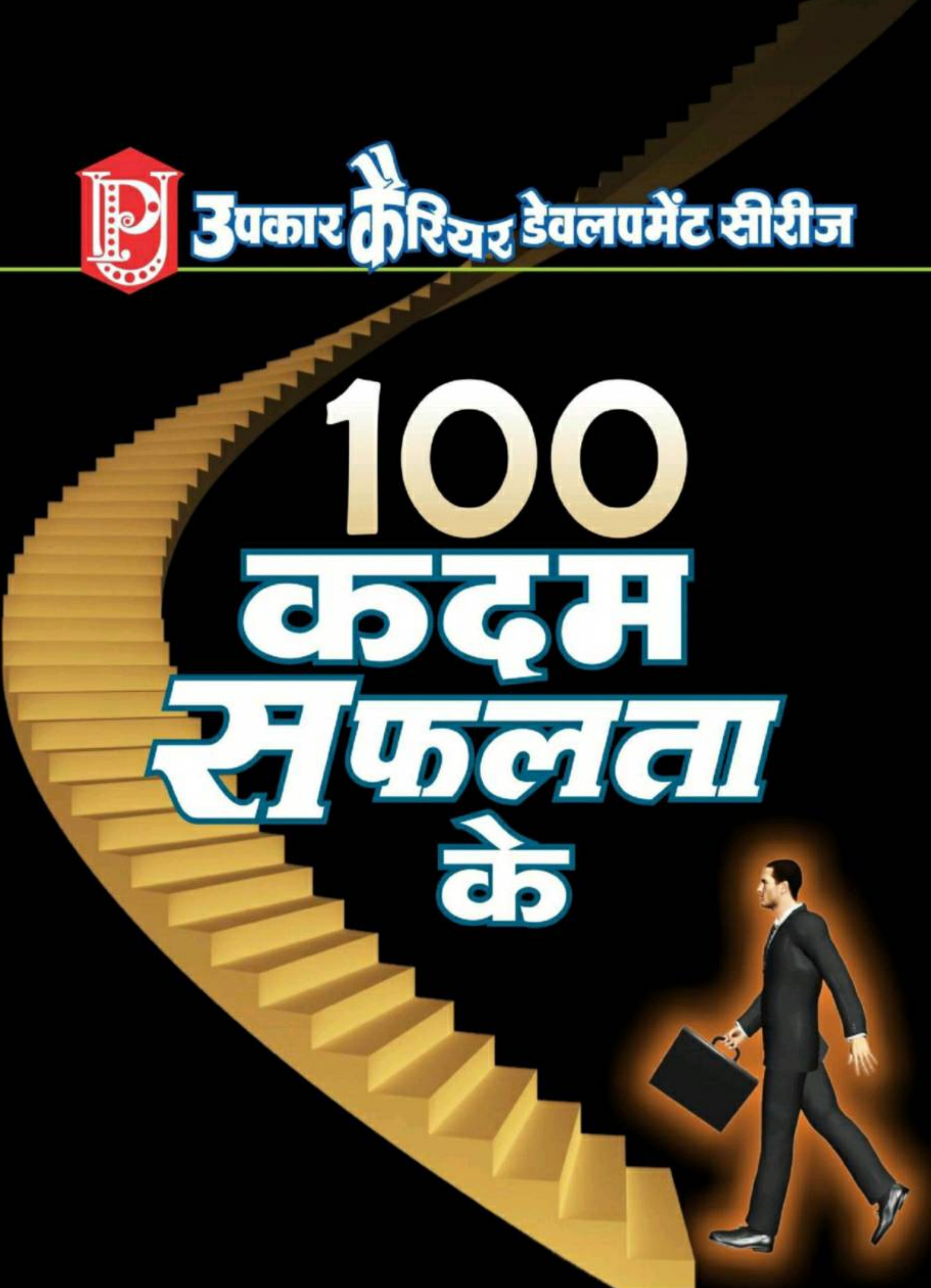
उपकार कैरियर डेवलपमेंट सीरीज

100 कदम सफलता के



के. आर. कमलेश

उपकार

100 कदम सफलता के

लेखक

के. आर. कमलेश

RAS (Retd)

उपकार प्रकाशन, आगरा-2

Introducing Direct Shopping

Now you can purchase from our vast range of books and magazines at your convenience :

- Pay by Credit Card/Debit Card or Net Banking facility on our website *www.upkar.in* **OR**
- Send Money Order/Demand Draft of the print price of the book favouring 'Upkar Prakashan' payable at Agra. In case you do not know the price of the book, please send Money Order/Demand Draft of ₹ 100/- and we will send the books by VPP (Cash on delivery).

(Postage charges FREE for purchases above ₹ 100/-. For orders below ₹ 100/-, ₹ 20/- will be charged extra as postage)

© लेखक

प्रकाशक

उपकार प्रकाशन

2/11ए, स्वदेशी बीमा नगर, शाह सिनेमा के सामने, आगरा—282 002

फोन : 4053333, 2530966, 2531101: **फैक्स :** (0562) 4053330

E-mail : care@upkar.in, **Website :** www.upkar.in

ब्रांच ऑफिस

4845, अन्सारी रोड, दरियागंज,
नई दिल्ली—110 002
फोन : 011–23251844/66

पारस भवन (प्रथम तल),
खजांची रोड, पटना—800 004
फोन : 0612–2673340

1-8-1/B, आर. आर. कॉम्प्लेक्स (सुन्दरैया पार्क के पास, मनसा एन्क्लेव गेट के बगल में)
बाग लिंगमपल्ली, हैदराबाद—500 044
फोन : 040–66753330

H-3, ब्लॉक–B, म्यूनिसिपल प्रीमिसेस,
No. 15/2, गालिफ स्ट्रीट, पी. एस. श्यामपुकुर,
कोलकाता—700 003
मोबा. : 07439359515

B-33, ब्लंट स्क्वायर, कानपुर टैक्सी स्टैण्ड लेन, मवइंया,
लखनऊ—226 004 (U.P.)
फोन : 0522–4109080

8-310/1, ए. के. हाउस,
हीरानगर, हल्द्वानी,
जिला—नैनीताल—263139 (उत्तराखण्ड)
मोबा. : 7060421008

1461, जूनी शुक्रवारी,
सक्करदरा रोड,
हनुमान मन्दिर के सामने,
नागपुर—440 009 (महाराष्ट्र)
फोन : 0712–6564222

63-64, कैलाश मार्ग,
ग्राउण्ड फ्लोर,
श्रीजी एवेन्यू, मलहारगंज,
इन्दौर—452 002 (मध्य प्रदेश)
फोन : 9203908088

- *इस पुस्तक को प्रकाशित करने में प्रकाशक द्वारा पूर्ण सावधानी बरती गई है, फिर भी किसी त्रुटि के लिए प्रकाशक जिम्मेदार नहीं होगा.*
- *इस पुस्तक को अथवा इसके किसी अंश को बिना प्रकाशक की लिखित अनुमति के, किसी भी रूप-फोटोग्राफी, विद्युत-ग्राफिक, यान्त्रिकी अथवा अन्य रूप में किसी भी प्रकार से उपयोग के लिए नहीं छापा जा सकता है.*
- *किसी भी परिवाद के लिए न्यायिक क्षेत्र केवल आगरा ही होगा.*

ISBN 978-81-7482-106-5

Code No. 619

मुद्रक : उपकार प्रकाशन, प्रिंटिंग यूनिट, बाई-पास, आगरा

संक्षिप्त परिचय

के. आर. कमलेश, RAS (Retd.) (Super Time Scale)

जन्म : 02-11-1942, ग्राम मनोहरगढ़, तहसील जहाजपुर (भीलवाड़ा) राजस्थान

अनुभव :
- 'राजस्थान प्रशासनिक सेवा' में सेवारत रहते हुए विभिन्न प्रशासनिक पदों पर कार्य करने का एक लम्बा अनुभव.
- लोक प्रशासन संस्थाओं में व्यक्तित्व विकास एवं विभागीय विषयों में प्रशिक्षण देने सम्बन्धी अनुभव.

अभिरुचि : अध्ययन, चिन्तन, लेखन एवं जनसेवा

प्रकाशित :
- 'संभावित हम' (1970)
- 'अन्तर्कपोत परिवेश के' (1971)

} काव्य संकलनों के संकलित कवि

- 'वास्तु सम्मत : अपना घर' (2004)

  (व्यावहारिक वास्तुशास्त्र पर एक बहुआयामी, बहुउपयोगी एवं अनुपम पुस्तक)
- विभिन्न पत्र-पत्रिकाओं में साहित्यिक रचनाओं एवं आलेखों का फुटकर प्रकाशन.
- आर्थिक समाचार-पत्र 'नफा-नुकसान' जयपुर, में वास्तु सम्बन्धी आलेखों का धारावाहिक प्रकाशन.

प्रकाश्य :
- 'कितना महान : अपना राजस्थान'

  (प्रतियोगी परीक्षाओं के लिए उपयोगी सामान्य ज्ञान)
- भ्रष्टाचार हाजिर है! (एक व्यंग्य कृति)

सम्पादन :
- 'पगडण्डी' (1965)
- 'बढ़ते कदम' (1966)

} (विद्यार्थी जीवन में महाविद्यालयी पत्रिकाओं का सम्पादन)

- 'प्रतिध्वनि' (1994-95)

  'राजस्थान प्रशासनिक सेवा परिषद्' द्वारा प्रवर्तित पत्रिका का लगभग दो वर्षों तक सम्पादन
- 'विकास गंगा' (1995)
- 'कोटा दर्शन 97' (1997)

} आदि विभागीय पत्रिकाओं का सम्पादन.

सम्प्रति : मनोहरगढ़ हाउस, देवली (टोंक) राजस्थान-304804

दूरभाष : 01434–232618, 9414209646 (M)

आत्म-निवेदन

आत्मीय पाठको,

यद्यपि अपनी कृति के सम्बन्ध में कुछ लिखना 'आत्म-प्रशंसा' की परिभाषा में ही आता है, तथापि औपचारिकतावश प्रस्तुत पुस्तक की पृष्ठभूमि के क्रम में यहाँ थोड़ा-सा निवेदन अवश्य कर रहा हूँ. कृपया इसे अन्यथा न लें.

- यह कतई अपेक्षित नहीं है कि कोई विचार किसी तथाकथित पवित्र भाषा या क्लिष्ट शब्दावली में हो, अथवा किसी महापुरुष/महात्मा के मुख से निकला हो, तब ही महत्वपूर्ण हो सकता है. किसी साधारण व्यक्ति द्वारा साधारण भाषा में अभिव्यक्त साधारण विचार भी असाधारण हो सकता है. प्रस्तुत पुस्तक की संरचना इसी अवधारणा पर आधारित है.
- यह भी अवधारित है कि मानव-जाति के आविर्भाव से ही हम एक-दूसरे को कुछ न कुछ सीख देते आये हैं. विश्व के लगभग सभी दार्शनिकों, विचारकों एवं महापुरुषों का प्रमुख कार्य शिक्षा देना ही रहा है. हमारे धार्मिक ग्रन्थ तो जीवन दर्शन से ही भरे पड़े हैं. कतिपय पवित्र आत्माओं को तो परमात्मा या परमात्मा के सन्देश वाहकों के रूप में इसी प्रयोजनार्थ समय-समय पर इस पृथ्वी लोक पर अवतरित होना पड़ता है. परन्तु हमने भी न सीखने की कसम खा रखी है. इसी कसम को तोड़ने की दिशा में प्रस्तुत के माध्यम से कुछ सार्थक प्रयास किये गये हैं.
- प्रस्तुत पुस्तक में विभिन्न दार्शनिक विचारधाराओं एवं निजी अनुभवों के आधार पर साधारण एवं व्यावहारिक तथ्यों को सौ मंत्रों तथा एक हजार उप-मंत्रों के रूप में सहज, सरल एवं बोधगम्य शब्दों में सार्थक दृष्टान्तों के साथ जनसाधारण के उपयोगार्थ अनुपम, उपयोगी एवं रोचक ढंग से प्रस्तुत करने के विनम्र प्रयास किये गये हैं.
- मंत्र, जिन्हें आप गा भी सकते हैं, गुनगुना भी सकते हैं. मंत्र, जिन्हें आप ओढ़ भी सकते हैं, बिछा भी सकते हैं. मंत्र, जिन्हें आप अपने-अपने चौखटों में बिठा भी सकते हैं. बोलचाल के साधारण शब्दों को सहज भाव से तर्कात्मक एवं रागात्मक अभिव्यक्ति के साथ प्रस्तुत करने के प्रयास किये गये हैं.
- 'ओशो-साहित्य' से प्रेरित होकर ही प्रस्तुत पुस्तक की परिकल्पना की गई है. ओशो तो अथाह सागर है. मेरे जैसे साधारण लेखक के लिए तो दो-चार बूँदें ही पर्याप्त हैं. मैंने दो-चार बूँदों के उपयोग का दुस्साहस तो अवश्य किया है, किन्तु उनका सदुपयोग निश्चित रूप से नहीं कर सका हूँ, जिसके लिए क्षमा प्रार्थी हूँ.
- लेखक उन सभी का भी आभारी है, जिनके शब्द अथवा विचार इस पुस्तक में प्रयुक्त हुए हैं. अपने कवि मित्र मोहन आलोक एवं श्री चन्द्रशेखर विजयवर्गीय, सेवानिवृत्त प्राचार्य का भी लेखक आभारी है, जिन्होंने पुस्तक के शिल्प-सौष्ठव में अमूल्य सुझाव दिये हैं. लेखक को अपनी सुपुत्रियाँ संतोष मीना, वरिष्ठ व्याख्याता (इतिहास) एवं राजेश्वरी मीना, व्याख्याता (दर्शनशास्त्र) कालेज शिक्षा, का भी भरपूर नैतिक समर्थन प्राप्त हुआ है. पुस्तिका में असन्दर्भित पद्यांश और अधिकांश उद्धृत गद्यांश लेखक ने अपने साहित्य से लिये हैं.
- यह कतई अपेक्षित नहीं है कि आप लेखक के विचारों से सहमत हों. अभिव्यक्ति की स्वतन्त्रता सम्बन्धी आपके अधिकारों का सदैव सम्मान किया जायेगा. पुस्तिका में प्रयुक्त अधिकांश सूत्र तो आस-पास के परिवेश से ही उठाये गये हैं. पढ़ने पर आपको ऐसा लगेगा, जैसे कि आप ही के विचार चुरा लिए गये हैं.
- पुस्तक का कोई शब्द, वाक्यांश अथवा मंत्र यदि आपको रूपान्तरित कर सके अथवा आपका नजरिया बदल सके तो पुस्तक की यही सबसे बड़ी उपलब्धि होगी. बड़े-बड़े दावे करने का तो कोई औचित्य नहीं है, किन्तु इतना निश्चित है कि पुस्तक आत्म-दर्शन, आत्म-विश्वास एवं सकारात्मक सोच की दिशा में अवश्य सहायक सिद्ध होगी.

  तो आइए—

"कभी-कभी खुद से भी, बतिया कर तो देखें,
जिन्दगी भी क्या जो, पराई हुई सी लगे."

'यादृश्मिन्धापि तमपस्या विद्द यैस्वयम कहते सो करत.' **(ऋग्वेद)**

(अर्थात् मनुष्य जिस पदार्थ में मन लगा लेता है, उसे अपने पुरुषार्थ से प्राप्त कर ही लेता है.)

अनुक्रम

क्रमांक	मंत्र	पृष्ठांक
1.	अपने आपको पहचानिए	3–4
2.	अपना रास्ता अलग बनाइए	5–6
3.	सफर का भी आनन्द उठाइए	7–8
4.	हर स्थिति में प्रसन्नचित्त रहिए	9–10
5.	'अहम्' को अपने से बड़ा मत होने दीजिए	11–12
6.	अपने क्रोध पर काबू रखिए	13–14
7.	जिन्दगी को भार मत समझिए	15–16
8.	सकारात्मक सोच ही जिन्दगी का निचोड़ है	17–18
9.	जिन्दगी में सुख और दु:ख बराबर ही होते हैं	19–20
10.	सुख को बाहर नहीं, भीतर खोजिए	21–22
11.	बिना कारण दु:खी रहने की आदत छोड़िए	23–24
12.	केवल वर्तमान को पकड़िए	25–26
13.	समय को ही सम्पत्ति समझिए	27–28
14.	समय के साथ कदम मिलाइए	29–30
15.	आज के काम को कल पर मत टालिए	31–32
16.	जो फुरसत व सुविधा अभी आपके पास है, वो कल नहीं रहेगी	33–34
17.	अवसर बार-बार नहीं आते	35–36
18.	अपने आपको इतना व्यस्त रखो कि दूसरों की बुराई करने का वक्त ही न मिले	37–38
19.	खाली समय को काटना काफी कठिन होता है	39–40
20.	कोई भी काम छोटा या बड़ा नहीं होता, काम का तरीका ही छोटा या बड़ा हो सकता है	41–42
21.	प्रत्येक कार्य को इस प्रकार करें, जैसे पहली बार कर रहे हों	43–44
22.	एक समय में एक ही काम करें	45–46
23.	काम के दौरान ही आराम करें	47–48

क्रमांक	मंत्र	पृष्ठांक

24. अपने काम से नफरत करना अपने आप से नफरत करना है 49–50
25. बिना लक्ष्य कदम बढ़ाना धूल में लट्ठ चलाना है 51–52
26. बिना कार्य-योजना कार्य आरम्भ करना, विफलता को आमन्त्रित करना है 53–54
27. काम करने वाले के लिए कभी काम की कमी नहीं होती 55–56
28. अपने आपको बदलिए, बार-बार काम मत बदलिए 57–58
29. दूसरों से काम लेना ही सबसे बड़ा काम है 59–60
30. जो अपने काम में डूब जाता है, वो ही सफलता को उपलब्ध हो पाता है 61–62
31. सफलता ही प्रभुता है 63–64
32. सम्पूर्णता का रास्ता ही सफलता तक जाता है 65–66
33. हर सफलता के पीछे कुछ विफलतायें अवश्य होती हैं 67–68
34. सफलता के लिए विचार, विकल्प और चिन्तन की एकाग्रता आवश्यक है 69–70
35. कोई भी सफलता कभी अन्तिम नहीं होती 71–72
36. सफलता को खरीदा नहीं जा सकता 73–74
37. सफलता के लिए सृजनशीलता एक अनिवार्यता है 75–76
38. सफलता के लिए निरन्तरता प्रथम एवं अन्तिम शर्त है 77–78
39. सही चयन पर ही सफलता निर्भर करती है 79–80
40. परिश्रम का कोई विकल्प नहीं है 81–82
41. सफल होने का मतलब करोड़पति होना नहीं है 83–84
42. अपनी ही नहीं, दूसरों की सफलताओं के लिए भी उत्साहित रहें 85–86
43. दूसरों की सफलताओं से ईर्ष्या नहीं, बल्कि कुछ सीखने की कोशिश करें 87–88
44. योजना किसी की भी हो, पर आपके अनुकूल हो 89–90
45. अपना बजट मत बिगाड़िए 91–92
46. हिसाब-किताब साफ सुथरा एवं आ-दिनांक रखिए 93–94
47. लाभ-हानि का आकलन भी करते चलिए 95–96
48. लापरवाही, सुस्ती एवं फिजूलखर्ची के कारण ही आर्थिक कठिनाइयाँ उत्पन्न होती हैं 97–98
49. व्यापार को महज व्यापार नहीं, जिन्दगी का आधार मानिए 99–100
50. सदैव आशावादी रहें 101–102

क्रमांक	मंत्र	पृष्ठांक
51.	सदैव समझौतावादी रहें	103–104
52.	अपना रोना कम से कम रोयें	105–106
53.	अच्छे की आशा करें, बुरे से बुरे के लिए तैयार रहें	107–108
54.	चिन्ता करने से 'हुआ' 'अनहुआ' नहीं हो सकता	109–110
55.	आप अपने अनुभवों के आधार पर ही आगे बढ़ सकते हैं	111–112
56.	जिन्दगी का मतलब ही जोखिम है	113–114
57.	जिन्दगी अपने आप में एक प्रतियोगिता है	115–116
58.	जिन्दगी छोटी है, मगर खोटी नहीं	117–118
59.	अपने आपके प्रति वफादार रहें	119–120
60.	अपने शब्दों एवं कार्यों के प्रति सदैव प्रतिबद्ध रहें	121–122
61.	नम्रता एवं अपनत्व भरे शब्दों में जादू होता है	123–124
62.	धन्यवाद देने में न देरी करें, न कंजूसी	125–126
63.	अपने आपको सामने वाले के स्थान पर रख कर सोचिए	127–128
64.	सामने वाले की लकीर को छोटी करनी हो तो अपनी लकीर बढ़ाते चलो	129–130
65.	दूसरों की बजाय अपनी गलतियाँ ढूँढ़िए	131–132
66.	खिड़कियाँ सदैव खुली रखें, ताकि ताजा हवा अन्दर आ सके	133–134
67.	स्मरण शक्ति ही व्यक्ति की सबसे बड़ी योग्यता है	135–136
68.	जानकारी ही व्यक्ति की एकमात्र स्थायी सम्पत्ति है	137–138
69.	सीखना कभी बन्द नहीं होता	139–140
70.	'ज्ञान' शक्ति व सफलता में बदल जाता है, जब उसे जीवन में उतारा जाता है	141–142
71.	प्रभावशाली व्यक्तित्व के धनी बनिए	143–144
72.	नेतृत्व दक्षता विकसित करिए	145–146
73.	प्रबन्धन क्षमता बढ़ाइए	147–148
74.	सम्प्रेषण दक्षता ही सबसे बड़ी क्षमता है	149–150
75.	निर्णय लेने में कभी विलम्ब न करें	151–152
76.	आत्म-विश्वास ही सफलता की आस है	153–154
77.	इच्छाशक्ति : सबसे बड़ी शक्ति	155–156

क्रमांक	मंत्र	पृष्ठांक
78.	दूर दृष्टि : सफल दृष्टि	157–158
79.	कम सामान : सफर आसान	159–160
80.	'काम' यानी यौन सन्तुष्टि : कामयाबी की गारण्टी	161–162
81.	जितना आनन्द-बाँटने में है, उतना बटोरने में नहीं	163–164
82.	जो कुछ होता है, अच्छा ही होता है	165–166
83.	मैं भला तो जग भला	167–168
84.	रोग से योग भला	169–170
85.	मानसिक, शारीरिक एवं आध्यात्मिक स्वास्थ्य ही सबसे बड़ा सुख है	171–172
86.	नींद से जागो, मगर सपने छोड़कर	173–174
87.	असम्भव के पीछे भागते रहने पर सम्भव भी हाथ से छूट जाता है	175–176
88.	जो डर, चिन्ता एवं तनाव से लड़ नहीं सकता, वह भरी जवानी में ही मर जाता है	177–178
89.	जब एक द्वार बन्द होता है, तब दूसरा अवश्य खुल जाता है	179–180
90.	हर समस्या के पीछे उसका समाधान भी छिपा होता है	181–182
91.	सस्ते से राजी होना, बहुमूल्य को खोना है	183–184
92.	अपने अलावा सबकी प्रशंसा कीजिए	185–186
93.	ज्यादातर जवाब मौन रहकर ही दिये जा सकते हैं	187–188
94.	अच्छा श्रोता, सबका प्यारा होता है	189–190
95.	सलाह सबकी, पर राह अपनी	191–192
96.	दोस्ती और दुश्मनी आपकी विचारधारा पर निर्भर करती है	193–194
97.	जैसी भावनायें, वैसी सम्भावनायें	195–196
98.	यदि कहीं स्वर्ग है तो यहीं है, इसी वक्त है	197–198
99.	धन को माया मत मानिए	199–200
100.	अपने संसार को भी पहचानिए	201–202
●	सात आश्चर्य	203

1 अपने आपको पहचानिए (Identify Yourself)

1. **जिस प्रकार परमात्मा को जानने के लिए आत्मा को जानना जरूरी है, उसी प्रकार सफलता को उपलब्ध होने के लिए खुद को जानना जरूरी है.** जिस प्रकार आत्मा परमात्मा से अलग नहीं है, उसी प्रकार सफलता भी आपसे अलग नहीं है. **जरा मन के दर्पण पर जमी निरर्थक एवम् नकारात्मक विचारों की धूल तो हटाइए. अपने आपको जानना वस्तुतः हर व्यक्ति का जन्म सिद्ध अधिकार है.**
2. **जिस प्रकार एक छोटे से बीज में बड़ी–बड़ी संभावनायें छिपी होती हैं, उसी प्रकार प्रत्येक व्यक्ति के अन्दर भी अनन्त संभावनायें विद्यमान होती हैं. बस संकल्प रूपी बीज को आत्म–विश्वास की जमीन में सकारात्मक सोच के साथ रोपते हुए श्रम की बूँदों से सीचने की आवश्यकता होती है.** इस प्रकार जो वृक्ष पल्लवित होगा, वह कल्पनातीत होगा. अपनी अभिरूचि एवम् अर्जित जानकारी के आधार पर एकाध संभावना को बाहर निकालिए. **भूल जाइए कि आप कम पढ़े–लिखे हैं या तकनीकी शिक्षा प्राप्त नहीं हैं.**
3. जरा हिसाब तो लगाइए कि अब तक की जीवन यात्रा में आपने कितनी उपलब्धियाँ अर्जित की हैं. **जब आप यहाँ तक आ पहुँचे हैं, तब आगे बढ़ते रहने में कौनसी कठिनाई हैं ? याद रखें, आपकी क्षमताओं का आकलन आपके अलावा कोई दूसरा नहीं कर सकता.** इसलिए दूसरों द्वारा किए गए आधे–अधूरे एवम् एकपक्षीय मूल्यांकन पर कभी भरोसा मत कीजिए.
4. **स्मरण रहे, सफलता आपके कारण है, सफलता के कारण आप नहीं हैं.** अपने आपको जानना, सुनना और मानना ही सबसे बड़ी सफलता है. **जब तक अविश्वास और आशंकाएं हैं, तब तक अपने आपको पहचानना जरा कठिन ही है.** अपने आन्तरिक संचार–तन्त्र को पहचानिए, सही वक्त पर सही संदेश प्राप्त करने की आदत डालिए और इसके लिए आपको ध्यान के माध्यम से अपने भीतर उतरना होगा.
5. यह किसने कह दिया कि आप एक 'साधारण' व्यक्ति हैं. **यहाँ हर व्यक्ति 'असाधारण' ही होता है. वस्तुतः मनुष्य–जन्म ही अपने आपमें एक अद्भुत एवम् असाधारण घटना है.** किन्तु दुर्भाग्यवश तथाकथित साधु–सन्त और धर्म के ठेकेदार अपने अतिरिक्त अन्य सभी को साधारण श्रेणी में रखते हैं और 'असाधारण' होने के लिए अपनी शरण में आने की शर्त रखते हैं. ऐसे चालाक लोगों से अपने आपको बचाइए. याद रखिए, **एक मशीन पचास साधारण व्यक्तियों का कार्य कर सकती है, किन्तु पचास मशीनें मिलकर भी एक 'असाधारण' व्यक्ति का कार्य नहीं कर सकतीं.**
6. **जब परमात्मा ने आपको एक परिपूर्ण एवम् सबसे अलग व्यक्तित्व प्रदान किया है, तब दूसरों से तुलना करने का औचित्य ही क्या है ?** जब प्रत्येक व्यक्ति की शारीरिक अनुकृति, प्रवृत्ति, अनुभूति, यहाँ तक कि अंगूठे–अंगुलियों की छाप तक एक–दूसरे से अलग एवम् अनूठी होती हैं, तब

किन्हीं दो व्यक्तियों की कार्य प्रणाली या कार्य प्रगति एक सी कैसे हो सकती है ? इसलिए **अपने अद्वितीय व्यक्तित्व की समुचित पहचान करते हुए अपने तरीके से कार्य करते चलें, सफलतायें तो स्वतः ही मिलती चली जायेंगी. तुलना ही करनी हो तो अपने काम से करिए.**

7. यह सही है कि हर व्यक्ति हर कार्य नहीं कर सकता. आयु की अल्पता एवम् संसाधनों की न्यूनता के कारण ऐसा संभव भी नहीं हैं. फिर भी **जो कार्य आप कर रहे हैं या करना चाह रहे हैं, उसे पूर्ण सत्यनिष्ठा, कर्त्तव्यनिष्ठा, प्रतिबद्धता, समय–बद्धता, योजना–बद्धता, सम्पूर्ण क्षमता एवम् भरपूर आस्था के साथ सम्पादित करते चलें, बहुत कुछ संभव हो सकता है.**

8. **यह भी सही है कि किसी एक व्यक्ति द्वारा किया जाने वाला कार्य दूसरे व्यक्ति द्वारा भी किया जा सकता है.** वस्तुतः कोई भी कार्य दुष्कर नहीं है, बशर्ते कि आप अपने अन्दर अन्तर्विष्ट प्रतिभा को जागृत करें और अपेक्षित प्रशिक्षण के माध्यम से उसे विकसित करें, तब अन्य संसाधन तो अपने आप जुटते चले जायेंगे और आप निरन्तर आगे बढ़ते चले जायेंगे.

9. **यह भी सही है कि जिसे आप प्राप्त करना चाहते हैं, उसे प्राप्त करने से पूर्व कल्पना के स्तर पर कई बार प्राप्त कर चुके होते हैं.** इसलिए जब तक आप अपनी परिकल्पनाओं में अभिवृद्धि करते रहेंगे, तब तक सफलता दर सफलता प्राप्त करते रहेंगे. **इसी तरह जहाँ आपको पहुँचना था, वहाँ तो वस्तुतः आप पहले से ही पहुँचे हुए हैं. बस जानने की देर है.** पर अफसोस इस देर को आप अंधेर तक खींचे हुए हैं. याद रखें, जब जागें, तब ही सबेरा है.

दृष्टान्त–

एक व्यक्ति अपनी व्यावसायिक विफलताओं से हताश होकर किसी मैनेजमेण्ट गुरु के पास पहुँचा. अपनी समस्यायें बताईं. गुरु बोले–**(क) 'आपकी समस्याओं के हल आपके अलावा किसी अन्य के पास नहीं हैं. कम से कम दस मिनट प्रतिदिन ध्यान में उतरो, अपनी चेतना जागृत करो, फिर चेतना के दर्पण में अपने आपको देखो. समाधान दर्पण के पानी में तैरते हुए दृष्टिगत होते चले जायेंगे. (ख) याद रखें, यदि आप चाहते हैं कि लोग आपको सुनें, तो सबसे पहले अपने आपको सुनिए. (ग) यदि आप चाहते हैं कि लोग आपको पहचानने लगें, तो पहले अपने आप को पहचानिए. (घ) यदि आप चाहते हैं कि लोग आपको सम्मान दें, तो अपने आपको सम्मान देते हुए सम्मान योग्य बनाइए. (ङ) यदि आप स्वयं से परिचित होना चाहते हैं तो अपने व्यक्तित्व की गहराई से परख कीजिए. आत्म विश्लेषण करते हुए अपनी अन्तर्निहित क्षमताओं को पहचानिए. अपने व्यवसाय में अपनी क्षमताओं का समुचित रूप से सदुपयोग करते हुए व्यवसाय को व्यवस्थित करिए. तब आपकी दक्षताओं एवम् क्षमताओं में स्वतः ही अभिवृद्धि होने लगेगी और आपको आशातीत सफलतायें प्राप्त होती चली जायेंगी.**

2 अपना रास्ता अलग बनाइए (Make Your Own Way)

1. वस्तुतः समय बहुत तेज चलता है. **समय की इस दौड़ में महज वर्तमान ही हमारे पास बचता है. अब तक जो कुछ हुआ, जो कुछ हो रहा है और जो कुछ होगा, सब वर्तमान में ही हुआ है और वर्तमान में ही होगा.** इसलिए यदि वर्तमान में हमारा रास्ता अलग होगा तो हमारे हर कदम में नयापन होगा. यह नयापन ही हमें दूसरों से अलग करेगा. **हमारी अलग पहचान ही हमारे जीवन की सार्थकता है.**
2. **कार्य तो सभी करते हैं, किन्तु जो अलग एवम् अभिनव ढंग अपनाते हैं, वे दूसरों के लिए आदर्श बन जाते हैं.** इसलिए ऐसा रास्ता चुनें, जो आपको अलग लगे, सुविधाजनक लगे. दूसरों को भी अलग लगे, चुनौती–पूर्ण लगे. **याद रखें, कोई भी रास्ता चुनौती–पूर्ण तब तक ही लगता है, जब तक कि उस पर चलना आरंभ न कर दें. दिन भर में कोई काम ऐसा भी करें, जिसे आप करना नहीं चाहते हैं.** यही आदत आपको सबसे अलग बना देगी.
3. **जब आप दूसरों के जूते नहीं पहन सकते, दूसरों के कपड़े नहीं पहन सकते, तब आप दूसरों द्वारा उपयुक्त रास्ते पर कैसे चल सकते हैं ?** आनन्द और अपनत्व के साथ तो आप अपने ही रास्ते पर चल सकते हैं. चलने से पहले तमाम तथ्य एकत्रित करें, उनका विश्लेषण करें और उन तथ्यों को अपने हिसाब से मौड़ देते हुए आगे बढ़ें. ऐसा रास्ता निश्चित् रूप से अलग ही होगा.
4. **आपकी पहचान किसी रास्ते के कारण नहीं, बल्कि रास्ते की पहचान आपके कारण होनी चाहिए.** रास्ता कैसा भी हो, कहीं भी हो, पर हर रास्ते पर आपकी दौड़ सकारण होनी चाहिए. **याद रखें, अब तक जितने रास्ते बने हैं और जितने बन रहे हैं, वे सब अलग रास्तों पर चलने के इच्छुक व्यक्तियों के कारण ही बने हैं.** इसलिए कुछ अपने नियम बनाइए और उन पर पूरी दृढ़ता के साथ चलिए. **आपकी पहचान नियमों के कारण नहीं, बल्कि नियमों की पहचान आपके कारण होनी चाहिए.**
5. जब प्रकृति ने आपको सबसे अलग एवम् एक स्वतन्त्र व्यक्तित्व प्रदान किया है, तब आपके कार्य करने का ढंग भी सबसे अलग ही होना चाहिए. आपके चेहरे के हाव–भाव, शारीरिक भाषा (Body Language), बोलने का ढ़ंग, पहनावा, चाल–ढ़ाल सब कुछ दूसरों से अलग होने चाहिए. **याद रखें, ईश्वर ने आपको सब कुछ देकर ही भेजा है, इसलिए रास्ता कैसा भी चुनें, कोई अड़चन नहीं आयेगी. बस आकांक्षा, आक्रोश, आवेग एवम् स्वाभिमान के साथ अपने तरीके से अपने रास्ते पर बढ़ते रहें, तब हर कदम एक सफल कदम होगा.**
6. लीक पर चलना कोई बड़ा काम नहीं है. जो लीक छोड़कर चलता है, वो ही सबका ध्यान अपनी ओर आकर्षित करता है. कहा भी गया है–

लीक–लीक गाड़ी चले, लीकहि चले कपूत।
लीक छोड़ तीनूं चले, शायर सिंह–सपूत।

7. **उधार की शान और उधार की पहचान काफी जोखिम भरी होती है. सबसे अलग और दिलचस्प तरीके से काम करने वाले की एक अलग ही पहचान बनती है.** याद रखें, अलग पहचान के आधार पर ही सफलता की राह आसान बनती है. बने बनाये रास्ते पर तो डरपोक चलते हैं. **जो जानते हैं, कैसे चलना है, वे बीहड़ में भी अपना रास्ता बना लेते हैं.**
8. **दूसरों द्वारा बताये गये रास्तों पर चलते हुए कब तक दूसरों को दोष देते रहोगे ?** स्वाध्याय और स्वानुभव के आधार पर रास्ता न चुनकर कब तक भाग्य को कौसते रहोगे ? **सफलता के सार्वभौम सिद्धान्तों को पकड़ना तो आसान है, किन्तु उन पर चल कर सफल होना उतना आसान नहीं है.** यह भी कतई अपेक्षित नहीं है कि प्रतिपादित सिद्धान्तों पर चलने पर सबको एक से ही परिणाम प्राप्त हों. और यह भी अपेक्षित नहीं है कि एक से परिणाम प्राप्त करने के लिए एक से रास्ते पर चला जाए.
9. **याद रखें, भीड़ से अलग दिखने वाला व्यक्ति ही नेतृत्व प्रदान कर सकता है.** अपने कदमों के निशान छोड़ते हुए चलने वाला व्यक्ति ही महान बन सकता है. **दूसरों की नकल करना उपलब्धि नहीं, मात्र अभिनय है.** महान बनने के लिए अलग से प्रयास करने की आवश्यकता नहीं है. बस अपना रास्ता अलग बना लें, उस पर पूर्ण सतर्कता एवम् निरन्तरता के साथ चलते रहें, महानता तो अपने आप उपलब्ध हो जायेगी. **अर्थात् भीड़ में रहकर भी भीड़ से अलग नजर आइए.**

दृष्टान्त–

(क) एक बार एक भारतीय अपने कुछ अमरीकी मित्रों के साथ अमेरिका के किसी रेस्टोरेन्ट में कॉफी पी रहा था. एक–एक कप कॉफी पीने के बाद कुछ ने अपने कप उल्टे कर दिये और कुछ ने सीधे ही रख दिये. किन्तु भारतीय ने अपना कप न उल्टा रखा और न सीधा रखा, बल्कि लेटा कर रख दिया. उल्टे रखे कप वेटर द्वारा तत्काल उठा लिए गये और सीधे रखे कपों में एक बार कॉफी और सर्व करदी गई. किन्तु भारतीय का व्यवहार किसी की समझ में नहीं आया, सब उसकी ओर देखने लगे. वेटर ने उसके पास आकर पूछा–'महोदय मेरे लिए क्या आदेश हैं ?' इस पर मुस्कुरा कर भारतीय बोला–**'अगर मनुहार के साथ पिलाओगे तो एक कप और पी लूँगा.'**

(ख) कुरकुरे बनाने वाली एक कम्पनी ने अपना टी.वी. विज्ञापन कुछ अलग ही ढ़ंग से बनवाया. चम्पक लाल अपने ऑफिस में बैठे–बैठे कुरकुरे खा रहा है. अचानक एक शुभ चिन्तक दौड़ता हुआ दाखिल होता है और बताता है–'चम्पक भाई, फैक्ट्री में आग लग गई!' चम्पक भाई–'मुझे क्या ?' शुभ चिन्तक–'अरे, तुम्हारी फैक्ट्री में.' चम्पक भाई–'तो तुझे क्या ?' और उसी सहज भाव से कुरकुरे खाना जारी रखता है. अर्थात् कम्पनी विशेष के कुरकुरों का असर है कि कोई उपभोक्ता इतना निर्लिप्त भी हो सकता है. यहाँ प्रश्न निर्लिप्तता का नहीं है, विज्ञापन की नवीनता का है. यदि आपको अपना उत्पाद बेचना है तो, रास्ता तो दूसरों से अलग ही अपनाना होगा.

3 सफ़र का भी आनन्द उठाइए (Enjoy Your Journey Also)

1. **आपका प्रत्येक कदम मील का पत्थर हो सकता है, बशर्ते कि हर कदम पूरे होश एवम् जोश के साथ उठाया जाय. आपका हर सफर रोमान्चक एवम् रोचक हो सकता है, बशर्ते कि हर क्षण का आनन्द उठाया जाय.** आनन्द को हम–बना लेने पर जिन्दगी का सफर कतई बोझिल नहीं होगा.

2. **जिन्दगी एक ऐसा सफर है, जिसमें मौत के अलावा कुछ भी निश्चित नहीं है.** निश्चित् मौत भी कब, कहाँ और किस मौड़ पर मिलेगी, यह भी निश्चित नहीं है. जिन्दगी के सफर में कब कौनसी सफलता उपलब्ध होगी, यह भी निश्चित नहीं हैं. अर्थात् **अनिश्चित्ता भरे इस सफर में केवल 'आनन्द' को ही सुनिश्चित किया जा सकता है. याद रखें, आनन्द ही एक मात्र ऐसा विकल्प है, जिसे बिना किसी प्रतिफल के प्राप्त किया जा सकता है.** और हाँ, **जहाँ आनन्द होगा, वहाँ सफलता का साम्राज्य अवश्य होगा.**

3. **जीवन–यात्रा के दौरान् जिन व्यक्तियों, वस्तुओं और स्थानों से होकर आप गुजरते हैं, उन सबको साक्षी भाव से देखते चलें.** सबके प्रति सकारात्मक भाव रखते हुए सबका सदुपयोग करते चलें. जब भी चलें, सचेत होकर चलें. सफर के हर लम्हे को भोगते चलें, केवल गन्तव्य पर ही नजर न रखें. 'आह ! कितना लम्बा सफर करना है.' ऐसा मन्तव्य भी न रखें.

4. **अर्थ भरी यात्रा को व्यर्थ मत बनाइए, सफर के हर क्षण को सार्थक बनाइए. हर 'आह' को 'अहा' में और 'अहा' को 'वाह' में बदलते चलें.** सफर को अपने नाम और अपने को सफर के नाम करते चलें. सफलता कितनी मिलती है, **यह महत्वपूर्ण नहीं है, यात्रा कितनी सफल रहती है, यही महत्वपूर्ण है.**

5. **जीवन का प्रत्येक क्षण वस्तुतः कितना अद्भुत, आनन्ददायक एवम् महत्वपूर्ण है. हर क्षण कितना अनमोल, अद्वितीय एवम् अपने आप में परिपूर्ण है.** यहाँ सब कुछ कितने आनन्द से भरा हुआ है, बस आपके देखने की देर है. इसलिए अपने आप को देखो, अपने आस–पास की रंगीन दुनिया को देखो, ईश्वरीय सम्पदा को देखो. आँखों से ही नहीं, कानों से भी देखो. कानों से ही नहीं, आँखों से भी सुनो. देखने और सुनने से पहले जरा आनन्द से भरो. तब आपके सफर में आनन्द ही आनन्द होगा.

6. **दूर अंधेरे में देखने की बजाय अपने आस–पास देखें. वर्तमान को वर्तमान में ही देखें.** यही शाश्वत है, यही सत्य है, यही नित्य है. **जीवन कोई दर्दनाक अथवा खतरनाक अभियान नहीं होता, जीवन तो हर पल जीने के लिए होता है. उदास या नाराज व्यक्ति का कोई हम सफर नहीं होता, वह तो सदा जहर से भरा होता है.** इसलिए सफर तब ही सार्थक होगा, जब उत्साह, उमंग और उत्सव से भरा होगा.

7. **जिस प्रकार आप नदी के प्रवाहित जल में दुबारा स्नान नहीं कर सकते, उसी प्रकार आप एक रास्ते से दुबारा नहीं गुजर सकते.** ध्यान रहे, समय भी जल के समान निरन्तर बहता रहता है. अर्थात् हर सफर एक नया सफर होता है, भले ही एक ही रास्ते से रोजाना आना–जाना पड़ता हो. निरन्तर परिवर्तन एवम् समय के प्रवाह को यदि हम आत्मसात् कर लें तो फिर हमें हर सफर नया सफर ही प्रतीत होगा.

8. **व्यक्ति सदैव भय एवम् आशंकाओं से घिरा रहता है, इसीलिए सफर का आनन्द नहीं उठा पाता है.** अफसोस कि वह जिन्दगी में कुछ भी नहीं पकड़ पाता है और इसी आपाधापी में अचानक अन्तिम पड़ाव आ जाता है. याद रखें, **आनन्द को पकड़ने के लिए भय और आशंकाओं से ऊपर उठना होगा.** भय और आशंकाओं से ऊपर उठने के लिए अपने सफर से जुड़ना होगा.

9. **यदि हम केवल गन्तव्य के विषय में ही सोचते रहेंगे तो सफर का आनन्द नहीं उठा पायेंगे.** और तब समूचा जीवन ही हमारे लिए अर्थहीन हो जायेगा. गन्तव्य तो आयेगा ही, किन्तु कभी अचानक नहीं आयेगा. उसके लिए हमें कदम दर कदम चलना होगा. हर कदम को गन्तव्य समझना होगा. **हमें यह तो पता नहीं है कि गन्तव्य कब, कहाँ और किस रूप में आयेगा ? किन्तु हमें यह अवश्य पता होना चाहिए कि गन्तव्य हमारे चलने पर ही आयेगा.** इसलिए जरूरी है, होशपूर्वक चलें, सफर के हर क्षण को महत्वपूर्ण समझें.

