाला तुमची प्रशंसा ऐकून स्फूर्ती वाटत असेल,

तर कोणाला फक्त छान वाटले असेल,

हे सर्व अनुभव प्रत्येकासाठी वेगळे असू शकतात आणि त्यामुळे तेथील परिस्थितीत बदल घडू शकतात, ते अर्थात सकारात्मक वा नकारात्मक असू शकतात.

कां बरे असे होत असेल आणि त्याचा एकंदर कामावर काय व कसा परिणाम होत असेल?

आता बघा -भारतात कुठेही गेलात आणि कोणाला ही विचारलेत फळांचा राजा कोण?

’आंबा’ - याशब्दामुळे काय आठवते!

कोणाला -त्याचा रंग आठवतो

त्याचा आकार आठवतो

त्याच्या छटा आठवतात

कोणाला -त्याची चव आठवते

त्याचा स्वाद आठवतो

त्याचा गंध आठवतो

कोणाला -त्याचा स्पर्श आठवतो

त्याची पातळ साल आठवते

तर त्याच्या आठवणीने तोंडात पाणी येते, लाळ गळते,

त्याच्या दातात अडकलेल्या दोऱ्याची आठवण होते,

त्याचा रस आठवतो, त्याच्या फोडी आठवतात

तर कोणाला तो खाताना पडलेले डाग आठवतात

आणि कोणाला तो न मिळाल्यामुळे त्याची आसक्ती, ओढ जाणवते - एक ना अनेक,

बघा, एकच शब्द ''आंबा'' याचा अर्थ प्रत्येक व्यक्तिला वेगळी जाणिव - अनुभव - आठवण देतो. सर्वांचा अनुभव वेगळा कां? कसा? आणि त्यामुळे होणारे परिणाम प्रभाव वेगळे कसे होतात?

अशा सर्व जाणिवाचा अनुभवांचा अभ्यास, त्यांची समज म्हणजेच NLP चा अभ्यास !

अशा अभ्यासामुळे झालेली जाणिव आपल्याला वैयक्तिक पातळीवरुन आपले व्यक्तिमत्व उंचावता येते, यामुळे सर्वांगिण प्रभाव पडून क्षमता आणि मर्यादा वाढवून प्रभावीपणे कार्यसिध्दी, कामगिरी उंचावता येते.

''शब्दांवाचून कळले सारे

शब्दांच्या पलीकडले. . . . . . .''

चला समजूया,

'मना' तील' भाषेची ' रचना'

शिकूया

N L P