



M-1002

दिनांक : 19/08/2026

खोजी नंबर : _____

नाम : लक्ष्मी दिव्य चहल

१ यानी सबसे कम और १० यानी सबसे ज्यादा

- (१) आपके या अन्य खोजियों के मौन/ध्यान के अभ्यास में बाधा उत्पन्न करे, क्या ऐसी कोई मेडिकल एमरजेन्सी आपके MSY को आ सकती है? हाँ ☒ ना ☐
- (२) क्या मौन के पालन में आपको कोई दिक्कत आती है? हाँ ☐ ना ☒
- (३) आज की तारीख में आपके अंदर शांति की अवस्था कितनी प्रतिशत महसूस होती है?
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९ १०
- (४) आज की तारीख में आपके अंदर चल रहे गैरजरूरी विचारों की संख्या कितने प्रतिशत है?
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९ १०
- (५) आज की तारीख में आपके अंदर तनाव की अवस्था कैसी है?
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९ १०
- (६) आपको नींद से संबंधित यदि कोई दिक्कत है तो वह कितने प्रतिशत है?
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९ १०
- (७) आज की तारीख में यदि कोई शारीरिक बीमारी है तो वह कितने प्रतिशत है?
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९ १०
- (८) आज की तारीख में आपका मानसिक आरोग्य कौन से स्तर पर है?
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९ १०
- (९) आज की तारीख में आपकी निर्बिचार या विचारशून्य अवस्था कौन से स्तर पर है?
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९ १०
- (१०) आज की तारीख में अनचाही आदतें या पैटर्न्स कितने प्रतिशत है?
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९ १०
- (११) आज की तारीख में आपकी भावनात्मक स्थिरता कौन से स्तर पर है?
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९ १०
- (१२) आज की तारीख में आपकी जागृति (awareness) और साक्षीभाव कौन से स्तर पर है?
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९ १०

- वचन : १) शिविर में बताई गई बातों का जिज्ञा, मैं किसी भी रूप से बाहर नहीं करूंगा / करूंगी इसलिए मैं वचनबद्ध हूँ।
२) मैं अपनी स्व-इच्छा से केवल अपनी आध्यात्मिक उन्नति के लिए और अपनी जिम्मेदारी पर यह शिविर कर रहा हूँ/ रही हूँ।
३) मैं स्व-इच्छा से, संपूर्ण रूप से अपनी सहमति व्यक्त करता/करती हूँ कि तेजज्ञान फाउण्डेशन के शिविरों में भाग लेने के दौरान किसी भी बात, वस्तु, परिस्थिति, मेरी लापरवाही या भूल-चूक से मुझ पर हुई किसी प्रकार की हानि या नुकसान के लिए मैं खुद जिम्मेदार रहूंगा/रहूंगी, न कि संस्थान को जिम्मेदार ठहराऊंगा/ठहराऊंगी।
४) साथ ही मैं तेजज्ञान फाउण्डेशन को अनुमति देता/देती हूँ कि वे विचार सेवा या फीडबैक सत्रों के दौरान या टी.वी, रेडियो पर मेरे किसी भी वीडियो/ऑडियो का कोई भी हिस्सा चला सकते हैं।
- तेजज्ञान फाउण्डेशन एक स्वयंसेवी संस्था है, जहाँ सकारात्मक सोच रखते हुए, उच्चतम और आनंदित जीवन जीने हेतु सस्त्री मार्गदर्शन देते हैं। लेकिन उनकी शिक्षाओं पर, उनके बताए गए नियमों और वचनों पर काम करके, उस राह पर स्वयं को आगे बढ़ना होता है। इसमें कॉमन सेन्स (व्यवहारिक ज्ञान) का इस्तेमाल करते हुए, हमें स्वयं अपने व्यक्तिगत, आर्थिक, सामाजिक जीवन में संतुलन बनाए रखना होता है और जीवन के इन स्तरों में विकास करने की जिम्मेदारी भी स्वयं की होती है, संस्था की नहीं। इन सभी बातों की हमारी भरते हुए, इस संस्था में बताए गए शिविर आप अपनी जिम्मेदारी पर कर रहे हैं, न कि किसी के दबाव में आकर। ऊपर दिए गए और शिविर के दिए गए सभी नियमों और वचनों का पालन करने के लिए मैं वचनबद्ध हूँ। हाँ ☒ ना ☐



दिनांक : 23/08/2020

खोजी नंबर :

शहर : मेरठ

नाम : कजुजी विष्णु चव्हाण

१ यानी सबसे कम और १० यानी सबसे ज्यादा

(१) निसर्ग ध्यान शिखर शिविर- 5 Days Residential Retreat से शांति की अवस्था कितनी प्रतिशत महसूस हो रही है?

१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९ १०

(२) इस शिविर से गैरजल्दरी विचारों की संख्या कितने प्रतिशत कम हुई है?

१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९ १०

(३) शिविर के दौरान मिली ध्यान की समझ के साथ आपके रोजमर्रा के कार्यों और व्यवहार में कितना प्रतिशत सकारात्मक परिवर्तन आया है?

१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९ १०

(४) इस शिविर से आपका तनाव कितना प्रतिशत कम हुआ है?

१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९ १०

(५) इस शिविर से आपके sleeping pattern (नींद के पैटर्न) में कितना प्रतिशत सुधार आया है?

१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९ १०

(६) इस शिविर से आपके शारीरिक आरोग्य में कितना प्रतिशत सुधार महसूस हो रहा है?

१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९ १०

(७) इस शिविर से आपके मानसिक आरोग्य में कितना प्रतिशत सुधार महसूस हो रहा है?

१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९ १०

(८) इस शिविर से निर्विचार या विचारशून्य अवस्था कौन से स्तर पर है?

१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९ १०

(९) इस शिविर से चलते-फिरते, दिनभर के व मकाज करते हुए भी अपनी मूल अवस्था में रहना सहज है, यह कान्चिकन कितनी प्रतिशत बढ़ी है?

१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९ १०

(१०) इस शिविर ने अनचाही आदतें या पैटर्न्स से छुटकारा पाने में कितने प्रतिशत मदद हुई है?

१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९ १०

(११) इस शिविर से भावनात्मक स्थिरता में कितना प्रतिशत सुधार महसूस हो रहा है?

१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९ १०

(१२) इस शिविर से आत्मिक संतुष्टि और खुशी का स्तर कितना है?

१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९ १०

(१३) इस शिविर से आपकी जागृति (awareness) और साक्षी भाव में कितने प्रतिशत बढ़ोतरी हुई है?

१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९ १०

(१४) इस शिविर से संबंधित अगर आपके कुछ सुझाव या फीडबैक है तो कृपया लिखें।

यह शिविर २१ दिन का समग्र हो तो होना चाहिए
लाका और गहरीयों से अभ्यास हो जाए