दृष्टान्त–

रेगिस्तानी स्टेशन से एक सज्जन ट्रैन में चढ़े और चढ़ते ही अपने ऊपर के कपड़े उतार दिये. इस पर एक प्रबुद्ध सहयात्री ने पूछ लिया–'जनाब, कपड़े क्यों उतार दिये ?' सज्जन बोले–'आपको शायद पता नहीं है, मैं मुम्बई जा रहा हूँ.' सहयात्री–'तो क्या हुआ, हम भी तो वहीं जा रहे हैं ?' सज्जन–'ठीक है, पर सुना है, वहाँ बहुत बड़ा समुद्र है.' सहयात्री–'हाँ, समुद्र तो है पर .... ?' सज्जन–'मुझे वहाँ पहुँचते ही समुद्र में नहाना है.' इस पर आस–पास बैठे सभी यात्री जोर–जोर से हँसने लगे और कहने लगे–'ठीक है, पहुँचने पर नहा लेना, लेकिन अभी तो कम से कम सौलह घण्टे लगेंगे.' सज्जन–'वो तो ठीक है, पर पहले से ही तैयार रहो तो क्या हर्ज है ?' तो ऐसी तैयारी से बचें. इस तरह तो पूरा सफर ही कितना नीरस एवम् असुविधाजनक हो जायेगा. फिर यह भी कहाँ तय है कि आप समुद्र तक पहुँच ही जायेंगे. इसलिए जरूरी है कि सफर का पूरा आनन्द उठाया जाय.

4 हर स्थिति में प्रसन्नचित रहिए (Develop the Art of Pleasure)

1. **हर क्षण प्रसन्न रहने वाले व्यक्ति की जिन्दगी प्रसन्नता से भरी होती है. सफलता से प्रसन्नता प्राप्त हो, यह अपेक्षित नहीं, किन्तु प्रसन्नता से हर सफलता हरी होती है.** वस्तुतः प्रसन्नता–सम्पन्न व्यक्ति ही वास्तविक सम्पन्नता को उपलब्ध हो सकता है. **आनन्द से भरा व्यक्ति ही जीवन की सार्थकता को उपलब्ध हो सकता है.** सदैव प्रसन्न रहना और लोगों को प्रसन्न रखना एक बहुत बड़ी कला है. जो इस कला में पारंगत होता है, वही सफल होता है.

2. **प्रसन्नता भीतर से आनी चाहिए, लेकिन यह तब ही संभव है, जब भीतर रिक्तता हो.** यदि आप भीतर से प्रसन्न होंगे तो प्रसन्नता की झलक आपके चेहरे पर स्वतः ही छलक उठेगी और तब आस–पास के वातावरण में प्रसन्नता की फुलवारी महक उठेगी. ऊपर से औढ़ी हुई प्रसन्नता का सहारा मत लीजिए और लोगों की बनावटी प्रसन्नता के धोखे में कभी मत आइए.

3. **जो अपने काम के साथ गाना भी गाता है, वो सबको भाता है.** वैसे तो **काम करना ही प्रसन्नता की बात होनी चाहिए.** कोई भी सफलता पूर्णतः आपकी तब ही हो सकती है, जब कि वह आपके लिए प्रसन्नता की बात हो. जिन्दगी आपके नाम हो सकती है, बशर्ते कि यह आपके लिए प्रसन्नता की बात हो.

4. परमात्मा ने अपनी अनुपम कृति के रूप में मानव शरीर का सृजन किया और उसमें एक पवित्र आत्मा का प्रावधान कर दिया. यहाँ तक तो सब ठीक था, किन्तु परमात्मा ने काफी सोच विचार कर इस शरीर में एक चंचल 'मन' का भी प्रावधान कर दिया. **व्यक्ति के तमाम उपद्रवों एवम् कष्टों का कारण बस यह 'मन' ही है. प्रसन्न रहने के लिए इस 'मन' को साधना पड़ता है.** अतः तन से ही नहीं, मन से भी प्रसन्न रहिए. मन से ही नहीं, दिल से भी प्रसन्न रहिए. दिल से ही नहीं, दिमाग से भी प्रसन्न रहिए. यही समग्रता है. समग्रता ही सफलता है.

5. **प्रसन्नता उतनी ही सहज एवम् स्वाभाविक है, जितनी कि हमारी 'श्वास' है.** हँसने और रोने के लिए किसी भाषा की आवश्यकता नहीं होती. सबका हँसना और रोना एक सा ही होता है. आदमी ही नहीं, दुनिया का हर प्राणी हँसने और रोने को आसानी से समझ लेता है. इसलिए सदैव प्रसन्न रहिए. आपकी प्रसन्नता आपके लिए ही नहीं सबके लिए प्रसन्नता की बात है. **प्रसन्नता केवल अभ्यास की बात है, इसके लिए कुछ भी खर्चने की आवश्यकता नहीं होती. प्रसन्नता तो जितनी लुटाओ, उतनी ही लौट कर आती है.**

6. **जब आप ऐसा काम करने में सफल हो जाते हैं, जिसके लिए आप आश्वस्त नहीं थे या जिसके लिए दूसरों को आपकी क्षमता पर विश्वास नहीं था, तब आपको सबसे बड़ी प्रसन्नता होती है.** लेकिन यह तब ही सम्भव है, जब आप काम करते समय निरन्तर आनन्द में उतरते रहें. आनन्द में उतरते हुए आनन्द को काम में और काम को आनन्द में रूपान्तरित करते रहें.

7. **प्रसन्नता का रहस्य जिज्ञासा में छिपा होता है और जिज्ञासा का रहस्य सफलता में.** किन्तु यह भी सच है कि **सफलता का रहस्य प्रसन्नता में छिपा होता है. वस्तुतः वही सफल हो सकता है, जो अपनी और दूसरों की प्रसन्नता का रहस्य समझता हो. हर परिस्थिति में प्रसन्न रहना ही व्यक्ति की सबसे बड़ी सम्पत्ति है, यही बैंक बैलेन्स है, यही जमा पूँजी है. जब भी आप किसी को याद करते हैं, उसका हँसता हुआ चेहरा ही याद आता है.** रोते हुए चेहरे को कोई भी याद रखना नहीं चाहता.

8. **हम केवल 'वर्तमान' में ही प्रसन्न हो सकते हैं. 'कल' प्रसन्न थे या 'कल' प्रसन्न होंगे, इस आधार पर आज प्रसन्न नहीं हो सकते.** जब वर्तमान का हर क्षण प्रसन्नता के साथ गुजरता है, तब हम भूत या भविष्य में अप्रसन्न कैसे हो सकते हैं. भूत और भविष्य का निर्माण तो वर्तमान से ही होता है और जब वर्तमान प्रसन्नता से भरा हो तो भूत–भविष्य भी प्रसन्नता–युक्त ही होंगे.

9. अकूत कष्टों एवम् विषम परिस्थितियों में भी यदि हम टूटते नहीं हैं, सहजता से आगे बढ़ते रहते हैं. हर बात पर सिर कूटते नहीं है, तो इससे बढ़कर प्रसन्नता की बात और हो ही क्या सकती है! **अगर कोई बीमारी टल नहीं सकती, तो बेहतर है बीमारी का भी आनन्द उठाया जाय.** ऐसा आनन्द रोज–रोज तो मिल नहीं सकता. कुछ भी असंभव नहीं है, अगर हम हर परिस्थिति में प्रसन्न चित्त रहने की कला विकसित कर लें.

दृष्टान्त–

एक किसान अपनी सरसों की फसल के साथ बहुत खुश था. सूखे के कारण अगले साल खेत पड़त रह गया. फिर भी वह खाली खेत के साथ ही खुश था. यह सोचकर कि अगले साल तो बरसात होगी ही. किन्तु दुर्भाग्यवश अगले साल भी बरसात नहीं हुई, फिर भी किसान खुश था. कम से कम खेत तो उसके पास था ही. किन्तु लगातार सूखे के कारण खेत बिक गया, फिर भी वह खुश था. दूसरों के खेत तो मौजूद थे. किन्तु दुर्भाग्यवश लगातार सूखे के कारण उसे आस–पास काम मिलना भी बन्द हो गया. मजबूरी में किसान को अपना घर भी बेचना पड़ा. अब तो वह बिल्कुल खानाबदोश हो गया था. जहाँ काम मिला, वही चला गया. फिर भी खुश था. कम से कम जीवित तो था. **जीवित होने से बड़ी खुशी और हो भी नहीं सकती. यानी 'हम है' यही क्या कम है.** ऐसा सोच लेने पर हर विपरीत परिस्थिति अनुकूल होती चली जायेगी.

5 'अहम्' को अपने से बड़ा मत होने दीजिए (Do Not Let Your Ego to Be Taller Than You)

1. संस्कृत के 'अहम्' शब्द का अर्थ होता है 'मैं'. भाषा कोई भी हो, 'अहम्' का हर पर्याय अहंकार से भरा होता है. **अहम् का अणु जब जगत से जुड़ता है, तब दुख उपजता है और जब आत्मा से जुड़ता है, तब दिव्य होकर उमड़ता है.** इसलिए अहम् को जगत से मत जुड़ने दीजिए.
2. **सच तो यही है कि अहम्कारी लोगों ने ही परमात्मा की परिकल्पना की है.** हर आदमी चाहता है कि ऊपर वाला सिर्फ उसकी ही फिक्र करे. जरा सोचिए, क्या ईश्वर के पास अपना कोई कार्य नहीं है ? इसलिए बेहतर तो यही है कि आप अपना कार्य करें और ईश्वर को अपना कार्य करने दें. **आदमी अपने अहम् के कारण ईश्वर को अपने अनुकूल ढ़ालने में लगा रहता है,** लेकिन जब ईश्वर अपने अहम् पर आ जाता है, तब आदमी की कुछ भी नहीं चल पाती है.
3. **हम अपने 'अहम्' के कारण ही व्यक्ति अथवा प्रकृति के सामने झुकने में अपना अपमान समझते हैं.** इसीलिए हमने भगवान को पत्थर बनाकर हर जगह बिठा दिया है और हम पत्थर के आगे झुकने में अपनी शान समझते हैं. कारण स्पष्ट है, पत्थर के आगे झुकने में किसी के 'अहम्' को चोट नहीं पहुँचती है. पत्थर कोई प्रतिक्रिया नहीं करता. हम अपनी सुविधानुसार झुक लेते हैं और अपनी सुविधानुसार भगवान बिठाते रहते हैं. सबसे बड़ा आश्चर्य तो यही है कि हमने पत्थर को परमात्मा से भी बड़ा मान लिया है. अर्थात् **हमने अपने अहम् को भगवान से भी बड़ा कर लिया है.**
4. दुनिया की सबसे छोटी कविता **'I, Why ?'** भी अहम् को चुनौती देती हुई ही सामने आयी है. सच भी यही है कि आज तक आदमी ने अपने अहम् के कारण ही पग–पग पर चोट खाई है. **देखा जाय तो आदमी ने केवल एक ही चीज का निर्माण किया है और वह है 'अहंकार'. व्यक्ति द्वारा निर्मित अन्य वस्तुयें तो वस्तुतः 'अहंकार' के ही सह–उत्पाद हैं.**
5. **'अहम्' भारीपन एवम् बैचेनी पैदा करता है. अहम् तो रेत का किला है, जो कभी भी गिर सकता है. बल्कि वह तो गिरा हुआ ही है.** उसका होना तो महज भ्रम ही हो सकता है. अहम् का अन्त सदा अहंकार में होता है और अहंकारी व्यक्ति गिरा हुआ ही होता है. व्यक्ति जितना छोटा होता है, उसका अहम् उतना ही बड़ा होता है. और अहम् जितना बड़ा होता है, आदमी उतना ही कष्ट उठाता है.
6. **दस गरीब आदमी एक कमरे में आराम से सो सकते हैं, किन्तु दो राजा एक राज्य में एक साथ नहीं रह सकते. यदि आप चाहते हैं कि लोग आपको भला कहें तो अपने अहम् को अपने से छोटा करना ही पड़ेगा.** अहम् को बिल्कुल छोड़ा तो नहीं जा सकता, आज तक कोई छोड़ भी नहीं पाया है, किन्तु कम तो किया ही जा सकता है. **'अहम्' तो सबसे बड़ी नकारात्मक ऊर्जा है, जिसके रहते आप कभी सफल नहीं हो सकते.**

7. लाखों–करोड़ों वर्षीय मानव–सभ्यता की तुलना में किसी एक व्यक्ति का क्रियाशील कार्यकाल मुश्किल से पैंतीस साल का हो सकता है. जरा सोचिए, एक नितान्त ही नगण्य अन्तराल और नगण्य योगदान के लिए 'अहम्' से भरे होने का औचित्य ही क्या है ? **जरा हिसाब लगाइए, आपके पास 'अहम्' करने लायक ऐसा क्या है, जो दूसरों के पास नहीं है ? शरीर, विचार, भाषा, सम्पदा, परिवार सब कुछ तो समाज से ही प्राप्त किया है, फिर 'अहम्' किस बात का ?** याद रखें, अहम् का असर आपके स्वास्थ्य और आपके कार्यकलापों पर ही पड़ता है, दूसरों पर नहीं पड़ता. इसलिए अहम् को छोटा करने पर ही कोई व्यक्ति सफल हो सकता है. सफलता से विनम्रता आती है, अहंकार नहीं आता.
8. **आदमी की मूँछ और कुत्ते की पूँछ सदा ऊँची ही रहती है.** इसके लिए दोनों को काफी कठिनाइयाँ भी उठानी पड़ती हैं. **कुत्ते की पूँछ मालिक के सामने हिलने तो लगती है, किन्तु आदमी की मूँछ तो मन्दिर में भी ऊँची ही रहती है.** देखा जाय तो मन्दिरों की इमारतें मूँछों के कारण ही खड़ी होती हैं. आदमी अपनी मूँछ को ऊपर से जितनी छोटी करता है, उसके भीतर की मूँछ उतनी ही बड़ी हो जाती है. यदि आपको जीवन में कुछ कर गुजरना है तो अपने भीतर की मूँछों को बड़ी मत होने दीजिए.
9. सन्त कबीर ने कितनी मजेदार बात कही है–

'प्रेम न बाड़ी ऊपजे, प्रेम न हाट बिकाय।
राजा परजा जेइ रूचे, शीश देइ ले जाय।।'

अर्थात् प्रेम को उपलब्ध होने के लिए सिर कटवाना होगा, क्योंकि सिर ही अहम् एवम् विचारों का घर होता है. अपने सिर को अहम् व विचारों से रिक्त करना होगा, तब ही आपके और प्रेम के बीच की बाधा हटेगी.

दृष्टान्त–

(क) घमण्डी लाल को इस बात का बड़ा घमण्ड था कि वह नास्तिक था. अपने अकाट्य तर्कों के आधार पर वह सबसे उलझता रहता था. ईश्वर को नकारने में उसके 'अहम्' की ही पुष्टि होती थी. एक बार वह भयंकर रूप से बीमार हुआ. मृत्यु निकट थी. एक सन्त उसके पास आया और सुझाव रखा कि कम से कम अब तो ईश्वर का स्मरण कर लो. घमण्डी लाल ने आँखें खोलते हुए हाथ जोड़ कर बोला–**'परमात्मा का शुक्र है कि मैं नास्तिक हूँ'**. अर्थात् नास्तिक से नास्तिक व्यक्ति भी ईश्वरीय सत्ता में विश्वास रखता है. अपने अहम् के कारण भले ही वह कुछ भी कहता रहे. अर्थात् अहम् को नियंत्रित किये बगैर कोई भी जीवन की सफलता को उपलब्ध नहीं हो सकता.

(ख) नत्थू लाल भयंकर नास्तिक था. अपने कमरे की दीवारों पर जगह–जगह लिख रखा था–'GOD IS NOWHERE.' (ईश्वर कहीं नहीं है) जीवन की ढ़लान पर नत्थू लाल को लकुआ मार गया. वह लाचार एवम् बेबस हो गया. इस पर कुछ लोगों ने सलाह दी कि 'इस अर्थहीन 'अहम्' में क्या रखा है ? कम से कम अब तो ईश्वरीय सत्ता में विश्वास कर लो.' नत्थू लाल ने इस पर गंभीरतापूर्वक विचार किया. उसे अहसास हुआ कि उसका 'अहम्' ईश्वर के कारण ही है. वह मन ही मन ईश्वर का स्मरण करने लगा. 'अहम्' तिरोहित होने लगा. नत्थू लाल धीरे–धीरे स्वस्थ होने लगा. दीवारों पर लिखे गये वाक्य में अब उसने थोड़ा–सा संशोधन कर दिया. NOW HERE शब्द के W एवम् H के बीच एक डेश लगाते हुए इसे दो भागों में विभक्त कर दिया. अब वाक्य हो गया GOD-IS-NOW-HERE (ईश्वर अब यहीं हैं) अर्थात् 'अहम्' को हटाने के लिए एक छोटे से डेश की ही आवश्यकता होती है. यही जीवन की सफलता है.

6 अपने क्रोध पर काबू रखिए (Keep Your Temper)

1. मन की तीन वृत्तियाँ होती हैं–देहात्मक, आवेशात्मक एवम् रसात्मक. देहात्मक जैसे–सर्दी, गर्मी, भूख, प्यास आदि. आवेशात्मक जैसे–भय, काम, क्रोध आदि. रसात्मक जैसे–प्रेम, श्रृद्धा, काम, आनन्द आदि. अर्थात् क्रोध भी मन की एक वृत्ति ही है. इसलिए **क्रोध पर काबू रखने के लिए मन को साधना पड़ेगा और मन को साधने के लिए ध्यान में उतरना पड़ेगा. जब मन सध जाए तो सभी वृत्तियाँ अपने आप सध जायेंगी.**
2. **क्रोध एक नकारात्मक ऊर्जा है.** क्रोध भीतरी व बाहरी कारणों से आता है. क्रोध के दौरान हृदय की गति बढ़ जाती है, रक्तचाप भी बढ़ जाता है. साथ ही एनर्जी हारमोन्स के स्तर में वृद्धि हो जाती हैं. क्रोध से तनाव बढ़ता है, कोलेस्ट्रोल बढ़ता है. प्रतिरोधी क्षमता कम हो जाती है. तीव्र संक्रमण की आशंका बढ़ जाती है. इसलिए क्रोध–वृत्ति को नियन्त्रित रखना आवश्यक है.
3. जो क्रोधित नहीं हो सकता, वह मूर्ख होता है. किन्तु जो क्रोधित नहीं होता, वही समझदार होता है. क्रोधित होना आसान है, किन्तु सही बात पर, सही वक्त पर और सही व्यक्ति पर क्रोधित होना इतना आसान नहीं है. इसलिए यदि क्रोधित होने से पहले इन सभी पहलुओं पर विचार कर लिया जाए तो फिर संभवतः कोई क्रोधित हो ही नहीं सकेगा. क्रोध तो एक तात्कालिक अभिव्यक्ति है, इसलिए यदि इसे थोड़ा सा भी विलम्बित कर दिया जाय तो क्रोध पर नियन्त्रण स्वतः ही हो जायेगा.
4. जब जीवन हमारे अनुसार नहीं चलता, जब कोई कार्य या व्यक्ति हमारी अपेक्षाओं के अनुरूप खरा नहीं उतरता, तब हमें गुस्सा आता है. **विषय चिन्तन से आसक्ति और आसक्ति से कामनायें उत्पन्न होती हैं. कामनाओं में विघ्न पड़ने पर गुस्सा आता है. जब प्रेम व करूणा में कमी आती है, तब क्रोध की बारी आती है.** जिस वक्त क्रोध मस्तिष्क पर आधिपत्य कर लेता है, तब विचार शक्ति शून्य हो जाती है. **क्रोधित व्यक्ति का मुख तो खुला रहता है, किन्तु आँखें बन्द हो जाती हैं.** इसलिए जहाँ तक हो सके, क्रोध से बचिए.
5. **शराब पीने या क्रोधित होने पर आदमी पशुता में लौट जाता है.** याद रखें, **शराब पीकर या क्रोधित होकर दुनिया को नहीं बदला जा सकता.** इसलिए दुनिया जैसी है, वैसी ही स्वीकार करें. पर हाँ, यदि आप अपने आपको बदल लेते हैं तो दुनिया आपको बदली हुई ही लगेगी. किसी ने ठीक ही कहा है–

   'जिसे रूठना, मनना और मनाना आता है,
   खुदा भी उसके पीछे–पीछे चला आता है।'

6. **जिस प्रकार छोटा बर्तन जल्दी गर्म हो जाता है अथवा जल्दी छलक उठता है, उसी प्रकार औछा आदमी भी जल्दी ही लाल पीला होकर क्रोधित हो उठता है.** इसलिए छिछले नहीं, गहरे

बनिए. धीर और गंभीर व्यक्तित्व के धनी बनिए. **याद रखिए, आपकी किसी न किसी कमजोरी का परिणाम ही क्रोध है.** क्रोध ही सफलता की राह में सबसे बड़ा अवरोध है. इस अवरोध को हटाइए, क्रोध को बोध में बदलिए. तब सर्वत्र आपकी प्रशंसा होगी, हर काम में आपको सफलता प्राप्त होगी.

7. याद रखें, क्रोध में लिए गए निर्णय प्रायः गलत ही होते हैं. **क्रोध एक खर्चीली विलासिता है, जिसे बड़े लोग ही भोग सकते हैं.** क्रोध में हम खोते ही खोते है, पाते कुछ भी नहीं. आपके क्रोधित होने पर यदि सामने वाला व्यक्ति शान्त रहता है, तब आपका क्रोध आपके पास ही लौट आयेगा. तब आप कितने आग बबूला होंगे. लौटे हुए क्रोध को आप आसानी से हजम नहीं कर पायेंगे. आपके क्रोधित होने पर यदि सामने वाला भी तत्काल ही क्रोधित हो उठे, तब जो घमासान होगा, वह देखने लायक होगा. अर्थात् क्रोधित होना या दूसरे के गुस्से पर उत्तेजित होना किसी भी दृष्टि से उचित नहीं है.
8. **क्रोध और हिंसा पाशविक वृत्तियाँ हैं.** आदमी भी पशुता के दौर से गुजर कर ही आया है, इसीलिए अभी तक क्रोध व हिंसा को छोड़ नहीं पाया है. आदमी की तमाम समस्याओं का कारण भी यही है. तमाम महायुद्धों का कारण भी यही है. **यह सही है कि हम क्रोध और हिंसा को पूरी तरह छोड़ नहीं सकते, किन्तु नियन्त्रित तो कर ही सकते हैं.**
9. क्रोध पर काबू रखने के बहुत से तरीके हो सकते हैं. हर तरीका हर व्यक्ति पर लागू नहीं हो सकता, फिर भी यदि आप चाहें तो अपने क्रोध पर काबू रख सकते हैं. कुछ साधारण तरीके–(A) क्रोध के दौरान अपनी दोनों मुठ्ठियाँ कसकर बन्द करलें और धीरे–धीरे खोलें. ऐसा कम से कम दस बार करें. (B) लम्बे–लम्बे सांस लें और क्रोध को सांसों के साथ धीरे–धीरे बाहर निकलने दें. (C) आवेश के आते ही आँखे बन्द करलें और मन ही मन दस तक गिनें. (D) आँखें बन्द करके 'ओम नमः शिवायः' या 'ओम शांति, शांति, शांति ...' का मन ही मन उच्चारण शुरू कर दें. (E) अपना स्थान बदल लें, खड़े हो तो बैठ जाये, बैठे हो तो खड़े हो जाय, कमरे से बाहर निकल कर टहलने लगें, खुले में हो तो कमरे में आ जायें. किसी अन्य वस्तु पर अपना ध्यान केन्द्रित करलें. (F) नियमित रूप से ध्यान और प्राणायाम करें, गुस्सा आयेगी ही नहीं. (G) गुस्सा आते ही एकदम बोलना बन्द करदें. (H) यदि सामने वाला क्रोध से भरा हो तो मुस्कुराहट के साथ उसकी सुनें और कोई प्रतिक्रिया न दें. (I) क्रोध को संयम के साथ व्यक्त करें. (J) गुस्से को रचनात्मक कार्यों में रूपान्तरित करें. (K) समस्या का समाधान करें. याद रखें, आप हमेशा सही नहीं हो सकते.

दृष्टान्त–

महान दार्शनिक गुरजिएफ ने अपनी आत्मकथा में एक स्थान पर लिखा है कि उसकी माँ ने मरते समय उसे एक बात कही थी–**'यदि किसी पर क्रोध आ जाए तो अपने क्रोध की अभिव्यक्ति चोबीस घंटे से पहले मत करना.'** अर्थात् तत्काल प्रतिक्रिया करने और अपने आपको सही सिद्ध करने की लगातार कोशिश करने के कारण ही विवाद पैदा हो जाता है और छोटे से छोटे विवाद को विस्फोटक होने में कोई समय नहीं लगता.

7 जिन्दगी को भार मत समझिए (Do Not Consider "Life" A Burden)

1. वस्तुतः मानव जीवन अपने आपमें अनुपम, अनमोल एवम् दुर्लभ है. हमारे लिए तो यही प्रथम एवं अन्तिम है, बस यही सुलभ है. इसके आगे–पीछे का हमें कोई पता नहीं है, तब इस एकमात्र जीवन को बोझिल क्यों बनायें, बेगार क्यों समझें. **याद रखें, जिसने जन्म दिया है, वह दुश्मन तो हो नहीं सकता.** फिर हमें इस इकलौते जीवन के साथ दुश्मनी करने का अधिकार किसने दे दिया ? तो आइए, जीवन को दोस्त समझें, न बेकार समझें, न बेगार समझें.

2. हम व्यर्थ में ही विगत की गलतियों–विसंगतियों का भार अपने सिर पर उठाये फिरते हैं. अस्तित्व हीन हुए अतीत के भूत को वर्तमान के कंधो पर जबरदस्ती उठाये फिरते हैं. यही हमारा सबसे बड़ा दुर्भाग्य है. **'भूत' के कारण ही हमारा जीवन भार युक्त है.** इसलिए भूत को भगाइए, जीवन को भार मुक्त बनाइए.

3. **हमें जीवन भार लगता है, भविष्य की आशंकाओं के कारण. और भविष्य अनिश्चित लगता है, वर्तमान की गलत धारणाओं के कारण.** हमें यह नहीं भूलना चाहिए कि भविष्य का तो कोई अस्तित्व हीं नहीं है. भविष्य तो वर्तमान बन कर ही आता है. बस वर्तमान का ही अस्तित्व है और वर्तमान भी बहुत ही तेजी से भूत बनता चला जाता है. इसलिए **निर्भार रहना हो तो हमें केवल वर्तमान को ही पकड़ना होगा.**

4. **हमारी अधिकांश चिन्तायें धन को लेकर होती हैं, धन के बाद कल को लेकर होती हैं.** 'धन' और 'कल' को हम जितना सुनिश्चित कर लेना चाहते हैं, उतने ही उलझनों में फंसते चले जाते हैं. 'धन' और 'कल' की अनिश्चितता हमारी आज की सफलता को प्रभावित करती है. हमारी असली सफलता तो यही है कि 'धन' और 'कल' की चिन्ता न करते हुए अपने कार्य को बढ़िया से बढ़िया तरीके से करते रहें. 'धन' और 'कल' का भार अपने आप उतरता चला जायेगा.

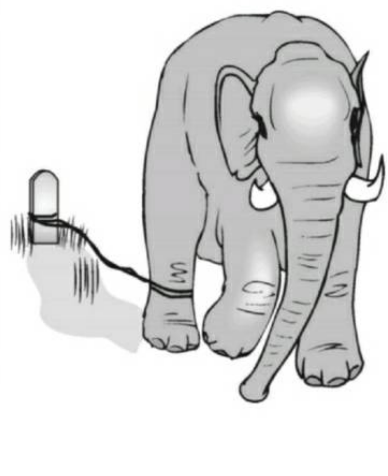
5. आदमी खुद के लिए नहीं, अपने परिवार के लिए जीता है. परिजनों के लिए जमाने भर के गम पीता है. यदि वह परिवार और पारिवारिक उत्तरदायित्वों को सीमित रखता है, तो जीवन उसे कभी भार नहीं लगेगा. याद रखें, **जीवन को समग्रता, सहजता और सफलता के साथ सार्थक तरीके से जीने के लिए बहुत अधिक 'अर्थ' की आवश्यकता नहीं होती. बस हमें जीने की कला आनी चाहिए.** जिन्दगी को धूम–धड़ाके से जीना चाहिए. जीवन जितना हल्का होगा, उतना ही सार्थक होगा.

6. ईश्वर ने हमको बहुत ही सुन्दर, सहज और आनन्दयुक्त जीवन दिया है. इसे असुन्दर, असहज एवम् कष्ट युक्त बनाने का हमें कोई अधिकार नहीं है. **समाज ने हमको जीवन धर्म निभाने हेतु कुछ न कुछ प्रयोजन भी दिया है.** हम अपने प्रयोजन में जितने व्यस्त रहेंगे, उतने ही हल्के, चुस्त, दुरूस्त और स्वस्थ्य रहेंगे. **जीवन भार न लगे, इसके लिए जरूरी है कि हम व्यस्त रहें, पर अस्त–व्यस्त न रहें.**

7. **कहते हैं, देवता उड़ते हैं, क्योंकि वे अपने को हल्का महसूस करते हैं.** याद रखें, उड़ने के लिए हल्का होना जरूरी नहीं है, हल्का महसूस करना जरूरी है. बचपन में हम जो सपने देखते हैं, उनमें से बहुत कम ही पूरे हो पाते हैं. हम सदैव तनावग्रस्त रहते हैं, क्योंकि सपनों की तुलना में जीवन को अत्यधिक छोटा पाते हैं. इसलिए हमें व्यर्थ एवम् अव्यावहारिक सपनों को भूलते हुए, जो कर रहे हैं, उसी के सपने देखने चाहिए. तब ही हम तनाव एवम् भार मुक्त होकर आगे बढ़ सकते हैं.
8. मानसिक, शारीरिक एवम् आध्यात्मिक स्वास्थ्य, भरपूर नींद, गीत–संगीत, हास–परिहास, भ्रमण–मनोरंजन आदि जीवन के मजेदार पहलू हैं, जो जीवन को सहज व सरल बनाये रखने के लिए जरूरी हैं. **कहा जाता है कि मानसिक दर्द, शारीरिक दर्द से भी कई गुना भयानक होता है.** अर्थात् तनावग्रस्त मानसिक स्थिति के कारण ही हमें जीवन भार लगता है. तो आइए, मन को नियन्त्रित करें, मस्तिष्क को सम्यक रूप से विकसित करें और निर्भार होकर आगे बढ़ते रहें.
9. **गुब्बारा अपने रंग के कारण नहीं उड़ता, बल्कि उसके भीतर भरी हल्की गैस के कारण उड़ता है.** व्यक्ति अपने रूप–रंग के कारण नहीं, बल्कि अपने भारमुक्त नजरिए के कारण ऊपर उठता है. याद रखें, **चट्टान जब गिरती है तो चूर–चूर हो जाती है और पानी जब गिरता है तो सौन्दर्य दोगुना हो जाता है.** इसलिए हमें चट्टान की तरह नहीं, पानी की तरह सहज, सरल, निर्मल और पारदर्शी होना चाहिए.

दृष्टान्त–

हाथी के बच्चे को एक पतली सी रस्सी के सहारे किसी छोटी सी खूँटी से बाँध दिया जाता है. आरम्भ में हाथी का बच्चा रस्सी के साथ जोर आजमाइश करता है, किन्तु सफल नहीं हो पाता है. धीरे–धीरे बच्चा बड़ा होता है, किन्तु रस्सी व खूँटी में कोई परिवर्तन नहीं होता. जवान होने पर भी हाथी उसी पतली रस्सी के सहारे आराम से बंधा रहता है. वह चाहे तो हल्के से झटके से रस्सी को तोड़ सकता है, खूँटी को उखाड़ सकता है, किन्तु वह ऐसा नहीं कर पाता. कारण कि वह बचपन से इसी रस्सी से बंधता चला आ रहा है. बचपन की नाकामयाबी अब भी उसके जहन में बसी हुई है. अभी भी वह अपने आपको उस रस्सी की तुलना में कमजोर महसूस करता है. **इसी तरह हम भी पतले–पतले कई कच्चे धागों से बंधे हुए हैं और जिन्दगी को भार समझ बैठे हैं.**



8 सकारात्मक सोच ही जिन्दगी का निचोड़ है (Positive Thinking is the Crux of Life)

1. अपना जीवन स्तर ऊँचा उठाने, समाज में सम्मानजनक स्थान बनाने एवम् अपना बाजार मूल्य बढ़ाने के लिए दौलत की नहीं, सकारात्मक सोच की आवश्यकता होती है. **सकारात्मक सोच वाला व्यक्ति ही उत्तरदायी, व्यावहारिक, स्वाभिमानी, आशावादी, लक्ष्यवादी, स्वप्नदृष्टा, भविष्यदृष्टा, शांतिप्रिय, प्रतिबद्ध और रचनात्मक हो सकता है. इसलिए 'मैं यह नहीं कर सकता,' यह मत सोचिए. यही सोचिए कि 'मैं क्या नहीं कर सकता.' यही सकारात्मक सोच है.**

2. **सकारात्मक सोच विकसित होता है, सकारात्मक ऊर्जाओं से.** सकारात्मक ऊर्जायें उपलब्ध हैं, जिन्दगी के हर मौड़ पर. **शारीरिक, मानसिक एवम् आध्यात्मिक आरोग्यता, बाह्य एवम् आन्तरिक प्रकाश, पर्यावरणीय सन्तुलन, घर, कार्यस्थल एवम् आस–पास की स्वच्छता, अहम् शून्यता, लालच विहीनता, घृणा से रिक्तता, ज्ञान की प्रचुरता आदि से विशेष सकारात्मक ऊर्जायें प्राप्त होती हैं.**

3. सकारात्मक सोच के बिना हम न तो विफलता से सफलता की ओर बढ़ सकते हैं और न ही सफलता से महानता की ओर बढ़ सकते हैं. **सकारात्मक सोच के बिना हम न तो अपने व्यक्तित्व का निर्माण कर सकते हैं और न ही दूसरों के व्यक्तित्व को स्वीकार कर सकते हैं.** सकारात्मक सोच के बिना तो वस्तुतः हम कुछ भी नहीं कर सकते. **किसी भी कार्य के प्रति जैसा हमारा नजरिया होगा, वैसे ही कार्य परिणाम होंगे.**

4. **ईश्वर ने आपको शक्ल दी है, पर उस पर भाव तो आपको ही लाने हैं. ईश्वर ने आपको अक्ल दी है, पर उसमें विचार तो आपको ही लाने हैं.** याद रखें, अच्छे भाव और अच्छे विचार आपके सकारात्मक सोच पर ही निर्भर करते हैं. **वस्तुतः जीवन एक उत्सव है.** जीवन का हर क्षण आनन्द का क्षण है. **यदि आपके पास सकारात्मक सोच है, तब आपको उत्सव व आनन्द को ढूँढ़ने के लिए कहीं भी भटकने की आवश्यकता नहीं है.**

5. **जब हम आधे भरे हुए गिलास को आधा खाली मानते हैं, तो यही हमारा नकारात्मक नजरिया है. और जब आधे खाली गिलास को आधा भरा हुआ मान लेते हैं तो यही हमारा सकारात्मक नजरिया है.** हम अक्सर यह भूल ही जाते हैं कि आधा खाली गिलास आधा भरा हुआ भी होता है. और जो आधा भरा है, उसे पूरा भी भरा जा सकता है.

6. **अक्सर हम ऐसी छोटी–छोटी बातों की चिन्ता करते रहते हैं, जिनमें से अधिकांश तो कभी घटित ही नहीं होती. घटना की बजाय विचारों से अधिक चोट पहुँचती है.** नकारात्मक नजरिये के कारण हमारी आशंकायें बढ़ती चली जाती हैं. हमारे अवचेतन में निरर्थक एवम् काल्पनिक घटनायें घटती चली जाती हैं. इस तरह हमारी हर गतिविधि बुरी तरह प्रभावित होती रहती है. अर्थात् **नकारात्मक नजरिया हमारा सबसे बड़ा दुश्मन है, जो सबसे नजदीक है.**

7. जरा सोचिए कि आप उदास क्यों है ? जरा हिसाब लगाकर तो देखिए, **नब्बे प्रतिशत चीजें तो जिन्दगी में सही ही होती हैं, केवल दस प्रतिशत ही आपकी अपेक्षाओं के अनुरूप नहीं होती.** आपको दोनों वक्त का भोजन मिल रहा है, फिर भी आप निश्चिन्त नहीं हैं. जरा उसकी तो सोचिए, जिसके लिए एक वक्त की रोटी भी निश्चित नहीं है. अर्थात् **आपकी उदासी का कारण आपका नजरिया ही है.**
8. **वातावरण, अनुभव, शिक्षण–प्रशिक्षण, चिन्तन, ध्यान, धैर्य, गांभीर्य सकारात्मक सोच के साधन हैं.** उत्पादन–वृद्धि, गुणवत्ता–वृद्धि, लाभ–वृद्धि, बन्धुत्व, रिश्तों की समझ, तनाव में कमी, व्यक्तित्व–निर्माण, समाज एवम् राष्ट्र के प्रति उत्तरदायित्वों का भान केवल सकारात्मक सोच के कारण ही संभव है. **नयी पीढ़ी के लिए ज्यादा मत सोचिए, केवल इतना ही सोचिए कि वह आयी कहाँ से है.**
9. याद रखें, **अमीरी की बातें करते करते एक गरीब आदमी भी अमीर हो सकता है और गरीबी की बातें करते–करते एक अमीर भी गरीब हो सकता है.** किसी पेट्रोल पम्प पर नौकरी करने वाला एक साधारण व्यक्ति भी अपने सकारात्मक सोच के आधार पर खुद की रिफायनरी स्थापित कर सकता है और पूरे देश में अपने पेट्रोल पम्पों की श्रृंखला खड़ी कर सकता है. अर्थात् अमीरी और गरीबी हमारे नजरिए पर ही निर्भर करती है.

दृष्टान्त–

जूते बनाने वाली एक कम्पनी ने अपना कारोबार एक ऐसे इलाके में फैलाने की योजना बनाई, जहाँ के लोग जूते पहनते ही नहीं थे. योजनानुसार कम्पनी द्वारा अपना एक प्रतिनिधि उस इलाके में सर्वे हेतु भेजा गया. सर्वे के बाद प्रतिनिधि ने रिपोर्ट प्रस्तुत की कि यहाँ तो लोगों को जूते पहनने की आदत ही नहीं है, आखिर जूते खरीदेगा कौन ? इस पर कम्पनी ने अपना एक दूसरा प्रतिनिधि भेजा. दूसरे प्रतिनिधि ने सर्वे करके रिपोर्ट दी कि जूते खूब बिकेंगे, बस लोगों को जूतों का महत्व समझाना होगा. इस रिपोर्ट पर कम्पनी ने अमल किया. आशा से भी अधिक जूते बिकने लगे. यहाँ प्रथम प्रतिनिधि नकारात्मक सोच वाला था और दूसरा प्रतिनिधि सकारात्मक सोच वाला.

6. सफल व्यक्तियों में कुछ बातें समान पायी जाती हैं. सभी सफल व्यक्ति सुख और दुःख को एक ही भाव से ग्रहण करते हैं. वे हर दुःख के बाद आने वाले सुख की कल्पना कर लेते हैं. **वस्तुतः जो सुख और दुःख को समभाव से पकड़ लेते हैं, वे ही क्रान्ति के हकदार होते हैं. जो सुख को पकड़ना और दुःख को छोड़ना चाहते हैं, वे ऐसा करने में सफल नहीं हो सकते.**

7. **सुख और दुःख तो जिन्दगी के अभिन्न अंग हैं. जिन्दगी के असली रंग हैं.** क्या आप अपने आपको जिन्दगी से अलग कर सकते हैं ? नहीं. तब आप अपने आपको सुखों और दुःखों से अलग भी नहीं कर सकते. इसलिए हमें सुख और दुःख को सहज एवम् स्वाभाविक रूप से ही स्वीकारना पड़ेगा. **हम जगत में जितने पदार्थ देखते हैं, उतने ही हमारे लगाव पैदा हो जाते हैं.** सभी पदार्थ तो हमें उपलब्ध हो नहीं सकते, इसी लिए हम दुःखी रहते हैं. **जो नहीं है, उसकी अपेक्षा करना ही हमारे दुःखों का प्रमुख कारण है.** जो है, उससे सन्तुष्ट न होना ही हमारे दुःखों का कारण है. होने का सुख थोड़ी देर ही रह पाता है, इसीलिए हम हर सुख के बाद दुःखी हो जाते हैं. होने के सुख को यदि हम लम्बा कर सकें तो फिर हमारे दुःखों की मात्रा अपने आप कम होती चली जायेगी.

8. **आदमी अपनी स्व–अर्जित समस्याओं के कारण ही अक्सर दुःखी रहता है.** आदमी अपनी ही समस्याओं के जाल में उलझा रहता है. इसीलिए वह किसी को सुखी देखना भी पंसद नहीं कर पाता है. लेकिन इससे किसी और का तो कुछ भी नहीं बिगड़ता, खुद के कष्टों में अभिवृद्धि अवश्य हो जाती है. इसलिए जो **दुःखों की तुलना में सुखों की संख्या बढ़ाने में सफल हो जाता है, वही जिन्दगी में सफल हो सकता है.**

9. स्वाभाविक सुख–दुःख के भावों को दबाना नहीं चाहिए. अपने परिजनों, सहयोगियों एवम् हितेषियों के समक्ष प्रकट करते रहना चाहिए. अर्थात् **न सुख के भाव को पचायें और न दुःख के भाव को दबायें.** याद रखें, पचाने और दबाने से मानसिक, शारीरिक एवम् व्यावसायिक समस्यायें उत्पन्न हो जाती हैं. **दुःख बाँटने से घटता है और सुख बाँटने से बढ़ता है.**

दृष्टान्त–

बुद्ध ने चार आर्य सत्यों का प्रतिपादन किया था–**1. संसार में दुःख है. 2. हर दुःख का कारण भी है. 3. हर कारण का निवारण अर्थात् निदान भी है. 4. निदान हो जाने पर सुख अवश्य आता है.** और याद रखें, **हर सुख अपने साथ कोई न कोई दुःख भी अवश्य लेकर आता है.** फिर दुःख का कारण खोजना पड़ता है. कारण का निवारण भी करना पड़ता है. निवारण के बाद फिर सुख की अनुभूति होती है. बस यही क्रम निरन्तर चलता रहता है. जो दुःख को भी सुख का अंग समझने की कला विकसित कर लेता है, वही इस क्रम को तोडने में सफल हो पाता है.

6. सफल व्यक्तियों में कुछ बातें समान पायी जाती हैं. सभी सफल व्यक्ति सुख और दुःख को एक ही भाव से ग्रहण करते हैं. वे हर दुःख के बाद आने वाले सुख की कल्पना कर लेते हैं. **वस्तुतः जो सुख और दुःख को समभाव से पकड़ लेते हैं, वे ही क्रान्ति के हकदार होते हैं. जो सुख को पकड़ना और दुःख को छोड़ना चाहते हैं, वे ऐसा करने में सफल नहीं हो सकते.**

7. **सुख और दुःख तो जिन्दगी के अभिन्न अंग हैं. जिन्दगी के असली रंग हैं.** क्या आप अपने आपको जिन्दगी से अलग कर सकते हैं ? नहीं. तब आप अपने आपको सुखों और दुःखों से अलग भी नहीं कर सकते. इसलिए हमें सुख और दुःख को सहज एवम् स्वाभाविक रूप से ही स्वीकारना पड़ेगा. **हम जगत में जितने पदार्थ देखते हैं, उतने ही हमारे लगाव पैदा हो जाते हैं.** सभी पदार्थ तो हमें उपलब्ध हो नहीं सकते, इसी लिए हम दुःखी रहते हैं. **जो नहीं है, उसकी अपेक्षा करना ही हमारे दुःखों का प्रमुख कारण है.** जो है, उससे सन्तुष्ट न होना ही हमारे दुःखों का कारण है. होने का सुख थोड़ी देर ही रह पाता है, इसीलिए हम हर सुख के बाद दुःखी हो जाते हैं. होने के सुख को यदि हम लम्बा कर सकें तो फिर हमारे दुःखों की मात्रा अपने आप कम होती चली जायेगी.

8. **आदमी अपनी स्व–अर्जित समस्याओं के कारण ही अक्सर दुःखी रहता है.** आदमी अपनी ही समस्याओं के जाल में उलझा रहता है. इसीलिए वह किसी को सुखी देखना भी पंसद नहीं कर पाता है. लेकिन इससे किसी और का तो कुछ भी नहीं बिगड़ता, खुद के कष्टों में अभिवृद्धि अवश्य हो जाती है. इसलिए जो **दुःखों की तुलना में सुखों की संख्या बढ़ाने में सफल हो जाता है, वही जिन्दगी में सफल हो सकता है.**

9. स्वाभाविक सुख–दुःख के भावों को दबाना नहीं चाहिए. अपने परिजनों, सहयोगियों एवम् हितेषियों के समक्ष प्रकट करते रहना चाहिए. अर्थात् **न सुख के भाव को पचायें और न दुःख के भाव को दबायें.** याद रखें, पचाने और दबाने से मानसिक, शारीरिक एवम् व्यावसायिक समस्यायें उत्पन्न हो जाती हैं. **दुःख बाँटने से घटता है और सुख बाँटने से बढ़ता है.**

दृष्टान्त–

बुद्ध ने चार आर्य सत्यों का प्रतिपादन किया था–**1. संसार में दुःख है. 2. हर दुःख का कारण भी है. 3. हर कारण का निवारण अर्थात् निदान भी है. 4. निदान हो जाने पर सुख अवश्य आता है.** और याद रखें, **हर सुख अपने साथ कोई न कोई दुःख भी अवश्य लेकर आता है.** फिर दुःख का कारण खोजना पड़ता है. कारण का निवारण भी करना पड़ता है. निवारण के बाद फिर सुख की अनुभूति होती है. बस यही क्रम निरन्तर चलता रहता है. जो दुःख को भी सुख का अंग समझने की कला विकसित कर लेता है, वही इस क्रम को तोडने में सफल हो पाता है.

10 सुख को बाहर नहीं, भीतर खोजिए (Find Out the Pleasure with in, Not with Out)

1. **सबसे बड़ा दुर्भाग्य तो यही है कि व्यक्ति अपने सुखों की खोज अपने से बाहर करता है.** पति–पत्नी, माता–पिता, भाई–बहिन, पुत्र–पुत्री, मित्र–सहकर्मी और सामाजिक रिश्तों में सुख खोजता है. याद रखें, इनसे कभी सुख मिल ही नहीं सकता. जो बाहर है ही नहीं, उसे बाहर कैसे पाया जा सकता है. **जिस वक्त व्यक्ति यह जान लेता है कि सुख तो स्वयम् में उतरने का नाम है, उसी वक्त क्रान्ति घट जाती है.** बुद्धत्व की प्राप्ति हो जाती है. याद रखें, **बाहर जो मिलता है, उसका नाम दुःख है और भीतर जो मिलता है, उसका नाम सुख है.**
2. **सुख का सम्बन्ध तो हमारी विचारधारा से है, भौतिक और आर्थिक संसाधनों से नहीं.** विचारधारा अन्दर से आती है, बाहरी साधनों से नहीं आती. ध्यान रहे, बाहरी सुख तो महज मिथ्या है. मिथ्या यानी जो है नहीं, केवल प्रतीत होता है. आन्तरिक सुख ही असली सुख है, जिसे अनुभव तो किया जा सकता है, किन्तु अभिव्यक्त नहीं किया जा सकता. **आन्तरिक सुख की प्राप्ति होने पर कोई भी आपको दुःखी नहीं कर सकता.**
3. **जो आपके पास नहीं है, उसकी अपेक्षा करना ही दुःख है.** जैसे ही कोई वस्तु प्राप्त होती है, वह गौण होती चली जाती है. और फिर से नये वस्तु की अपेक्षा आरम्भ हो जाती है और यह दौड़ कभी खत्म होने वाली नहीं है, क्योंकि वस्तुओं की सूची कभी समाप्त होने वाली नहीं है. भौतिक संसाधनों से मिलने वाला सुख तो नितान्त ही अस्थायी एवम् अल्पावधि के लिए ही होता है. सुखों और दुःखों के क्रम में व्यक्ति प्रायः दुःखी ही रहता है. सुख–दुःख से ऊपर उठने पर आनन्द की उपलब्धि होती है, किन्तु आनन्द के लिए तो भीतर ही उतरना पड़ेगा. **आनन्द ही स्थायी है और हर व्यक्ति आनन्द का अधिकारी है.**
4. **बाहरी सुखों और दुःखों का हिसाब रखना व्यर्थ है.** यह हिसाब ही व्यक्ति के दुःखों का मूल कारण है. क्योंकि हर जोड़–बाकी में दुःखों का पलड़ा भारी लगता है. सुखों को तो आदमी ठीक से आंक ही कहाँ पाता है. सुखों का सही–सही मूल्यांकन करने पर हमारे दुःखों की मात्रा बहुत कम रह जाती है. किन्तु यह तब ही संभव है, जब हम अपने भीतर उतर कर आकलन करें. सफलता का असली रहस्य भी यही है.
5. **यदि व्यक्ति को बिल्कुल ही खुला छोड़ दिया जाए, तब वह जल्दी ही जंगल राज से दुःखी हो जायेगा.** और **यदि उस पर अत्यधिक अनुशासन लाद दिया जाए, तब भी वह इच्छाओं के दमन के कारण दुःखी हो जायेगा.** अर्थात् हर हालत में वह दुःखी ही रहेगा. इसलिए यदि आनन्दित रहना है तो भीतर उतरना होगा. **अन्तर्यात्रा से ही आनन्द को उपलब्ध हुआ जा सकता है. जिस सफलता से सुख–दुःख नहीं, आनन्द की प्राप्ति हो, वही असली सफलता है.**

6. **देखा जाय तो सुख आपकी विचारधारा से जुड़ा हुआ है और दुःख अनचाहे अतिथि की भांति आपसे चिपका हुआ है.** अर्थात् सुख या दुख को आमन्त्रित करने की आवश्यकता नहीं है. इसलिए बेहतर तो यही है कि **सुख–दुःख को अपना मित्र समझें. सुख को सुख समझें या न समझें, परन्तु दुःख को सुख अवश्य समझें. याद रखें, दुःख के कारण ही सुख का अस्तित्व है.** और **सुख के कारण ही दुःख की प्रतीति है.** दोनों एक दूसरे पर निर्भर हैं. किन्तु **यह बिल्कुल आप पर निर्भर है कि आप दुःखी रहें या सुखी रहें.**
7. जिस प्रकार शरीर के भीतर शारीरिक अंगो का संगठन होता है, उसी प्रकार शरीर के बाहर भी सांसारिक अंगो का संगठन होता है. दोनों में कोई मौलिक अन्तर नहीं है. अन्तर केवल इतना ही है कि आप बाहरी संगठनों से कभी सुखी नहीं हो सकते. **सुखी रहने के लिए तो आपको अपनी मनःस्थिति को प्रबल करना होगा.** सुखी रहने के लिए परिस्थितियों की नहीं, बल्कि परिस्थितियों से तालमेल बिठाने की आवश्यकता होती है. और यह तब ही संभव है, जब आपका नजरिया सही हो. याद रखें, **नजरिया भीतर से विकसित होता है.**
8. **सुख–दुःख को ही नहीं, आदमी तो अपने आपको भी बाहर ही खोजता फिरता है.** परमात्मा को भी बाहर ही खोजता रहता है. ध्यान रहे, जब इन्द्रियाँ शान्त हो जायें, आप भीतर रह जायें, जगत बाहर रह जाय, बीच में कोई सेतु न हो, तब अन्तरात्मा प्रकट होती है. तब ही आनन्द की अनुभूति होती है. और यह कतई मुश्किल नहीं है. बस थोड़े से अभ्यास की आवश्यकता है. ध्यान में उतर कर तो देखिए.
9. जब तक हवा से भरे होते हैं, तब तक मोटर गाडी के पहिए चलते रहते हैं. गाड़ी के खड़ी रहने पर भी गाड़ी का वजन तो पहिए ही उठाये रहते हैं. कीचड़, गन्दगी एवम् धूल भरे रास्तों पर भी पहिए प्रसन्नता से भरे होते हैं. **पहियों की प्रसन्नता का राज वह हवा है, जो उनके भीतर भरी होती है.** ध्यान रहे, भीतर की हवा कम होते ही पहिए पिचक जाते हैं. इसी तरह **व्यक्ति भी केवल भीतरी प्रसन्नता से भरकर ही जीवनपथ पर आगे बढ़ सकता है.**

दृष्टान्त–

'दुःखी राम' रोजाना की भाँति प्रातःकालीन भ्रमण पर था. सामने से एक परिचित व्यक्ति आया और बिना नमस्ते किये ही गुजर गया. वह रोजाना नमस्ते करता था, किन्तु आज तो उसने दुःखी राम की तरफ देखा भी नहीं. इसी बात पर 'दुःखी राम' दुःखी हो उठा. शान्त झील में अचानक एक पत्थर पड़ गया. लहरें उठने लगी. बदला लेने के भाव उमड़ने लगे. दुःखी राम का मूड जरा सी बात पर बिगड़ गया. गुजरने वाले व्यक्ति ने तो कुछ भी नहीं किया था. वह तो शान्त भाव से ही गुजरा था. अपने आप में इतना खोया हुआ था कि उसे दुःखी राम का ध्यान भी नहीं रहा. लेकिन दुःखी राम के तन–मन में आग सुलग रही थी. उसके तथाकथित अहम् में बाधा जो पड़ गई थी. सुख को बाहर खोजने वालों की यही दशा होती है.

11 बिना कारण दुःखी रहने की आदत छोड़िए (Don't Be Unhappy Without Any Reason)

1. **सबसे बड़ा आश्चर्य तो यही है कि 'आदमी अपने दुःखों के कारण दुःखी नहीं रहता, बल्कि पड़ौसियों के तथाकथित सुखों के कारण दुःखी रहता है और पड़ौसी भी इसी कारण दुःखी रहते हैं.'** इस प्रकार हर व्यक्ति ने दुःखी रहने का समुचित प्रबन्ध कर रखा है. जब कोई सुखी रहना ही नहीं चाहता है, तब किसी को सलाह देने का औचित्य ही समाप्त हो जाता है. फिर भी **यदि आप सुखी रहना चाहते हैं तो बिना कारण दुःखी रहने की आदत छोड़नी पड़ेगी.**
2. **देखा जाय तो दुःखी रहना आदमी की आदत है.** यही आदत धीरे–धीरे नियति बन जाती है. इसलिए सुखी रहने के लिए सिर्फ आदत बदलनी पड़ेगी. **आश्चर्य तो यही है कि आदमी धीरे–धीरे अपने दुःखों से समझौता कर लेता है, उनको बदलना नहीं चाहता.** बदलने पर फिर से शुरूआत करनी पड़ेगी. अर्थात् **यथास्थिति–वाद बदले बिना कोई सुखी रह ही नहीं सकता.**
3. **यदि सुखी रहना है तो वर्तमान में जीना सीखो.** हर क्षण का उत्साह–उमंग, संग, आनन्द रस पीना सीखो. **न अतीत को याद करो, न भविष्य की चिन्ता.** तब बिना कारण दुःखी रहने की आदत अपने आप छूट जायेगी. याद रखें, दुःख तो अपने आप चला जायेगा, किन्तु सुख के उपभोग के लिए तो दूसरों का सहयोग लेना पड़ेगा. यदि आप इसी कारण सुख को स्थगित करते चलेंगे तो मान कर चलें, कभी सुखी नहीं हो सकेंगे. इसलिए **वर्तमान के प्रत्येक क्षण को आनन्द के साथ, सहजता और समग्रता के साथ जीएं. समूचा जीवन ही धन्य हो उठेगा.**
4. **व्यक्ति व्यर्थ में ही अपने अतीत का गुणगान करता रहता है. और अपने वर्तमान को सबसे घटिया बताता रहता है.** किन्तु यह भूल जाता है कि अतीत भी तो वर्तमान की दहलीज से ही गुजरता है. आश्चर्य तो यही है कि जब व्यक्ति अपने वर्तमान के साथ कभी खुश नहीं रह सकता, तब उसका अतीत कहाँ से खुशगवार रहा होगा. अर्थात् व्यक्ति ने जान–बूझकर अपने तथाकथित अतीत की यादों में दुःखी रहने का एक स्थायी बहाना ढूँढ़ रखा है. जब तक उसके पास बहाने मौजूद हैं, उसे कोई सुखी कर ही नहीं सकता.
5. **हम सब एक ऐसे सर्किल में दौड़ रहे हैं, जिसका न आदि है, न अन्त ही. सर्किल में दौड़ते हुए कोई कैसे मान सकता है कि वह सबसे पीछे है या सबसे आगे है ?** देखा जाए तो हम सब अपने–अपने स्थान पर दौड़ रहे हैं और हमारे 'स्थान' हमारे लिए महत्वपूर्ण हैं. इस दौड़ में यदि कोई अपने आपको सबसे पीछे समझता है तो दुनिया में उससे अधिक दुःखी कोई दूसरा हो ही नहीं सकता. यदि कोई अपने आपको सबसे आगे समझता है, तो उससे अधिक सुखी कोई दूसरा हो ही नहीं सकता. सर्किल में दौड़ते हुए यदि कोई कुछ लोगों को धकेल कर आगे निकल जाता है, तब भी वह सर्किल में ही रहता है और दुःखी रहता है, क्योंकि तब भी उसे बाकी लोग उससे आगे ही नजर आयेंगे. इसलिए **यदि सुखी रहना है तो आगे ही नहीं, पीछे भी देखते चलें.**

6. **व्यक्ति केवल कल के लिए जीता है, आज के लिए नहीं जीता.** सोचता है, आज को तो जैसे–तैसे काट लो, कंजूसी करो, आवश्यक सुख–सुविधायें स्थगित करते चलो, कल आराम से रहेंगे. पर अफसोस ऐसा 'कल' कभी आता ही नहीं है. आयेगा भी तो 'आज' बन कर ही. जब आज को भोगने की आदत ही नहीं हो, तब किसी भी 'आज' को कहाँ भोग पायेगा. इसलिए 'आज' को भोगते चलो, भविष्य तो अपने आप ही बनता चला जायेगा.
7. **यह भी आश्चर्य ही है कि जो कुछ भी हमारे पास है, उससे हम संतुष्ट नहीं हैं.** हम सदैव ऐसी वस्तुओं के लिए व्यथित रहते हैं, जो कि हमारे पास नहीं हैं. जैसे ही कोई वस्तु अथवा सुविधा उपलब्ध होती है, हम जल्दी ही उससे ऊब जाते हैं. और नयी वस्तुओं, नयी–नयी सुविधाओं की कल्पना करने लग जाते हैं. हमारे दुःखों का वस्तुतः सबसे बड़ा कारण यही है. इन आमन्त्रित दुःखों को कम करने का सबसे सरल और कारगर उपाय यही है कि हम इस चाहत के क्रम को तोड़ दें और कभी खत्म न होने वाली इस दौड़ से अपने आपको बाहर कर लें. जो है, उसका पूरा–पूरा सदुपयोग आनन्द के साथ करें और जो आसानी से उपलब्ध हो सकता है, उसे प्राप्त करते चलें.
8. यह मानकर चलें कि **आप जमीन पर चलते हुए केवल आगे और आगे ही बढ़ सकते हैं.** न पीछे जा सकते हैं, न नीचे जा सकते हैं और न ऊपर ही चढ़ सकते हैं. याद रखें, पीछे जाने के लिए आपको पीछे मुड़ना पड़ेगा और पीछे मुड़ने पर भी आप आगे बढ़ते हुए ही नजर आयेंगे, क्योंकि रास्ते दोनों तरफ ही चलते हैं. जब आप लगातार चल रहे हैं, तब अफसोस किस बात का. **चलने का अर्थ होता है, आगे बढ़ना.** फिर मुँह लटका कर चलने का कोई अर्थ नहीं है.
9. **यदि आप परमानन्द प्राप्त करना चाहते हैं तो कभी किसी से तुलना न करें. तुलना अगर करनी हो तो अपने आप से ही करें.** सुखी या दुःखी रहने का विकल्प केवल आपके पास है. यदि आप सुखी रहना चाहते हैं तो आपके सामने कोई अड़चन नहीं है. किन्तु **यदि आप किसी दूसरे की अपेक्षा सुखी रहना चाहते हैं, तब आप कभी सुखी हो ही नहीं सकते. यदि आप कम संसाधनों के साथ सुखी रहना नहीं जानते, तब आप अपार धन राशि से भी सुखी नहीं हो सकते.**

दृष्टान्त–

चिन्तामणि एक दिन किसी सन्त के पास पहुँचा और कहने लगा–'महाराज मैं हमेशा चिन्तित रहता हूँ. जैसे–जैसे उम्र बढ़ रही है, चिन्तायें भी बढ़ती चली जा रही हैं. कोई उपाय हो तो बतावें.' इस पर सन्त ने प्रति–प्रश्न किया–'जब तुम किसी खूँटी पर अपने कपड़े टांगते हो, तब खूँटी कपड़ों को पकड़ कर रखती है या कपड़े खूँटी को पकड़े रखते हैं ?' चिन्तामणि ने सोच कर जवाब दिया–'महाराज खूँटी तो स्थिर है, उस पर कपड़े स्वभावतः टंगे रहते है.' सन्त बोले–'बस यही तुम्हारे प्रश्न का उत्तर है.' **व्यक्ति अपने आपको कई बन्धनों–वस्तुओं रूपी खूँटियों पर टांग देता है, और सोचता है, खूँटियों ने उसे जकड़ रखा है.** इसलिए केवल सोच को उलट दो, फिर कोई चिन्ता ही नहीं रहेगी.'

12 केवल वर्तमान को पकड़िए (Hold on to The Present Only)

1. **'भूत' वर्तमान की लाश है, 'भविष्य' वर्तमान की आस है. जी हाँ, जीवन तो वस्तुतः 'वर्तमान' के आस–पास है. जीवन में जो कुछ भी है, बस वर्तमान ही है. वर्तमान की दहलीज पर भविष्य के गर्भ से एक 'क्षण' आता है और हमारे पकड़ने से पहले ही 'भूत' बन जाता है. हमारे जीवन की सफलता इसी पर निर्भर करती है कि हम हर क्षण को भूत बनने से पहले किस प्रकार पकड़ते हैं.** यदि हम हर क्षण का सदुपयोग करते चलेंगे तो हमें न भूत की चिन्ता रहेगी, न भविष्य की आंशका.

2. **जो कुछ होता है, वर्तमान में ही होता है। जो कुछ हुआ है, वर्तमान में ही हुआ है। और जो भी होगा, वर्तमान में ही होगा।** अर्थात् वर्तमान ही सत्य है, वर्तमान ही शाश्वत है, वर्तमान ही सब कुछ है। **हम चाहे 'भूत' का गुणगान करें या 'भविष्य' की चिन्ता करें, वर्तमान में ही करेंगे।** वर्तमान ही समय का असली रूप है, वर्तमान ही छाया है, वर्तमान ही धूप है। सुख–दुख, अच्छा–बुरा, आमोद–प्रमोद, सफलता–विफलता सब कुछ वर्तमान में ही घटित होगा। इसलिए **यदि हम वर्तमान में 'जीना सीख जायें तो यही हमारे जीवन की सबसे बड़ी सफलता होगी।'**

3. **वर्तमान को इतना खूबसूरत बनायें, कि याद रखा जा सके. जीवन को इतना सकल व सफल बनायें कि स्वाद चखा जा सके. अगर हम वर्तमान को ठीक से पकड़ नहीं पायेंगे तो पछतावें के अलावा कुछ भी बचा नहीं पायेंगे.** जो गुजर गया, सो गुजर गया, वापस नहीं आ सकता. किन्तु वर्तमान तो अभी भी हमारे हाथ में ही है. हम इसे जब भी और जहाँ से भी पकड़ना चाहेंगे, पकड़ लेंगे. तो आइए, वर्तमान को अभी और इसी वक्त पकड़िए और वर्तमान के साथ ही चलिए. आप कभी तिथि–वाह्य नहीं होंगे.

4. **समझदार व्यक्ति के लिए हर क्षण एक नया क्षण ही होता है. जो हर क्षण का सुदपयोग कर लेता है, उसे न 'भूत' की चिन्ता करनी पड़ेगी न भविष्य की. किसी भी क्षण को व्यर्थ खोने का अर्थ होता है, जिन्दगी से उसे घटा देना.** हम एक घंटा कम सोकर अपने वर्तमान में वृद्धि कर सकते हैं. यदि 21 दिनों तक जल्दी उठने का साहस कर लें, तो यह हमारी आदत बन जायेगी. भरपूर नींद के लिए तो छः घण्टे ही पर्याप्त होते हैं. इस तरह हम कई तरीकों से समय की बचत करते हुए अपने वर्तमान को बढ़ा सकते हैं.

5. **देखा जाय तो जिन्दगी कुछ भी नहीं, महज कुछ क्षणों का योग मात्र है.** एक–एक क्षण जिन्दगी में जुड़ता है और एक–एक जीवन जगत में जुड़ता है. **जो क्षण हमने जी लिया, वह हमारा हो गया. अगले क्षण के लिए कुछ भी नहीं कहा जा सकता.** अर्थात् वर्तमान क्षण ही महत्वपूर्ण है. इसलिए हर क्षण को समग्रता से जीना चाहिए. हँसना हो, समग्रता से हँसें, पूरा मनोरंजन करें. आराम करना हो, पूरे विश्राम के साथ करें और जब काम करना हो, वस्तुतः काम ही करें.

6. **यदि हम वर्तमान को नहीं पकड़ पायेंगे तो जीवन में कुछ भी नहीं कर पायेंगे.** तब हम केवल 'भूत' बनते चले जायेंगे और 'भविष्य' के लिए हाथ मलते रह जायेंगे. **वस्तुतः वर्तमान ही एकमात्र संभावना है.** तो आइए केवल संभव को ही पकड़ें. न भूत संभव है, न भविष्य संभव है. यदि हम संभव को पकड़ते चलेंगे तो असंभव भी संभव होता चला जायेगा. **और यदि वर्तमान को नहीं पकड़ पायेंगे तो संभव भी असंभव होता चला जायेगा.**

7. **वस्तुतः वर्तमान ही एकमात्र सत्य है. भूत–भविष्य सब मिथ्या है, यही तथ्य है. हर व्यक्ति का अपना वर्तमान होता है, जो उसके जन्म से लेकर मृत्यु तक चलता है.** इसलिए यदि कोई अपने जीवन से प्यार करना चाहता है तो उसे अपने वर्तमान से प्यार करना होगा. **न जन्म निश्चित है, न मृत्यु निश्चित है, किन्तु वर्तमान तो निश्चित है और जो निश्चित है, उसे ही पकड़ा जा सकता है.** वर्तमान के अतिरिक्त कुछ भी निश्चित नहीं है. इसलिए व्यक्ति केवल अपने वर्तमान को ही पकड़ सकता है. वर्तमान के अतिरिक्त किसी को पकड़ने की आवश्यकता भी नहीं है.

8. आश्चर्य कि सब कुछ जानते हुए भी हम केवल 'कल' के लिए जीते हैं. वे लोग सचमुच भाग्यशाली हैं, जो 'आज' के लिए जीते है. जरा सोचिए, यहाँ सभी मानवेतर प्राणी सिर्फ वर्तमान में जीते हैं. इन प्राणियों से कुछ तो हमें सीखना ही चाहिए. **अक्सर हम सोचते हैं, अभी तो लम्बी–चौड़ी जिन्दगी पड़ी है, जरूरत होने पर सीख लेंगे. तब हम कभी नहीं सीख पायेंगे.**

9. सबसे बड़ा आश्चर्य तो यही है कि हम अपने वर्तमान को 'कल' के नाम गिरवी रख कर चलते हैं. आज की सुविधाओं को कल के लिए स्थगित करते रहते हैं **और काल्पनिक भविष्य के सपने देखते रहते हैं.** किन्तु यह भूल जाते हैं कि भविष्य भी तो वर्तमान में ही आयेगा और यदि हम वर्तमान को पकड़ नहीं पाते हैं, तब हमारे सपने भी सपने ही रह जायेंगे.

दृष्टान्त–

एक व्यक्ति ने किसी सन्त की खूब सेवा की. सन्त ने प्रसन्न होकर उसे पारस पत्थर देते हुए बताया कि–'यह पत्थर लोहे को सोना बना सकता है, किन्तु इसका उपयोग केवल एक बार ही किया जा सकता है. तीन दिन बाद यह स्वतः ही प्रभावहीन हो जायेगा. तुम्हारा वक्त शुरू होता है, अब.' व्यक्ति ने सोचा, अभी तो तीन दिन हैं. वह लोहा एकत्रित करने में जुट गया. जैसे–जैसे लोहा एकत्रित होने लगा, उसकी कल्पनायें भी आकाश में उड़ने लगी. बिना किसी को बताये रात–दिन इसी काम में लगा रहा. और अपने घर के सामने लोहे का एक बहुत बड़ा ढ़ेर खड़ा कर दिया. अपनी घड़ी के अनुसार जैसे ही बहत्तर घण्टे पूरे होने वाले थे, उसने पारस पत्थर को लोहे के ढ़ेर पर रख दिया. किन्तु लोहे में कोई परिवर्तन नजर नहीं आया. उसने पत्थर को लोहे पर घिसना शुरू कर दिया. किन्तु कुछ भी नहीं हुआ. लालची व्यक्ति पसीना–पसीना हो गया. और सीधा सन्त के पास दौड़ा. सन्त ने समझाया–'तुम्हारी घड़ी पाँच सैकण्ड पीछे चल रही थी. पाँच सैकण्ड के विलम्ब के कारण ही तुम्हें सफलता नहीं मिल सकी. तुमने वर्तमान को न पकड़ कर भविष्य को पकड़ा, इसलिए जो मिल सकता था, वह भी नहीं मिला.' **वस्तुतः–हम जीवन भर वर्तमान रूपी पारस पत्थर को लिए घूमते रहते हैं, किन्तु समय पर उपयोग नहीं कर पाते हैं.**

13 समय को ही सम्पत्ति समझिए (Time Alone is Wealth)

1. **किसी के पास कितना धन है, यह महत्वपूर्ण नहीं, उसके पास कितना समय है, यही महत्वपूर्ण है. जिसके लिए समय ही सब कुछ है, वही समय के लिए महत्वपूर्ण है.** समय तो निर्बाध रूप से चल रहा है, किसी के रोकने से रूकने वाला नहीं है. जो समझता है कि उसके रूकने पर समय भी रूक जायेगा, उससे बड़ा नासमझ दूसरा नहीं है. **जो अपना समय नष्ट करता है, वो अपने आपको ही नष्ट करता है.**
2. **समय तो सीमित है और हमारी अपेक्षायें असीमित हैं. इसलिए उपलब्ध समय के साथ समन्वय बिठा कर सीमित को असीमित में बदलना ही सफलता है. समय का सदुपयोग और उचित प्रबन्धन ही समय की बचत है. समय की बचत ही हमारा एकमात्र बैंक बैलेन्स है.** हमारी सार्थकता इसी बैंक बैलेन्स पर निर्भर करती है.
3. **यह सही है कि सभी को एक दिन में चौबीस घण्टे ही उपलब्ध हैं.** प्रकृति इस सम्बन्ध में किसी के साथ कोई भेदभाव नहीं करती, न किसी को एक सैकण्ड कम देती है, और न किसी को एक सैकण्ड अधिक. **किन्तु यदि आप चाहें तो अपने समय की फिजूलखर्ची को रोकते हुए अपने समय में आशातीत वृद्धि कर सकते हैं.** आप दूसरों को भी अपने काम में भागीदार बनाकर उनके थोड़े–थोड़े समय को अपने समय में जोड़कर चौबीस घण्टों को असीमित घण्टों में बदल सकते हैं. अर्थात् समय को बढ़ाया जा सकता है. समय को बढ़ाने का दूसरा नाम ही सफलता है.
4. **जो समय का ध्यान रखता है, समय भी उसका ध्यान रखता है. जो समय का सम्मान करता है, समय भी उसका सम्मान करता है. जो समय की बचत करता है, समय भी उसका बचाव करता है. जो समय की फिजूलखर्ची करता है, समय भी उसे रास्ते में ही खर्च कर देता है.** जो समय के पीछे चलता है, समय उसे सदा के लिए पीछे ही कर देता है.
5. एक व्यक्ति को अपने जीवनकाल में समय मिलता ही कितना है. जीवन के प्रथम पच्चीस वर्ष तो वह शिक्षण–प्रशिक्षण व जीवन की तैयारी में लगा देता है. व्यक्ति सामान्यतः साठ वर्ष की आयु तक ही क्रियाशील रह पाता है, इस प्रकार उसे मात्र पैंतीस वर्ष का सक्रिय जीवन ही मिल पाता है. इस अवधि का दो तिहाई कालांश तो सोने–जगने, नहाने–धोने, घूमने–फिरने, खाने–पीने और मौज–मस्ती में ही चला जाता है. जरा हिसाब तो लगाइए, जीविकोपार्जन के लिए उसे कितना कम समय मिल पाता है. अर्थात् **हमारे पास समय बहुत ही कम है और जो है वह भी नितान्त ही अनिश्चित है.** इस प्रकार समय अनमोल है. याद रखें, **जो जितना अल्प होता है, उतना ही अमूल्य होता है.**
6. जीवन तो वैसे ही बहुत छोटा और अनिश्चित होता है. फिर अपने अमूल्य समय को निरर्थक एवम् अनुत्पादक कार्यों में खर्च कर देने का क्या औचित्य है. याद रखें, **आज का युग तो प्रतियोगिता का युग है.** अब ऐसा कोई क्षेत्र नहीं बचा, जहाँ प्रतियोगिता न हो. हर प्रतियोगिता के लिए निश्चित रूप से समय ही सबसे बड़ी कसौटी है. अर्थात् **समय ही सबसे बड़ी सम्पत्ति है.**

7. समय की बचत की दिशा में सृष्टि के आरंभ से ही नये–नये प्रयोग होते रहे हैं. मानव सभ्यता के विकास का प्रमुख कारण भी यही रहा है. आज तो आधुनिक तकनीक की मदद से बहुत अधिक समय बचाया जा सकता है. और आने वाले समय में तो समय को बचाने की दिशा में बहुत बड़ी क्रान्ति होने वाली है. अर्थात् **हम आधुनिक तकनीक के माध्यम से अपने समय की बचत करते हुए बचे हुए समय को अन्य सृजनात्मक कार्यों में लगा सकते हैं. समय की उपलब्धता ही हमारी सफलता है.**
8. **देखा जाय तो जीवन केवल कुछ उपयुक्त क्षणों का योग मात्र है.** समय ही हमारी बिसात है और समय ही हमारी थाती है. लेकिन हम प्रायः अपना कीमती समय दूसरों की बुराई, व्यवस्था की आलोचना और अहम् की लड़ाई में ही बर्बाद कर देते हैं. व्यर्थ की बातों से बचने पर हम कितने तरौताजा और ऊर्जावान होते हैं, इसका अनुमान अनुभव में उतरने पर ही लगा सकते हैं. इसलिए बातूनी बनना, फालतू की पंचायत करना, फटे में टांग फंसाना और व्यर्थ की बहस में अपना वक्त एवम् अपनी ऊर्जा लगाना छोड़ कर तो देखिए, आपको समय की कमी कभी नहीं रहेगी.
9. **याद रखें, किसी पूजा स्थल या देवालय पर जाकर पूजा अर्चन करने से तन, मन, धन, स्थान और समय का अपव्यय ही होता है.** पूजा पाठ की बजाय स्वाध्याय, व्यायाम, प्राणायाम, योगादि करिए और सदैव मानसिक, शारीरिक एवम् आध्यात्मिक रूप से स्वस्थ्स रहिए. स्वस्थ रह कर ही आप समय का सही उपयोग कर सकते हैं और सफलता अर्जित कर सकते हैं.

दृष्टान्त–

एक सन्त ने प्रवचन के दौरान बताया कि समय अनमोल है. समय के बदले मन चाही कीमत वसूली जा सकती है. प्रवचन सुनने के बाद एक अनाड़ी बाजार में जाकर बैठ गया और आने–जाने वालों से कहने लगा–'मेरा समय बड़ा कीमती है, किन्तु मैं बहुत ही सस्ते में देने के लिए तैयार हूँ. जिसको भी चाहिए, घण्टों के हिसाब से बुक करवा सकते हैं.' लोगों ने उसे पागल समझा. कुछ ने उत्सुकतावश पूछ लिया–'तुम्हारे समय का हम क्या करेंगे ?' अनाड़ी ने जवाब दिया–'आप कुछ भी कर सकते हैं. जब आप खरीद लेंगे तो समय आपका हो जायेगा.' पर अफसोस कि अनाड़ी का एक भी घण्टा नहीं बिका. अनाड़ी वापस संत के पास पहुँचा और गुस्से में अपनी समस्या रखी. संत ने हँसते हुए समझाया–**'वक्त तो ब्लैंक चैक है उस पर श्रम की कलम और विचारों की स्याही से धन राशि लिखनी पड़ती है. तब ही समय की कीमत मिल पाती है.'**

14 समय के साथ कदम मिलाइए (Keep Pace with The Changing Time)

1. यदि हम समय के साथ नहीं चल पायेंगे, तो पिछड़ जायेंगे. **समय तो अपनी ही गति से चलता रहता है. समय किसी का इन्तजार नहीं करता.** इसलिए हमें भी अपने अनुकूल समय का इन्तजार न करते हुए तत्काल कार्य आरम्भ कर देना चाहिए. यदि हम अनुकूल समय का इन्तजार करते रहेंगे तो तिथि बाह्य (Out Dated) हो जायेंगे. अनुकूल समय शायद ही आ पाये. **किसी के साथ भले ही हम न चल सकें, पर वक्त के साथ तो चलना ही पड़ेगा.** अन्यथा पछताने के अलावा कुछ भी नहीं बचेगा.
2. **याद रखें, हर क्षण नया क्षण होता है और हर नया क्षण नयी संभावनायें लेकर आता है.** वक्त के साथ व्यक्ति की सामाजिक, आर्थिक, राजनीतिक एवम् दार्शनिक मान्यताओं में परिवर्तन होता रहता है. इसलिए हमें हवा के रूख के अनुसार ही ढ़लना पड़ेगा. वक्त के अनुसार ही चलना पड़ेगा.
3. यह कहना भी गलत होगा कि आज का वक्त बड़ा खराब है. वस्तुतः **समय कभी खराब नहीं होता, व्यक्ति ही अच्छा या बुरा हो सकता है.** व्यक्ति ही अपने समय को अच्छा या बुरा बना सकता है. परिस्थितिवश जो समय किसी एक के लिए अच्छा हो सकता है, वही दूसरे के लिए बुरा हो सकता है. याद रखें, बुरा वक्त तब ही आता है, जब व्यक्ति वक्त के साथ चल नहीं पाता है.
4. यह कहना भी गलत होगा कि आज का समय काफी तेज दौड़ रहा है. समय की गति तो वही है, किन्तु आज का आदमी काफी तेजी से आगे बढ़ रहा है. नित नयी तकनीक आ रही है. नये–नये आविष्कार हो रहे हैं. नये–नये चमत्कार हो रहे हैं. सूचना एवम् संचार के क्षेत्र में तो बहुत बड़ी क्रान्ति आ चुकी है. निकट भविष्य में बहुत कुछ होने वाला है. इसलिए **यदि हमें सफल होना है तो आधुनिक तकनीक को आत्मसात करना ही पड़ेगा.**
5. **जिस प्रकार हमारे दिमाग में वे ही विचार विद्यमान रहते हैं, जिनका कि हम उपयोग करते रहते हैं, उसी प्रकार हमारे साथ भी वे ही क्षण जुड़ जाते हैं, जिनका कि हम सदुपयोग कर पाते हैं. अपने आपको इतना व्यस्त रखो कि अफसोस करने के लिए वक्त ही न मिले.** समय के साथ इस कदर चलो कि फालतू बातों के लिए वक्त ही न मिले. कहा जाता है कि समय का सिर ढ़का रहता है और पैरों में पंख लगे होते हैं. यही कारण है कि हम समय को पहचान नहीं पाते हैं. पहचानने के प्रयास करते हैं, तब तक समय उड़ जाता है. इसीलिए कहा जाता है कि समय को सामने से नहीं पकड़ा जा सकता. यह सही है कि समय को सामने से नहीं पकड़ा जा सकता, किन्तु पीछे से तो पकड़ा ही जा सकता है. पीछे से पकड़ने का अर्थ यह नहीं है कि समय को निकलने का समय दे दिया जाय.
6. **आप सबको धोखा दे सकते हो, पर खुद को नहीं दे सकते. आप खुद को भी धोखा दे सकते हो, पर वक्त को नहीं दे सकते. आप वक्त को भी धोखा दे सकते हो, कभी इस धोखे में मत**

रहना. आप तन को पकड़ सकते हो, पर मन को नहीं पकड़ सकते. आप मन को भी पकड़ सकते हो, पर क्षण को नहीं पकड़ सकते. आप क्षण को भी पकड़ सकते हो, कभी इस अकड़ में मत रहना.

7. **'समय तो नदी का पानी है, जो निरन्तर बह रहा है. पानी तो वक्त की कहानी है, जो सागर कह रहा है.'** याद रखें, **इस जगत में समय की गति सबसे तेज है. समय के जिस अंश का हम उपभोग कर लेंगे, वही हमारा होगा.** सूर्य के प्रकाश के साथ ही कुछ पल हमें ऐसे भी मिलते हैं, जब हम अपनी नकारात्मक स्थिति को सकारात्मक स्थिति में परिवर्तित करने के लिए सक्षम होते हैं. ऐसे क्षणों को यदि हम पकड़ते चलेंगे तो सफलता की ओर बढ़ते चलेंगे.
8. हमें अपना खान–पान, रहन–सहन, अपने आचार–विचार, आर्थिक और भौतिक संसाधन समय के अनुसार बदलते रहना चाहिए. ज्ञान–विज्ञान, घर–दुकान, व्यापार–व्यवसाय आदि में समय के अनुसार बदलाव करते रहना चाहिए. **हमें अपने हर कार्य एवम् गतिविधि में नवाचारों को अपनाना चाहिए, ताकि हम समय के साथ चल सकें.**
9. पहले पुरूषों और महिलाओं के कार्य बंटे हुए थे, किन्तु अब ऐसा नहीं है. अब तो महिलायें भी पुरूषों के लगभग सभी कार्य करने लगी हैं. दुनिया जिस गति से आगे बढ़ रही है, उसके लिए यह आवश्यक भी है. आज जिस गति से महँगाई बढ़ती जा रही है, सुख–सुविधाओं में वृद्धि होती जा रही है, जीवन स्तर को बनाये रखने के लिए आर्थिक संसाधनों की आवश्यकता बढ़ती जा रही है, उसी गति से आमदनी भी बढ़ानी पड़ रही है. और यह तब ही संभव है, जब परिवार के स्त्री–पुरूष एवम् कार्य करने योग्य सभी सदस्य कमाऊ सदस्य हों.

दृष्टान्त–

एक छोटे शहर में एक व्यापारी का जनरल स्टोर था. व्यापारी थोड़ा दूरदर्शी था. ग्राहकों की सुविधा के लिए हर संभव प्रयास करता रहता था. दुकान के बीच में खाली स्थान सृजित करते हुए उसने दुकान को डिपार्टमेण्टल स्टोर में बदल दिया. काउण्टर पर कम्प्यूटर लगा दिया. सभी वस्तुओं के बिल कम्प्यूटर से निकलने लगे. ग्राहक दुकान में आराम से घूमते और आवश्यकतानुसार उपभोग की वस्तुएं टोकरी में डालते रहते. काउण्टर पर बिल बनते और पैसे जमा होने लगे. एक कौने में वाटर कुलर लगा दिया. डिस्पोजएबल गिलास रख दिये. ग्राहकों को शीतल जल मिलने लगा. टी.वी. व म्यूजिक सिस्टम भी दुकान में लगा दिया. स्टोर को पूरी तरह एयर कण्डीशन्ड कर दिया. बच्चों के लिए विड़ियो गेम्स व टॉफियों की निःशुल्क व्यवस्था कर दी गई. खुशनुमा माहौल बना दिया गया. दुकानदार एवम् सेल्समेन की ड्रैस, बोलचाल एवम् व्यवहार में आधुनिकता झलकने लगी. वस्तुओं की दरें भी बाजार की तुलना में वाजिब रखी गईं. अच्छी कम्पनियों की अच्छी वस्तुएं ही रखी जाने लगी. धीरे–धीरे ग्राहकों की संख्या बढ़ने लगी. दरें कम होते हुए भी बिक्री अधिक होने से मुनाफा अधिक होने लगा. कम्प्यूटर द्वारा बिल बनने से ग्राहकों ने दरें कम करवाना छोड़ दिया. सामान भी नकद में ही बिकने लगा. यह सब समय के साथ कदम मिलाने का ही परिणाम था.

15 आज के काम को कल पर मत टालिए (Do Not Put Off Till Tomorrow, What Ever You Can Do Today)

1. **किसी भी कार्य को आवश्यक होने से पहले करें. आवश्यक कार्य को अत्यावश्यक होने से पहले करें. अत्यावश्यक कार्य को सबसे पहले करें, किन्तु आवश्यक कार्यों की कीमत पर न करें.** जिसे अभी कर सकते हैं, उसे एक क्षण के लिए भी न टालें. जिसे अभी टाल दिया, वह हमेशा के लिए भी टल सकता है. याद रखें, **आप सबको टाल सकते हैं, पर अपने आपको नहीं टाल सकते.**
2. **यदि किसी पत्र को यथा समय डाक में नहीं डाला गया तो कितना बड़ा अनर्थ हो जायेगा. यदि किसी रोग को आरम्भिक अवस्था में नहीं संभाला गया तो सारा उपचार ही व्यर्थ हो जायेगा.** यदि बरसात से पहले छप्पर नहीं डाला गया अथवा बरसात से पहले पानी को रोकने का प्रबन्ध नहीं किया गया, तो बरसात आने के बाद कुछ भी नहीं कर पायेंगे. याद रखें, बरसात कभी भी आ सकती है और आपके टालने से कभी टलने वाली नहीं है.
3. **अगला जो भी पल आयेगा, अपने उत्तरदायित्वों के साथ आयेगा. जो भी पल जायेगा, कुछ न कुछ उत्तरदायित्व छोड़ कर जायेगा.** यदि आपने वर्तमान के किसी एक कार्य को भी टाल दिया तो समझो वह हमेशा के लिए टल जायेगा. दिन भर में यदि आपने दो काम भी बकाया छोड़ दिये तो जरा हिसाब लगाइए, बकाया कार्यों की सूची कितनी लम्बी होती चली जायेगी. इसलिए जिस कार्य को आप आज कर सकते हैं, उसे अभी आरम्भ कर दीजिए और पूरा होने तक आराम मत कीजिए. **याद रखिए, कल जो आपके कार्य होंगे, आज से ज्यादा होंगे.** जब आज के कार्यों को भी कल पर टाल दोगे तो कल आप कितनी दुविधा में होंगे.
4. **आज की समस्याओं का समाधान आज ही करिए.** आज ही नहीं, अभी करिए. **समस्या के समाधान में जितना विलम्ब होगा, समस्या उतनी ही उलझती चली जायेगी.** जटिलतायें जुड़ती चली जायेंगी और एक दिन समस्या विकराल रूप धारण कर लेगी. इसलिए जैसे ही समस्या से सम्बन्धित पक्षकार अथवा परिस्थिति विद्यमान हो, समस्या का सर्वमान्य एवम् समुचित हल निकाल लीजिए. समस्या को कभी स्थगित मत कीजिए, क्योंकि कल की भी अपनी समस्यायें होंगी.
5. **आज के काम को कल पर टालने से आदमी आलसी बन जाता है और धीरे–धीरे आलस्य उसकी आदत में बदल जाता है. आलसी आदमी का न भूत होता है न भविष्य होता है. भूत और भविष्य तो उसी का होता है जिसका वर्तमान होता है.** और वर्तमान उसी का होता है जो आलसी नहीं होता. जरा सोचिए, यदि आप आज सुस्त हैं तो कल चुस्त कैसे हो जायेंगे. 'कल' भी तो 'आज' बन कर ही आयेगा और 'आज' को टालने के तो आपने खूबसूरत बहाने गढ़ रखे हैं.
6. **आदमी की तमाम विफलताओं, दुविधाओं और जटिलताओं का एकमात्र कारण है 'स्थगन' / स्थगन यानी Postponement** काम को कल पर टालने की आदत का एकमात्र उपचार है 'जागरण'.

कम से कम इस जागरण को तो कल पर मत टालिए. किसी कार्य को स्थगित कर देने पर व्यक्ति को एक काल्पनिक विश्राम मिलता है. किन्तु अफसोस कि वह विश्राम कर कहाँ पाता है. सदैव किसी न किसी फालतू के कार्यों में सलंग्न रहता है. और अचानक एक दिन मृत्यु आ धमकती है. **क्या व्यक्ति मृत्यु को भी स्थगित कर सकता है ? तो आज के काम को आज ही निपटाते चलें, तब मृत्यु को स्थगित करने की आवश्यकता नहीं पड़ेगी.**

7. **प्रकृति अपने कार्यों को कभी कल पर नहीं टालती.** कल तो दूर की बात है, प्रकृति तो अपने किसी कार्य को एक सैकण्ड भी स्थगित नहीं करती. सूर्य, चन्द्रमा और पृथ्वी अपने–अपने कार्यों में एक सैकण्ड का भी विलम्ब नहीं करते. जिस फूल को आज खिलना है, वह आज ही खिलता है. हम भी तो प्रकृति के ही अंग है, किन्तु हमने बहुत ही चालाकी से अपने कार्यो को टालने के उपाय कर रखें है. हमारे कष्टों का मूल कारण भी यही है.
8. **मनुष्य के अतिरिक्त प्रकृति का हर प्राणी केवल वर्तमान में ही जीता है. मनुष्य ही ऐसा मूढ़ है जो कल के लिए जीता है. कल के लिए जीने का अर्थ है, आज को टालना.** जरा सोचिए, क्या आपका हृदय अपना कार्य एक सैकण्ड के लिए भी स्थगित कर सकता है ? आपके शरीर का कोई अंग क्या अपना कार्य कल के लिए टाल सकता है ? कदापि नहीं. तो इन सबसे कुछ तो सीखिए.
9. **यदि किसी विचार पर तत्काल अमल नहीं किया जाय तो वह उभरने से पहले ही दम तोड़ देता है.** यदि किसी ज्ञान का यथा समय उपयोग नहीं किया जाय तो वह अपने कदम 'अज्ञान' की ओर मोड़ देता है. इसलिए सकारात्मक सोच के साथ सार्थक कार्यों में सदा व्यस्त रहिए. **याद रखिए व्यस्तता ही सफलता है.**

जरा सोचिए–

क्या आप अपनी श्वास को टाल सकते हो ? क्या आप भूख और प्यास को टाल सकते हो ? क्या आप नींद को टाल सकते हो ? क्या आप रात या दिन को टाल सकते हो ? क्या आप जन्म या मृत्यु को टाल सकते हो ? क्या आप बचपन, जवानी या बुढ़ापे को टाल सकते हो ? तो फिर आज के काम को कल पर कैसे टाला जा सकता है. क्या कल के अपने कार्य नहीं होंगे ? क्या कल आपकी कार्य क्षमता बढ़ जायेगी ? क्या कल आपको पर्याप्त समय मिल जायेगा ? क्या कल का आना निश्चित ही है ? शायद नहीं, तो फिर आज के काम को कल पर टालने का क्या औचित्य है.

16 जो फुरसत व सुविधा अभी आपके पास है, वो कल नहीं रहेगी (The Leisure & Facilities, Which Are Available Today, Shall Not Be With You in The Time To Be)

1. **दुनिया की सबसे बड़ी आग सही समय पर केवल एक गिलास पानी से बुझाई जा सकती है. जीवन के हर क्षण का सदुपयोग करके दुनिया की बड़ी से बड़ी सम्पत्ति पायी जा सकती है. जो भी क्षण बीत रहा है, जीवन को रीत रहा है. जीवन कुछ नहीं, क्षणों का योग मात्र है.** क्षण भी कितने ? एक संयोग मात्र है. **समय की बूँद जो आज व्यर्थ बहेगी, कल वही विफलता की कहानी कहेगी.**
2. **अच्छे दिन आपका इन्तजार कर रहे हैं, ऐसा कभी मत सोचिए. समय कभी किसी का इन्तजार नहीं करता. यदि सबसे अच्छा दिन कोई हो सकता है तो वह आज ही है.** आज ही क्या, बस अभी ही है. इसलिए जो भी करना हो, आज ही करें, अभी ही करें. जो फुरसत और सुविधायें आप आज जुटा सकते हैं, कल नहीं जुटा पायेंगे. कल तो आपके सामने कल की समस्यायें भी होगी. इसलिए किसी कार्य को टालकर कल की समस्याओं में अभिवृद्धि मत कीजिए.
3. **किनारे बैठे–बैठे सोचते रहने पर जीवन व्यर्थ ही बहता रहेगा. सोचते ही रहोगे तो एक दिन कूदने की हिम्मत ही चुक जायेगी. हमारा जीवन तो इस समय रूपी सागर में एक बूँद के बराबर है.** यदि हम इस बूँद को सार्थक करना चाहते हैं, बूँद को बुलबुला होने से बचाना चाहते हैं, तो जीवन–धारा में कूदना ही पड़ेगा. जीवन तो नितान्त ही अल्प एवम् अनिश्चित है, इसलिए जो कुछ करना है, अभी और इसी वक्त आरंभ कर देना चाहिए. हो सकता है, कल हम आरम्भ ही न कर सकें.
4. जो भी निर्णय लेना हो, तत्काल लें. आवश्यक निर्णय को विलम्बित न करें. हो सकता है, कल आपमें निर्णय लेने की क्षमता ही न रहे. सही समय पर सही कदम उठायें. हो सकता है, कल आपके कदम उठने लायक ही न रहें. याद रखें, **कार्य का नहीं, समय का महत्व होता है. सबका अपना–अपना समय होता है.** समय कभी एक सा नहीं होता, किन्तु एक क्षण भी व्यर्थ नहीं होता है. इसलिए किसी भी निर्णय को स्थगित न करें. हो सकता है, अभी तो आपके सामने एक ही निर्णय विचाराधीन हो, किन्तु कल कितने निर्णय लम्बित होंगे, कह नहीं सकते.
5. **वस्तुतः काम ही राम है. अपने काम में इस तरह उतर जाओ कि राम की सुधि ही न रहे. यदि स्वयम् 'राम' भी आकर खड़े हो जायें तो यही कहें–'हे राम, मैं इस वक्त अपने काम में व्यस्त हूँ. आपके पास तो कल भी है, किन्तु मेरे पास तो केवल क्षणिक वर्तमान ही है.'** अपने वर्तमान के प्रति उत्सुक रहोगे तो हो सकता है, 'राम' के लिए उत्सुकता ही न रहे.

6. सरकारी, अर्द्ध–सरकारी एवम् निजी क्षेत्र में रोजगार के अवसर धीरे–धीरे कम होते जा रहे हैं. इसलिए जब तक आप किसी नौकरी के लिए पात्रता रखते है, तब तक गंभीरतापूर्वक प्रयास करते रहें. जो भी करें, आयु एवम् अवसर निकलने से पहले ही करें. यदि आज आप किसी प्रतियोगी परीक्षा के लिए पात्र हुये हैं तो आज से ही प्रयास शुरू कर दें. यह न सोचें कि अभी तो दस साल है, तैयारी कर लेंगे. याद रखें, **साल दर साल प्रतियोगियों की संख्या बढ़ती चली जाती है और प्रतियोगिता भी टफ से टफ होती चली जाती है.**
7. यदि आप किसी नौकरी के योग्य नहीं हैं अथवा आप नौकरी करना नहीं चाहते हैं या अपने आपको सक्षम नहीं पाते हैं तो अभी से किसी व्यवसाय को चुनना होगा. **व्यवसाय चुनने में जितना विलम्ब होगा, उतना ही व्यवसाय जटिल होता चला जायेगा.** जो जितना जल्दी शुरूआत कर देता है, उतना ही जीत में रहता है. शुरूआत करने का समय सबका अलग–अलग होता है. जो पहले पैदा हो गया, वो शुरूआत भी पहले ही करेगा. लेकिन इसका अर्थ यह नहीं है कि बाद वालों के लिए कुछ बचेगा ही नहीं. बचेगा, बहुत कुछ बचेगा, बशर्ते कि हर व्यक्ति अपनी शुरूआत सही वक्त पर करे. इसलिए **शुरूआत अभी करिए, कहीं ऐसा न हो कि कल शुरूआत के लिए कुछ बचे ही नहीं.**
8. जब भी कोई नया कार्य शुरू किया जाता है, तब व्यक्ति के पास तैयारी, पूर्व–जानकारी और वित्तीय व्यवस्था के नाम पर अधिक कुछ भी नहीं होता. फिर भी यदि हिम्मत करके कार्य आरम्भ कर दिया जाए तो अपेक्षित संसाधन अपने आप जुटते चले जाते हैं. इसलिए **पूर्ण आत्मविश्वास, पूर्ण गंभीरता एवम् सम्पूर्ण कर्त्तव्यनिष्ठा के साथ कार्य आरम्भ करें. किसी भी कार्य को उचित समय पर आरम्भ करने का अर्थ होगा, पचास प्रतिशत सफलता सुनिश्चित करना.**
9. उपलब्ध अवसर के सुनहरे पलों को उपयोगी बनाना और अपनी पहुँच के दायरे में विद्यमान अवसरों को पकड़ लेना ही जीवन की सार्थकता है. यदि आज आप स्वस्थ हैं तो आज का समय ही आपके लिए सबसे अधिक महत्वपूर्ण है. इसलिए स्वस्थ जीवन का पूरा–पूरा उपभोग करें और यह न सोचें कि कल भी आप स्वस्थ ही रहेंगे.

दृष्टान्त–

एक मल्लाह अपनी नाव से यात्रियों को नदी पार करवाने का कार्य करता था. यात्रियों को नदी पार करवाने के बाद उनसे किराया मांगा करता था. इस पर हमेशा झगड़ा होता रहता था. कोई कम देता, कोई बिना दिये ही चल देता, लगेज का किराया तो लोग देना ही नहीं चाहते थे. मल्लाह काफी परेशान रहता था. एक दिन गाँव के सरपंच ने मल्लाह की समस्या का आसान हल बताया कि सभी यात्रियों से किराया एवम् भाड़ा नाव में बिठाने से पूर्व ही वसूल कर लिया जाए. बात मल्लाह की समझ में आ गई. दो चार दिन यात्रियों को थोड़ा अटपटा सा लगा, किन्तु जल्दी ही सब कुछ नियमित हो गया. अब कोई विवाद ही नहीं होता था. मल्लाह की आय बढ़ने लगी. **अर्थात् जो सुविधा इस किनारे पर है, वो उस पार नहीं रहेगी.**

17 अवसर बार–बार नहीं आते
(Opportunity Comes, But Once)

1. **कहा जाता है कि सौभाग्य दरवाजा कभी–कभार ही खटखटाता है और दुर्भाग्य अक्सर खटखटाता ही रहता है. याद रखें, जब दुर्भाग्य दरवाजा खटखटाता है तो तब तक खटखटाता रहता है, जब तक कि दरवाजा टूट नहीं जाता.** अगर आप अवसर को पकड़ने में चूक गये तो फिर आपको ही अवसर का दरवाजा खटखटाना पड़ेगा और तब हो सकता है, अवसर का दरवाजा हमेशा के लिए बन्द हो चुका हो.

2. **यदि हम धन खो देते हैं, तो कुछ नहीं खोते. यदि हम स्वास्थ्य खो देते हैं, तो कुछ न कुछ अवश्य खो देते हैं. किन्तु यदि हम अवसर खो देते हैं तो सब कुछ खो देते हैं. याद रखें, ईश्वर हमें एक बार में एक क्षण ही देता है और अगला क्षण देने से पहले, पहला क्षण वापस ले लेता है.** इसलिए यदि हम उपलब्ध समय का सही–सही विभाजन करते हुए एक–एक क्षण का सदुपयोग करते चलेंगे तो हमें ईश्वर से कोई शिकायत नहीं रहेगी.

3. अध्ययन, व्यवसाय चयन, चल–अचल सम्पत्ति में निवेश आदि के लिए अवसर बार–बार उपलब्ध नहीं हो सकते. **यदि आप सही अवसर को सही वक्त पर पकड़ लेते है तो फिर आप कभी असफल नहीं हो सकते.** यदि सही वक्त पर सही निर्णय नहीं ले पाते है तो फिर पछताने के अलावा कुछ भी नहीं बचता. अगर आप सोचते ही रहेंगे तो एक दिन ऐसा आयेगा, जब सोच भी नहीं बचेगा.

4. विद्यार्थी यदि अपने अध्ययन में पूरा ध्यान नहीं देगा, प्रतियोगी पूर्ण गंभीरता के साथ परीक्षाओं के लिए तैयारी नहीं करेगा, व्यवसायी यदि नियमित रूप से कठोर परिश्रम नहीं करेगा, सेवा–कर्मी यदि पूर्ण सत्यनिष्ठा और कर्त्तव्यनिष्ठा के साथ कार्य नहीं करेगा तो लक्ष्यों की प्राप्ति नहीं होगी. **याद रखें, वे ही सफल हो पाते हैं, जो अवसर को व्यर्थ नहीं गंवाते.** सच ही है अवसर बार–बार नहीं आते.

5. **जो वक्त को वक्त पर पकड़ लेता है, वह जिन्दगी आराम से जी लेता है.** जो वक्त को पकड़ नहीं पाता, वो जिन्दगी भर पछताता है. याद रखें, **बुरे क्षण तो दिन भर में सौ बार आते हैं, किन्तु अच्छे अवसर कभी–कभार ही आ पाते हैं.** अच्छे अवसरों को पकड़ने के लिए सदा तैयार रहिए. ध्यान रहे, न अच्छा अवसर कह कर आता है, न बुरा अवसर कह कर आता है. इसलिए हर अच्छे क्षण का पूर्णतः सदुपयोग करते चलें, तब बुरे से बुरा वक्त भी आपके लिए कुछ न कुछ अच्छा ही लेकर आयेगा.

6. जरा सोचिए कि क्या आप हर पल, हर क्षण अपने लक्ष्य की ओर बढ़ रहे हैं ? क्या आप आज का काम और आज का आराम आज ही कर रहे हैं ? यदि हाँ तो मान कर चलें कि आप अपने अवसरों का सदुपयोग कर रहे हैं. हर व्यक्ति के जीवन में अपने को कीर्तिवान, उपयोगी और सुखी बनाने के अवसर अवश्य आते हैं. **जो अवसर को पहचानने की क्षमता रखता है, वही सफलता के शिखर पर पहुँचने में सफल हो सकता है.**

7. **हम अक्सर छोटे और आसान कार्यों को आगे करते रहते हैं और महत्वपूर्ण एवम् अधूरे कार्यों को पीछे धकेलते रहते हैं.** इस तरह महत्वपूर्ण कार्य कभी हो ही नहीं पाते और अधूरे कार्य अधूरे ही रह जाते हैं. इसलिए महत्वपूर्ण कार्य को सबसे पहले आरम्भ करें, फिर अधूरे कार्यों को पूरा करें और समय निकाल कर आसान एवम् कम महत्वपूर्ण कार्यो को भी करते चलें. देखा जाय तो **हर क्षण चुनौतीपूर्ण होता है, हर क्षण संभावनाओं से युक्त होता है, बशर्ते कि हमें क्षण की पहचान हो.**
8. **सर्वोत्तम विचार और सर्वोत्तम योजना की प्रतीक्षा न करें.** जो भी विचार अथवा योजना अभी आपके पास है, उसे ही तत्काल क्रियान्वित करें और उसे ही सर्वोत्तम समझें. यदि आप अपनी योजना पर पूर्ण सत्यनिष्ठा, कर्त्तव्यनिष्ठा, योजना बद्धता और समयबद्धता के साथ अमल करेंगे तो यही योजना एक दिन सर्वोत्तम हो जायेगी.
9. जरा सोचिए, यदि हम मनुष्य न होकर कुत्ता–बिल्ली होते तो क्या कर लेते ? कुछ न कुछ सार्थक करने के लिए ही हमें यह अवसर प्राप्त हुआ है. हमारे लिए तो यही प्रथम एवम् अन्तिम अवसर है. इसलिए हमें फालतू सोचने, गप्पें हांकने, हवाई किले बनाने और अपने भाग्य को कोसते रहने में ही अपना कीमती समय नष्ट नहीं कर देना चाहिए. **भाग्योदय के अवसर तो हर व्यक्ति के जीवन में आते हैं, बशर्ते कि हम अवसरों को पहचानने एवम् उनका स्वागत करने के लिए तैयार रहें.**

दृष्टान्त–

किसी गाँव में दो दोस्त थे–मि. 'क' और मि. 'ख'. दोनों ने साथ–साथ एम.ए. किया, साथ–साथ प्रतियोगी परीक्षायें दी. 'क' का प्रशासनिक सेवाओं में चयन हो गया. 'ख' को सफलता नहीं मिली. कारण कि 'क' ने पूरी गंभीरता व लगन के साथ तैयारी की थी, 'ख' ने इसे गंभीरता से नहीं लिया. अगले साल 'ख' ने फिर परीक्षा दी, रिक्त पद भी इस बार अधिक थे, किन्तु अच्छी तैयारी न होने के कारण इस बार भी चयन नहीं हो सका. हार कर 'ख' ने अपने कस्बे में ही एक छोटी सी दुकान कर ली, लेकिन गुजारा भी मुश्किल से हो पा रहा था. उधर 'क' ने नौकरी करते हुए कुछ पैसा बचाया और पास के नगर में नगरीय सीमा से थोड़ी दूरी पर दस एकड़ कृषि भूमि खरीद ली और चारों ओर बाउण्ड्री करके छोड़ दी. देखा देखी मि. 'ख' ने भी अपने कस्बे में 10 एकड़ भूमि खरीदी, और उसमें खेती करने लगा. किन्तु पानी की कमी के कारण खेती से कोई आमदनी नहीं हो सकी. उधर नगर का तेजी से विकास हो रहा था. मि. 'क' द्वारा पच्चीस हजार रूपये में पच्चीस साल पहले खरीदी गई भूमि का बाजार मूल्य पाँच करोड़ रूपये हो गया. समान योग्यता और समान प्रयास करने के बावजूद मि. 'ख' कोई उल्लेखनीय कार्य नहीं कर सके, किन्तु मि. 'क' ने बहुत कुछ कर लिया. यह सब अवसर के सही उपयोग का ही परिणाम था.

18 अपने आपको इतना व्यस्त रखो कि दूसरों की बुराई करने का वक्त ही न मिले (Keep Yourself So Busy That You Might Have No Time To Criticise Others)

1. अच्छे और बुरे व्यक्ति तो आरम्भ से ही रहे हैं, किन्तु पहले बुरा व्यक्ति भी हीनता से ग्रसित नहीं रहता था, जबकि आज तो अच्छा व्यक्ति भी हीन भावनाओं का शिकार रहता है. **हीनता की ग्रन्थि के कारण ही व्यक्ति एक–दूसरे की बुराई करता है.** याद रखें, दूसरों की बुराई करने से दूसरों का तो कभी कोई बुरा नहीं हो सकता, किन्तु आपकी सफलता का रास्ता अवश्य अवरूद्ध हो जाता है. **इसलिए हीनता से बचने के लिए अपने विचारों को पर्याप्त ऊँचाई दो, ताकि बुराई का कोई कीटाणु ही न बचे.**
2. **आदमी जब भी खाली होता है या कुछ न कर पाने की स्थिति में होता है, तब वह आदतन दूसरों की बुराई करता है** और बुराई के अलावा कुछ भी नहीं करता. दूसरों की बुराई करने से आदमी को क्षणिक सन्तुष्टि मिलती है, उसके अहम् की पुष्टि होती है. सोचता है, वह वैसा तो नहीं बन सकता, किन्तु बुराई के माध्यम से उसकी ऐसी–तेसी तो कर ही सकता है. लेकिन बुराई की आग और जलन के जहर में वह खुद ही खोखला होता चला जाता है. इसलिए अपने आपको सार्थक कार्यों में व्यस्त रखिए. बुराई से बचिए.
3. **कितनी अजीब स्थिति है कि जब भी दो व्यक्ति मिलते हैं, उनकी बातचीत की सूई किसी तीसरे व्यक्ति पर ही टिकी होती है.** यह भी तय है कि उस तीसरे व्यक्ति की अच्छाई नहीं, बल्कि बुराई ही की जाती हैं. बुराई करके हम अपने आपको अपेक्षाकृत अधिक समझदार सिद्ध करने के प्रयास करते है. परन्तु **आज तक दूसरों की बुराई करके कोई भी महान् नहीं बन सका है. आदमी कुछ देकर ही महान बन सकता है, लेकर नहीं.**
4. **आदमी नब्बे फीसदी लोगों की तो बुराई ही करता है, केवल दस फीसदी लोगों की ही तारीफ करता है और तारीफ भी तब तक ही करता है, जब तक कि उसका स्वार्थ सिद्ध होता रहता है.** स्वार्थ से ऊपर उठने पर ही व्यक्ति नफरत से ऊपर उठ सकता है. हम इतने चालाक हैं कि **हर जीवित व्यक्ति में बुराई ढूँढ़ ही लेते हैं. और मरने पर उसे देवता बना देते हैं.** इसी कारण हमारे यहाँ जितने भी महान् व्यक्ति हुये हैं, वे सब मृत्यु के बाद ही महानता को उपलब्ध हुए हैं.
5. सफलता का मापदण्ड व्यक्ति दर व्यक्ति अलग–अलग होता है. किन्तु जो अपने आपको अपने कार्य के प्रति समर्पित कर देता है, उसके लिए मापदण्ड कोई विशेष महत्व नहीं रखता. याद रखें, **आप किसी की बुराई करके अच्छे नहीं हो सकते. क्या दूसरों की बुराई करने का अधिकार केवल आपको ही प्राप्त है ?** क्या दूसरे आपकी बुराई नहीं कर सकते ? यदि आप किसी की एक बुराई करेंगे, तो वह आपकी दस बुराई करेगा. इसलिए न किसी की बुराई करें, न किसी की बुराई सुनें और न किसी को बुराई करने का अवसर दें.

6. **काम उतना महत्वपूर्ण नहीं होता, जितना काम करना महत्वपूर्ण होता है.** काम करना भी उतना महत्वपूर्ण नहीं होता, जितना सद्भावनापूर्वक काम करना महत्वपूर्ण होता है. **यदि आप सम्मान के साथ जीना चाहते हैं तो दूसरों का सम्मान करना भी सीखें.** किसी का सम्मान न कर सकें, कोई बात नहीं, पर किसी का अपमान तो न करें. **किसी का अपमान न करना ही उसका सम्मान करना है.**

7. आदमी प्रायः अपने बराबर या ऊपर वालों की ही बुराई करता है, नीचे वालों की नहीं करता. किन्तु यह भूल जाता है कि **जब भी ऊपर वाले पर कीचड़ उछाला जाता है, कीचड़ वापस खुद पर ही गिरता है.** ऊपर वाले तक तो कीचड़ पहुँच ही कहाँ पाता है. अक्सर हम तृतीय पुरूष की अनुपस्थिति में ही कीचड़ उछालते हैं, इसलिए कीचड़ हमारे आस–पास ही गिरता है. कीचड़ के ढ़ेर को देखकर हम बहुत खुश होते हैं. यह कीचड़ हम अपने अवसाद एवम् नैराश्य के कारण ही उछालते हैं. जब तक हम अपने आपको व्यस्त नहीं रखेंगे, जब तक अपनी कमियों को नहीं देखेंगे, जब तक सकारात्मक सोच नहीं रखेंगे, तब तक एक–दूसरे पर कीचड़ उछालते ही रहेंगे.

8. यह भी याद रखिए कि जब आप दूसरों की बुराई करते हैं, तब दूसरे तो अपने–अपने कार्यों में व्यस्त रहते हैं. आप द्वारा की गई बुराई का उनके स्वास्थ्य पर कोई असर नहीं पड़ता. किन्तु समय, श्रम और दिमाग तो आपका ही खर्च होता है. **आपके मुँह से दूसरों की बुराई सुनने वाला भी आपसे सावधान रहता है.** आपकी बातों का उस पर कोई विशेष प्रभाव नहीं पड़ता. वह तो विवशतावश ही आपकी बात सुनता है. वह यह भी समझ लेता है कि उसकी अनुपस्थिति में आप उसकी भी बुराई ही करेंगे. इसलिए **यदि बुराई ही करनी हो तो खुद की करो, पूरी ईमानदारी से करो और सबके सामने करो.** तब लोगों की सहानुभूति आपके साथ जुड़ेगी, लोग आपकी मदद के लिए तैयार रहेंगे.

9. **जब भी आप राग–द्वेष से ऊपर उठेंगे, महानता की श्रेणी में आ जायेंगे.** महानता के लिए आपको अपने व्यक्तित्व का निर्माण करना पड़ेगा. **व्यक्तित्व निर्माण के लिए दूसरों की बुराई की बजाय अपनी कमजोरियों को पकड़ना पड़ेगा.** अपनी कमजोरियाँ पकड़ने के लिए दूसरों की बुराई नहीं, अच्छाइयाँ ग्रहण करनी पड़ेगी. जब आप व्यस्त रहेंगे, अपनी कमजोरियों को दूर करने में लगे रहेंगे, तब आपको दूसरों में कोई बुराई ही नजर नहीं आयेगी. **आदमी अपनी कमजोरी को छिपाने के लिए उसे दूसरों पर आरोपित कर लेता है.** वह अपनी ही चालाकियों और अपनी ही कमजोरियों को दूसरों की बुराई के रूप में प्रायः उद्घाटित करता रहता है. **वस्तुतः व्यक्ति अन्दर से जैसा होता है, वैसा ही सबको समझता है,** इसलिए सबसे पहले अपने आपको सुधारिए, अपने काम से काम रखिए, तब आपको किसी में कोई बुराई नजर ही नहीं आयेगी.

निष्कर्ष–

जब भी किसी की अच्छाई या बुराई करनी हो तो उसके सामने ही करें. किसी को माध्यम न बनायें. ध्यान रहे, मध्यस्थ द्वारा कभी भी सही–सही सम्प्रेषण संभव नहीं हो सकता. मध्यस्थ तो अपना मिर्च–मसाला भी मिलायेगा ही. **सच्चाई तो यही है कि व्यक्ति कभी भी किसी की न तो ठीक से बुराई कर पाता है और न अच्छाई ही.** बुराई बढ़ा–चढ़ा कर की जाती है और अच्छाई बहुत ही संकुचित मन से की जाती है. इसलिए, जहाँ तक संभव हो, अच्छाई और बुराई सामने ही करें, संक्षिप्त, तर्क युक्त एवम् संयमित तरीके से करें. सम्बन्धों की कीमत पर न करें. **मजा तो तब है, जब अच्छाई या बुराई सुनकर कोई भी आपसे नाराज न हो.** याद रखें, **कोई भी व्यक्ति** ऐसा नहीं हो सकता, जो केवल **अच्छा ही हो या केवल बुरा ही हो.**

19

खाली समय को काटना काफी कठिन होता है
(It Is Too Difficult To Kill The Time)

1. **खाली समय को ढ़ौना, ठीक वैसा ही है, जैसे पानी को पानी में भिगोना या साबुन को साबुन से धोना.** जब व्यक्ति के पास करने को कुछ भी नहीं होता, तब उसका दिमाग नकारात्मक सोच की तरफ तेजी से दौड़ लगाता है. फिजूल एवम् अव्यावहारिक विचारों के कारण उसका दिमाग शैतान का घर बन जाता है. सच, **खाली बैठने वाला पागलपन ढ़ोता है.**

2. **सच तो यही है कि व्यक्ति बिना काम के एक क्षण भी नहीं बैठ सकता.** फालतू बैठने पर फालतू की ही बातें सोचता है और अपनी व्यर्थता पर आँसू बहाता है. इसलिए अपेक्षित है कि व्यर्थता को व्यस्तता में बदलते रहा जाय. अगर हम अपनी दिनचर्या को नियमित कर लें तो फिर हमारे सामने कभी खाली वक्त होगा ही नहीं.

3. वैसे कुछ न कुछ करते रहना या कुछ न कुछ सोचते रहना, व्यक्ति की जन्मजात प्रवृत्ति है. **धरती का हर प्राणी अपने आप में व्यस्त रहता है, वस्तुतः व्यस्तता ही प्रकृति है.** सत्य तो यही है कि **व्यक्ति व्यस्त रहकर ही जीवन का आनन्द उठा सकता है.** व्यस्त रहकर ही अपने होने को सार्थक बना सकता है. इसलिए सदैव कुछ न कुछ करते रहिए.

4. **व्यक्ति व्स्तुतः सबसे अधिक खुद से ही डरता है, इसलिए खुद से कभी रूबरू होना नहीं चाहता है.** खाली होते ही उसकी यात्रा खुद की ओर आरम्भ हो जाती है और खुद से बतियाने का उसमें साहस नहीं होता. इसीलिए व्यक्ति सदैव व्यस्त रहना चाहता है. खालीपन उसे काटने को दौड़ता है. अतः अपने दैनिक जीवन को इस प्रकार व्यवस्थित करें कि कभी खाली न रहना पड़े. **बिल्कुल खाली रहने का साहस या तो कोई पहुँचा हुआ सन्त कर सकता है, या फिर कोई पागल कर सकता है.**

5. **यदि आपके पास सब कुछ है, किन्तु काम नहीं है तो आपसे बड़ा दुर्भाग्यशाली दूसरा नहीं हो सकता. यदि आप हाथ पर हाथ धरे बैठे रहेंगे तो आपके हाथ का भी सब कुछ चला जायेगा.** सब कुछ ही नहीं, तब खुद को संभालना भी मुश्किल हो जायेगा. देखा जाय तो **परमात्मा ने सब कुछ देकर ही हमें यहाँ भेजा है.** परन्तु 'सब कुछ' को सहजने और उसके सदुपयोग के लिए हमें सदैव सजग रहना होगा, सदैव सक्रिय रहना होगा.

6. याद रखें, **समय सबसे बड़ा डॉक्टर है, समय सबसे बड़ी दवा है. बड़े से बड़ा घाव भी समय की छाँव में धीरे–धीरे भर जाता है.** किन्तु **खाली बैठने से जो घाव होता है, वह कभी नहीं भरता.** खाली बैठने वाला तो बोझ है, इस धरा पर. बोझ है, समाज पर, अपने परिवार पर और अपने आप पर. इसलिए अपने आप को सदा व्यस्त रखिए, बोझ मत बनिए.

7. **व्यस्त रहने वाला व्यक्ति कुछ न कुछ कर गुजरता है.** मान कर चलें, **खाली बैठने वाले का भाग्य भी खाली ही रहता है. खाली रहने पर हर मर्ज, हर दर्द उभर आता है. समय कोई वर्ष, मास या दिन नहीं होता, समय तो बस पल छिन होता है.** और एक–एक पल का हिसाब रखना पड़ता है. अगर आपको समय के खाते में कर्जदान दर्ज नहीं होना है तो समय का सदुपयोग करिए, अपने आपको व्यस्त रखिए.
8. **व्यस्त रहने का यह अर्थ नहीं है कि आप सदैव मुख्य कार्य में ही लगे रहें.** काम के समय काम और आराम के समय आराम करिए. जब भी फुरसत मिले, कुछ न कुछ पढ़ें, बच्चों के साथ खेलें. मित्रों, परिजनों, सहकर्मियों के साथ गपशप करें. हँसे, हँसायें, आमोद–प्रमोद में समय बितायें. परन्तु कभी खाली न बैठें. **खाली बैठना, छोटी सी जिन्दगी को और छोटी करना है.**
9. **खाली बैठना तो कायरों का काम है. यह दुनिया कायरों के लिए नहीं है. कायर व्यक्ति तो मृत्यु से पहले ही कई बार मर चुका होता है.** और कर्मशील व्यक्ति एक बार ही मरता है, शानदार मौत मरता है. याद रखें, **कर्म ही जीवन है, जीवन ही कर्म है और कर्म ही धर्म है. यही जीवन का मर्म है.**

दृष्टान्त–

एक बार एक राजा ने बड़ा अजीब प्रयोग किया. घोषणा करवा दी कि जो व्यक्ति बिना किसी काम के एकान्त में दस साल बिता देगा, उसे आधा राज्य दान में दे दिया जायेगा. हिम्मत करके केवल 'हिम्मत सिंह' नामक एक व्यक्ति दरबार में उपस्थित हुआ. वह मामूली पढ़ा–लिखा भी था, सो उसने शर्त रखी कि उसे उसकी इच्छानुसार पढ़ने लिखने की सामग्री उपलब्ध करवानी होगी. शर्त मान ली गई. उसे दूर एक नदी के किनारे स्थित एक छोटे मकान में रखा गया. चार दीवारी से बाहर निकलने एवम् किसी से मिलने व बात करने की उसे अनुमति नहीं थी. भोजन, पानी व पुस्तकों आदि की व्यवस्था उसकी इच्छानुसार कर दी जाती थी. उसे पर्ची लिख कर खिड़की पर रखनी पड़ती थी और तदानुसार खिड़की पर चुपचाप सामग्री रख दी जाती थी. हिम्मत सिंह इच्छानुसार भोजन करता और पुस्तकें पढ़ता, किन्तु बिना काम और एकाकीपन से जल्दी ही ऊबने लगा. कुछ लिखने लगा और लिख–लिख कर फाड़ने

लगा. आखिर करे तो क्या करे ? धीरे–धीरे भूख कम हो गई, नींद गायब हो गई, नहाने धोने की रूचि भी कम हो गई. यही सोचता रहता कि दस साल कब पूरे होंगे. बिना काम इतना लम्बा समय पूरा होना मुश्किल ही था. अभी एक साल भी पूरा नहीं हुआ था कि हिम्मत सिंह की हिम्मत जवाब दे गई. उसने खाना बन्द कर दिया. डॉक्टर बुलाया गया. डॉक्टर ने जाँच कर बताया कि हिम्मत सिंह पूर्णतः पागल हो चुका था. उसे तत्काल पागल खाने पहुँचाया गया. अर्थात् **बिना काम आदमी या तो पागल हो सकता है या आत्महत्या कर सकता है.**

ा या बड़ा नहीं होता, काम का तरीका ही या बड़ा हो सकता है

nall or Big, But The orking Makes it So)

काम कर रहे हैं, महत्वपूर्ण तो यही है कि
ं तरीके से कर रहे हैं. मान कर चलें, काम
ा महत्वपूर्ण समझा जाता है. **आनन्द के बिना**

कर छोड़ देते हैं तो इसका अर्थ यह नहीं
बड़े–बड़े काम कर रहे हैं, वे सब छोटे–छोटे
ख़र पर कौन पहुँच सकता है ? इसलिए किसी

ै, कुछ कर गुजरने की आपके चेहरे पर झलक
ाके नजरिये में पूरा फलक हो. **यदि आप अपने**
थ अंगीकार कर लेते हैं तो फिर आपको
ोई भी कार्य छोटा नहीं रहेगा.

ाम आया हो, तब भी भगवान को धन्यवाद
पने आपको भाग्यशाली समझो कि आपके
चिए, जिसके पास कोई कार्य ही नहीं है. **भाग्य**
कार्यप्रणाली को दो. आप अपने सकारात्मक
हत्वहीन कार्य को भी महत्वपूर्ण बना सकते

. बस काम होना चाहिए. काम ही हमारा
रा धर्म है और काम ही मोक्ष है. धर्म, अर्थ,
म विद्यमान है. काम के बिना तो हमारा जीवन
ा भी होगी. काम करने वाला हर व्यक्ति अपने
फलता के लिए काम नहीं, अपितु उसका तरीका
सबसे अधिक महत्वपूर्ण है. यहाँ 'काम' के

दो अर्थ हैं–कार्य और यौन–सम्बन्ध। दोनों में ही हमे
नजरिया महत्वपूर्ण है.

6. **जब 'काम' ही पूजा है, 'काम' ही अर्चना है, तब**
तो जीवन की प्रार्थना है, तब कोई काम अप्राप्य
किसी स्वर्ग का कोई अर्थ नहीं हैं. प्रकृति ने प्र
साथ पैदा किया है. इसलिए यदि व्यक्ति अपनी वि
बढ़ता है तो उसका हर कार्य 'विशिष्टता' की श्रेणी

7. **सबसे छोटा, किन्तु अच्छा कार्य, बड़े उद्देश्य व**
तरीके से कितना ही माल कमा लें, घटिये का परिण
बढ़िया ही चाहते हैं, तब 'काम' ही घटिया क्यों
करते चलें. यही सफलता का मूल मंत्र है.

8. हर व्यक्ति हर कार्य नहीं कर सकता, हर कार्य उस
कार्य मिले या जिसे आप चयनित करें, उसे पूरे
दिन यही कार्य सर्वोत्तम हो जायेगा. यदि आप अ
यदि आप अपने कार्य के प्रति सदैव उत्साहित रहते
लिए महत्वपूर्ण हो जायेगा.

9. जब कोई व्यक्ति किसी सड़क किनारे छोटा सा ढ़ाब
नहीं आंकता है, तो यही ढ़ाबा कल होटल में बदल
सकता है. जब कोई व्यक्ति एक छोटी सी दुकान
किसी बड़े शौरूम अथवा डिपार्टमेण्टल स्टोर के मा
कम नहीं होगी. उसे अपने व्यवसाय में आनन्द आये
व्यवसाय बहुत बड़े व्यवसाय में बदल जायेगा.

दृष्टान्त–

'श्मशान घाट' पर लकड़ी की टाल लगाने वाला एक
भावना से ग्रस्त रहता था. एक दिन वह किसी मैनेजमेन्ट गु
ा बदलना चाहता है. उसे कोई सम्मानजनक व्यवसाय बताया
धन्धे में कोई बुराई नहीं है, न तो कोई लकड़ी के भाव कम
धन्धे में घाटे की कोई संभावना ही नहीं है. यह मत भूलिए
घाट पर लाया जायेगा. जब तुम्हारे शरीर का दाह संस्कार भी
तब तुम्हारी आत्मा को कितना सुकुन मिलेगा. याद रखो, 'श्मश
टाल को व्यवस्थित कर लो. सूखी एवम् हल्की लकड़ियाँ रखो
पीपल–चंदन आदि की लकड़ियाँ सीमित मात्राओं में सबको
सामग्री भी टाल पर रखना आरम्भ करो. ईंधन एवम् फर्नीचर
पर भी स्थापित कर सकते हो. अपने धन्धे को कभी घटिया म
फिर तुम्हें 'श्मशान घाट' पर टाल हेतु कभी जगह नहीं मिले
लोगों को सुविधायें उपलब्ध करवाने का माध्यम भी समझो.' व

दो अर्थ हैं–कार्य और यौन–सम्बन्ध। दोनों में ही हमें सफलता चाहिए. दोनों में ही हमारा तरीका और नजरिया महत्वपूर्ण है.

6. **जब 'काम' ही पूजा है, 'काम' ही अर्चना है, तब कोई काम घटिया कैसे हो सकता है. काम तो जीवन की प्रार्थना है, तब कोई काम अप्रार्थ्य कैसे हो सकता है.** याद रखें, **कर्म से अलग किसी स्वर्ग का कोई अर्थ नहीं हैं. प्रकृति ने प्रत्येक व्यक्ति को किसी न किसी विशेषता के साथ पैदा किया है.** इसलिए यदि व्यक्ति अपनी विशेषता का सदुपयोग अपने कार्य में करते हुए आगे बढ़ता है तो उसका हर कार्य 'विशिष्टता' की श्रेणी में आ जाता है.
7. **सबसे छोटा, किन्तु अच्छा कार्य, बड़े उद्देश्य वाले घटिया कार्य से बढ़िया होता है.** घटिया तरीके से कितना ही माल कमा लें, घटिये का परिणाम भी घटिया ही होता है. **जब आप सब कुछ बढ़िया ही चाहते हैं, तब 'काम' ही घटिया क्यों चुनें.** जो भी चुनना पड़े, उसे बढ़िया तरीके से करते चलें. यही सफलता का मूल मंत्र है.
8. हर व्यक्ति हर कार्य नहीं कर सकता, हर कार्य उसके हिस्से में आ भी नहीं सकता. इसलिए **जो भी कार्य मिले या जिसे आप चयनित करें, उसे पूरे सम्मान एवम् अपने ढंग से करते चलें. एक दिन यही कार्य सर्वोत्तम हो जायेगा.** यदि आप अपने कार्य से प्रसन्नता एवत् प्रेरणा प्राप्त करते हैं, यदि आप अपने कार्य के प्रति सदैव उत्साहित रहते हैं तो आपका कार्य आपके लिए ही नहीं, सबके लिए महत्वपूर्ण हो जायेगा.
9. जब कोई व्यक्ति किसी सड़क किनारे छोटा सा ढ़ाबा खोलता है और उसे किसी फाइव स्टार से कम नहीं आंकता है, तो यही ढ़ाबा कल होटल में बदल सकता है और परसों 'फाइव स्टार' होटल भी बन सकता है. जब कोई व्यक्ति एक छोटी सी दुकान करता है, किन्तु अपना व्यवहार, अपना नजरिया किसी बड़े शौरूम अथवा डिपार्टमेण्टल स्टोर के मालिक जैसा रखता है तो उसकी दुकान किसी से कम नहीं होगी. उसे अपने व्यवसाय में आनन्द आयेगा और बहुत संभव है, एक दिन यह छोटा सा व्यवसाय बहुत बड़े व्यवसाय में बदल जायेगा.

दृष्टान्त–

'श्मशान घाट' पर लकड़ी की टाल लगाने वाला एक व्यवसायी अपने धन्धे से खुश नहीं था. सदा हीन भावना से ग्रस्त रहता था. एक दिन वह किसी मैनेजमेन्ट गुरु के पास पहुँचा और बताया कि वह अपना धन्धा बदलना चाहता है. उसे कोई सम्मानजनक व्यवसाय बताया जाय. इस पर गुरु ने समझाया–'देखिए, वर्तमान धन्धे में कोई बुराई नहीं है, न तो कोई लकड़ी के भाव कम करवाता है और न कोई उधार ले जाता है. ऐसे धन्धे में घाटे की कोई संभावना ही नहीं है. यह मत भूलिए कि एक दिन तुम्हारा मृत शरीर भी इसी श्मशान घाट पर लाया जायेगा. जब तुम्हारे शरीर का दाह संस्कार भी तुम्हारी टाल की लकड़ियों से ही किया जायेगा, तब तुम्हारी आत्मा को कितना सुकुन मिलेगा. याद रखो, 'श्मशान' से पवित्र स्थान दूसरा नहीं होता. जरा अपनी टाल को व्यवस्थित कर लो. सूखी एवम् हल्की लकड़ियाँ रखो. आस–पास पूरी सफाई रखो, अगरबत्ती जलाओ. पीपल–चंदन आदि की लकड़ियाँ सीमित मात्राओं में सबको निःशुल्क उपलब्ध कराओ. घी, नारियल, फूल आदि सामग्री भी टाल पर रखना आरम्भ करो. ईंधन एवम् फर्नीचर आदि के प्रयोजनार्थ एक टाल किसी अन्य स्थान पर भी स्थापित कर सकते हो. अपने धन्धे को कभी घटिया मत समझो. यदि तुमने अपनी टाल बन्द कर दी तो फिर तुम्हें 'श्मशान घाट' पर टाल हेतु कभी जगह नहीं मिलेगी. व्यवसाय को महज व्यवसाय ही मत समझो, लोगों को सुविधायें उपलब्ध करवाने का माध्यम भी समझो.' व्यवसायी सन्तुष्ट होकर अपनी टाल पर लौट आया.

21 प्रत्येक कार्य को इस प्रकार करें, जैसे पहली बार कर रहे हों (Do Every Work, Every Time, As if You Are Doing it For The First Time)

1. जो भी आप करें, जब भी करें, हर बार ऐसे करें, जैसे पहली बार ही कर रहे हों. जो भी आप देखें, जितनी बार देखें, हर बार ऐसे देखें, जैसे पहली बार देख रहे हों. जो भी खायें, जितनी बार खायें, हर बार यही सोचकर खायें, जैसे पहली बार खा रहे हों. तब आप कभी बोर नहीं होंगे. सदैव तरो–ताजा एवम् आनन्दित रहने का यही एक मात्र आसान तरीका है.
2. **यदि गहराई से देखा जाए तो किसी भी कार्य की पुनरावृत्ति नहीं हो सकती.** किसी भी स्थिति, परिस्थिति, मनःस्थिति और समय की प्रवृत्ति की आवृत्ति नहीं हो सकती. **जीवन का हर क्षण नया ही होता है, इसलिए हर क्षण स्वागत योग्य होता है.** जो हर क्षण का स्वागत करता है, वो कभी पुराना हो ही नहीं सकता.
3. रोज–रोज एक जैसे कार्य करते रहने पर व्यक्ति ऊब जाता है. धीरे–धीरे वह एक–रसता, नीरसता और निराशा में डूब जाता है. इन सबसे बचने के लिए बस अपने सोच में परिवर्तन करना होगा. हर कार्य को हर बार ऐसे करना होगा, जैसे पहली बार कर रहे हों. इसके लिए एक छोटे से अभ्यास की आवश्यकता है. हमें गत को, विगत को, कल को भूलने का अभ्यास करना होगा. धीरे–धीरे जब हम इस अभ्यास में सफल हो जायेंगे, तब हमें हर दिन, हर क्षण नया ही लगेगा. तब हर कार्य हमारे लिए नया ही होगा.
4. आप रोजाना उसी पलंग पर सोते हैं, आपके संसाधन वैसे ही होते हैं. तमाम दिनचर्या, कार्यकलाप, खाना–पीना, परिधान, वाहन, परिजन, सहयोगी सब कुछ वही. प्रकटतः सब कुछ पुराने ढ़र्रे पर ही लगता है. इसलिए नीरसता आती है, कार्यक्षमता घटती चली जाती है. इसलिए यदि आप नीरसता से बचना चाहते हैं, अपनी कार्यक्षमता को हर क्षण बढ़ती हुई देखना चाहते हैं तो अपने संसाधनों, कार्य–कलापों और सम्पर्क में आने वाले व्यक्तियों को इस नजरिये से देखिए, जैसे पहली बार ही देख रहे हों.
5. **जिस प्रकार आप नदी के बहते पानी में दुबारा नहीं नहा सकते, उसी प्रकार किसी काम को दुबारा नहीं कर सकते.** याद रखें, समय का प्रवाह तो पानी से भी कई गुना तेज होता है. **सब कुछ समान होने पर भी हर क्षण बहुत कुछ बदलता रहता है.** इस तरह हर कार्य हर क्षण नया ही होता है. **किसी कार्य की कोई पुनरावृत्ति नहीं होती.** जिस क्षण हमें यह बुधत्व प्राप्त हो जाता है, उसी क्षण हमारा जीवन रूपान्तरित हो जाता है. और यह रूपान्तरण अभी, इसी वक्त घटित हो सकता है. इसके लिए कोई आयु या समय बाधक नहीं हो सकता. तो आइए, जीवन को बदल डालें. एक नयी शुरूआत करें.

6. यात्रा–प्रवास, हास–परिहास, सोना–जगना, प्रेम–यौन सम्बन्ध, घूमना–फिरना, मिलना–जुलना, खाना–पीना, जैसे रोजमर्रा के कार्यों को इस प्रकार करें, जैसे प्रथम बार ही कर रहे हों. फिर देखिए, आपको हर कार्य में कितना आनन्द आता है. हर क्षण कितना नूतन नजर आता है. तब हर क्षण जीवन की नयी शुरूआत होगी. हर पल जीने योग्य होगा. हर समय उपभोग करने योग्य होगा. याद रखें, जीवन की सफलता इसी सोच पर निर्भर करती है.

7. प्रकृति के साथ ही व्यक्ति में भी प्रति क्षण परिवर्तन घटित होते रहते हैं और सभी प्राणी हर श्वास का, हर क्षण का स्वागत करते हैं. याद रखें, **जो क्षण गया, वो लौट कर नहीं आ सकता. जो काम हमने कर लिया, उसे दुबारा नहीं किया जा सकता. अब तो जो भी करेंगे, नया ही होगा. हर बार नया होगा.** इसलिए जरूरी है कि नया समझ कर ही करें. हर बार नया समझ कर करने में जो आत्मानुभूति होगी, जो आनन्द की अनुभूति होगी, वह शब्दातीत ही होगी.

8. ध्यान रहे, **खुशी बाजार से खरीदी नहीं जा सकती, वह तो आपके भीतर से ही आ सकती है.** और भीतर की खुशी भी खुशी–खुशी तब ही आयेगी, जब आपके मन की स्लेट हाथों–हाथ साफ होती चली जायेगी. स्लेट को साफ रखने के लिए कुछ विशेष नहीं करना होगा, केवल हर क्षण को नया क्षण और हर कार्य को नया कार्य समझना होगा.

9. **आप वही हैं, जो आपके विचार हैं. आपके विचार वही हैं, जो आपके संस्कार हैं.** संस्कारों में परिवर्तन किये बगैर, विचारों में परिवर्तन नहीं किया जा सकता. **विचारों में परिवर्तन किए बगैर आप आधुनिक नहीं हो सकते, आज से नहीं जुड़ सकते. आज से जुड़े बगैर आप सफल नहीं हो सकते.** और संस्कारों को परिष्कृत करने का एक ही उपाय है कि आप सदैव ताजगी से, नवीनता से भरे रहें. **चाहत तो कभी पूरी नहीं हो सकती, किन्तु सदा तरो–ताजा रहने की चाहत तो पूरी हो ही सकती है.** तब इससे बड़ी चाहत का कोई महत्व नहीं रह जायेगा.

दृष्टान्त–

स्वामी विवेकानन्द एक बार जर्मनी के दौरे पर थे. वे दार्शनिक ड्यूसेन के मेहमान थे. उन दिनों ड्यूसेन जर्मन भाषा की एक दार्शनिक पुस्तक पढ़ रहे थे. स्वामीजी को बताया कि पुस्तक बड़ी अद्भुत है, गूढ़ है, पन्द्रह दिनों से पढ़ी जा रही है. इस पर स्वामी जी ने आग्रह किया–'क्या आप एक घण्टे के लिए पुस्तक दे सकेंगे ?' ड्यूसन–'क्यों नहीं. लेकिन इतने कम समय में आप कितनी पढ़ सकेंगे ?' स्वामी जी–'पढ़ नहीं पायेंगे तो क्या, देख तो लेंगे ही.' स्वामी जी एकान्त में अध्ययनरत हो गये. एक घण्टे बाद लौटाते हुए बोले–'पुस्तक वाकई अद्भुत है.' ड्यूसन ने जिज्ञासा की–'क्या आपने पूरी पढ़ ली है ?' स्वामी जी ने कहा–'हाँ, पढ़ भी ली है और समझ भी ली है.' इस पर ड्यूसन ने अपनी कई शंकायें उठाई और स्वामी जी ने व्याख्या सहित शंकाओं का समाधान कर दिया. ड्यूसन हैरान था. पूछने लगा–'स्वामी जी, जल्दी पढ़ने का तरीका उसे भी बताया जाय.' स्वामी जी बोले–'बहुत आसान है, जब भी मैं कोई पुस्तक पढ़ता हूँ, यही सोचकर पढ़ता हूँ कि इस विषय में पहली पुस्तक ही पढ़ रहा हूँ. अपने समस्त पूर्वाग्रहों और दुराग्रहों को दूर रखकर ही पढ़ता हूँ.'

22 एक समय में एक ही काम करें (Take Up One Task At One Time)

1. **यदि आप सब कुछ बनना चाहेंगे तो याद रखें, कुछ भी नहीं बन पायेंगे.** यदि आप एक साथ दो नावों पर पैर रखना चाहेंगे तो कैसे रख पायेंगे ? इसलिए पहले अपने कार्यों की प्राथमिकतायें तय करें, फिर प्राथमिकतानुसार कार्यों को क्रमशः करते रहें. एक साथ एक से अधिक कार्य करना चाहेंगे तो एक भी कार्य ठीक से नहीं कर पायेंगे.
2. यदि आप एक ही समय में एक से अधिक कार्य हाथ में ले लेंगे तो सभी कार्यों को बराबर समय और महत्व कैसे दे पायेंगे ? तब सभी कार्यो से एक सी गुणवत्ता, एक सी उत्पादकता और एक से परिणाम कैसे ले पायेंगे ? याद रखें, **व्यक्ति का मस्तिष्क एक समय में किसी एक ही विषय पर प्रभावी ढंग से एकाग्र हो सकता है.** इसलिए एक समय में अपनी पूरी ऊर्जा किसी एक ही कार्य पर केन्द्रित करें.
3. यदि आपके अधीन या आपके नियन्त्रण में या आपकी हिस्सेदारी में एक से अधिक कार्य चल रहे हों तो उन सबके प्रबन्धन की स्वतन्त्र व्यवस्थायें करें. आप सभी कार्यों का निरीक्षण एक साथ नहीं कर सकते. सबकी समीक्षा भी एक साथ नहीं कर सकते. इसलिए प्रत्येक कार्य का बारी–बारी से निरीक्षण करें, सबकी बारी–बारी से समीक्षा करें. सबके लिए अलग–अलग समय निर्धारित करें, तब ही आप अपने कार्यों के प्रति न्याय कर सकेंगे.
4. **अपने ध्यान को एक समय में किसी एक ही कार्य पर फोकस किया जा सकता है.** ध्यान को जितने बड़े क्षेत्र पर फोकस किया जाता है, उतना ही प्रकाश छितरा हुआ एवम् कमजोर होगा. इसलिए एक समय में एक ही कार्य को सर्वोत्तम प्राथमिकता दें, ताकि उसे सफलतापूर्वक सम्पन्न किया जा सके. उसके बाद दूसरा कार्य हाथ में लें, ताकि उसे बिना किसी तनाव व दबाव के पूरा किया जा सके. **आप अपनी समूची शारीरिक एवम् मानसिक ऊर्जाओं को एक समय में किसी एक कार्य पर ही केन्द्रित कर सकते हैं.**
5. **याद रखें, आगे बढ़ने के लिए दोनों पैर एक साथ आगे नहीं बढ़ाये जा सकते.** चलते समय दोनों हाथ एक साथ आगे की ओर नहीं चलाये जा सकते. हाथ और पैर तो अपनी ही गति से बारी–बारी से चलेंगे. उसी प्रकार अपने कार्यों को भी बारी–बारी से करते रहें, वरना आप एक भी कार्य को ठीक से नहीं कर सकेंगे. जिस प्रकार आप एक स्थान पर स्थिर खड़े होकर अपने चारों ओर नहीं देख सकते, उसी प्रकार किसी एक कार्य पर केन्द्रित हो कर अन्य कार्य नहीं कर सकते. चारों ओर देखने के लिए तो आपको क्रमशः घूमना ही पड़ेगा.
6. **गतिविधियाँ और भावनायें साथ–साथ चलती हैं. गतिविधियों पर तो नियन्त्रण किया जा सकता है, किन्तु भावनाओं पर नियन्त्रण करना जरा कठिन है.** अनियन्त्रित भावनाओं के चलते हम किसी भी गतिविधि को समग्रता के साथ सम्पन्न नहीं कर सकते. जब हम किसी दुकान पर पंखा

खरीदने जाते हैं, तब हमें केवल पंखे की ही बात करनी चाहिए. सस्ता, सुन्दर और टिकाऊ पंखा कैसे खरीद सकते हैं, इसी पर पूरी ताकत लगानी चाहिए. पंखा खरीदते समय यदि हम कूलर और एयर कण्डीश्नर की भी जानकारी करते रहेंगे तो पंखा भी ठीक से नहीं खरीद सकेंगे.

7. कोई व्यक्ति दुकानदार होने के साथ–साथ साहित्यकार भी हो सकता है. पर इसका यह अर्थ नहीं कि वह दोनों कार्य एक साथ करे. यदि वह ऐसा करेगा तो दोनों में से एक भी कार्य को ठीक से सम्पन्न नहीं कर सकेगा. किसी के भी प्रति न्याय नहीं कर सकेगा. जरा सोचिए, यदि वह ग्राहक को कविता सुनाने लगे और श्रोता को सामान बेचने लगे तो कितना बड़ा अनर्थ हो जायेगा. तब उसके पास न कोई ग्राहक आयेगा और न कोई श्रोता ही. जब ग्राहक न हो, तब कविता लिखी जा सकती है और जो ग्राहक न हो, उसे सुनाई भी जा सकती है.

8. **हर कार्य में चित्त की एकाग्रता अपेक्षित होती है.** एक समय में एक से अधिक कार्य हाथ में ले लेने पर एकाग्रता भंग होगी, तनाव बढ़ेगा, दिमाग फटने लगेगा. ऐसी स्थिति में थोड़ा विश्राम करें. सभी कार्यों को डायरी में लिख लें, प्राथमिकतायें तय कर लें. फिर प्राथमिकतानुसार सभी कार्य निपटाते चलें. किन्तु सभी कार्यों को एक साथ निपटाने की कोशिश न करें, वर्ना काम तो क्या निपटेंगे, हो सकता है, आप निपट जायें.

9. **एक ही पत्थर से एक ही समय में दो पक्षी मारने की कोशिश न करें, वरना दोनों ही पक्षी उड़ जायेंगे.** बेहतर तो यही है कि पत्थर फैंकने से पहले अपना पूरा ध्यान किसी एक ही पक्षी पर केन्द्रित करें. यदि उसी पत्थर से लक्षित पक्षी की आड़ में बैठा दूसरा पक्षी भी मर जाता है तो यह मात्र एक संयोग ही होगा. संयोग से भिन्न भाग्य कुछ भी नहीं होता. इसलिए एक समय में एक ही लक्ष्य पर संधान करें.

निष्कर्ष–

मनुष्य का मस्तिष्क एक मिनट में सामान्यतः सात से दस विषयों पर विचार कर सकता है, किन्तु विचारों की एकाग्रता एवम् क्रियान्विति के लिए जितने कम विषय होंगे, उतने ही कारगर होंगे. कार्य के दौरान यदि आपके पास, नोट बुक, फोन, फैक्स, कम्प्यूटर, वाहन, निजी सहायक, स्टॉफ, सहयोगी आदि उपलब्ध हों तो आप एक मिनट में एक से अधिक विषयों पर विचार करते हुए अपने निर्णयों के क्रियान्वयन हेतु आदेश दे सकते हैं और क्रियान्वयन सम्बन्धी फीडबैक प्राप्त कर सकते हैं. विचारों, समस्याओं और सुझावों को यदि आप हाथों–हाथ नोट करते चलेंगे तो सुविधाजनक रहेगा. तब किसी समस्या को भूल नहीं पायेंगे और क्रमशः सभी पर विचार करते हुए निर्णय लिए जा सकेंगे.

23 काम के दौरान ही आराम करें (Take Rest During Your Working Hours)

1. **जिस प्रकार कार की बैट्री कार को चलाने के दौरान ही चार्ज होती रहती है, उसी प्रकार व्यक्ति को भी काम के दौरान ही रिचार्ज होते रहना चाहिए.** क्या आपने कभी कार के पहियों को आराम करते देखा है ? कार के खड़ी होने पर भी गाड़ी का वजन तो पहियों पर ही होता है. पर इसका अर्थ यह तो नहीं कि पहिए आराम नहीं करते. आप भी पहियों की तरह ही आराम कर सकते हैं.
2. जिन्दगी एक ऐसा सफर है, जो निरन्तर जारी रहता है. **चलते रहने का नाम ही जिन्दगी है.** जिस प्रकार एक यात्री यात्रा के दौरान ही आराम के क्षण ढूँढ़ लेता है, उसी प्रकार काम के दौरान भी आराम के क्षण ढूँढ़े जा सकते हैं. काम के दौरान आराम भी जरूरी है और आराम के साथ काम भी जरूरी है. यदि आप काम छोड़कर आराम करना चाहेंगे तो हो सकता है आराम ही करते रह जायें.
3. **बेकार बैठ कर नहीं, काम करके अपने आपको थकाइए.** फालतू की गपशप, ताश, शतरंज, उपन्यास आदि से अपने आपको मत थकाइए. उपयोगी एवम् उत्पादक कार्यो में ही अपनी शक्ति लगाइए. ऐसे कार्यों से होने वाली थकान ही सार्थक थकान होती है. **इसलिए आराम को आराम का नहीं, काम का हिस्सा बनाइए.** बेकार बैठ कर कोई ठीक से आराम भी नहीं कर सकता. और फालतू की थकान आसानी से उतरती भी नहीं है.
4. यदि आपका काम अक्सर कुर्सी पर बैठ कर ही होता है, तो आप कुर्सी पर बैठे–बैठे भी सुस्ता सकते हैं. थोड़ी सी झपकी भी ले सकते हैं. अपने विचारों को थोड़ा विराम भी दे सकते हैं. कुर्सी को घुमाकर या थोड़ा पीछे झुकाकर हाथ, पैरों व गर्दन को थोड़ा आराम भी दे सकते हैं. बीच–बीच में कुर्सी से उठ कर खड़े भी हो सकते हैं. याद रखें, केवल आपको ही नहीं, कुर्सी को भी आराम की जरूरत होती है. जब भी कुर्सी पर बैठें, व्यस्त रहें। व्यस्तता के दौरान ही आराम करें. **कुर्सी पर बैठने के बाद यदि आपके पास पर्याप्त काम नहीं है, तो यही आपकी थकान का सबसे बड़ा कारण होगा.**
5. यदि आपका कार्य ऐसा है, जिसके लिए अक्सर खड़ा रहना पड़ता है, अथवा प्रायः घूमना फिरना पड़ता है तो आपको खड़े–खड़े अथवा चलते हुए आराम करना चाहिए. काम के दौरान ही आप अपने हाथ–पैर सीधे कर सकते हैं. अपने सहकर्मियों के साथ हँसी–मजाक कर सकते हैं. इस तरह खुद हल्के रहकर दूसरों को भी हल्का रख सकते हैं. अर्थात् **काम के दौरान ही आराम के क्षण ढूँढ़िए, काम के साथ ही थोड़ा विश्राम करिए.**
6. **काम के साथ आराम करने का सबसे बढ़िया तरीका है, वर्तमान में जीना. न भूत का अफसोस, न भविष्य की चिन्ता, इसी का नाम है, आनन्द में जीना. याद रखें, आदमी अपने वर्तमान से नहीं, भूत व भविष्य के कारण अधिक थकता है.** आदमी काम से नहीं, सोचने से अधिक थकता

है. इसलिए न भूत की सोचें, न भविष्य की सोचें, केवल वर्तमान की सोचें. सोचें ही नहीं, केवल व्यस्त रहें, फिर कुछ भी सोचने की आवश्यकता नहीं रहेगी.

7. काम के दौरान जब भी फुरसत मिले, उसका पूरा–पूरा सदुपयोग करें. फुरसत के क्षणों में टी.वी. देखें, कुछ पढ़ें, मौन रहें अथवा योग करें. बच्चों के साथ खेलना, हँसी–मजाक करना, दिल खोलकर हँसना थकान मिटाने के कुछ आसान तरीके हैं. आप अपनी सुविधा एवम् रूचि के अनुसार विश्राम के तरीके ईजाद कर सकते हैं.

8. आप जो भी करें, तनाव मुक्त होकर करें. हर काम मुस्कराहट के साथ आनन्द युक्त होकर करें, तब आपको थकावट होगी ही नहीं. याद रखें, **मुस्कराहट अपने आपमें सबसे बड़ी आराम–थैरेपी है. मानसिक रूप से आलसी बनने पर अधिक थकावट होती है. अपने कार्य को बेगार समझने पर सबसे अधिक थकावट होती है.** याद रखें, थकान भी जरूरी है, विश्राम भी जरूरी है. **थकान के बिना विश्राम का और विश्राम के बिना थकान का कोई अर्थ नहीं है. असली थकान तो काम से ही आ सकती है.**

9. जरा सोचिए, क्या सूर्य, पृथ्वी, चांद सितारे एक क्षण भी ठहर सकते हैं ? क्या इन्हें आराम नहीं चाहिए ? प्रकृति की हर वस्तु आराम करती है, किन्तु अपनी निरन्तरता को बनाये रखते हुए करती है. जब आपके ह्रदय सहित सभी शारीरिक अंग बिना रूके सौ साल से भी अधिक समय तक कार्य कर सकते हैं, तब आप क्यों नहीं कर सकते ? फिर आपको तो चौबीस घण्टों में से केवल आठ घण्टे ही औसतन काम करना पड़ता है. एक कार्यशील व्यक्ति के लिए आठ घण्टों की नींद पर्याप्त होती है. सोने, नहाने–धोने, खाने–पीने, घूमने–फिरने, हास–परिहास के घण्टों में कमी करके काम के घण्टों में वृद्धि की जा सकती है. और याद रखें, काम के दौरान अलग से आराम करने की आवश्यकता नहीं है, काम के दौरान ही आराम किया जा सकता है.

दृष्टान्त–

ईमारती पत्थरों की खदानों के एक मालिक ने एक बार लेखक को बताया कि वह पिछले पन्द्रह वर्षों से सोया ही नहीं है. लेखक द्वारा आश्चर्य व्यक्त करने पर खान मालिक ने स्पष्ट किया कि वह थोड़ी देर के लिए सोता तो है, किन्तु किसी बेडरूम में पलंग पर नहीं सोता. खानों में पत्थर खनन का कार्य रात और दिन चलता रहता है. वह भी एक खान से दूसरी खान पर चलता रहता है. रात को जब भी नींद आने लगती है, वह घण्टे दो घण्टे के लिए किसी भी पत्थर पट्टी पर लेट जाता है और सो लेता है. नींद खुलते ही फिर घूमना आरम्भ कर देता है. काम के दौरान आराम करने का यह तरीका जरा कठिन है. सबके लिए संभव भी नहीं है. पर अपवाद सब जगह मिल जाते हैं.

24 अपने काम से नफरत करना, अपने आप से नफरत करना है (To Disregard Your Work is To Disregard Yourself)

1. **प्रत्येक व्यक्ति पर परिवार, समाज एवम् राष्ट्र का अकूत कर्जा होता है.** हर व्यक्ति इस कर्ज भार से पूर्णतः मुक्त तो नहीं हो सकता, किन्तु हल्का अवश्य हो सकता है और हल्का होने के लिए उसे कुछ न कुछ तो करना ही पड़ेगा. **यदि कोई अपने काम से नफरत करेगा तो जिन्दगी का रथ आगे कैसे बढ़ेगा ? इसलिए हमें अपने काम से उतना ही प्रेम करना चाहिए, जितना हम अपने आप से करते हैं.**

2. **हमारे पैर और जूते हर अच्छी बुरी जगह एवम् गंदगी पर चलते हैं, तो क्या हम अपने पैरों या जूतों से नफरत करते हैं ?** कार के पहिए उबड़–खाबड़ रास्तों के तमाम कीचड़ से गुजरते हैं, तो क्या हम कार या पहियों से नफरत करते हैं ? नहीं. तो फिर अपने काम से नफरत करने का कोई औचित्य ही कहाँ है.

3. **हमें सदैव यह याद रखना चाहिए कि हमारे होने का कोई न कोई प्रयोजन अवश्य है.** और उस प्रयोजनार्थ किसी न किसी काम का आयोजन भी आवश्यक है. इसलिए प्रयोजन की प्राप्ति हेतु आवण्टित कार्य को अपना समझ कर ही करना चाहिए. जब हम अपने परिवार, अपने समाज, अपने धर्म और अपने राष्ट्र से नफरत नहीं करते, तब अपने कर्म से नफरत कैसे कर सकते हैं.

4. **कोई भी काम न बढ़िया होता है, न घटिया होता है. काम तो बस काम होता है, अच्छा या बुरा तो बस हमारा नजरिया होता है. काम कोई मजबूरी नहीं, जीने के लिए जरूरी है. काम तो जिन्दगी का पर्याय है, जिन्दगी की परिभाषा है, हमारे होने का तात्पर्य है.** काम ही हमारी पहचान है, काम ही हमारी आन, बान और शान है. काम ही हमारी मुस्कान है और काम ही हमारा परिधान है.

5. एक से ही कपड़े, एक ही ढंग से हम रोज–रोज पहनते हैं, पर इसका अर्थ यह तो नहीं कि हम कपड़े पहनना ही छोड़ दें. हम दिन भर कहीं भी रहें, शाम को तो घर लौटते ही हैं, पर इसका अर्थ यह तो नहीं कि उकता कर कदम कहीं और मौड़ दें. तब अपने काम से उकता जाने का कोई अर्थ नहीं है. **यदि हम अपने वर्तमान कार्य को छोड़कर कोई दूसरा कार्य अपना लेते हैं, तब इस बात की क्या गारण्टी है कि हम दूसरे कार्य से कभी उकता नहीं जायेंगे.** इसलिए जो कार्य हमारे हाथ में है, उसे अपनत्व एवम् गंभीरता पूर्वक करते रहें. यदि बदलना पड़े तो सोच समझकर बदलें.

6. **यह भी संभव नहीं है कि आप रोज–रोज अपना काम बदल सकें.** काम जो भी मिला या आपने चुना, उसे बीच में छोड़ने का कोई औचित्य नहीं है. हाँ, कोई बेहतर कार्य या विकल्प उपलब्ध हो तो

अवश्य बदल सकते हैं. अपने कार्य से ऊब जाने का कोई अर्थ नहीं है. **काम कैसा भी हो, आप अपने कार्य के माध्यम से ही अपने जीवन में अर्थ भर सकते हैं.**

7. **क्या आप अपनी सूरत से नफरत करते हैं ? क्या आप जीव–जगत और प्रकृति से नफरत करते हैं ? क्या आप परमात्मा या परमात्मा की किसी मूरत से नफरत करते हैं ? तब आप अपने काम से ही कैसे नफरत कर सकते हैं.** याद रखें, **काम ही पूजा है, काम ही अर्चना है. काम ही आपकी शहादत है, काम ही इबादत है. काम तो खुदा की कायनात है.**

8. **यदि आप कोई काम छोड़ देते हैं तो इसका अर्थ यह नहीं कि उसे कोई दूसरा भी नहीं करेगा.** जब दूसरे लोग इसी कार्य को बड़े आनन्द के साथ करते रहते हैं, तब आप क्यों नहीं कर सकते ? जब लोग बिना उकताये, बिना किसी शिकायत के एक ही कार्य को जिन्दगी भर सकते हैं, तब आप क्यों नहीं कर सकते ? याद रखें, **जिन्दगी तो वैसे ही बहुत छोटी है, फिर बार–बार काम बदल कर इसे और छोटी मत बनाइए.**

9. **जहाँ काम है, वहाँ सृष्टि है. जहाँ सृष्टि है, वहाँ काम है. मानवीय सृष्टि में जो कुछ दृष्टि गोचर होता है, वही काम है.** काम के आगे काम है, और काम के पीछे काम है. 'काम' बिना न कोई सृजन है, न आराम है. 'काम' तो जीवन का पुरूषार्थ है. पुरूषार्थ से घृणा करना, जीवन से घृणा करना है. याद रखें, घृणा करने से नकारात्मक ऊर्जा उत्पन्न होती है और नकारात्मक ऊर्जा के रहते हर सफलता संदिग्ध ही होती है. इसलिए अपने काम से कभी घृणा न करें, लोगों से घृणा न करें. घृणा करनी ही हो तो अपनी कार्य प्रणाली से करें.

दृष्टान्त–

एक भिखारी था. उसे अपने धन्धे से इतना लगाव था कि वह धीरे–धीरे पैसे वाला हो गया. घर, गाड़ी आदि सभी सुविधायें उपलब्ध हो जाने के बाद भी उसने अपना धन्धा नहीं छोड़ा. सुबह जल्दी आकर अपने नियत स्थान पर बैठ जाता. शाम को उसका ड्राइवर उसे लेने आता. जैसे ही कार उसके पास आकर रूकती, अपनी आदत के मुताबिक वह अपना कटौरा ड्राइवर की तरफ बढ़ा देता. ड्राइवर भी मालिक की आदत से वाकिफ था. तुरन्त अपनी जेब से एक सिक्का निकाल कर कटोरे में डाल देता. भीख मिलने पर ही भिखारी अपनी चटाई उठाकर अपनी कार में सवार हो पाता और घर चला जाता. सचमुच भिखारी को अपने धन्धे से कितना प्यार था. यह प्यार ही उसकी सफलता का राज था.

25

बिना लक्ष्य कदम बढ़ाना, धूल में लट्ठ चलाना है
(To Proceed Without a Target is To Group in the Dark)

1. **विश्व की प्रत्येक वस्तु के साथ उसका कोई न कोई प्रयोजन भी अवश्य जुड़ा हुआ होता है.** इसी तरह हमारा जन्म भी किसी पूर्व निर्धारित प्रयोजनार्थ ही हुआ है. और जहाँ प्रयोजन, वहाँ लक्ष्य. जहाँ लक्ष्य, वहाँ प्रयोजन. **प्रयोजन की प्राप्ति हेतु लक्ष्य तो साधना ही पड़ेगा.** लक्ष्य तक पहुँचने के लिए प्रयोजन को पैरों में बांधना ही पड़ेगा. **चलने से पहले लक्ष्य तो निर्धारित करना ही पड़ेगा, वरना हमारा चलना ही व्यर्थ हो जायेगा.**
2. **यदि हम हर कार्य लक्ष्यानुसार ही करते हैं तो हमें एक क्षण भी व्यर्थ नहीं खोना पड़ेगा.** यदि हम हर क्षण का सदुपयोग करते हैं तो हमें लक्ष्य की प्राप्ति के लिए अधिक चिन्तित होने की आवश्यकता नहीं होगी. यदि हम किसी लक्ष्य को सामने रख कर ही चलेंगे, तो हमारी यात्रा निरर्थक नहीं होगी. **चलने का कोई मकसद तो हो.** किसी मकसद के साथ चलेंगे तो हमें हर कदम पर आनन्द की अनुभूति होगी. **आनन्द के साथ चलते रहेंगे तो मंजिल मिलना निश्चित ही है.**
3. **यह कतई अपेक्षित नहीं है कि हर व्यक्ति अपने लक्ष्य में कामयाब हो ही, किन्तु कामयाब होने के लिए किसी न किसी लक्ष्य का होना तो अपेक्षित ही है. यह अपेक्षित नहीं है कि हर व्यक्ति कोई बड़ा लक्ष्य लेकर ही चले, किन्तु बड़े से बड़े लक्ष्य तक पहुँचने के लिए छोटे–छोटे लक्ष्य प्राप्त करते चलना अपेक्षित है.** इसलिए अपनी क्षमतानुसार छोटे–छोटे लक्ष्य प्राप्त करते चलें, तब आपको बड़े लक्ष्यों के लिए सोचने की आवश्यकता ही नहीं पड़ेगी.
4. **भले ही छोटा ही हो, लक्ष्य तो भिखारी का भी होता है.** भिखारी को भी अपना लक्ष्य बार–बार दाता के सामने दोहराना पड़ता है. अर्थात् लक्ष्य को दोहराते चलना आवश्यक है. दोहराना ही नहीं, लक्ष्यानुसार निरन्तर आगे बढ़ते रहना आवश्यक है. और जब आप किसी लक्ष्य तक पहुँचने वाले होते हैं, तब कुछ और बड़े लक्ष्य स्वतः ही सामने आ जाते हैं. यही क्रम जिन्दगी भर चलता है. जो इस क्रम को भंग कर देता है, वह हर दौड़ में पिछड़ जाता है.
5. **आप सबसे आगे निकलने का सपना तो पाल सकते हो, किन्तु इसे अपना लक्ष्य नहीं बना सकते. सबसे आगे कोई निकल भी नहीं सकता.** सबको अपनी ही ट्रेक में दौड़ना पड़ता हैं. अपनी ट्रेक में आप जहाँ हैं, वही स्थान आपके लिए महत्वपूर्ण है. **यहाँ मृत्यु के अतिरिक्त कुछ भी निश्चित नहीं, किन्तु मृत्यु को तो लक्ष्य बनाया नहीं जा सकता. जन्म और मृत्यु तो जिन्दगी के दो छोर हैं. दोनों के बीच ही हमें बहुत कुछ करना होता है. यदि हम सही समय पर सही लक्ष्य निर्धारित करते हुए अपने लक्ष्यों को प्राप्त करते चलेंगे तो जन्म और मृत्यु को सार्थक कर लेंगे.**

6. आप शिक्षार्थी, शिक्षक, प्रशिक्षक, जनसेवक, जन प्रतिनिधि, व्यवसायी, उद्यमी, निर्माता, विक्रेता, सेवा प्रदाता, कृषक, श्रमिक कुछ भी हों, आपको कोई न कोई लक्ष्य तो लेकर ही चलना पड़ेगा. और **हर क्षण लक्ष्य की दिशा में सतर्क रहना पड़ेगा. बिना लक्ष्य तो आप कहीं पहुँच भी नहीं पायेंगे.** गलती से पहुँच भी गये तो मुम्बई की जगह कोलकाता पहुँच जायेंगे.

7. यदि आप लेखक हैं तो दैनिक अध्ययन एवम् लेखन का कोई न कोई लक्ष्य सामने रख कर चलें. किसी कारणवश यदि किसी दिन कम लिख सकें या बिल्कुल ही न लिख सकें तो अगले दिन उसकी कमी पूर्ति कर लें. **किसी भी कार्य को आरम्भ करने से पूर्व लक्ष्य निर्धारित करें.** फिर कार्य–योजना तैयार करें और फिर योजनानुसार कार्य करते चलें। लक्ष्य की ओर उठने वाला हर कदम आनन्द से भरा होना चाहिए, तब आप जब भी लक्ष्य तक पहुँचेंगे, थकान रहित होंगे.

8. अलग–अलग व्यक्तियों के लक्ष्य भी अलग–अलग ही होंगे. **हर व्यक्ति अपनी दक्षता और क्षमता के अनुसार ही अपने लक्ष्यों का निर्धारण करता है.** इसलिए हर व्यक्ति अपने लक्ष्यों की प्राप्ति कर सकता है. आरम्भ में आप अपना लक्ष्य छोटा रख सकते हैं. जैसे–जैसे लक्ष्य के नजदीक पहुँचते जायें, लक्ष्य को बढ़ाते चलें. आप अपने लिए दैनिक लक्ष्य भी निर्धारित कर सकते हैं. जब दैनिक लक्ष्यों की पूर्ति दैनिक रूप से होने लगेगी, तब आपके उत्साह और आत्मविश्वास में बढ़ौत्तरी होती चली जायेगी. तब आपकी क्षमता और कार्य कुशलता बढ़ने लगेगी. तब आप निरन्तर सफलता ही ओर बढ़ते चले जायेंगे.

9. **परमात्मा कभी बैचेन नहीं रहता. पशु–पक्षी, पेड़–पौधे कभी बैचेन नहीं रहते. पर अफसोस कि आदमी सदैव बैचेन रहता है. कारण कि वह कभी एक लक्ष्य लेकर नहीं चल सकता.** लक्ष्य बदलता रहता है. एक लक्ष्य की पूर्ति से पहले ही दूसरा, तीसरा लक्ष्य खड़ा कर देता है. आदमी के तमाम कष्टों का कारण भी यही है. इसलिए बैचेनी से उबरने के लिए, सुखी रहने के लिए जरूरी है कि निश्चित लक्ष्यों के साथ ही आगे बढ़ा जाय.

दृष्टान्त–

गरीब किसान का एक बच्चा किसी तरह स्कूल जाने लगा. स्कूल के अध्यापक के अलावा आस–पास कोई भी दसवीं पास नहीं था, सो उसने दसवीं पास करने को अपना लक्ष्य बना लिया. अपनी कक्षा में प्रथम आता था, किन्तु आर्थिक समस्यायें बढ़ रही थीं. उसने बीच–बीच में मजदूरी भी की. कुछ सरकारी छात्रवृत्ति भी मिलने लगी. कुछ बच्चों को ट्यूशन भी पढ़ाने लगा. नवीं कक्षा में पढ़ते हुए दसवीं कक्षा के छात्रों को घर जाकर ट्यूशन पढ़ाता था. और अन्ततः अपने लक्ष्य में कामयाब हुआ. प्रथम श्रेणी में दसवीं उत्तीर्ण की. किन्तु दसवीं करते ही बी.ए. करने का लक्ष्य बना लिया. कुछ सरकारी सहयोग और कुछ ट्यूशन पढ़ाते हुए एक दिन बी.ए. भी कर लिया. बी.ए. करते ही उसने अफसर बनने का लक्ष्य बना लिया. छोटी–सी नौकरी करते हुए उसने अच्छी तैयारी की और प्रतियोगी परीक्षा के माध्यम से प्रशासनिक सेवा में चयनित हो गया. यदि वह कोई लक्ष्य लेकर नहीं चलता तो कहीं भी नहीं पहुँच पाता.

26 बिना कार्य-योजना कार्य आरम्भ करना, विफलता को आमन्त्रित करना है (To Start an Act With Out an Action Plan Medns to Invite Failure)

1. यह सही है कि **सोचना–समझना, सचमुच परिश्रम का काम है, परन्तु बिना सोचे–समझे आगे बढ़ना भी जोखिम का काम है.** याद रखें, किसी निश्चित कार्य योजना के साथ चलना ही जोखिम को नियन्त्रित करना है. किसी आयोजन की सफलता उसकी योजना पर ही निर्भर करती है.
2. सोने–जगने, घूमने–फिरने, व्यायाम–प्राणायाम, नहाने–धोने, खाने–पीने, मिलने–जुलने, यात्रा–प्रवास, हास–परिहास, आमोद–प्रमोद जैसे दैनिक कार्यों को भी यदि हम योजनाबद्ध एवम् समयबद्ध तरीके से नहीं करेंगे तो हमारी समूची दिनचर्या ही प्रभावित हो जायेगी. तब हम किसी भी कार्य के प्रति न्याय नहीं कर सकेंगे. **कार्यों की सफलता योजनाबद्धता पर ही निर्भर करती है.**
3. **हवा का रूख देख कर योजना बनाइए, वरना झंझावातों में आप ठहर नहीं पायेंगे.** यदि पेड़–पौधे हवा के साथ झुक नहीं सके, तो अपनी जड़ों पर कितनी देर ठहर पायेंगे. इसलिए यदि अपनी जड़ों पर जमें रहना है तो अपने आपको समयानुकूल समायोजित करते चलिए. व्यावहारिक योजना बनाइए.
4. जो भी योजना बनायें, उस पर पूरी प्रतिबद्धता के साथ अमल करें. अनावश्यक विलम्ब न करें. योजना के क्रियान्वयन में विलम्ब हो जाने पर पूरी योजना ही खटाई में पड़ सकती है. **जिस योजना पर आप आज अमल कर सकते हैं, उस पर कल आप अमल नहीं कर पायेंगे.** विलम्ब करने पर योजना की लागत बढ़ जायेगी. कल कोई नयी योजना आ सकती है. परिवर्तित परिस्थितियों में योजना अर्थहीन हो सकती है. इसलिए जिस योजना पर कार्य करना हो, तत्काल कार्य आरम्भ कर देना चाहिए, ताकि अनावश्यक गतिरोध उत्पन्न न हो.
5. बाजार जाना छोटी सी घटना है, किन्तु यदि कोई योजना बनाकर जायेगा तो जाना सार्थक हो जायेगा. सर्वप्रथम बाजार सम्बन्धी कार्यों को सूचीबद्ध करें. जो कार्य दो–चार दिन बाद किया जाना हो, उसे भी आज की सूची में शामिल कर लें. यात्रा कार्यक्रम निर्धारित करें। पर्याप्त धन राशि एवम् उचित वाहन लेकर निकलें. सामान के लिए खाली बेग आदि साथ ले लें. फिर योजनानुसार एक ही राउण्ड में निर्धारित समय सीमा में आज की सूची के सभी कार्य करने के प्रयास करें. खरीदे गए सामानों एवम् सम्पादित कार्यों को टिक करते चलें. साथ ही यह भी विचार करते चलें कि सूची के अलावा भी कुछ आवश्यक कार्य और हो सकते हैं, उन्हें भी साथ–साथ निपटाते चलें. और खुशी–खुशी घर लौटें. इस तरह आप बार–बार बाजार जाने और बाजार में एक से अधिक बार चक्कर लगाने से बच सकेंगे. अपने समय

के साथ–साथ दुकानदार का समय भी बचा सकेंगे. याद रखें, समय और साधनों की बचत करना ही इन्हें निवेशित करना है.

6. **हर कार्य के लिए चरण दर चरण योजना बनाकर आगे बढ़ना ही सफलता का मूल मंत्र है. आत्मविश्वास, नेतृत्व क्षमता एवम् दृढ़ता के साथ योजना को लागू करना ही सफलता के लिए प्रथम व अन्तिम शर्त है.** कार्य चाहे छोटा हो या बड़ा, योजनानुसार पूरा करने पर कार्य समय पर पूरा होगा, गुणवत्ता के साथ पूरा होगा और पूँजी व श्रम का अपव्यय भी नहीं हो पायेगा.
7. अपने कार्यों की दैनिक, साप्ताहिक, मासिक एवम् वार्षिक योजनायें बना लें. फिर योजनानुसार चलने और ढ़लने को अपनी आदत बना लें. तब काम करने में मजा भी आयेगा और समय तथा अन्य संसाधनों की बचत भी होगी. तब बार–बार सोचना भी नहीं पड़ेगा. वस्तुतः **योजनाबद्धता ही जीवन की कला है.** योजनाबद्धता में ही सबका भला है.
8. योजना इस प्रकार बनावें कि नियमित कार्यो के साथ–साथ आकस्मिक कार्यो के लिए भी समय बचाया जा सके. हर काम योजनाबद्ध करेंगे, तब ही खुद पर भरोसा कर सकेंगे. जब खुद पर भरोसा करेंगे, तब ही खुदा पर भरोसा कर सकेंगे. **जब खुदा पर भरोसा करेंगे, तब ही अपने काम से प्यार कर सकेंगे.** और जब अपने काम से प्यार करेंगे तो योजना तो स्वतः ही बनती चली जायेगी. जब किसी कार्य को हाथ में लिया जाय तो एक रूपरेखा बनाइए. कार्य के आकार, उपलब्ध संसाधन, कार्य के दौरान संभावित आय, ऋण योजना, कार्य की संभावित समयावधि, कार्य के निरीक्षण, क्रियान्वयन एवम् अपेक्षित सामग्री की आपूर्ति हेतु विस्तृत योजना तैयार कर लें और फिर योजनानुसार कार्य करते चलें, सफलता अवश्य मिलेगी.
9. अपनी अभिरूचि, आधारभूत जानकारी, उपलब्ध आर्थिक एवम् भौतिक संसाधनों के अनुरूप समय एवम् स्थान को दृष्टिगत रखते हुए सर्वप्रथम अपने कार्य का चयन करें. फिर उसकी एक विस्तृत कार्ययोजना, एक व्यावहारिक रूपरेखा तैयार करें और पूरी निष्ठा एवं ईमानदारी से उस पर अमल करें. **योजनानुसार निरन्तर आगे बढ़ने वाले को कोई रोक नहीं सकता.**

दृष्टान्त–

एक व्यक्ति ने अपने शहर में 'प्रोपर्टी डीलिंग' का व्यवसाय शुरू किया. बिना सोचे समझे शहर के व्यस्त इलाके में एक शानदार ऑफिस किराये पर लिया और काफी खर्चा करके उसे भव्य रूप दिया गया. बाहर बड़ा सा बोर्ड भी लगा दिया. एक नौकर भी बरामदे में बिठा दिया गया, किन्तु ग्राहकों का आना शुरू नहीं हुआ. कुछ मिलने वाले आते भी तो चाय पीकर ऑफिस की तारीफ करते हुए चले जाते. वस्तुतः डीलर ने व्यवसाय शुरू करने से पहले कोई कार्य–योजना नहीं बनाई थी. नगर की भावी योजनाओं की कोई जानकारी नहीं जुटाई थी. आबादी विस्तार किस तरफ ज्यादा और तेजी से होगा ? कौन–कौनसी योजनायें स्वीकृत हैं ? कौनसी कॉलोनियाँ नियमित हो चुकी हैं ? आधारभूत ढ़ाँचा कहाँ और कब तैयार होगा ? कहाँ पर कृषि भूमि उपलब्ध है ? कहाँ पर रूपान्तरित भूमि उपलब्ध है ? ऑफिस किस स्थान पर होना चाहिए ? क्या घर से ही ऑफिस संचालित नहीं किया जा सकता ? कहाँ पर ऑफिस सस्ता पड़ेगा ? प्रचार–प्रसार के लिए क्या करना चाहिए ? अभी सस्ती जमीन कहाँ पर मिल सकती है ? ग्राहकों को कैसे आकर्षित किया जा सकता है ? आदि सभी पहलुओं पर विचार कर एक विस्तृत योजना तैयार की जानी चाहिए थी और योजनानुसार ही कार्य आरम्भ करना चाहिए था.

27

काम करने वाले के लिए कभी काम की कमी नहीं होती
(No Body is Under Worked, If he Has A Will to Work)

1. **यह तो एक शाश्वत सत्य है कि कर्महीन व्यक्ति ही भूखा मरता है. कर्मशील व्यक्ति सदैव व्यस्त रहता है.** वस्तुतः व्यस्तता ही सफलता है. **व्यस्त रहने वाले व्यक्ति के लिए कभी काम की कमी नहीं हो सकती.** व्यस्त व्यक्ति को काम की तलाश नहीं करनी पड़ती, काम खुद–ब–खुद मिलते चले जाते हैं.

2. **जो भी काम आप करें, अगर पूरी लगन के साथ करेंगे तो पीछे मुड़कर देखने की फुरसत ही नहीं मिलेगी.** पीछे मुड़कर देखने पर कुछ न कुछ तो कमी खलेगी ही. इसलिए जो भी काम मिले या आप चुनें, उसे पूरी कर्मठता के साथ करते चलें. तब आपके इसी काम में नये–नये काम सृजित होते चले जायेंगे और आपको कार्यों की तलाश के लिए कहीं जाने की जरूरत नहीं पड़ेगी.

3. **बाहर खोजने की बजाय काम की खोज भीतर करें.** अपनी क्षमताओं को पहचानें. अपनी शारीरिक, मानसिक एवम् आध्यात्मिक शक्ति को जानें. तब आपके अन्दर व बाहर उत्साह एवम् उमंग की बहार होगी. प्रकृति का नियम है कि खाली स्थान भरता है. **जब आपके पास कोई काम नहीं होता, तब कोई न कोई कार्य आपकी प्रतीक्षा कर रहा होता है, बशर्ते कि आप उसके लिए तैयार रहें.**

4. कुछ भी हो, हमारे यहाँ आर्थिक एवम् प्राकृतिक संसाधनों की आज भी कहीं कोई कमी नहीं है. धैर्य एवम् गांभीर्य के साथ कार्य करने वाले के लिए आज भी रोजगार की कमी नहीं है. यही कारण है कि हमारी प्रगति धीमी ही सही, पर थमी नहीं है. सच तो यही है कि आज अवसरों में बहुत तेजी से बढ़ोत्तरी हो रही है. इसलिए वक्त को पहचान कर कार्य में संलग्न रहने वाले के लिए कोई कठिनाई नहीं है.

5. आजकल फोन, मोबाईल, टी.वी., सी.डी., डी.वी.डी. प्लेयर, विडियो गेम, म्यूजिक सिस्टम, इन्वर्टर, कम्प्यूटर, केमरा, फ्रीज, वाशिंग मशीन, कूलर, ए.सी., मिक्सर ग्राइण्डर, ओवेन, कुकिंग रेंज, वाटर प्यूरीफायर, वैक्यूम क्लीनर, केलकुलेटर जैसी अनेकों इलैक्ट्रीकल्स एवम् इलैक्ट्रोनिक्स वस्तुएं तेजी से घर–घर पर पहुँच रही हैं. आप बस कुछ उपकरणें की मरम्मत का काम सीख लें, फिर देखें, आपको फुरसत ही नहीं मिलेगी. बस ईमानदारी एवम् समय की पाबन्दी के साथ काम करते रहें. जब वस्तुएं होंगी तो खराब भी होगी हीं. आप ग्राहकों के घर जाकर भी सेवायें दे सकते हैं. बस थोड़ा सा प्रचार कर दीजिए, फिर आपको और आपके फोन को फुरसत ही नहीं मिलेगी.

6. **कल तक तो उपभोक्ता को बाजार तक जाना पड़ता था, किन्तु अब बाजार उपभोक्ता के घर दस्तक देने लगा है.** आप इस नयी व्यापारिक संस्कृति को अपना व्यवसाय बना सकते हैं. किसी

अच्छी कम्पनी के उत्पाद घर–घर पहुँचाने का काम हाथ में ले सकते हैं. इसके लिए अधिक धन की भी आवश्यकता नहीं होती. ऐसे व्यवसाय में माल नकद में बिकता है और घाटे की कोई संभावना नहीं होती. ऐसे व्यवसाय के लिए न दुकान की आवश्यकता है, न किसी आधारभूत ढ़ाँचें की.

7. आजकल पुरानी वस्तुऐं बेच कर नयी वस्तुएं खरीदने का चलन भी बढ़ रहा है. किन्तु इसके लिए अभी उपभोक्ताओं को कोई उचित नेटवर्क नहीं मिल पा रहा हैं. आप इस नेटवर्क में आ सकते हैं. पुरानी वस्तुएं बिकवा कर आप दोनों पक्षों से अपना कमीशन प्राप्त कर सकते हैं. नयी वस्तुओं की बिक्री में भी सहयोग कर सकते हैं. भूखण्ड, भूमि और भवन बिकवाने में भी आप मध्यस्थ बन सकते हैं. प्रोपर्टी के धन्धे में करोड़पति बनने में अधिक समय नहीं लगता.

8. **मनुष्य में सचेतन प्रयास से अपने जीवन को ऊँचा उठाने की अपार संभावनायें होती हैं.** क्षमताओं की कमी भी नहीं होती, बस किसी काम से जुड़ना पड़ता है. जो किसी काम से जुड़ जाता है, उसमें विनम्रता, सदाशयता और आत्मविश्वास की कमी नहीं होती. काम करने पर ही आत्मविश्वास बढ़ेगा. आत्मविश्वास बढ़ने पर काम की कमी नहीं रहेगी.

9. सबसे बड़ा आश्चर्य तो यही है कि आजादी के साठ साल बाद भी हमारे देश में करीब चार करोड़ लोग बेरोजगार हैं. अर्द्ध–बेरोजगारी की समस्या तो और भी भयानक है. **विश्व की तुलना में हमारे यहाँ केवल 2·4 प्रतिशत की भू भाग है, जिस पर विश्व की 17 प्रतिशत जनसंख्या रहती है. हमारी गरीबी का मुख्य कारण यही है और यही कारण है कि आज भी हमारी एक–चौथाई जनसंख्या गरीबी रेखा के नीचे है.** यदि यही स्थिति रही तो आने वाला समय और भी भयावह होता चला जायेगा. यदि हम अपने लिए और आने वाली पीढ़ियों के लिए काम के अवसर चाहते हैं, तो हमें सर्वप्रथम जनसंख्या पर रोक लगानी पड़ेगी.

दृष्टान्त–

काम की तलाश के लिए एक छोटा सा उदाहरण देखिए. यदि आपके आस–पास कोई बड़ी फैक्ट्री है, जिसमें आपको काम मिलना मुश्किल है, तो आप यह पता लगाइए कि फैक्ट्री में कच्चा माल कहाँ से आ रहा है ? कच्चे माल की आपूर्ति एवम् परिवहन में कौन कर्मचारी कितनी दलाली खा रहा है ? क्या यही सामग्री किसी दूसरी जगह भी उपलब्ध है ? यदि हाँ, तो फौरन् फैक्ट्री मालिक को इन घोटालों से अवगत करवा दें. बहुत संभव है, फैक्ट्री वाला आपको इसी काम के लिए रख ले. यदि न रखें, तब भी आप कच्चे माल की सप्लाई के लिए मध्यस्थ तो बन ही सकते हैं. अर्थात् इस तरह अपने लिए कार्य का सृजन कर सकते हैं.

28

अपने आपको बदलिए, बार-बार काम मत बदलिए (It is Better to Change Yourself, Then to Change Your Assignments)

1. अपने कार्य का चयन काफी सोच विचार कर करें. पसंद, योग्यता, क्षमता, उपयोगिता, समय और स्थान को दृष्टिगत रखते हुए कार्य का चयन करें. फिर सकारात्मक सोच के साथ प्रसन्नतापूर्वक अपने आपको कार्य के प्रति समर्पित कर दें. तब आपको सफलतायें अपने आप मिलती चली जायेंगी और आपको कभी अपना कार्य बदलने की आवश्यकता नहीं पड़ेगी. पर हाँ, तब आप अपने मुख्य कार्य के साथ–साथ अन्य सहयोगी कार्य भी हाथ में ले सकते हैं.
2. यह तो निश्चित है कि हर कार्य में कठिनाइयाँ आती हैं. आरम्भ में कुछ अधिक आती हैं, पर इसका मतलब यह तो नहीं कि आप घबरा कर काम ही बदल दें. हर कार्य में धन लगाना पड़ता है. हर कार्य में दिल, दिमाग, श्रम और समय लगाना पड़ता है. यदि आप अपनी लागत वसूल होने से पूर्व ही अपना काम बदल लेते हैं तो जरा सोचिए, तब समय, श्रम, संसाधनों एवम् अनुभवों का कितना अपव्यय होगा. फिर इस बात की भी क्या गारण्टी कि नये कार्य में आप सफल हो ही जायेंगे.
3. यदि आपको लगता है कि आपका चयन गलत था अथवा परिस्थितिवश अब वर्तमान कार्य में अधिक दम नहीं रहा है और आप किसी नये कार्य में अधिक सफल हो सकते हैं, तब सावधानीपूर्वक अपना कार्य बदल सकते हैं. परन्तु याद रखें, नये कार्य में उन सब गलतियों को मत दोहराइए, जिनके कारण आपको कार्य बदलना पड़ा था.
4. किसी कार्य को समय पर आरम्भ करना और फिर उसे विपरीत परिस्थितियों में भी जारी रखना ही सबसे बड़ी सफलता है. डर कर कार्य को बीच में छोड़ देना या मन लगाकर नहीं करना ही विफलता है. पिछली बातों, घटनाओं, दुर्घटनाओं एवम् विफलताओं को भूल कर यदि आप अपने कार्य को नये सिरे से, नये नजरिये से व्यवस्थित करते हुए उत्साह के साथ करते रहेंगे तो यही कार्य आपको कार्य–संतोष एवम् सफलता देता चला जायेगा.
5. याद रखें, **कार्य स्थल से बढ़कर कोई मन्दिर नहीं और कार्य से बढ़कर कोई पूजा नहीं**. जब आप अपने कार्यस्थल को मन्दिर समझ लेंगे, तब बार–बार मन्दिर बदलने की जरूरत नहीं पड़ेगी. फिर भी यदि परिस्थितियाँ प्रतिकूल हों तो परमात्मा को दोष मत दीजिए, परिस्थितियों को अपने अनुकूल बनाइए. अपनी कठिनाइयों का पता लगाइए, तब दोष काम में नहीं, आपमें ही मिलेगा. इसलिए परिस्थितियों के दास मत बनिए, परिस्थितियों को अपना दास बनाइए. जो कर रहे हैं, उसे ही बेहतर बनाइए.

6. बार–बार कार्य बदलने की बजाय, अपने कार्य को आधुनिक परिवेश में व्यवस्थित करें. अपनी विफलताओं का गंभीरतापूर्वक विश्लेषण करें. कार्य–स्थल के वातावरण को अनुकूल बनायें. अपनी विचारधारा एवम् कार्य शैली को परिस्थितियों के अनुरूप ढ़ालें. आधुनिक तकनीक का उपयोग करते हुए गुणवत्ता में वृद्धि करते चलें. आपको इसी कार्य में निश्चित रूप से सफलता मिल जायेगी.
7. यदि आप किसी कार्य में सफल नहीं हो पाते हैं, तो मान कर चलें, आपके स्तर पर निश्चित रूप से कुछ कमियाँ अवश्य रही होंगी. सोचिए, क्या काम बदल लेने से कमियाँ बदल जायेंगी ? क्या परिस्थितियाँ बदल जायेंगी ? क्या आपकी मनःस्थिति बदल जायेगी ? शायद नहीं. तो काम मत बदलिए, अपनी मनःस्थिति बदलिए, परिस्थितियाँ बदलिए. कमियाँ दूर करिए, कार्य को सम्पूर्णता के साथ करिए, तब आपको अपना कार्य बदला हुआ नजर आयेगा. तब ही कार्य में आनन्द आ पायेगा.
8. **इस अस्तित्व में दो व्यक्ति एक से नहीं हो सकते. एक सा ही काम करने वाले विभिन्न व्यक्तियों के कार्य–परिणाम भी एक से नहीं हो सकते.** इसलिए आपको अधिक दुःखी होने की आवश्यकता नहीं है. आप तो अपना कार्य अपने तरीके से करते रहें, किसी से तुलना करने की आवश्यकता नहीं है. तुलना तो संभव भी नहीं है. संभव तो सिर्फ काम करना है. जो भी करें, उसे अपने नाम करना है. याद रखें, बार–बार काम बदलते रहने से तो जो कुछ संभव है, वह भी असम्भव हो जायेगा.
9. जो रातों–रात करोड़पति बनना चाहता है, जो एक साथ कई लक्ष्य साधना चाहता है, वही बार–बार काम बदलना चाहता है. याद रखें, जो एक साथ कई जगह पहुँचना चाहेगा, वह कहीं भी नहीं पहुँच पायेगा. बार–बार काम बदलने का अर्थ होगा, हर बार पीछे की ओर जाना. यह भी याद रखिए, पीछे जाने की भी एक सीमा होती है. इसलिए जिस कार्य के प्रति आपको आशंका हो, उसे आरम्भ ही मत करो और आरम्भ कर दिया तो फिर पीछे मत हटो. डटे रहोगे तो तमाम आंशकायें निर्मूल होती चली जायेंगी.

दृष्टान्त–

मिस्टर प्रयोगचन्द एक अति उत्साही युवक थे. आरम्भ में उसने प्रोपर्टी डीलिंग का व्यवसाय प्रारम्भ किया. खूब भाग दौड़ की, किन्तु कामयाबी नहीं मिली. पैसा भी काफी फँस गया. खरीदे हुए या सौदा किए हुए भूखण्ड तेजी से नहीं बिक रहे थे. परेशान होकर प्रयोगचन्द ने बिल्डिंग मैटेरियल का व्यवसाय आरम्भ कर दिया. प्रोपर्टी के नये सौदे बन्द कर दिए. किन्तु वह नया व्यवसाय दो साल भी ठीक से नहीं कर सका. यहाँ भी लेनदारियाँ और देनदारियाँ बढ़ गईं. रिजेक्टेड सामग्री काफी बच गई. प्रयोगचन्द ने यह व्यवसाय भी बन्द कर दिया और बिजली के सामान की दुकान लगा ली. तीन साल तक इस दुकान में काफी मेहनत की, किन्तु यहाँ भी सफलता नहीं मिली. काफी पैसा उधारी में फँस गया. रिजेक्टेड माल का दुकान में ढ़ेर लग गया. किन्तु इसी दौरान प्रोपर्टी में काफी उछाल आ गया. प्रयोगचन्द ने बिजली की दुकान बन्द कर पुनः प्रोपर्टी का काम संभाल लिया. भूखण्डों की कीमतें पाँच गुना बढ़ गई थीं. प्रयोगचन्द को लाभ होने लगा. किन्तु उसे इस बात का भी पछतावा था कि उसने बार–बार काम बदल कर समय और पूँजी का कितना अपव्यय कर लिया है. यदि प्रोपर्टी के धन्धे में ही लगा रहता तो आज कहाँ से कहाँ पहुँच चुका होता.

29 दूसरों से काम लेना ही सबसे बड़ा काम है (The Most Important Task is To Get Some Thing Done By The Others)

1. **वस्तुतः वर्तमान व्यवस्था में हमारे नब्बे प्रतिशत कार्य दूसरों पर निर्भर करते हैं.** ऐसी अवस्था में दूसरों से काम लेने की हमारी क्षमता पर ही हमारी सफलता निर्भर करती है. देखा जाय तो एक दूसरे के लिए कार्य करना ही हमारा प्रमुख कार्य है. और यदि हम दूसरों से काम लेने की कला में पारंगत हैं तो यही हमारी सबसे बड़ी कला है. यही सफलता है.
2. **यह सही है कि आदमी अकेला कुछ भी नहीं कर सकता.** परिजन, सहकर्मी, अधीनस्थ, वरिष्ठ, ग्राहक, उपभोक्ता, व्यापारी और आमजन के सहयोग के बिना आदमी बिल्कुल अपंग होता है. उसे हर स्तर पर हर क्षण किसी न किसी का सहयोग लेना ही पड़ता है. आदमी जितना व्यवहार कुशल होता है, जितना संवेदनशील होता है, उतना ही लोगों से काम ले पाता है. जितना दूसरों से काम ले पाता है, उतना ही सफल हो पाता है.
3. **जिसे हर व्यक्ति और हर शक्ति से काम लेने की कला आती है, सचमुच सफलता उसके पीछे–पीछे दौड़ी चली आती है. जिसे दिलों की तख्ती पर अपनत्व की पंक्ति लिखने की कला आती है, लोगों की संवेदनायें उसके पीछे–पीछे चली आती हैं.** इसलिए हर व्यक्ति, हर शक्ति, हर सत्ता और हर दिल से जुड़ने की कला विकसित कीजिए, लोगों से काम लेना आसान हो जायेगा.
4. **यह महत्वपूर्ण नहीं कि आप खुद कितना वजन उठा सकते हैं, महत्वपूर्ण तो यही है कि आप दूसरों से कितना वजन उठवा सकते हैं.** आप अपने शरीर के वजन की तुलना में आधा वजन भी शायद ही उठा सकें, किन्तु लोगों की मदद से समूचा पहाड़ भी उठा सकते हैं. याद रखें, सबको चौबीस घण्टे ही मिलते है, और आप अकेले इस सीमित समय में असीमित कार्य नहीं कर सकते. किन्तु जब आप दूसरे लोगों को अपने कार्य से जोड़ने में कामयाब हो जाते है, तब आपके पास अपार समय होता है.
5. **यह दुनिया इच्छुक लोगों से भरी पड़ी है. कुछ काम करने के इच्छुक होते हैं और कुछ काम करवाने के.** पहली श्रेणी के लोगों का काम आसान है, वहीं दूसरी श्रेणी के लोगों का काम इतना आसान नहीं है. जो लोग दूसरों से काम लेने में दक्ष हो जाते हैं, वे ही सफलतम व्यक्ति हो जाते हैं.
6. यह भी सही है कि **जब आप खुद काम करेंगे, तब ही दूसरे भी काम करेंगे.** जिस निष्ठा, आस्था और विश्वास के साथ आप काम करेंगे, उतने ही परिश्रम एवम् विश्वास के साथ दूसरे भी काम करेंगे. जब आप दूसरों का सहयोग नहीं करेंगे, तब दूसरों से सहयोग की अपेक्षा कैसे कर सकते हैं. इसलिए पहले खुद काम करें, दूसरों का भरपूर सहयोग करें. **अपनत्व, स्नेह एवम् विश्वास के माध्यम से आप सबका सहयोग प्राप्त कर सकते हैं.**

7. अपने परिवार को ही लीजिए. परिवार के हर सदस्य को अपना–अपना कार्य बखूबी करना पड़ता है. काम के साथ ही एक–दूसरे का आदर भी करना पड़ता है. जब हर सदस्य परिवार के हर कार्य को अपना कार्य समझकर करता है, तब हर सदस्य महत्वपूर्ण हो जाता है. इसी तरह आपसे जुड़ने वाले भी आपके परिवार के ही सदस्य हो जाते हैं, इसलिए हर सहयोगी को महत्वपूर्ण समझिए. महत्व देकर ही किसी से काम लिया जा सकता है. **कुछ देकर ही किसी से कुछ लिया जा सकता है.**
8. अपने अधीनस्थ को पर्याप्त महत्व दें, उसे एक पहचान दें. समय–समय पर उसके कार्यों की प्रशंसा करें. उसे नाम से सम्बोधित करें, उसकी कार्यक्षमता का सही–सही आंकलन करें. उसकी सुविधाओं का ध्यान रखें, पारिवारिक सम्बन्ध बनाये रखें. फिर देखें कि उससे काम लेना कितना आसान है, बशर्ते कि आपमें दार्शनिक गाइड बनने की क्षमता हो.
9. अपने सहकर्मियों एवम् वरिष्ठ महानुभावों का पूरा सम्मान करें. परस्पर सम्यक समन्वय बनाये रखें. एक–दूसरे को पूरा नैतिक समर्थन दें. सदा मर्यादापूर्ण व्यवहार करें, सबकी इच्छाओं का आदर करें, तब आपके सहयोगी और आपके वरिष्ठ भी अपना काम अच्छी तरह से सम्पादित करेंगे और आपके सहयोग के लिए सदा तैयार रहेंगे.

सुकरात उवाच–

सुकरात अपने शिष्यों से अक्सर कहा करते थे–**'जो अनजान है और अपने को जानकार समझता है, उससे बचकर रहना. जो अनजान है और अपने आपको अनजान ही समझता है, उसे सीखने का अधिकार है. उसे सिखाना. जो जानकार तो है, किन्तु अपनी जानकारी के प्रति शंकालु है, उसे जगाना. जो जानकार है और अपनी जानकारी के प्रति आस्थावान है, ऐसे व्यक्ति के पीछे चलना.'** अर्थात् हमें किसी से काम लेने से पूर्व उसकी सामान्य जानकारी के सम्बन्ध में जानना होगा. उसे उक्त चार श्रेणियों में से किसी एक श्रेणी में रखना होगा, तब उससे काम लेना काफी आसान हो जायेगा.

30 जो अपने काम में डूब जाता है, वो ही सफलता को उपलब्ध हो पाता है (Successful is One, Who is Deeply Devoted to His Work)

1. **सफलता के लिए अक्ल की उतनी जरूरत नहीं पड़ती, जितनी समर्पण की पड़ती है.** समर्पण के लिए उत्सर्ग की उतनी जरूरत नहीं पड़ती, जितनी संघर्ष की पड़ती है. देखा जाय तो हर क्षण चुनौतीपूर्ण और संघर्ष भरा होता है. इसलिए हर चुनौती को स्वीकार करते हुए लगातार संघर्षरत रहने वाला ही सफल हो सकता है.

2. **वस्तुतः काम ही पूजा है, अर्चन है. काम ही राम है.** राम का अलग से सिमरन करना तो पाखण्डियों का काम है. काम को ही आराध्य समझने वाला भगवत्ता को प्राप्त हो सकता है. काम को जिन्दगी समझने वाला ही सफलता को प्राप्त हो सकता है. गीता में योगी राज कृष्ण ने इसे ही कर्मयोग कहा है–

'नियतं कुरू कर्म त्वं कर्म जयायो ह्यकर्मणः।
शरीरयात्रापि च ते न प्रसिद्धयेदकर्मणः ।।'

3. जिस प्रकार बगुले का ध्यान पानी की सतह पर आने वाली मछली पर रहता है, उसी प्रकार एक सफल व्यक्ति का ध्यान अपने लक्ष्य पर ही रहता है. जिस प्रकार एक ड्राईवर का ध्यान सामने सड़क पर होता है, उसी प्रकार कर्मशील व्यक्ति का ध्यान केवल अपने कर्म मार्ग पर ही रहता है. **कर्म से अलग वस्तुतः जीवन का कोई अर्थ भी नहीं है.** कर्म के अतिरिक्त व्यक्ति का कोई पुरूषार्थ भी नहीं है. **जीवन की समूची प्रक्रिया कर्म से प्रारम्भ होती है और कर्म पर ही समाप्त हो जाती है.**

4. जो काम नहीं करना चाहता, वह जल्दी ही जिन्दगी से ऊब जाता है. और जो ऊब जाता है, वह बीच में ही डूब जाता है. याद रखें, डूबने के लिए पानी का होना जरूरी नहीं है. और ऊबने के लिए काम का होना जरूरी नहीं है. पर जिन्दगी के लिए काम का होना जरूरी है और काम के लिए जिन्दगी का होना जरूरी है. इसलिए काम में उतर कर जिन्दगी को सार्थक बनाइए.

5. **जीने का नाम ही जिन्दगी है और जिन्दगी का नाम ही काम है.** और काम ही बन्दगी है. जो अपने काम में उतर जाता है, उसका चेहरा स्वाभाविक चमक–दमक से भरा होता है. जो काम को ही जीवन का पैगाम समझता है, उसका मन धूप के रूप की खनक से भरा होता है. आपके चेहरे की चमक ही आपकी पहचान होनी चाहिए. तन की खनक ही आपके मन की पहचान होनी चाहिए. इसके लिए आपको अपने काम में डूबना होगा.

6. **जो उत्साह, उमंग और उद्यम से भरा होगा, उसे आगे बढ़ने से कोई रोक नहीं सकता.** जो न कभी दखल करता है और न दखल सहता है, उसे काम करने से कोई रोक नहीं सकता. जो अपने काम से काम रखता है, वही सफलता को अपने नाम करता है। जो काम को ही जिन्दगी का मकसद मान लेता है, वही सफलता का वरण कर सकता है.
7. **जो आधे–अधूरे मन से काम करता है, वो डर, चिन्ता और आशंका से भर जाता है. जो तन और मन से अपने को व्यस्त रखता है, वो निश्चितता, आशा और विश्वास से भर जाता है. काम का दिखावा करने वाला दूसरों को नहीं, खुद को ही धोखा देता है.** और खुद को धोखा देने वाला कभी धोखे से उबर नहीं सकता. अपने काम में उतर जाइए, हर धोखे से उबर जाइए.
8. होशपूर्वक अपने व्यवसाय का चयन करें, जोशपूर्वक सफलता का आयोजन करें. अपने कर्म को ही पुरूषार्थ समझें, कर्म को ही जीने का अर्थ समझें। जब आपकी पहचान आपके नाम से नहीं, बल्कि आपके काम से होने लगे, तब ही जीवन को सार्थक समझें. **जब आपके काम की पहचान आपके नाम से होने लगे, तब ही अपने काम को सार्थक समझें.** काम में उतर कर तो देखिए, पहचान तो अपने आप ही बनती चली जायेगी.
9. जो कर्त्तव्यनिष्ठ नहीं है, जो कर्म के प्रति समर्पित नहीं है, वो भार है, पृथ्वी पर. वो भार है समाज पर, और भार है अपने आप पर. देश की गरीबी में, मानवता की बदनसीबी में, ऐसे लोगों का सबसे बड़ा योगदान है. और जो अपने कर्त्तव्य पथपर निश्चल, निरन्तर समर्पण के साथ अग्रसर है, वही मानवता के लिए वरदान है.

दृष्टान्त–

ध्यानचन्द एक दिन किसी योगीराज के पास पहुँचा और उसे अपने घर पर आने के लिए आमन्त्रित किया. और निवेदन किया कि वह तो सुबह–शाम थोड़ा सा ध्यान कर लेता है, किन्तु उसकी घरवाली कोई ध्यान नहीं करती. उसे ही थोड़ा समझाना है, शायद ध्यान में उतर जाय. योगीराज दूसरे ही दिन सुबह ध्यानचन्द के घर चला आया. उस वक्त ध्यानचन्द अन्दर कमरे में 'ध्यान' कर रहा था. योगीराज ने पूछा–'कहाँ है ? ध्यानचन्द.' घरवाली ने बताया–'वे तो इस वक्त बाजार गये हुये हैं और अपने जूते पंसद कर रहे हैं.' यह सुनकर ध्यानचन्द को गुस्सा आ गया. वह बाहर आकर जोर से चिल्लाया–'बाबा, देख लीजिए, मैं यहीं पर हूँ और यह झूठ बोल रही है.' इस पर घरवाली बोली–'बाबा, यहाँ बैठ कर आँखें बन्द कर लेने से कोई ध्यान नहीं हो सकता. इनका मन तो जूतों की दुकान पर ही था.' बाबा स्थिति को समझ चुके थे. आगे पूछताछ करने पर ध्यानचन्द को स्वीकार करना पड़ा कि उस वक्त वह बाजार जाकर जूते खरीदने की सोच रहा था. तब घरवाली बोली–'बाबा, मैं तो अपने काम में इस कदर डूब जाती हूँ कि मुझे अलग से ध्यान करने की आवश्यकता ही नहीं रहती. किन्तु ये अपना समय भी खराब करते हैं और ध्यान में भी नहीं उतर पाते. बाबा, इन्हें जरा समझाइए, ध्यान में कैसे उतरा जाता है.' बाबा दोनों को आशीर्वाद देते हुए चले गये.

31 सफलता ही प्रभुता है (Success is Second Name of God)

1. **सत्य ही सर्वशक्तिमान है, सत्य ही नित्य है. यदि आप सत्य के मार्ग पर चल रहे हैं तो सफलता सुनिश्चित है. सत्य पर आधारित सफलता में ही प्रभुता निहित है.** अर्थात् सत्यता ही प्रभुता है, प्रभुता ही सफलता है और सफलता ही प्रभुता है. आप तो बस सत्यता के साथ सफलता की ओर कदम दर कदम बढ़ाते रहें, प्रभुता की चिन्ता न करें. प्रभुता तो स्वतः ही उपलब्ध हो जायेगी.

2. हर व्यक्ति पर प्रकृति और समाज का बहुत बड़ा कर्ज होता है. कर्ज चुकाते रहना ही व्यक्ति का सबसे बड़ा फर्ज होता है. और फर्ज निभाने के लिए कुछ न कुछ तो करना ही पड़ता है. हमें अपने कार्यक्षेत्र में अच्छी बुरी सभी परिस्थितियों से गुजरना पड़ता है. किन्तु जब हम हर कार्य को ईश्वरीय कार्य समझते हुए शुद्ध मानसिकता के साथ सम्पन्न करते हैं, तब हम प्रभुता के अत्यधिक निकट होते हैं. और यह निकटता ही हमारी सफलता है.

3. **सफलता ईश्वरीय प्रेरणा और संवेदनशीलता पर निर्भर करती है.** यदि हम सफलता को ही आराध्य की आरती समझ लें तो हमें अलग से किसी पूजा–पाठ की आवश्यकता नहीं पड़ेगी. **काम में विश्वास करना ही हमारी आस्तिकता है और काम को नकार देना ही नास्तिकता है.** इसलिए पूर्ण आस्तिकता के साथ अपना काम करते रहना चाहिए, तब किसी पूजा स्थल पर जाने की आवश्यकता ही नहीं पड़ेगी.

4. यदि आपको किसी साकार भगवान के दर्शन हो जायें तो क्या मांगोगे ? निश्चित रूप से कोई न कोई सफलता ही मांगोगे. मांगोगे अवश्य, क्योंकि अब तक पत्थर की मूर्तियों से भी कुछ न कुछ मांगते ही आये हैं. याद रखें, जब तक मांग है, तब तक ईश्वर के दर्शन जरा कठिन ही है. इसलिए पहले मांग समाप्त करो और मांग सफलता प्राप्त होने पर ही समाप्त हो सकती है. अर्थात् अपनी कल्पनाओं को साकार करो, सफलताओं को साकार करो, फिर संभवतः किसी साकार भगवान की आवश्यकता ही नहीं रहेगी.

5. **अगर गहराई से देखा जाय तो यहाँ परमात्मा किसी को नहीं चाहिए.** परमात्मा तो बस एक बहाना है, यहाँ तो किसी को भी सफलता के अतिरिक्त कुछ नहीं चाहिए. साधु–संत, यशस्वी–तपस्वी, ज्ञानी–ध्यानी, योगी को भी कोई न कोई सिद्धि चाहिए, कोई न कोई प्रसिद्धि चाहिए. **जिस प्रकार परमात्मा एक रहस्य है, उसी प्रकार सफलता भी एक रहस्य है. जिस प्रकार परमात्मा आपके सबसे निकट है, उसी प्रकार सफलता भी सबसे निकट ही है.** जिस प्रकार परमात्मा को शब्दों में अभिव्यक्त नहीं किया जा सकता, उसी प्रकार सफलता को भी अभिव्यक्त नहीं किया जा सकता. दोनों ही अनुभव की वस्तुयें हैं. और इनमें से किसी एक की अनुभूति ही दूसरे की अनुभूति है.

6. **जिस प्रकार कोई दूसरा व्यक्ति आपको परमात्मा के दर्शन नहीं करवा सकता, उसी प्रकार कोई दूसरा व्यक्ति आपको सफलता भी नहीं दिलवा सकता.** आपको केवल तरीका बताया जा

सकता है. मार्ग भी आपको ही चुनना पड़ेगा, उस पर चलना भी आपको ही पड़ेगा. चलने पर जो समस्यायें आयेंगी, वे आपकी अपनी समस्यायें होंगी और उन समस्याओं से जूझना भी आपको ही पड़ेगा. किसी न किसी रास्ते पर चल कर तो देखिए, सभी रास्ते सफलता तक ही जाते हैं.

7. यह भी सच है कि **किसी निश्चित प्रयोजनार्थ ही हमें इस धरती पर भेजा गया है. प्रकृति और समाज द्वारा हमें किसी विशेष प्रयोजनार्थ ही सहेजा गया है.** उस विशेष प्रयोजन की पहचान करना ही बुद्धत्व प्राप्त करना है. **अगर दुनिया एक दुर्घटना है तो आदमी भी उसी दुर्घटना की उपज है.** जिस प्रकार दुनिया की हर वस्तु सहज एवम् सक्रिय है, उसी प्रकार हर व्यक्ति भी सहज एवम् सक्रिय है. **याद रखें, व्यक्ति जब तक सक्रिय है, तब तक ही वह दुनिया का हिस्सा है. वस्तुतः व्यक्ति की सक्रियता ही प्रभुता है.**
8. **एक निश्चित आरामदेह सुरक्षा, एक गहन आन्तरिक शांति एवम् सहज सुखद अनुभूति व्यक्ति की तन्त्रिकाओं को शान्त करती है.** जब व्यक्ति समूची धार्मिकता के साथ अपने काम में डूब जाता है, तब शांति के माध्यम से ही सफलता बरसती है. याद रखें, परमात्मा की तरह ही सफलता भी आपके भीतर ही है. यदि सबसे दूर कोई है, तो वह आप खुद ही हैं. अपने आपसे अपनी दूरी घटाइए, सफलता पाइए.
9. महान वैज्ञानिक एडीसन थोड़ा ऊँचा सुनते थे. एक बार किसी मित्र ने मजाक में पूछ लिया—'आपको परमात्मा से शिकायत तो होगी ही कि दिमाग तो पूरा दिया, किन्तु सुनने की शक्ति थोड़ी कम दी ?' इस पर एडीसन ने हँसते हुए जवाब दिया—'परमात्मा ने ऐसा करके मुझ पर बहुत बड़ी कृपा की है. अगर मैं दुनिया की सुनता तो बिखर जाता. दिल की सुनकर ही मैंने कुछ किया है. मेरे लिए तो सफलता ही प्रभुता है. इससे अधिक मुझे परमात्मा से और क्या चाहिए ?'

दृष्टान्त—

एक बार एक व्यक्ति सुबह—सुबह बुद्ध के पास आया और पूछने लगा—'महाराज आपने अब तक कितने व्यक्तियों को मोक्ष का रास्ता बताया है ? कितनों को निर्वाण का तरीका समझाया है ? कितनों को सत्य का दिग्दर्शन करवाया है ?' बुद्ध ने गंभीरतापूर्वक जवाब दिया—'तुम्हारे प्रश्नों के उत्तर मैं शाम को दूँगा. इस बीच तुम्हें एक काम करना पड़ेगा. इस गाँव के प्रत्येक वयस्क व्यक्ति के पास जाकर पूछना है कि वह क्या चाहता है ? सबके जवाब लिखते जाना और शाम को आकर मुझे बताना.' इस पर जिज्ञासु गाँव के हर व्यक्ति के पास पहुँचा. गाँव छोटा ही था. वयस्क व्यक्ति करीब सौ ही थे. सबसे पूछता गया और जवाब लिखता गया. किसी ने कहा, उसे धन चाहिए, किसी को पुत्र चाहिए, किसी को आरोग्य चाहिए, किसी को मकान चाहिए, किसी को जमीन चाहिए, किसी को अच्छी फसल चाहिए, किसी को धन्धे में लाभ चाहिए, किसी को सुन्दर पत्नी चाहिए. किन्तु किसी ने भी मोक्ष, निर्वाण, सत्य या परमात्मा की इच्छा जाहिर नहीं की. जिज्ञासु बड़ा हैरान था, किन्तु उसके प्रश्नों के जवाब मिल चुके थे. वह शाम को लौट कर बुद्ध के पास नहीं आया. अर्थात् सबको सफलता ही चाहिए.

32

सम्पूर्णता का रास्ता ही सफलता तक जाता है (The Path of Perfection Leads to Success)

1. **आप जो भी काम करें, उसे पूर्ण दक्षता, पूर्ण क्षमता, पूर्ण प्रतिबद्धता एवम् पूर्ण समयबद्धता के साथ करें.** आप जब भी काम करें, अपने काम के प्रति पूर्णतः समर्पित होकर ही करें. अपने कार्य को इतनी पूर्णता दें कि 'कर्त्ता' और 'कार्य' क बीच कोई द्वैत ही न रहे. याद रखें, द्वैत के मिटने पर ही आप सफलता को उपलब्ध हो सकते हैं.
2. सोने–जगने, घूमने–फिरने, व्यायाम–प्राणायाम, नहाने–धोने, सजने–संवरने, खाने–पीने, मिलने–जुलने जैसे दैनिक कार्यों को भी पूर्ण तन्मयता, समयबद्धता और आनन्द के साथ सम्पन्न करें. पारिवारिक एवम् सामाजिक सम्बन्धों का सौहार्दपूर्ण एवम् सम्पूर्ण विश्वास के साथ निर्वहन करें. **थोड़ा–सा अधूरापन ही दिन भर के कार्यों को प्रभावित कर देता है.**
3. **जिस प्रकार पानी के बड़े से बड़े टेंक को खाली करने के लिए एक छोटा–सा छेद ही पर्याप्त होता है, उसी प्रकार बड़ी से बड़ी सफलता को विफलता में बदलने के लिए कोई छोटा–सा अधूरापन ही पर्याप्त होता है.** इसलिए आधे–अधूरे मन से कोई काम न करें और किसी कार्य में कोई अधूरापन न छोड़ें.
4. **स्वस्थ तन, स्वस्थ मन, स्वस्थ धन और स्वस्थ वातावरण के माध्यम से ही आप स्वस्थ सफलता का वरण कर सकते हैं.** जो भी कार्य हाथ में है, उसे पूर्ण स्वच्छता, स्वस्थता और लग्नता के साथ करते रहें, सम्पूर्णता तो अपने आप ही उपलब्ध होती चली जायेगी. **यदि आप दूसरों की निष्क्रियता और अयोग्यता के आधार पर सफल होना चाहेंगे तो ऐसी सफलता अधूरी एवम् अस्थायी ही होगी.**
5. **क्या आप अपने आधे शरीर के साथ काम पर जा सकते हैं ?** क्या आप अपने आधे–अधूरे दिमाग के साथ परीक्षा भवन में जा सकते हैं ? क्या आप अपने अधूरे मन के साथ काम करते हुए पूरी सफलता पा सकते हैं ? हर्गिज नहीं. इसलिए जो भी कार्य करें, पूरे तन, मन और मस्तिष्क के साथ करें. यही समग्रता है और समग्रता ही सफलता है.
6. **हमारी आन्तरिक शक्तियाँ हमें कठिनाइयों से उबारने में सक्षम हैं, बशर्ते कि हम इनका समग्र, समुचित और सही समय पर सदुपयोग करने में दक्ष हों.** हमारी दक्षता ही हमारे कार्यों की गुणवत्ता का मापदण्ड होती है. और दक्षता काम करने पर ही अर्जित हो सकती है. इसलिए अपने उपलब्ध

संसाधनों के साथ समग्रता से कार्य करते चलें, दक्षता तो स्वतः ही प्राप्त होती चली जायेगी और दक्षता के आगे आपकी छोटी–मोटी कमजोरियाँ गौण हो जायेंगी.

7. **खण्ड, खण्ड नहीं, अखण्ड को स्वीकार करें. पिण्ड, पिण्ड नहीं, समुचे ब्रह्माण्ड को अंगीकार करें.** पूर्णता के मार्ग में विद्यमान पाखण्ड रूपी अवरोधों को अपनी अखण्डता से पार करें. याद रखें, अखण्ड ही खण्डित होने पर विस्फोटक बन जाता है. इसलिए अपने किसी भी कार्य को विस्फोटक न बनायें. समग्रता के साथ अपनी अखण्डता को उपयोगी बनाते चलें.

8. अपनी क्षमताओं का समग्र विकास करें, अपनी दक्षताओं पर पूरा विश्वास करें. पूरा काम करें और पूरा विश्राम करें. एक–एक क्षण का सदुपयोग करते हुए अपने चौबीस घण्टों में अड़तालीस घण्टों का काम करें. याद रखें, समग्रता के बिना व्यस्तता व्यर्थ है. और महज व्यस्त रहने से ही सफलता नहीं मिलती, समग्रता के साथ व्यस्त रहने वाला ही कुछ सार्थक कर सकता है. अपने 'काम' पर विश्वास करें, किन्तु दूसरों को राम भरोसे रहने की शिक्षा न दें.

9. अपने वर्तमान को समग्रता के साथ जीयें. हर बून्द को सागर समझ कर पीऐं. और तब जो कुछ भी उपलब्ध होगा, वह सम्पूर्णता से आबद्ध होगा. याद रखें, **आपकी सभी निधियों को चुराया जा सकता है, किन्तु सिद्धियों और प्रसिद्धियों को चुराया नहीं जा सकता.** आपका सब कुछ चुराया जा सकता है, किन्तु आपकी क्षमताओं और दक्षताओं को चुराया नहीं जा सकता. जो भी करें, समग्रता के साथ करें. **भले ही चूहे–दानियाँ ही सही, अगर आप इन्हें दूसरों से बेहतर बनाते हैं तो आपकी चूहे–दानियाँ औरों से अधिक बिकेंगी.**

दृष्टान्त–

महान वैज्ञानिक **मैडम क्यूरी** एक सवाल को कई दिनों से हल कर रही थी, किन्तु हल नहीं हो पा रहा था. एक दिन सोने से पहले मैडम ने सवाल को हल करना चाहा. कागज पर बार–बार कुछ लिखा, किन्तु पूरी तरह हल नहीं हुआ. हल के नजदीक तो पहुँच गई थी, किन्तु गणना में कहीं गड़बड़ी थी. हार कर मैडम ने कागज को सिरहाने रखा और सो गई. सुबह उठने पर जब मैडम क्यूरी ने कागज उठा कर देखा तो हैरान रह गई. सवाल तो हल हो चुका था. समझ में नहीं आ रहा था कि रात में इसे हल किसने किया ? लेकिन जब गौर से देखा तो पता चला कि कागज पर लिखावट उसी की थी. इस पर मैडम और भी आश्चर्य चकित थी कि उसने कब और कैसे लिखा ? उसे तो कुछ याद भी नहीं था. किन्तु यह सच ही था कि सवाल मैडम ने ही हल किया था. रात को कोई सपना आया होगा और सपने में ही हल मिल गया होगा. मैडम ने नींद में ही कागज पर कुछ लिखा और सो गई. अर्थात् **सफलता के लिए पूर्ण समर्पण अपेक्षित है.**

33 हर सफलता के पीछे कुछ विफलतायें अवश्य होती हैं (There Are Certainly Some Failures, Behind Every Success)

1. **जिस प्रकार दुख के बिना सुख की और सुख के बिना दुख की प्रतीति संभव नहीं है, उसी प्रकार विफलता के बिना सफलता की और सफलता के बिना विफलता की अनुभूति संभव नहीं है.** अर्थात् सफलता और विफलता तो एक ही सिक्के के दो पहलू हैं. चित्त के बिना पट्ट का और पट्ट के बिना चित्त का कोई महत्व नहीं होता.

2. **वस्तुतः विफलताओं में ही सफलता का कमल खिलता है.** हर विफलता को अन्ततः सफलता का सम्बल मिलता है. इसलिए अपनी विफलताओं से घबरायें नहीं, वरन् उनसे सीखते चलें. जरा सोचिए, आज आप जहाँ खड़े हैं, क्या आप बिना किसी बाधा के यहाँ आ खड़े हुए हैं ? क्या आपको विफलताओं का सामना नहीं करना पड़ा ? अर्थात् कई विफलताओं में से ही कोई न कोई सफलता उभर कर आ पाती है.

3. **आदमी सबसे चालाक प्राणी होता है. सफलता का श्रेय वह खुद लेता है और अपनी विफलताओं का दोष दूसरों के सिर मंड देता है. और इसे ही वह अपनी सफलता समझ लेता है.** किन्तु इस तरह वह खुद को ही धोखा देता है. खुद को धोखे में रखना ही सबसे बड़ी विफलता है. **आदमी अपनी तमाम विफलताओं के पीछे कुछ न कुछ खुबसूरत बहाने ढूँढ़ लेता है. और इसे ही अपनी सबसे बड़ी अक्लमंदी समझ लेता है.** जबकि सबसे बड़ी अक्लमन्दी तो यही है कि इन बनावटी कारणों की बजाय असली कारण ढूँढ़े जायें. और अपनी विफलताओं को सफलताओं में बदला जाये. किसी सफलता या विफलता को पिछले जन्मों के कर्मों से न जोड़ा जाय. इस अन्धविश्वास ने समाज का अब तक बहुत बड़ा नुकसान किया है.

4. **आदमी अपनी विफलताओं से सीखकर ही सफलता की तरफ बढ़ सकता है.** आदमी अपनी सफलताओं की अपेक्षा, विफलताओं से बहुत कुछ सीख सकता है. इसलिए बार–बार विफल होने पर भी मैदान मत छोड़िए. क्या पता, एक कदम के फासले पर ही सफलता खड़ी हो. क्या पता, विफलता के पीछे ही सफलता खड़ी हो. विफलता को जरा पलट कर तो देखिए.

5. **हकीकत में तो जिन्दगी एक दौड़ है. जहाँ दौड़ है, वहाँ हौड़ है. हौड़ का मतलब प्रथम स्थान प्राप्त करना नहीं, बल्कि दौड़ना होता है.** याद रखें, **अगर आप दौड़ में बने रहेंगे तो आपका भी कोई न कोई स्थान तो होगा ही.** जो जिन्दगी की दौड़ से बाहर हो जाता है, वो जिन्दगी के दौर से ही बाहर हो जाता है. ढ़ेर सारी विफलताओं के बाद भी आप दौड़ में बने रह सकते हैं.

6. **'भूत' की जिस गलती को सुधारा नहीं जा सकता, उसे भूल जाना चाहिए.** किन्तु भविष्य में ऐसी गलती दोबारा न हो, इसका ध्यान रखा जाना चाहिए. पर हाँ, हर गलती से कुछ न कुछ अवश्य सीखा जा सकता है. **सबसे बड़ा बदनसीब वही होता है जो अपनी गलतियों से कुछ भी सीखना नहीं चाहता है.** आदमी कुछ भी करे, कुछ मूढ़तायें और मूर्खतायें तो हर व्यक्ति से हो ही जाती हैं. पर इसका अर्थ यह तो नहीं कि आदमी कुछ करे ही नहीं.
7. **अपनी कमजोरी पहचाने बिना आगे बढ़ने से कोई फायदा नहीं होगा.** विफल होने के तो कई रास्ते हैं. किन्तु अपनी कमजोरियों को नजरअंदाज करना सबसे आसान रास्ता है. जो व्यक्ति कुछ नहीं करता, वह एक ही गलती करता है कि वह 'कुछ' नहीं' करता. किन्तु यही उसकी प्रथम व अन्तिम गलती है. याद रखें, जब तक जीना, तक तक सीना. जीना है तो कुछ न कुछ तो करना ही पड़ेगा.
8. **आदमी जन्मों–जन्मों से चूकता चला आया है.** अपनी विफलताओं पर अपने भाग्य को कौसता चला आया है. किन्तु वह अपनी विफलताओं का विश्लेषण करने को तैयार नहीं है. यही उसका सबसे बड़ा दुर्भाग्य है. याद रखें, दुर्भाग्य को सौभाग्य में बदला जा सकता है. यदि हम अपनी छोटी से छोटी विफलता का भी विश्लेषण करेंगे तो हमें हर विफलता में किसी न किसी सफलता के दर्शन अवश्य होंगे. जब हम पीछे देखकर आगे बढ़ेंगे तो अवश्य सफल होंगे. काम करते रहने पर हम अपने आप सीखते चले जायेंगे.
9. गलतियाँ करके सीखने की विलासिता ही क्यों पाली जाए ? मजा तो तब है, जब दूसरों की गलतियों से ही सीखा जाए. जिन्दगी तो हमें एक ही मिली है और वह भी नितान्त अनिश्चित. तब गलतियाँ करने और सीखने में ही जिन्दगी खपा देने का कोई अर्थ नहीं होगा. हम दूसरों की गलतियों से भी बहुत कुछ सीख सकते हैं और इस तरह अपने आर्थिक, भौतिक एवम् बौद्धिक संसाधनों की बचत कर सकते हैं. अर्थात् हम अपनी और दूसरों की गलतियों से गुजरते हुए ही सफलता तक पहुँच सकते हैं.

दृष्टान्त–

एक राजा ने किताबी ज्ञान के आधार पर ही 'योग' करना आरम्भ कर दिया. प्रायोगिक जानकारी न होने से राजा को 'योग' से लाभ की बजाय नुकसान होने लगा. राजा ने अपनी समस्या मन्त्री के समक्ष रखी. मन्त्री ने सुझाव दिया–'किसी योग–गुरु से परामर्श करें.' किन्तु अहम् के कारण राजा ऐसा नहीं कर सका. योग चालू रखा. किन्तु विशेष लाभ नहीं हुआ.

राजा ने अपनी दुविधा पुनः मन्त्री के समक्ष रखी. मन्त्री ने कहा–'महाराज, जरा सोचने का अवसर दें.' दूसरे दिन मन्त्री ने राजदरबार में सबके सामने अचानक सिपाहियों को आदेश दिया कि राजा को गिरफ्तार कर लिया जाये. किन्तु सब एक–दूसरे का मुँह ताकने लगे. आदेशों की पालना नहीं हुई.

इस पर राजा ने क्रोधित होकर मन्त्री को गिरफ्तार करने के आदेश दे दिये. आदेशों की पालना में मन्त्री को तत्काल गिरफ्तार कर लिया गया. इस पर मन्त्री ने हँसते हुए अर्ज किया कि सक्षम व्यक्ति के आदेशों की ही अनुपालना हो पाती है. इसलिए अपेक्षित है कि किसी सक्षम गुरु से योग विद्या का प्रशिक्षण प्राप्त किया जाये. राजा को मन्त्री की बात समझ में आ गयी.

34 सफलता के लिए विचार, विकल्प और चिन्तन की एकाग्रता आवश्यक है (Success is the Child of Concentration & Deep Thiking)

1. **यदि आप वही करते रहेंगे, जो अब तक करते रहे हैं, तो आपको वही मिलेगा, जो अब तक मिलता रहा है.** याद रखें, दिनों–दिन आपकी आवश्यकतायें बढ़ती जा रही हैं, महंगाई भी निरन्तर बढ़ती जा रही है, इसलिए यदि आप अपने आर्थिक संसाधनों में तदानुसार बढ़ोत्तरी नहीं करेंगे तो आप समय की मांग के अनुरूप नहीं चल पायेंगे. इस यथास्थिति को तोड़ने के लिए विचार, विकल्प और चिन्तन को अपनी जीवनशैली का अंग बनाना होगा.
2. **व्यक्ति वही कार्य करना चाहता है, जो उसे पसंद है. जो उसे करना चाहिए, वह नहीं करता.** जो वह आसानी से कर सकता है, अरूचि के कारण वह भी नहीं कर पाता है. व्यक्ति अपनी सुविधाजनक स्थिति को ही अपनी पसंद बना लेता है. उसकी प्रगति में यह पसंद ही सबसे बड़ी बाधक है. इसलिए उसे अपनी पसंद में विस्तार करना होगा और इसके लिए महज विचार करने की आवश्यकता है. यथास्थिति वाद में बदलाव सकारात्मक चिन्तन से ही संभव है.
3. **विज्ञान के पास आँखें तो होती हैं, पर पैर नहीं होते. धर्म के पास पैर तो होते हैं, पर आँखें नहीं होती. विज्ञान और धर्म के मिलने पर कर्म का आविर्भाव होता है और कर्म के पास आँखें भी होती हैं, पैर भी होते हैं.** किन्तु निहित स्वार्थ वाले तथाकथित धार्मिक यौद्धा आरम्भ से ही इसमें सबसे बड़े बाधक बने हुए है. जरा सोचिए, **वह धर्म ही क्या, जिसमें विचार, विकल्प और चिन्तन का स्थान न हो. वस्तुतः कर्म से अलग किसी धर्म का कोई अर्थ भी नहीं है.**
4. **इस सार–युक्त संसार में जो भी उत्पन्न होता है, उसका एक निश्चित प्रयोजन होता है.** जरा विचार कीजिए, आपके होने का प्रयोजन क्या है ? अपने प्रयोजन की प्राप्ति के लिए आपका आयोजन क्या है ? क्या आप समूची एकाग्रता के साथ अपने प्रयोजन की ओर बढ़ रहे हैं ? क्या आप अपने विकल्पों का सही समय पर सार्थक उपयोग करते हुए सफलता की सीढ़ियाँ चढ़ रहे हैं ? यदि हाँ तो यही है, असली सफलता. याद रखें, व्यक्ति के जीवन का एक ही प्रयोजन हो सकता है और वह है 'सफलता.'
5. यदि हम विचार, विकल्प और चिन्तन को गंभीरतापूर्वक नहीं अपनायेंगे तो जीवन में सफल नहीं हो पायेंगे. और यदि सफल नहीं हो पायेंगे तो जितने कर्ज के साथ पैदा हुए थे, उससे कई गुना कर्ज भावी पीढ़ी के लिए छोड़ जायेंगे. दुनिया में अच्छा–बुरा, पाप–पुण्य, मित्रता–शत्रुता, सफलता–विफलता, शान्ति–अशान्ति, क्रान्ति और भ्रान्ति सब कुछ आपके 'मन' के कारण है. मन को सकारात्मक दिशा

देने के लिए एकाग्रता आवश्यक है. मन की एकाग्रता व्यक्ति की सबसे बड़ी उपलब्धि होती है. मन की एकाग्रता में ही बुद्धत्व घटता है. एकाग्रता में विचार, विकल्प और चिन्तन फलित होता है.

6. **सफलता का रास्ता भले ही लम्बा हो, पर उसकी मंजिल बड़ी खुबसूरत होती है. सफलता के लिए तन और मन को समझाने की नहीं, जगाने की जरूरत होती है.** जब कोई विचार, विकल्प और चिन्तन के साथ आगे बढ़ेगा तो उसका लम्बा रास्ता भी छोटा होता चला जायेगा और मंजिल से भी कई गुना खुबसूरत होता चला जायेगा. तो आइए, मंजिल को ही नहीं, हर डगर को खुबसूरत बनायें, हर क्षण को अपनी मंजिल बनायें.

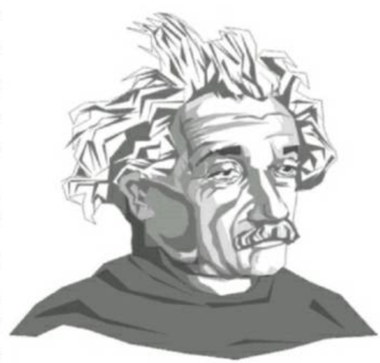
7. **चिन्ता नहीं, चिन्तन करो.** चिन्ता से तो एकाग्रता भंग होती है. **जो चिन्ता से लड़ना नहीं जानता, वह कभी स्थिर बुद्धि नहीं हो सकता.** साफ–साफ कहने वाला, राग–द्वेष न रखने वाला, मैदान छोड़कर न भागने वाला, हर क्षण को आनन्द व आत्म–सम्मान के साथ जीने वाला ही एक अच्छा 'चिन्तक' सिद्ध हो सकता है. इसलिए चिन्तन और मनन की आदत डालें. सारे विकल्प खुले रखें, तब विकल्प चुनने में भी कोई कठिनाई नहीं आयेगी. ध्यान द्वारा मन पर नियन्त्रण सम्भव है. जब मन सघ जाता है तो सुमन बन जाता है और तब ही व्यक्ति 'अमन' को उपलब्ध हो पाता है.

8. **जब तक हम सोचते रहेंगे कि हमारा कोई वश नहीं है, तब तक हम सफलता की तरफ एक कदम भी नहीं बढ़ा पायेंगे.** आत्मविश्वास के बिना तो हम एक कदम भी नहीं उठा सकते और चिन्तन के बिना आत्मविश्वास नहीं जगा सकते. **जिस प्रकार शरीर की असंख्य विसंगतियों को सन्तुलित करने हेतु प्रकृति ने हमें नींद प्रदान की है, उसी प्रकार जीवन की अनगिनत चिन्ताओं को सन्तुलित करने हेतु परमात्मा ने हमें चिन्तन शक्ति प्रदान की है. यही हमारी सबसे बड़ी धरोहर है.** यही हमें अन्य प्राणियों से अलग करती है.

9. जब तक हम विचार, विकल्प और चिन्तन की एकाग्रता में नहीं उतरेंगे, तक तक हम इन तीनों का समन्वय स्थापित नहीं कर सकेंगे. जब तक तीनों का समन्वय नहीं होगा, तब तक हर विचार अलग–थलग होगा. तब तक हम कोई निर्णय भी नहीं ले पायेंगे. इसलिए जरूरी है कि समन्वय स्थापित करते हुए अपने कार्यों में अपेक्षित सुधार करें, अपनी कार्यप्रणाली में आवश्यक परिवर्तन करें, हर विकल्प खुला रखें, तब हमें सफल होने से कोई नहीं रोक पायेगा.

दृष्टान्त–

प्रसिद्ध वैज्ञानिक आइन्स्टीन ने अपने एक सहयोगी के साथ एक शौध कार्य किया. लगभग सात सौ प्रयोग किये. किन्तु सफलता नहीं मिली. इस पर सहयोगी ने हताश होकर इस रिसर्च को बन्द करने का आग्रह कर दिया. आइन्सटीन ने समझाया–'हम विफल नहीं हुए हैं. हमने सात सौ दिशाओं में खोज की है. दिशायें ही विफल हुई हैं. हम तो सफलता के नजदीक पहुँचते जा रहे हैं. अब हमारे पास बहुत कम विकल्प बचे हैं और जो बचे हैं, उन्हीं में हमारी सफलता निहित है.' प्रयोग जारी रखे गये और अन्ततः अन्तिम विकल्प पर पहुँच कर सफल हो गये. अर्थात् विचार, विकल्प और चिन्तन की एकाग्रता के माध्यम से ही इतनी बड़ी उपलब्धि प्राप्त हो सकी. यदि बीच में ही कार्य छोड़ दिया जाता तो सही विकल्प तक कभी नहीं पहुँच पाते.



35 कोई भी सफलता कभी अन्तिम नहीं होती (No Success Can Ever Be the Last)

1. गहराई से देखा जाय तो हर 'श्वास' एक सफलता है. एक मिनट में औसतन पन्द्रह बार श्वास लिये जाते हैं, तब किसी एक श्वास को अन्तिम कैसे कहा जा सकता है. अन्तिम श्वास का अर्थ तो बस मृत्यु है. उसी प्रकार किसी सफलता को अन्तिम कैसे कहा जा सकता है. **सफलता तो हर क्षण घटने वाली घटना होती है और कोई घटना कभी अन्तिम नहीं होती.**
2. **कोई भी सफलता आपके सफर का एक पड़ाव हो सकती है, मंजिल नहीं हो सकती. सफलता दर सफलता प्राप्त करते चलो तो कोई भी मंजिल मुश्किल नहीं हो सकती.** कोई किसी एक सफलता से कभी संतुष्ट हो भी नहीं सकता, उसे तो हर क्षण, हर बार नयी सफलता, नयी ऊँचाई चाहिए. इसीलिए एक व्यक्ति अपने छोटे से जीवन में बहुत कुछ कर गुजरता है.
3. **जीवन में सफलतायें और विफलतायें तो निरन्तर मिलती रहती हैं.** इसलिए किसी बड़ी सफलता की प्रतीक्षा किये बगैर छोटी–छोटी सफलताओं और विफलताओं का आनन्द उठाते चलें. याद रखें, **छोटी–छोटी सफलताओं–विफलताओं के योग से ही कोई बड़ी सफलता बनती है. छोटी और बड़ी सफलताओं के योग से ही जिन्दगी बनती है.**
4. **किसी संभावित बड़ी खुशी की आस में हर क्षण मिलने वाली छोटी–छोटी खुशियों को बर्बाद करने में कोई समझदारी नहीं है.** कल की बड़ी खुशी का तो पता नहीं, परन्तु आज की छोटी–छोटी खुशियों के जोड़ से ही कोई बड़ी खुशी निकलती है. और **यदि आप छोटी–छोटी खुशियों से आनन्दित होने के आदी नहीं है तो फिर किसी बड़ी खुशी को कैसे सहन कर पायेंगे ?** फिर बड़ी खुशी भी अचानक नहीं आती. इसलिए हर छोटी बड़ी सफलता का स्वागत करते चलें और अगली सफलता की तैयारी करते रहें.
5. जब आपको कोई बड़ी सफलता मिलती है, तब आपको बहुत खुशी होती है. परन्तु दूसरे ही दिन बड़ी सफलता भी कितनी छोटी हो जाती है, क्योंकि तब तक दुनिया काफी आगे निकल चुकी होती है. यह भी सही है कि हर सफलता विफलता में और हर विफलता, सफलता में बदलती रहती है अर्थात् यहाँ कुछ भी स्थायी नहीं है. **न कोई सफलता अन्तिम होती है और न कोई विफलता अन्तिम होती है.**
6. **यह भी सही है कि हर नयी पीढ़ी को पुरानी पीढ़ी से कुछ ज्यादा ही मेहनत करनी पड़ती है.** कोई कितना ही छोड़कर जाए, पीछे वालों को उसे संभालने में ही काफी मश्कत करनी पड़ती है. जीवन तो सतत् गति का नाम है, जीवन बस प्रगति का नाम है. जहाँ ठहराव, वहाँ जीवन समाप्त. ठहराव ही अधोगति का नाम है. अर्थात् गति ही जिन्दगी का सार है. जहाँ गति, वहाँ प्रगति और प्रगति कभी अन्तिम नहीं हो सकती.

7. किसी लक्ष्य को प्राप्त कर लेने पर दूसरा लक्ष्य अपने आप सामने आ जाता है. किसी एक सफलता की प्राप्ति पर दूसरी सफलता की ओर हमारा ध्यान खुद–ब–खुद चला जाता है. हर सफलता से हमें प्रसन्नता मिलती है और विफलता से खिन्नता. न कोई प्रसन्नता अन्तिम होती है और न कोई खिन्नता अन्तिम होती है. गहराई से देखा जाये तो यहाँ अन्तिम कुछ है भी नहीं. **प्रत्येक 'अन्त' किसी नये शुभारम्भ में परिवर्तित होता रहता है.**

8. **याद रखें, किसी एक सफलता से दूसरी, दूसरी से तीसरी, और तीसरी से चौथी सफलता खड़ी होती है.** हर अगली सफलता, पिछली सफलता से बड़ी होती है. इसलिए बिना रूके, निरन्तर क्रियाशील रहने वाला व्यक्ति ही सफलता दर सफलता प्राप्त करता चलता है. और किसी एक सफलता को ही अन्तिम समझ लेने वाला व्यक्ति प्राप्त सफलता को भी गंवा देता है.

9. **हमारी सफलता इसमें नहीं है कि हम कभी न गिरें.** गिरें, किन्तु हर बार उठ खड़े हो जायें. हर बार उठ खड़े होना ही हमारी सफलता है. गिरना और उठना तो एक निरन्तर चलने वाली प्रक्रिया है, फिर हम किसी एक विफलता को या किसी एक सफलता को अन्तिम कैसे कह सकते हैं देखा जाय तो इस जगत का कोई भी सत्य, कथ्य अथवा तथ्य कभी अन्तिम नहीं हो सकता. **जो आज सत्य है, वह कल असत्य हो सकता है और जो आज असत्य है, वह कल सत्य हो सकता है.**

दृष्टान्त–

पहिए, विद्युत, मोटर, टेलीफोन, टी.वी., कम्प्यूटर, रॉकेट आदि के आविष्कारकों को यह पता नहीं था कि उनके आविष्कार एक दिन दुनिया में क्रान्ति ला देंगे. किन्तु किसी भी आविष्कर्त्ता ने अपनी आविष्कारिक सफलता को कभी भी अन्तिम नहीं माना. बाद वाले वैज्ञानिकों ने इनमें निरन्तर सुधार किया और आविष्कारों को उपयोगी एवम् सुलभ बनाया. और यह प्रक्रिया निरन्तर जारी है. आज जितने साधन और जितनी सुविधायें उपलब्ध हैं, उनकी आदमी ने कभी कल्पना भी नहीं की थी. भविष्य में कितनी सुविधायें उपलब्ध होने वाली हैं, आज हम कल्पना भी नहीं कर सकते. अर्थात् कोई भी विकास कभी अन्तिम नहीं हो सकता. इसलिए अपने कार्यों में लगातार लगे रहें और नित नयी सफलतायें प्राप्त करते रहें. अब तक की तरक्की का यही निचोड़ है. अर्थात् कोई भी सफलता कभी अन्तिम नहीं हो सकती. कोई विफलता भी कभी अन्तिम नहीं हो सकती. देखा जाय तो प्रत्येक विफलता किसी न किसी सफलता की शुरूआत ही होती है.

36 सफलता को खरीदा नहीं जा सकता (The Success Can Not Be Purchased)

1. **जिस प्रकार प्रसन्नता को पैसों से खरीदा नहीं जा सकता, उसी प्रकार सफलता को भी खरीदा नहीं जा सकता.** जिस प्रकार प्रसन्नता को बाहर खोजा नहीं जा सकता, उसी प्रकार सफलता को भी बाहर नहीं खोजा जा सकता. प्रसन्नता की तरह ही सफलता भी हमारी आन्तरिक शक्तियों पर निर्भर करती है. तो अपनी आन्तरिक शक्तियों को जगायें, मन चाही सफलता पायें.
2. **'सफलता' कोई 'किन्तु' 'परन्तु' नहीं है. 'सफलता' बाजार में बिकने वाली वस्तु भी नहीं है. 'सफलता' कोई गणितीय समीकरण भी नहीं है, 'सफलता' का कोई सरलीकरण भी नहीं है. 'सफलता' तो एक ऐसा सवाल है, जिसे किसी सूत्र द्वारा सुलझाया नहीं जा सकता. 'सफलता' तो वस्तुतः एक ऐसा सवाल है, जिसका जवाब भी उसी में छिपा हुआ है.** इसलिए अन्तर्निहित उत्तरों को खोजते हुए निरन्तर आगे बढ़ते रहें, सफलतायें तो स्वतः ही मिलती चली जायेंगी.
3. **किसी तन्त्र, मन्त्र, या यन्त्र के माध्यम से आप सफल नहीं हो सकते. किसी अस्त्र, शस्त्र या शास्त्र के माध्यम से भी आप सफल नहीं हो सकते. सफलता तो हर व्यक्ति की एक व्यक्तिगत तन्त्रिका है, जिसे सभी के लिए लागू नहीं किया जा सकता.** इसलिए अपनी तन्त्रिका जगाइए, विफल होने का डर भगाइए. सफलता को धन बल या भुज–बल से नहीं, आत्मबल से अपना, बनाइए. आत्मबल को बाहर से नहीं, भीतर से ही मजबूत बनाते चलें, सफलता का वरण करते चलें. याद रखें, भीतर तो आपको ही उतरना पड़ेगा.
4. **आदमी जितना अधिक परिश्रम करेगा, उतना ही अधिक धन अर्जित करेगा. जितना अधिक धन, उतना ही अधिक परिश्रम.** अर्थात् **सफलता परिश्रम से आरम्भ होकर परिश्रम पर ही समाप्त हो जाती है. सफलता शाश्वत नहीं है, शाश्वत तो श्रम ही है. सफलता तो श्रम का सह–उत्पाद है.** ध्यान रहे, **धन को आने में तो देर लगती है, किन्तु जाने में नहीं लगती.** यानि धन को रोकने के लिए भी श्रम करना पड़ता है. श्रम और धन एक दूसरे के पूरक हैं. श्रम भी तब ही फलिभूत हो पाता है, जब सकारात्मक सोच के साथ किया जाता है.
5. **व्यक्ति को सम्पदा की बजाय सफलता की अधिक चिन्ता करनी चाहिए.** जब कोई सफल होने लगता है, तब धन अपने आप आने लगता है. याद रखें, पैसे से पैसा तो कमाया जा सकता है, किन्तु सफलता को नहीं पाया जा सकता. **सफलता को धन से नहीं, मन से ही आंका जा सकता है. किसी के पास कितना धन है, यह महत्वपूर्ण नहीं है. महत्वपूर्ण तो यही है कि कोई अपने धन का सदुपयोग कितनी सफलता के साथ करता है.**
6. **सफलता तो एक कला है.** कला व्यक्ति का आन्तरिक गुण है, **कला को बाजार से नहीं खरीदा जा सकता. पर हाँ, कला से बाजार को अवश्य खरीदा जा सकता है.** सफलता तो एक दर्शन

है. दर्शन व्यक्ति का मन्थन है. दर्शन को खरीदा नहीं जा सकता. पर हाँ, दर्शन से सब कुछ पाया जा सकता है. **जब कला और दर्शन का मिलन होता है, तब ही सफलता का कमल खिलता है.**

7. सफलता धन से नहीं, प्रसन्नता से आती है. प्रसन्नता दौलत से नहीं, दिल से आती हैं. दौलत आदमी को आलसी बनाती है, जबकि सफलता क्रियाशील बनाती है. **सफलता तो जीवन का पर्याय है, जीवन का अर्थ है.** सफलता तो जिन्दगी की पहली व आखिरी शर्त है. इसलिए शर्त से समझौता नहीं किया जा सकता, सफलता से समझौता नहीं किया जा सकता. सफलता तो जीवन की अनिवार्यता है. **सजग, सक्रिय, सतत् प्रयत्नशील एवम् प्रतिबद्ध व्यक्ति के लिए सफलता दुष्कर नहीं है.**
8. **जिस प्रकार पैसे से प्यार नहीं खरीदा जा सकता, उसी प्रकार पैसे से पुण्य भी नहीं खरीदा जा सकता.** पर हाँ, पैसे से घृणा और पाप को अवश्य खरीदा जा सकता है. **नैतिकता से पैसा तो कमाया जा सकता है, किन्तु पैसे से नैतिकता को नहीं खरीदा जा सकता.** याद रखें, **कामयाबी से पैसा तो कमाया जा सकता है, परन्तु पैसे से कामयाबी नहीं कमाई जा सकती.** पैसे से सुविधायें तो जुटाई जा सकती है, किन्तु मन की शान्ति नहीं पायी जा सकती. मन की शान्ति के लिए तो सफलता का वरण करना ही पड़ेगा.
9. **अगर धन से ही सफलता को खरीदना संभव होता तो यहाँ कोई असफल ही नहीं होता.** धन तो उधार भी खूब मिल जाता है, परन्तु सफलता का सौदा उधार नहीं होता. अर्थात् सफलता को नकद या उधार किसी भी तरह नहीं खरीदा जा सकता. पर हाँ, सफल व्यक्ति बाजार से बहुत कुछ उधार खरीद सकता है. सफल व्यक्ति की बहुत बड़ी साख होती है. साख के बिना तो जिन्दगी राख होती है. **जहाँ सफलता है, वहीं साख है.**

दृष्टान्त–

युवक लेवमेन को भावी महत्वाकांक्षी योजनाओं के साथ दार्शनिक युकाची के समक्ष प्रस्तुत किया गया और पूछा गया–'इन योजनाओं को पूरा करने के लिए क्या किया जाना चाहिए ?' युकाची ने योजनाओं की सूची को लौटाते हुए स्पष्ट किया–'इस सूची में प्रथम योजना का तो उल्लेख ही नहीं है, जिसके बिना बाकी योजनायें व्यर्थ हैं.' इस पर लेवमेन के पिता जोशुआ ने चकित होकर पूछा–'जरा बताइए, कौनसी योजना छूट गई है ?' युकाची ने बताया–**'प्रथम योजना होनी चाहिए, अपने स्वभाव एवम् चरित्र का निर्माण, जिसके बिना न कोई व्यक्ति बड़ा कार्य कर सकता है और न कोई बड़ा बन सकता है.'** और यह सही है कि स्वभाव एवम् चरित्र को खरीदा नहीं जा सकता. सफलता स्वभाव एवम् चरित्र पर ही निर्भर करती है.

37 सफलता के लिए सृजनशीलता एक अनिवार्यता है
(Creativity is A 'Must' For Success)

1. **यदि आप एक–एक कदम रचनात्मक ढंग से उठाते हुए चोटी पर पहुँचते हैं तो आपको अत्यधिक आनन्द की अनुभूति होगी.** यदि आप हेलीकॉप्टर द्वारा सीधे ही चोटी पर पहुँच जाते हैं, तब आप रचनात्मक आनन्द से वंचित रह जायेंगे. जमीन से जुड़ी चढ़ने की अनुभूति से वंचित रह जायेंगे. याद रखें, **सृजनशीलता में ही असली आनन्द है और आनन्द ही सफलता है. जिस सफलता से आनन्द की अनुभूति न हो, वह कुछ भी हो सकती है, परन्तु सफलता नहीं हो सकती.**
2. आप कोई भी कार्य करें, उसमें अपनी सृजनशीलता का भरपूर उपयोग करें. किसी भी कार्य को आरम्भ करने से पूर्व तत्सम्बन्धी समस्त तथ्य एकत्रित करें. तथ्यों का विश्लेषण करें. तुलनात्मक अध्ययन करें. फिर किसी सर्वसम्मत निर्णय पर पहुँचें. लक्ष्य निर्धारित करें। कार्य योजना तैयार करें. उपलब्ध संसाधनों का कलात्मक ढ़ंग से उपयोग करते हुए अपने लक्ष्यों की ओर बढ़ें. कार्य सम्पादन के दौरान नये–नये विचारों, नवाचारों का प्रयोग करते हुए कर्म क्षेत्र की सीढ़ियाँ चढ़ें. तब जो भी सफलता मिलेगी, वह कलात्मक सफलता होगी, एक विशिष्ट सफलता होगी. तब हर कदम में आपकी रचनात्मकता की झलक मिलेगी.
3. **आपकी पहचान आपके काम से होती है. काम की पहचान कार्य प्रणाली से होती है. कार्यप्रणाली की पहचान कल्पनाशीलता से होती है. और कल्पना की पहचान सृजनशीलता से होती है. आप जितने कल्पनाशील होंगे, उतने ही सृजनशील होंगे. जितने सृजनशील होंगे, उतने ही प्रगतिशील होंगे.** कार्य सम्पादन में जितनी विविधतायें होंगी, उतने ही आप लोकप्रिय होंगे, उतने ही आप आकर्षक व्यक्तित्व के धनी होंगे.
4. **वस्तुतः आपके सभी कार्यकलापों का स्रोत आपका मस्तिष्क होता है. मस्तिष्क जितना कल्पनाशील रहेगा, उतना ही सृजनशील रहेगा.** याद रखें, कल्पनाशील मस्तिष्क बिना थके अन्त तक क्रियाशील रहता है. सृजनशीलता से एक–रसता, नीरसता टूटती है, चेहरे पर अनुपम आनन्द की आभा फूटती है. सृजनशीलता आपके आभामण्डल में विस्तार करती है.
5. **सृजनशीलता के लिए सोचना जरूरी है और सोचना ही सबसे अधिक परिश्रम का काम है.** परिश्रम के लिए प्रोत्साहन जरूरी है और प्रोत्साहन महज सृजनशीलता का ही परिणाम है. **सृजनशीलता से प्रशंसा, प्रशंसा से प्रोत्साहन और प्रोत्साहन से सफलता आसान होती है.** अर्थात् सृजनशीलता के अभाव में हर सफलता अधूरी होती है. सफलता से अधिक सृजनशीलता जरूरी होती है. सृजनशीलता के बिना जिन्दगी, जिन्दगी नहीं होती.

6. **सफलता के लिए विश्वास, विश्वास के लिए दृढ़ संकल्प, संकल्प के लिए शान्ति और शान्ति के लिए सृजनशीलता आवश्यक है.** सृजनशीलता के लिए मौन आवश्यक है. इसलिए यथा संभव मौन में उतरो. मौन में उतरने पर ही कल्पना के पंख लगना संभव है. याद रखें, **जो सृजनशील होता है, वही नैतृत्व प्रदान कर सकता है.**
7. **प्रेम, कोमलता और क्षमा की भावना का उदय सृजनशीलता पर ही निर्भर करता है.** दया, करूणा और मित्रता की भावना का प्रादुर्भाव कलात्मकता पर ही निर्भर करता है. कृषि, व्यापार, उत्पादन, उद्योग और सेवाओं से सम्बन्धित आपके विभिन्न कार्य हो सकते हैं. यदि आप प्रत्येक कार्य के रचनात्मक पहलुओं पर अधिक ध्यान देंगे तो कार्य करने में अत्यधिक आनन्द आयेगा. आपके सम्पर्क में आने वाले सभी व्यक्ति आपकी रचनात्मकता के कायल होंगे.
8. **यदि हम सृजनशील नहीं हैं तो हमें जीवन के दर्पण में दरारें ही दरारें नजर आयेंगी.** यदि हम सृजनशीलता के प्रति व्यवस्थित रूप से बहरे बने रहेंगे तो चेतना की सूक्ष्म–वाणियाँ व्यर्थ ही जायेंगी. जब हमारा सोच रचनात्मक होगा, तब हमारा हर कार्य कलात्मक होगा. हमारी कलात्मकता ही हमारे बहरेपन को तौड़ने में सहायक होगी.
9. **कला के लिए बुद्धि और ह्रदय की आवश्यकता होती है, धन की नहीं. व्यक्ति और प्रकृति का समन्वय ही कला है.** कला तो ईश्वरीय प्रेरणा है, इसलिए किसी कलाकृति का मूल्यांकन उसके गुण–दोषों से नहीं, भावनाओं से किया जाना चाहिए. **सबसे महान कलाकार वही है, जो अपने समूचे जीवन को ही कला का विषय बना लेता है.** कला अति सूक्ष्म और कोमल होती है. कला व्यक्ति के मस्तिष्क को भी सूक्ष्मदर्शी और कोमल बना देती है. मस्तिष्क की कोमलता ही रचनात्मकता का सृजन करती है. रचनात्मकता ही सबसे बड़ी शक्ति है.

निष्कर्ष–

उठने–बैठने, सोने–जगने, नहाने–धोने, खाने–पीने, सजने–संवरने, सुनने–सुनाने आदि दैनिक कार्यों में सृजनशीलता द्वारा सौन्दर्य भरा जा सकता है. जिसके हर कार्य में सौन्दर्य हो, उसे सब पसंद करते हैं. घर, दुकान, फैक्ट्री, ऑफिस आदि को किस प्रकार आकर्षक बनाया जा सकता है ? कौन–सा निर्माण कहाँ और कैसे करवाया जाना है ? कौनसी डिजाइन कहाँ देनी है ? कहाँ कौन–सी वस्तु रखनी है ? किसी उत्पाद को कलात्मक और अधिक उपयोगी कैसे बनाया जा सकता है ? दिल में उतर जाने वाले विज्ञापन का आधार क्या हो सकता है ? आदि प्रश्नों के उत्तर हमारी सृजनात्मक प्रवृत्ति में ही निहित है. वैसे इस सृष्टि में सबसे बड़ा कलाकार तो परमात्मा ही है, जिसकी सृजनात्मक गतिविधियाँ निरन्तर चल रही हैं. किन्तु हम भी तो परमात्मा के ही प्रतिनिधि हैं, कुछ न कुछ सृजित करते रहना हमारा भी स्वभाव है. हम अपने स्वभाव को कैसे छोड़ सकते हैं.

38

सफलता के लिए निरन्तरता प्रथम एवम् अन्तिम शर्त है (Continuity is The First & Last Condition of Success)

1. **जिस प्रकार एक साइकिल सवार को सन्तुलन बनाये रखने के लिए साइकिल को लगातार चलाते रहना जरूरी है, उसी प्रकार जिन्दगी के सन्तुलन को बनाये रखने के लिए कार्यों की गति को निरन्तर बनाये रखना जरूरी है.** अन्यथा जिन्दगी का सफर ही व्यर्थ है. जब भी निरन्तरता का क्रम टूटता है, व्यक्ति औंधे मुँह गिर पड़ता है, तब संभल कर दुबारा चलने में काफी वक्त लग जाता है. पर याद रखें, **गिरने का अर्थ लौटना नहीं होता, उठ कर पुनः चलना होता है.**

2. जब पूरी प्रकृति और समूची सृष्टि ही निरन्तरता के क्रम से आगे बढ़ रही है, तब हम निरन्तरता को तोड़ने का साहस कैसे कर सकते हैं. जब हर व्यवसाय और हर व्यवस्था में समाज के अमूल्य संसाधन लगे हुए हैं, तब हम अपना काम रोक कर या छोड़कर समाज को क्षति पहुँचाने का दुस्साहस कैसे कर सकते हैं. **समाज तो स्थायी है, व्यक्ति तदर्थ है.** इसलिए जब तक दौड़ सकते हैं, दौड़ें. जब तक चल सकते हैं, चलें. किन्तु निरन्तरता बनाये रखें. निरन्तर चलने वाला कभी किसी के पीछे नहीं रह सकता. **निरन्तरता के लिए तेज गति से चलना उतना महत्वपूर्ण नहीं है, जितना महत्वपूर्ण है, निरन्तर चलना.**

3. किसी फिल्माये गये सीन को जब निरन्तरता एवम् निश्चित गति के साथ चलाया जाता है, तब ही अभिनय सजीव हो पाता है. इसी प्रकार निरन्तर एवम् निश्चित गति के साथ कार्य करते रहने पर ही व्यक्ति का सपना साकार हो सकता है. जिस प्रकार विद्युत लाइन में करंट बनाये रखने के लिए करंट की निरन्तरता जरूरी है, उसी प्रकार कार्य के प्रवाह को प्रभावी बनाये रखने के लिए कार्य की निरन्तरता जरूरी है.

4. घाणी के बैल को एक ही सर्किल में लगातार घुमाने के लिए चालाकी से उसकी आँखों पर पट्टी और गले में घण्टी बाँध दी जाती है, ताकि बैल को यही लगे कि वह सीधे रास्ते पर निरन्तर आगे बढ़ रहा है और मालिक को दूर से ही पता चलता रहे कि बैल घूम रहा है. जरा सोचिए, अगर बैल आदमी की तरह चालाक होता तो एक ही स्थान पर खड़ा रह कर गर्दन हिलाता रहता और घण्टी बजाता रहता. आदमी चालाक है, इसीलिए निरन्तरता भंग करने के अलग–अलग बहाने ढूँढ़ता रहता है.

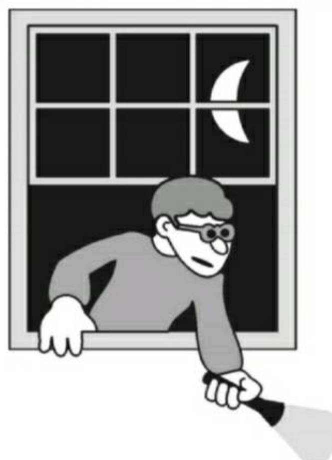
5. **निरन्तर परिश्रम करने वाला और सदैव कार्यरत रहने वाला ही सफल हो सकता है.** गिर–गिर कर संभलने वाला ही आगे बढ़ सकता है. इसलिए कभी किसी एक लक्ष्य पर या एक पड़ाव पर कभी मत ठहरिए, विफल होने पर कभी हताश मत होइए. **आशा और विश्वास के साथ लगातार प्रयास**

करते रहिए, क्या पता सफलता बस एक कदम ही दूर हो. प्रकृति सदैव नवीन एवम् विचित्र रूपों में परिवर्तित होती रहती है. परिस्थिति सदैव बदलती रहती है. **इसलिए लगातार काम करने वाला ही प्रकृति और परिस्थिति को अपने अनुकूल बना सकता है.**

6. जो भी कार्य आपके हाथ में है, उसे निरन्तर, नियमित एवम् निर्बाध गति से करते रहें, तब आपको सफलता की चिन्ता करने की आवश्यकता नहीं है. मजा तो तब है, जब आपको सफलता की नहीं, सफलता को आपकी फिक्र रहे. और यह संभव है, अगर आप अपने कार्यों में निरन्तरता बनाये रखें.
7. जब सूरज, चाँद, सितारे और प्रकृति के सभी अनुभाग बिना रूके निरन्तर कार्य कर सकते हैं, जब हमारे शरीर के सभी अवयव बिना क्षणिक विराम के निरन्तर सक्रिय रह सकते हैं, तब हम निरन्तर कार्य क्यों नहीं कर सकते ? यह नहीं भूलना चाहिए कि **हमें जीवन में जो कुछ भी मिलता है, उधार ही मिलता है और निरन्तर सजग एवम् सक्रिय रह कर ही हम उधार चुका सकते हैं.**
8. वस्तुतः जीवन अत्यन्त ही छोटा एवम् नितान्त अनिश्चित होता है. यहाँ सब कुछ अनिश्चित ही होता है. **अनिश्चितता भरे इस जगत में केवल समय का प्रवाह ही निश्चित होता है.** काल की गति से कुछ तो सीखें. अपने कार्यों में निरन्तरता और समन्वय बनाये रखें. जब आप निरन्तरता बनाये रखेंगे तो बाकी लोग भी ऐसा ही करेंगे.
9. जब किसी कार्य में निरन्तरता भंग होती है, तो उसमें रूकावट आ जाती है. जब कार्य की गति मन्द होती है तो कर्त्ताओं में थकावट आ जाती है. बार–बार व्यवधान होने पर तो कार्य की सफलता ही संदिग्ध हो जाती है. इसलिए निरन्तर आगे बढ़ते रहें. हवा के रूख का भी ध्यान रखें. **याद रखें, हवा के विपरीत निरन्तर चलने वाला भी एक दिन किनारे पहुँच ही जाता है.**

दृष्टान्त–

एक साधु रात्रि को कहीं से लौट रहा था. अचानक बरसात शुरू हो गई. बस्ती से बाहर किसी घर पर उसने दस्तक दी. मेजवान ने साधु को आश्रय दिया. साधु को अन्दर सुलाकर मेजवान अपने काम पर चला गया. और सूर्योदय से पूर्व ही लौट आया. साधु ने पूछा–'काम हुआ ?' मेजवान–'आज तो नहीं हुआ, लेकिन कल हो जायेगा.' साधु–'ऐसा कौनसा कार्य है जो केवल रात को ही होता है ?' मेजवान–'मेरा काम कुछ ऐसा ही है, होने पर सब बता दूँगा.' मेजवान दिन भर साधु की सेवा करता और रात को अपने काम पर चला जाता. सुबह लौट आता. साधु की उत्सुकता बढ़ती जा रही थी. करीब एक पखवाड़े बाद मेजवान एक दिन ढ़ेर सारे आभूषणों के साथ लौटा और बोला–'महाराज आज कामयाबी मिल गई है.' साधु ने आश्चर्य से पूछा–'इतने सारे आभूषण ?' मेजवान ने स्पष्ट किया–'क्षमा करें, महाराज मैं एक चोर हूँ. लगातार एक हवेली में चोरी करने जा रहा था, किन्तु कभी कुत्ते भौंकने लगते, कभी चौकीदार जग जाता, किन्तु आज कोई व्यवधान नहीं हुआ. मुझे आशीर्वाद दें कि मैं इसी तरह कामयाब होता रहूँ.' इस पर साधु ने चोर के पैर पकड़ लिए और बोला–'मैं आज से आपको गुरु मान कर चलूँगा. आशीर्वाद तो अब मुझे आपसे चाहिए, ताकि मैं अपनी साधना में सफल हो सकूँ. मैंने निराश होकर अपनी साधनायें कई बार बीच में ही छोड़ दी हैं, पर अब नहीं छोडूँगा.' साधु अपने आश्रम को लौट गया.



39 सही चयन पर ही सफलता निर्भर करती है (Success Depends on The Proper Selection)

1. **हम यह तो जानते हैं कि हमें क्या नहीं करना चाहिए, किन्तु हम यह नहीं जानते कि हमें क्या करना चाहिए ?** 'हमें क्या करना चाहिए ?' इसका निर्णय हमारी चयन क्षमता पर निर्भर करता है. और हमारी चयन क्षमता हमारी त्वरित निर्णय दक्षता पर निर्भर करती है. उचित एवम् त्वरित निर्णय पर ही सफलता निर्भर करती है, इसलिए हमें अपनी चयन क्षमता में लगातार विस्तार करते रहना चाहिए.

2. **जन्म और मृत्यु के बीच जो भी किया जाता है, उसका चुनाव किया जा सकता है.** जैसा हमारा चुनाव होगा, वैसा ही परिणाम होगा. **कई बार हम ऐसी परिस्थितियों का भी चुनाव कर लेना चाहते हैं, जो हमारे वश में नहीं हैं. और इसीलिए हम दुःखी रहते हैं.** हमारे तमाम उपद्रवों का आधार भी यही है. इसलिए हमें सहज एवम् संभव कार्यों का ही चयन करना चाहिए. यदि हमारा चयन सही होगा तो परिस्थितियाँ अपने आप हमारे पक्ष में होती चली जायेंगी.

3. **आनन्द की विकल्पना हमारी चयन संकल्पना पर ही निर्भर करती है.** कार्य आरम्भ करने से पूर्व यदि हम उसकी उपयोगिता और कार्यविधि पर गहराई से मनन करेंगे, तो हम अपने अन्तःकरण की आवाज से सफलता अथवा विफलता का पूर्वाभास प्राप्त कर लेंगे. अन्तःकरण से ही सकारात्मक चुनाव के संकेत मिलते हैं. और सकारात्मक चुनाव से ही सफलता के रास्ते प्रशस्त हो सकते हैं.

4. **कम–से–कम समय में सर्वोत्तम का चयन कर लेना ही सबसे बड़ी सफलता है.** किसी कार्य की सफलतापूर्वक शुरूआत उसके सही चयन पर ही निर्भर करती है. चयन की योग्यता के बिना तो हम कुछ भी नहीं कर सकते. **हमें हर क्षण कुछ न कुछ चयन करना पड़ता है और गलत चयन का नुकसान हमें लम्बे समय तक भुगतना पड़ता है. सुख और दुःख हमारे चयन पर ही निर्भर करते हैं.** त्रुटिपूर्ण चयन हमें दुःखों की ओर धकेलता रहता है तथा सही चयन हमें सुख पहुँचाता है. दुःख और सुख तो एक ही सिक्के के दो पहलू हैं, फिर भी हम इनमें से किसी एक का चयन कर सकते हैं.

5. जीवन में शिक्षण–प्रशिक्षण, काम–धन्धा, दोस्त–दुश्मन, जीवन–साथी, सहयोगी, शान्ति–अशांति, ज्ञान–विज्ञान, प्रकाश–अंधकार, प्रेम–नफरत, सफलता–विफलता, साधन–संसाधन, समस्यायें और समाधान बहुत कुछ हमारे चयन पर निर्भर करते हैं. सही चुनाव का आधार हमारा आत्मविश्वास, सकारात्मक सोच, स्थिर मन, पूर्वानुभव एवम् भविष्य के प्रति हमारा दृष्टिकोण है. **जब भी हम किसी वस्तु या स्थिति का चयन करते हैं, तब हम वस्तुतः अपने आपका ही चयन करते हैं.**

6. हमारी प्राथमिकतायें क्या हैं ? आर्थिक स्वावलम्बन सम्बन्धी आवश्यकतायें क्या हैं ? हमारी सामाजिक एवम् नैतिक मान्यतायें क्या हैं ? आदि सभी प्रश्नों पर गंभीरतापूर्वक विचार कर सही कार्य योजनाओं

का चयन करते हुए यदि हम इन पर यथा समय अमल कर लेते हैं तो हमें विफलता का मुँह नहीं देखना पड़ेगा. अर्थात् **सही समय पर सही चयन की प्रवृत्ति ही सफलता की दिशा निर्धारित करती है.**

7. याद रखें, **हृदय तक केवल ध्यान पहुँचता है, ज्ञान नहीं. मस्तिष्क तक केवल ज्ञान पहुँचता है, ध्यान नहीं.** आश्चर्य तो यही है कि व्यक्ति इनमें से किसी एक का ही चयन करता है, यही उसकी सबसे बड़ी विफलता है. **ज्ञान और ध्यान के योग पर ही जीवन की सार्थकता है.** इसलिए अपनी आवश्यकतानुसार दोनों का ही चयन करें, दोनों को ही जीवन में उतारें, यही सबसे बड़ी सफलता है.
8. **जो भी चुनें, तत्काल चुनें. जो चुनें, उस पर चलें.** गलत चुनाव पर सिर न धुनें. **चुनाव में ही सारा वक्त न लगाऐं, क्रियान्वयन के लिए भी वक्त बचाऐं.** कहीं ऐसा न हो कि चुनाव में ही कीमती वक्त बर्बाद हो जाए और सही वक्त पर सही व सहज चुनाव भी न कर सकें.
9. **देखा जाय तो जिन्दगी का मतलब ही चुनाव है.** चुनाव तो जिन्दगी के सुहाने सफर की नाव है. बशर्ते कि आप सही नाव का चुनाव कर सकें. यदि आप किसी उत्पादन कार्य में लगे हैं तो आपको हर स्टेज पर कुछ न कुछ चयन करना ही पड़ेगा. जैसे कच्चा माल, उत्पाद, सह–उत्पाद, फैक्ट्री स्थल, फैक्ट्री का आकार, मशीनरी, कर्मचारी, गुणवत्ता, प्रसार माध्यम, बाजार, नवाचार, निवेश आदि का चयन तो आपको करना ही पड़ेगा. हर क्षण और हर स्टेज पर कुछ न कुछ निर्णय लेने ही पड़ेंगे. आपके निर्णय आपकी चयन क्षमता पर निर्भर करेंगे. इसलिए चयन क्षमता बढ़ाइए और अपने निर्णयों में विलम्ब मत करिए.

दृष्टान्त–

मिस्टर दूरदर्शी को घर हेतु भूखण्ड खरीदना था. शहर की विकसित कॉलोनी में दो सौ वर्ग मीटर का भूखण्ड दस लाख रुपये में मिल रहा था. नगरीय सीमा से थोड़ी दूरी पर मुख्य सड़क के किनारे दो एकड़ कृषि भूमि पाँच लाख रुपये में मिल रही थी. दूरदर्शी ने दूर की सोचते हुए दो एकड़ भूमि का चयन कर लिया. उसमें एक छोटा–सा फार्म हाउस बना कर रहने लगा. फल एवम् सब्जियों का उत्पादन भी करने लगा. कुछ आमदनी भी होने लगी. आरम्भ में कुछ असुविधायें अवश्य हुई. करीब दस साल बाद आबादी का विस्तार दूरदर्शी के फार्म तक हो गया. दूरदर्शी ने इसी दौरान कृषि भूमि का आवासीय प्रयोजनार्थ रूपान्तरण भी करवा लिया था. बीस प्रतिशत भूमि अपने पास रखते हुए शेष भूमि को अस्सी लाख रूपयों में बेच दी. सही चयन और दूरदर्शिता के कारण वह बैठे–बैठे ही करोड़पति हो गया. अन्यथा उसका पूरा जीवन ही मकान की किश्तें चुकाने में बीत जाता. फार्म हाउस का सपना भी कभी पूरा नहीं होता.

40 परिश्रम का कोई विकल्प नहीं है (There is No Alternative to Hard Work)

1. यह सही है कि **बिना काम के आदमी पागल हो सकता है या आत्महत्या कर सकता है.** किन्तु परिश्रम करते रहने पर न कोई पागल हो सकता है और न आत्महत्या कर सकता है. आदमी काम से नहीं, 'आराम' से मर सकता है. काम के बिना जिन्दगी का कोई अर्थ नहीं है और परिश्रम के बिना किसी काम का कोई औचित्य नहीं है.
2. **यह भी सही है कि यहाँ सफल और असफल दोनों ही तरह के व्यक्ति काम करना नहीं चाहते, परन्तु विवशतावश करना पड़ता है.** किन्तु जो काम को अपनी आदत बना लेता है, वह कभी असफल नहीं हो सकता. जो काम न करने के बहाने ढूँढ़ लेता है, वो कभी सफल नहीं हो सकता. **जो अपने काम को काम समझ कर निरन्तर संलग्न रहता है और श्रम से कभी समझौता नहीं करता, वही जिन्दगी में सब कुछ प्राप्त कर सकता है.**
3. **जिस प्रकार तराशे बिना पत्थर को हीरा नहीं बनाया जा सकता, उसी प्रकार संघर्ष के बिना भाग्य को नहीं चमकाया जा सकता.** जिस प्रकार घर्षण के बिना अग्नि प्रज्वलित नहीं की जा सकती, उसी प्रकार कर्म क्षेत्र में परिश्रम के बिना सफलता प्राप्त नहीं की जा सकती. अर्थात् परिश्रम ही जीवन है. निरन्तर परिश्रम करके ही किसी सफलता को बरकरार रखा जा सकता है.
4. यदि कहीं थोड़ी सी भी भूल–चूक रह जाती है तो पर्याप्त परिश्रम के उपरान्त भी अपेक्षित फल नहीं मिल सकता. इसलिए पहले भूल–चूक सुधारें, फिर प्रयास करें. याद रखें, पसीने की बून्दों **के बिना सफलता का फूल नहीं खिल सकता. व्यक्ति की संघर्ष क्षमता और श्रम साध्यता असीम, अतुलनीय एवम् अनाम होती है.** आज दुनिया जहाँ आ पहुँची है, वह अकूत परिश्रम का ही परिणाम है. कल दुनिया जहाँ पहुँचेगी, परिश्रम के माध्यम से ही पहुँचेगी.
5. हर कार्य में परिश्रम करना पड़ता है. सोचने विचारने में भी श्रम लगता है. श्रम चाहे शारीरिक हो, मानसिक हो या बौद्धिक हो, श्रम तो श्रम ही होता है. बिना परिश्रम किये तो आप प्रस्तुत पुस्तक भी नहीं पढ़ सकते. परिश्रम के बिना सफलता संभव ही नहीं है. **सफल हो जाने का यह मतलब कदापि नहीं हैं कि अब आपको श्रम की आवश्यकता ही नहीं रही है.** कोई भी सफलता कभी अन्तिम नहीं होती और हर सफलता को अपने स्थायीत्व के लिए लगातार **श्रम की आवश्यकता होती है. अर्थात् श्रम से पीछा छुड़वाने का अर्थ होगा जिन्दगी से पीछा छुड़वाना.**
6. **परिश्रम एक आहुति है. कठोर परिश्रम एक चुनौती है.** जीवन यज्ञ में परिश्रम की आहुति देते रहें, हर चुनौती को स्वीकारते चलें. फिर देखें, असंभव भी कैसे संभव हो जाता है. जितना परिश्रम आप साधारणतः कर सकते हैं, उसका दुगुना परिश्रम करके तो देखिए. जितना आप दूसरों से काम ले सकते हैं, उससे डेढ़ गुना काम लेकर तो देखिए, आपको कभी पीछे मुड़कर देखने की फुरसत ही नहीं मिलेगी.

7. विरासत, लॉटरी, धोखाधड़ी, छल–कपट या किसी भी शॉर्टकट से आप रातों–रात करोड़पति तो हो सकते हैं, किन्तु आकस्मिक धन को सहजने एवम् धन का सदुपयोग करने के लिए भी आपको बहुत कुछ श्रम लगाना ही पड़ेगा. याद रखें, **धन जिस तेजी से आता है, उससे भी अधिक तेजी से चला भी जाता है. करोड़पति होने में तो वक्त लगता है, किन्तु रोड़पति होने में कोई वक्त नहीं लगता.**
8. **किसी भी कार्य की सफलता में श्रम का हिस्सा अस्सी प्रतिशत तक होता है.** योग–संयोग, भाग्य–भावना, दक्षता–क्षमता, योजनाबद्धता, समयबद्धता आदि का योगदान केवल बीस प्रतिशत तक ही हो सकता है. याद रखें, **भाग्य भी उसी का साथ देता है, जो परिश्रम को अपना साथी बना लेता है.** भाग्य से मिली सफलता भी परिश्रम के बिना विफलता में बदल सकती है. अर्थात् **परिश्रम तो सफलता की प्रथम एवम् अन्तिम शर्त है.**
9. **बीमारी किसी मंत्र से नहीं मिट सकती, संकल्प के साथ दवा तो खानी ही पड़ेगी. कामयाबी भी किसी मंत्र से नहीं मिल सकती, मेहनत की जहमत तो उठानी ही पड़ेगी.** मेहनत के बिना तो खुदा की रहमत भी कहाँ बरसती है. **मेहनत के बिना तो सफलता भी सफलता को तरसती है.**

दृष्टान्त–

किसी उद्योगपति के इकलौता पुत्र था. पुत्र आराम तलब और खर्चीला था. इसीलिए उसे कोई जिम्मेदारी नहीं सौंपी गई थी. मौज–मस्ती में ही उम्र निकलती जा रही थी. एक दिन उसने अपने पिता से आग्रह किया कि उसे भी फैक्ट्री का कुछ काम संभला दिया जावे. इस पर पिता ने कहा–'जिस दिन तुम अपनी मेहनत से एक रुपया भी कमाकर ले आओगे, उसी दिन से काम संभला दूँगा.' आलसी पुत्र ने अपने किसी मित्र से एक रुपया प्राप्त किया और पिता को लाकर दे दिया. व्यवसायी पिता ने सिक्के को सूंघा और यह कहते हुए कचरे में फेंक दिया कि इसमें उसके पसीने की खुशबू नहीं थी. पुत्र चुपचाप वहाँ से चला गया. दूसरे दिन पुत्र ने अपनी माँ से पाँच रुपये का सिक्का लिया और अपने पिता के सामने रख दिया. पिता ने सिक्का सूंघा और यह कहते हुए कचरे में फेंक दिया कि–'इसमें भी तुम्हारे पसीने की खुशबू नहीं आ रही है.' पुत्र वहाँ से चला गया, किन्तु परेशान हो उठा. उसने निश्चय किया कि सचमुच कमाकर ही लाऊँगा. एक दिन वह अपने शहर से जरा दूर चला गया. पास के कस्बे में दिन भर मजदूरी की. उसे पचास रुपये मजदूरी के एवज में मिले. शाम को थका हारा लौटा और अपनी पहली कमाई में से एक रुपये का सिक्का अपने पिता के सामने रख दिया. पिता ने सिक्का सूंघा और यह कहते हुए कि इसमें भी उसके पसीने की खुशबू नहीं है, कचरे में फेंक दिया. इस पर पुत्र ने तुरन्त कचरे में से अपना सिक्का ढूँढ़ा और अपने माथे से लगाते हुए जेब में रख लिया. तब पिता ने उसे अपने पास बुलाया और कहा–'मैं समझ गया, यह तुम्हारी खरे पसीने की कमाई है. तुम कल से फैक्ट्री आ सकते हो.'

41

सफल होने का मतलब करोड़पति होना नहीं है (A Successfulman Does Not Mean to Be A Millionaire)

1. **जहाँ यह सही है कि 'सफल होने का मतलब करोड़पति होना नहीं है,' वहीं यह भी सही है कि 'करोड़पति होने का मतलब सफल होना नहीं है.'** अर्थात् व्यक्ति बिना करोड़पति हुए भी अपना जीवन सफलतम तरीके से व्यतीत कर सकता है और करोड़पति होते हुए भी सफलता से कोसों दूर रह सकता है.
2. **सफलता को सम्पदा से नहीं, केवल प्रसन्नता से आंका जा सकता है.** प्रसन्नता को किसी भौतिक सम्पदा से नही, बल्कि आत्मिक सम्पदा से आंका जा सकता है. **'धनवान' वही जो बिना धन छोड़े, सौ साल की उम्र में मरे. 'निर्धन' वही जो सम्पन्न होते हुए भी कंजूसी में जीवन बसर करे.** याद रखें, कृपण होने का मतलब सफल होना नहीं है.
3. सफलता कोई अंक गणितीय इकाई नहीं है. सफलता के लिए अपेक्षित मुख्य मापदण्ड निम्न हो सकते हैं–
   1. आर्थिक आत्मनिर्भरता
   2. पारिवारिक प्रसन्नता
   3. मानसिक, शारीरिक एवम् आध्यात्मिक आरोग्यता
   4. भविष्य के लिए निश्चितता
   5. सामाजिक मान्यता
4. **सफलता का मतलब है, स्वयम् की सुखद अभिव्यक्ति.** दूसरों की स्वीकृति होना अपेक्षित नहीं है. **जिन्दगी कभी फिसलती हुई न लगे, कभी पिछड़ती हुई न लगे, कभी भार न लगे, यही जिन्दगी का सार है. सम्मान के साथ जीने के लिए तो न्यूनतम संसाधनों की आवश्यकता होती है, किन्तु न्यूनतम की भी कोई सीमा नहीं है.** समय की गति एवम् मानवीय विकास के साथ–साथ न्यूनतम में भी नये–नये साधन जुड़ते रहते हैं. **जो अपनी क्षमता के अनुरूप संसाधनों से समझौता कर लेता है, वही सफल कहलाता है.**
5. असली प्रश्न यही है कि आखिर किसी व्यक्ति की आमदनी कितनी हो ? आय की न्यूनतम सीमा तो निर्धारित की जा सकती है, परन्तु अधिकतम कोई सीमा नहीं हो सकती. औसत के सिद्धान्त के अनुसार यदि किसी व्यक्ति की वार्षिक आय 'प्रति व्यक्ति औसत आय' से अधिक हो तो विशेष चिन्ता की बात नहीं होनी चाहिए. पर इसका अर्थ यह नहीं है कि आप औसत पर अटक जायें या गरीबी रेखा से लटक जायें. आपकी आय कम–से–कम औसत से दोगुनी तो होनी ही चाहिए, तब औसत का ग्राफ

अपने साथ ऊपर चढ़ने लगेगा. **'प्रति व्यक्ति औसत आय' में अभिवृद्धि करते रहना ही आपकी सफलता का लक्ष्य होना चाहिए.**

6. **जिस प्रकार आप किसी दरिया से सीधे ही पानी पीकर अपनी प्यास संतुष्टि के साथ नहीं बुझा सकते, उसी प्रकार अपार सम्पदा के ढ़ैर पर बैठ कर भी अपने जीवन को सदा सुखी नहीं बना सकते.** उपलब्ध धन से आप जल्दी ही ऊब जायेंगे, उससे अधिक की योजनायें बनायेंगे और तब जो है, उसे भी पर्याप्त नहीं पायेंगे. इसलिए जो है, उसका संतुष्टि के साथ उपभोग करें और अपनी आय बढ़ाने के निरन्तर प्रयत्न करते रहें.
7. वैसे धन की कोई अन्तिम सीमा नहीं हो सकती. जो करोड़पति है, वह अरबपति बनना चाहता है और जो अरबपति है, वह खरबपति बनना चाहता है. व्यक्ति की अपेक्षायें तो अनन्त होती हैं, किन्तु आय के स्त्रोत सीमित ही होते हैं. इसलिए अपेक्षायें कभी पूरी नहीं हो सकती. परन्तु याद रखें, **सीमित अपेक्षायें सीमित आय से अवश्य पूरी हो सकती है.**
8. कहा जाता है कि लक्ष्मी तो चलायमान है, चंचला है. आज है, कल नहीं. फिर जितना धन, उतनी ही उलझनें, जिनका कोई हल नहीं है. जितना अधिक धन होगा, उतने ही अधिक दुश्मन होंगे. इसलिए सफलता का मापदण्ड कभी बैंक बैलेन्स नहीं हो सकता. सफलता का मापदण्ड किसी का चैलेन्ज स्वीकार करना नहीं हो सकता. **सफलता तो एक मनोवैज्ञानिक अवस्था है, जो व्यक्ति के सोच पर निर्भर करती है.** और सोच भी सबका एक सा नहीं हो सकता.
9. समय–समय पर गरीबी–अमीरी की परिभाषायें बदलती रहती हैं. आज तो जिसके पास जितना अधिक 'स्थान' होगा, वह उतना ही अधिक धनवान होगा. वैसे भी 'स्थान' यानी Space आरम्भ से ही सफलता का एक शाश्वत मापदण्ड रहा है और आगे भी रहेगा. हर व्यक्ति खुले में श्वास लेना चाहता है. दूसरों से जरा दूर रहना चाहता है और इसके लिए उसे अपने आस–पास अधिक स्थान की आवश्यकता होती है. अर्थात् 'स्थान' में अपेक्षित अभिवृद्धि ही सफलता के लिए आवश्यक होती है.

सफलता का मापदण्ड–

वैसे तो सफलता के मापदण्ड समय–समय पर एवम् व्यक्ति दर व्यक्ति बदलते रहते हैं. **(क) किसी ने कहा है कि अपनी श्रेणी के लोगों के बीच अपनी योग्यता को सिद्ध करना ही सफलता है. (ख) कोई कहता है कि धन के बल पर अपनी इच्छाओं की पूर्ति करने की शक्ति रखने वाला ही सफल कहलाता है.** (ग) आध्यात्मिक विद्वानों का कहना है कि जो सांसारिक वस्तुओं से ऊपर उठकर सोचता है, वही सफल है. **जो अपनी इच्छाओं पर नियन्त्रण कर लेता है, वही सफल है.** (घ) किन्तु असली सफलता किसे मानी जाय ? सफलता तो वस्तुतः एक तुलनात्मक स्थिति है. **जिससे आप तुलना करते हैं, आपकी सफलता उसी पर निर्भर करती है. (ङ) आपके पास कितनी सम्पदा है ? यह महत्वपूर्ण नहीं है. महत्वपूर्ण तो यही है कि आपकी नियमित एवम् निश्चित् आमदनी कितनी है.** आपकी नियमित आय कितनी है, यह भी उतनी महत्वपूर्ण नहीं है, महत्वपूर्ण तो यही है कि आप अपनी आमदनी का कितना सदुपयोग करते हैं. सदुपयोग करना ही महत्वपूर्ण नहीं है, उससे भी अधिक महत्वपूर्ण है कि आप 'कल' के लिए कितना बचाते हैं, कितना निवेश करते हैं.

42 अपनी ही नहीं, दूसरों की सफलताओं के लिए भी उत्साहित रहें (Take Delight in the Success of Others, As Much As in One of Your Own)

1. यह सदैव याद रखें कि आपकी सफलता अकेले आपके कारण नहीं है, उसमें प्रत्यक्षतः एवम् परोक्षतः कई व्यक्तियों का योगदान होता है. जिन व्यक्तियों का योगदान होता है, उनके अपने–अपने निहित स्वार्थ भी होते हैं. सभी अपनी–अपनी सफलताओं के लिए कार्य करते हैं, इसलिए सम्पर्क में आने वाले हर व्यक्ति को यथोचित महत्व दें. उसके कार्यों सम्बन्धी जानकारी लेते रहें और समय–समय पर प्रोत्साहित करते रहें. **कठोर परिश्रम के लिए सबसे बड़ा सम्बल प्रोत्साहन ही होता है.**
2. **अगर आपके पास प्रसन्नता है तो आप दूसरों को भी प्रसन्नता ही देंगे.** अगर आपके पास खिन्नता है तो आप दूसरों को भी खिन्नता ही देंगे. जो आपके पास होगा, वही तो दे सकेंगे. जो आप देंगे, वही वापस ले सकेंगे. यदि आप उत्साह से भरे होंगे तो दूसरों को भी उत्साहित कर सकेंगे. मजा तो तब है, जब आप उत्साह को ब्याज सहित लौटाते रहें.
3. आप जब भी, जहाँ भी, जिससे भी मिलें, उत्साह के साथ मिलें. पहले कुशलता पूछें, फिर काम की बात करें. सामने वाले को उसके कार्यों के लिए बधाई अवश्य दें. अपनी बजाय दूसरों की कामयाबी में अधिक उत्सुकता दिखायें. बिना पूछे अपने बारे में कुछ भी न बतायें. जब भी बतायें संक्षेप में ही बतायें. **जब आप दूसरों के लिए उत्साहित रहेंगे तो दूसरे भी आपके लिए उत्सुक रहेंगे.**
4. जब आप दूसरों का भला चाहेंगे तो दूसरे भी आपका भला चाहेंगे. **जब आप देना सीख जायेंगे, तब आपको मांगना नहीं पड़ेगा.** तो देने के लिए उत्सुक रहें, लेने के लिए नहीं. आप दूसरों को क्या देंगे ? वही तो देंगे, जो आपके पास होगा. क्या आप चाहेंगे कि दूसरे आपको बिल्कुल खाली समझें ? जब आप किसी की प्रशंसा नहीं कर सकते, जब आप किसी को प्रोत्साहित नहीं कर सकते, जब आप किसी का भला नहीं चाहते, तब आप बिल्कुल खाली समझे जायेंगे.
5. **यदि आप अंहकार, अधंकार, घृणा, लालच, मूर्खता, अस्वस्थता और ईर्ष्या जैसी नकारात्मक ऊर्जाओं से भरे होंगे, तब दूसरों को भी यही सब देंगे.** इसलिए कुछ देने से पहले अपने आपको नकारात्मक ऊर्जाओं से मुक्त करें, सकारात्मक ऊर्जाओं से भरें. तब आप सदा उत्साहित रहेंगे, आपसे मिलने वाले भी उत्साह से भर जायेंगे. सकारात्मक ऊर्जाओं के प्रकाश से अपने आभामण्डल को सदैव प्रकाशित एवम् विकसित रखें, ताकि सम्पर्क में आने वाला हर व्यक्ति स्वतः ही प्रभावित हो उठे.
6. **सफल व्यक्ति सदा उदार होता है और अहसानमन्द भी. सफल व्यक्ति सदा संवेदनशील होता है और भरोसेमंद भी. जो जितना कृतज्ञता से भरा होगा, उतना ही सफल होगा.** जो सफल

होगा, उसे दूसरों की सफलताओं में भी अपनी ही सफलता के दर्शन होंगे. **जो दूसरों की सफलताओं के लिए उत्सुक रहेगा, वही वस्तुतः सफल हो सकेगा.**

7. याद रखें, **आपका नौकर भी आपकी परवाह तब तक ही करेगा, जब तक कि आप उसका ध्यान रखेंगे.** दूसरे भी आपका ध्यान तब तक ही रखेंगे, जब तक कि आप उनका ध्यान रखेंगे. दूसरों के सुख–दुख में शामिल होकर तो देखिए, दूसरे भी आपकी परवाह करने लगेंगे. **जब आस–पास के लोग सम्पन्न होंगे, तब ही तो आप सम्पन्न हो पायेंगे.** यदि आप व्यापारी है तो आपकी बिक्री तब ही बढ़ेगी, जब आपके ग्राहकों की क्रय शक्ति बढ़ेगी.

8. **हमारे विचारों से ही हमारी संवेदननायें जन्मती हैं. हमारी संवेदनशीलता से ही हमारी भावनायें बनती हैं.** हम अपनी भावनाओं के आधार पर ही दूसरों से व्यवहार कर पाते है. इसलिए अपेक्षित होगा कि सर्वप्रथम हम अपनी खोज करें, स्वयम् को विकसित करें, प्रौढ़ करें, फिर दूसरों की पहचान करें. दूसरों की पहचान प्राप्त करें और आगे बढ़ते रहें. **दूसरों के साथ खुशियाँ बाँटने से हमारी खुशियाँ दोगुनी हो जाती हैं.**

9. आज के तकनीकी युग में तो एक दूसरे पर हमारी निर्भरता अत्यधिक बढ़ चुकी है. हमारी सफलता दूसरों की कुशलता, तत्परता और सहयोगात्मक प्रवृत्ति पर निर्भर करती है. इसलिए हमें एक दूसरे की कामयाबी की कामना करते रहना चाहिए. दूसरों की सफलताओं को अपनी सफलता के साथ जोड़कर देखना चाहिए. हमें यह नहीं भूलना चाहिए कि **दूसरों की सफलतायें सुनिश्चित होने पर ही हमारी सफलता सुनिश्चित हो सकती है.**

दृष्टान्त–

एक अति उत्साही व्यक्ति ने औद्योगिक क्षेत्र के बीच अपना छोटा सा ढ़ाबा चालू किया. जल्दी ही हर ग्राहक से आत्मीय सम्बन्ध बना लिए. ढ़ाबा चल निकला. वह हर ग्राहक से उसके धन्धे के सम्बन्ध में पूछने लगा और आवश्यक सलाह भी देने लगा. अक्सर पूछता–'कहिए साहब, मैं आपकी क्या सेवा कर सकता हूँ ?' आपका काम कैसा चल रहा है ? कहीं पैसा तो नहीं फंस रहा है ? किससे बच कर रहना है ? कौनसी पार्टी कैसी है ? साथ ही सलाह भी देता रहता–'लाभ कैसे बढ़ाया जा सकता है ? कौन–कौनसी सावधानियाँ रखनी हैं ? बिजली कटौती का मुकाबला कैसे किया जा सकता है ? श्रमिक क्या चाहते हैं ? अर्थात् सबकी हर संभव सहायता करता. इस प्रकार ढाबे पर आने वाला हर ग्राहक ढ़ाबे को अपना ही समझने लगा. तब उसे अपने ढ़ाबे के बारे में सोचने की आवश्यकता ही नहीं रही. सबके सहयोग से ढ़ाबा अपने आप चलने लगा.

43 दूसरों की सफलताओं से ईर्ष्या नहीं, बल्कि कुछ सीखने की कोशिश करें (It is Better to Learn From The Success of Others, Then Envying Them)

1. **अगर हम किसी का दुर्भाय सोचते हैं, तो यह सिर्फ और सिर्फ हमारा ही दुर्भाग्य होगा. अगर हम किसी का सौभाग्य सोचते हैं, तो यह हमारा भी सौभाग्य होगा.** याद रखें, ईर्ष्या करने वाले व्यक्ति में स्वयम् की कोई महत्वाकांक्षा नहीं होती, बल्कि वह तो यही चाहता है कि दूसरा जल्दी से गिर कर नीचे आ जाय. ईर्ष्या करने वाला किसी दूसरे का कुछ भी नहीं बिगाड़ सकता, किन्तु अपना नुकसान अवश्य कर लेता है.
2. **जहाँ चन्दन महकता है, वहाँ दूसरे वृक्षों में भी सुगन्ध आ ही जाती है.** जहाँ गुलाब खिलता है, वहाँ दूसरे फूलों से भी महक आ ही जाती है. जब दूसरों की सफल कल्पनाओं को अपने–अपने मूल ज्ञान से जोड़ा जाता है, तब हमारी सफलता के भी पंख लग जाते हैं. इसलिए **दूसरों की सुगन्ध को दुर्गन्ध कह कर अपनी दुर्गन्ध न फैलायें.**
3. हकीकत तो यही है कि **अधिकांश व्यक्ति एक–दूसरे को जलाने के लिए ही हर वक्त दौड़ धूप करते रहते हैं, क्योंकि वे भी किसी न किसी से जले भुने होते हैं.** माना कि दूसरों का काम तो आपको जलाना ही है, किन्तु 'जलने या न जलने' का विकल्प तो आपके पास ही है. अपने विकल्पों का सदैव सदुपयोग करें. जलना व जलाना छोड़ें। अपनी गति से निर्विकार रूप से निरन्तर आगे बढ़ते रहें. तब आपको न जलने की जरूरत पड़ेगी और न जलाने की.
4. **दूसरों से जलन रखने से ईर्ष्या, ईर्ष्या से हीनभावना और हीनभावना से खुद के प्रति दुर्भावना पैदा होती है.** याद रखें, दुर्भावना रखने से किसी दूसरे का कुछ भी नहीं बिगड़ सकता, किन्तु आपकी कार्यक्षमता अवश्य प्रभावित हो जाती है. ईर्ष्या से प्रगति रूक जाती है. जलने वाला जलता ही रह जायेगा और जगत आगे बढ़ जायेगा. इसलिए जलो, मगर दीपक की तरह.
5. **हम हर सफल और असफल व्यक्ति से कुछ न कुछ अवश्य सीख सकते हैं. हम हर व्यक्ति और हर परिस्थिति से हर क्षण कुछ न कुछ सीख सकते हैं.** यह सही है कि यह संसार सफल व्यक्तियों के कारण ही निरन्तर आगे बढ़ रहा है. क्या हमारे ईर्ष्या करने से सफल व्यक्ति परिश्रम करना छोड़ देंगे ? तो फिर हमें जलने की कहाँ आवश्यकता है. मजा तो तब है, जब हम ईर्ष्या के बजाय सीखना जारी रखें.
6. **यदि आप किसी की प्रशंसा करके उससे कुछ सीखना चाहेंगे तो बहुत कुछ सीख जायेंगे.** यदि आप जहर से भरे होकर कुछ सीखना चाहेंगे तो कुछ भी नहीं सीख पायेंगे. यह मत भूलिए कि

प्रत्येक सफल व्यक्ति के पीछे किसी न किसी की प्रेरणा अवश्य होती है. और प्रेरणा प्रशंसा से मिलती है, ईर्ष्या से नहीं.

7. **जो खुद कुछ नहीं कर सकता, वह सदा दूसरों की बुराई करने में ही लगा रहता है. और धीरे–धीरे यही उसका काम हो जाता है, क्योंकि उसे यही सबसे आसान लगता है.** बुराई अक्सर पीठ पीछे की जाती है. बुराई न अस्त्र है, न शस्त्र ही. लेकिन जो बुराई को ही अपना अस्त्र समझ लेता है, उसका अमूल्य जीवन मूल्यहीन हो जाता है. इसलिए अपने इकलौते और अमूल्य जीवन को यूं व्यर्थ मत करिए.
8. **यदि आप अपनी वस्तुओं को एक दूसरे से बदलेंगे तो वस्तुओं में कोई अभिवृद्धि नहीं होगी. किन्तु यदि आप अपने अच्छे विचारों को परस्पर बदलेंगे तो दोनों पक्षों के पास दो गुने विचार हो जायेंगे.** इसलिए अपने अच्छे विचारों का आदान–प्रदान करें, अपने विचारों में अभिवृद्धि करते रहें. हर व्यक्ति के व्यक्तित्व एवम् कृतत्व का सम्मान करें और अपने व्यवसाय को नये आयाम प्रदान करें.
9. सफल व्यक्ति को उसकी सफलता पर बधाई दें, किन्तु आपके शब्दों में ईर्ष्या नहीं होनी चाहिए. जब आप शुद्ध, निष्पक्ष और सहज भाव से किसी को बधाई देंगे, मन से उसकी प्रशंसा करेंगे तो दूसरे भी बदले में ऐसा ही करेंगे. आपकी मदद के लिए सदा तैयार रहेंगे. याद रखें, **जो आप दूसरों को देंगे, वही लौट कर आयेगा.** बुराई, घृणा, ईर्ष्या, बेईमानी तो ब्याज सहित लौट कर आती है. इनसे बचें, इनसे नकारात्मक ऊर्जा मिलती है.

दृष्टान्त–

किसी शिष्य द्वारा अरस्तु से पूछा गया कि सफलता का रहस्य क्या है ? इस पर दार्शनिक अरस्तु ने पाँच सूत्र बताये–

1. अपना दायरा बढ़ाओं और संकीर्ण स्वार्थपरता से ऊपर उठकर सामाजिक बनो.
2. आज की उपलब्धियों पर संतोष करो और कल की योजनाओं के लिए आशान्वित रहो.
3. **दूसरों के दोष ढूँढ़ने में अपनी शक्ति खर्च मत करो, वरन् दूसरों से कुछ न कुछ सीखते हुए आगे बढ़ते रहो.**
4. कठिनाइयों को देखकर चिन्तित होने की बजाय धैर्य और साहस के साथ आगे बढ़ते रहो. कठिनाइयों का निराकरण स्वतः ही होता चला जायेगा.
5. **हर व्यक्ति में कुछ न कुछ अच्छाई खोजो और उससे कुछ न कुछ सीखते हुए अपने ज्ञान एवम् अनुभव को बढ़ाओ.** अर्थात् जब आप दूसरों से ईर्ष्या करना छोड़ देंगे, तब ही किसी से कुछ सीख पायेंगे. ईर्ष्या तो कभी न बुझने वाली आग है, जो ईर्ष्या करने वाले को ही जलाती है. प्रशंसा तो कभी न बुझने वाली प्यास है, जो दोनों ही पक्षों को लाभ पहुँचाती है.

44

योजना किसी की भी हो, पर आपके अनुकूल हो
(You Can Adopt Others Plan, Provided it Suits You)

1. यदि आप दूसरों की योजनाओं से भी बेहतर योजना बनाने के लिए सक्षम हैं तो अपनी योजना अलग से ही तैयार करें और उस पर प्रभावी ढंग से अमल करें. किन्तु यदि आप योजना बनाने के लिए सक्षम नहीं है या आपके पास पर्याप्त समय नहीं है, तब दूसरों की योजना अपनाने में कोई हर्ज नहीं है, बशर्ते कि योजना आपके लिए अनुकूल हो.
2. **आदमी अक्सर दूसरों को वही योजना सुझाता है, जिस पर वह खुद अमल नहीं कर पाता है.** इसलिए दूसरों द्वारा सुझाई गई योजना को हाथ में लेने से पूर्व उस पर गहराई से विचार करें. क्या आप ऐसी ही किसी योजना की तलाश में थे ? क्या यह योजना, समय और स्थान के सर्वथा अनुकूल है ? क्या योजना के लिए आपके पास मूलभूत ढ़ाँचा तैयार है ? क्या योजना की क्रियान्विति के लिए आर्थिक एवम् भौतिक संसाधन उपलब्ध हो सकेंगे ? क्या योजना लम्बे समय तक लाभ देती रहेगी ? आदि सभी प्रश्नों पर गहन चिन्तन करने के बाद ही योजना पर अमल आरम्भ करें.
3. जिस योजना पर दूसरों द्वारा अमल किया जा चुका है, जिस योजना से आस–पास के लोग लाभान्वित हो रहे हैं, उसे अपनाने में कोई अड़चन नहीं होनी चाहिए. कारण कि ऐसी योजना का ढ़ाँचा तैयार मिलता है. कच्चा माल, कोस्टिंग, मार्केटिंग, मार्जिन आदि का खाका तैयार मिलता है. ऐसी रेड़ीमेड़ परियोजना को अपनाने में आपका प्रारम्भिक समय, श्रम एवम् धन बचेगा. ऐसी योजना कई दिमागों का निचोड़ होती है. जाँची परखी होती है. इसलिए ऐसी योजना बेझिझक अपनायी जा सकती है.
4. आपके पास भी बहुत अच्छी–अच्छी योजनायें हो सकती हैं, किन्तु दूसरों के पास इनसे भी बढ़िया योजनायें हो सकती हैं. इसलिए इसमें कोई समझदारी नहीं हो सकती कि आप अपनी योजना को ही सबसे बढ़िया समझते रहें. अर्थात् **दूसरों की योजना को तब तक न नकारें, जब तक कि आपके पास उससे बढ़िया योजना न हो.**
5. **व्यक्ति दूसरों को देख–देख कर ही चलना सीखता है.** व्यक्ति हर क्षण, हर परिस्थिति से कुछ न कुछ अवश्य सीखता है. व्यक्ति पीछे देख–देख कर आगे बढ़ सकता है. व्यक्ति किसी न किसी से प्रेरित होकर ही सफलता की सीढ़ियाँ चढ़ सकता है. अर्थात् आप दूसरों की सफल योजनाओं के माध्यम से ही अपनी योजना को सफलता में बदल सकते हैं.
6. **किसी असफल व्यक्ति के पास भी बढ़िया से बढ़िया योजनायें हो सकती हैं. बार–बार हारने वाले के पास भी जीत की संभावनायें हो सकती हैं.** इसलिए योजना किसी की भी हो, आप उस

पर चलकर सफल हो सकते हैं, किन्तु आपको योजना के हर पहलू का गहराई से विश्लेषण करना होगा, विफलता के समस्त कारणों का विश्लेषण करना होगा. पूरे आत्मविश्वास के साथ योजना पर अमल करना होगा. तब यही योजना आपकी पहचान बन जायेगी.

7. जब आप किसी से सचमुच कुछ सीखना चाहेंगे तो सिखाने वाला भी अपनी समूची ताकत सिखाने में लगा देगा. याद रखें, **अपने अहम् के साथ खड़े होकर आप कुछ भी नहीं सीख सकेंगे.** सीखने के लिए सबसे पहले अहम् को छोड़ना होगा, फिर अपने तमाम पूर्वाग्रहों एवम् दुराग्रहों को छोड़ना होगा, तब ही आप कुछ सीख पायेंगे. इसलिए सदैव जिज्ञासु बने रहें. जिस योजना अथवा सलाह पर आप अमल कर सकते हैं, अवश्य करते रहें.
8. **कोई भी 'सफल व्यक्ति' जन्मजात नहीं होता. दूसरों की सफलताओं को अपनी कल्पनाओं से जोड़कर ही कोई व्यक्ति सफल हो सकता है.** आप दूसरों की नाकामयाबी को अपनी कामयाबी बना सकते हैं, बशर्ते कि आप में हौंसला हो. आप दूसरों की कामयाबी को अपनी कामयाबी बना सकते हैं, बशर्ते कि आप में सद्भावना हो. आप अपनी नाकामयाबी को कामयाबी में बदल सकते हैं, बशर्ते कि आप कामयाब लोगों से प्रेरित होने के लिए तैयार हों.
9. **बिना सोचे समझे किसी दूसरे व्यक्ति द्वारा अपनाये गये 'शॉर्टकट' को अपनाने की भूल न करें.** कहीं ऐसा न हो कि शॉर्टकट (Short Cut) को ढूँढ़ने में ही इतना समय लग जाए कि इतने समय में तो आप लम्बे रास्ते से ही पहुँच सकते थे. यह भी अपेक्षित नहीं है कि दूसरे का तथाकथित 'शॉर्टकट' आपके लिए भी शॉर्टकट ही साबित हो. जिसे आप दूसरे का शॉर्टकट समझते हैं, हो सकता है, यह उसके लिए शॉर्टकट ही नहीं रहा हो. इसलिए अपना 'शॉर्टकट' अपने अनुभवों के आधार पर बनायें.

दृष्टान्त–

एक उत्साही युवक ने प्रथम श्रेणी में एम.ए. किया. प्रतियोगी परीक्षाओं के लिए भरपूर तैयारी की, किन्तु दुर्भाग्यवश किसी भी सेवा के लिए चयन नहीं हो सका. प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी के लिए अपने जीवन के अनमोल पाँच साल लगा दिये. जबकि उसके एक साथी का केन्द्रीय सेवाओं में चयन हो चुका था. एक दिन साथी ने एक योजना सुझायी. साथी ने बताया कि यदि उसका चयन नहीं होता तो वह इसी योजना पर अमल करता. योजना थी, 'प्रतियोगी परीक्षाओं में बैठने वाले प्रतियोगियों को प्रशिक्षण देना.' उत्साही युवक ने इस योजना पर तत्काल कार्य आरम्भ कर दिया. प्रारम्भ में कोचिंग क्लासेज अपने घर पर ही शुरू कर दी. उसने खूब मेहनत की. धीरे–धीरे प्रचार बढ़ा, अभ्यर्थियों की संख्या बढ़ने लगी. किराये का भवन ले लिया गया. कुछ अच्छे विशेषज्ञ/प्रशिक्षक भी रख लिये. देखते ही देखते अभ्यर्थियों की संख्या काफी बढ़ गई. आमदनी भी तदानुसार बढ़ती गई. तत्सम्बन्धी कुछ पुस्तकें भी प्रकाशित करवादी गईं. चार–पाँच साल में ही उसकी आमदनी योजना बताने वाले साथी के वेतन से कई गुना हो गई. यह अच्छा ही हुआ कि उसका किसी सेवा के लिए चयन नहीं हुआ.

45

अपना बजट मत बिगाड़िए (Do Not Go Beyond Your Budget)

1. **सरकारों, संस्थाओं एवम् कम्पनियों की भाँति हर व्यक्ति को भी अपना घरेलू एवम् व्यवसाय सम्बन्धी बजट बनाकर ही आगे बढ़ना चाहिए और अपने बजट का सदैव ध्यान रखना चाहिए.** सरकारों को तो मजबूरी में घाटे के बजट बनाने पड़ते हैं, परन्तु किसी व्यक्ति के समक्ष ऐसी कोई मजबूरी नहीं हो सकती. इसलिए अपनी सम्भावित आय के अनुसार ही 'प्रस्तावित बजट' तैयार करें और अपनी वास्तविक आय के अनुसार उसे संशोधित करते चलें.
2. **लाभ के लिए भले ही देर से सोचें, किन्तु खर्चों के लिए तत्काल सोचें. खर्चों के साथ ही बचत की भी सोचें.** अर्थात् सोच–समझकर ही खर्च करें. **खर्चने से पहले बचत करें. बचत के बिना बजट का कोई औचित्य नहीं है, इसलिए जब भी बजट बनावें, बचत वाला ही बनावें.**
3. **यह सही है कि जो आय से अधिक खर्च करता है, उसके पास सिर्फ कर्ज बचता है.** वस्तुतः **कर्ज ही आदमी का सबसे बड़ा मर्ज होता है. कर्जदार होना ही गरीब होना है.** गरीब होना ही बदनसीब होना है. बदनसीबी से बचने के लिए बजट बनाकर चलिए और बजट के अनुसार ही अपने हाथ–पैर फैलाइए. तब आपको किसी के आगे हाथ फैलाने की जरूरत नहीं पड़ेगी.
4. यह सदैव याद रखें कि आपकी संभावित आय में यकायक वृद्धि संभव नहीं है. साथ ही आकस्मिक खर्चों का पूर्वानुमान भी संभव नहीं है. इसलिए अपने बजट में बचत के पर्याप्त प्रावधान रखते चलें, ताकि आकस्मिक खर्चों से निपटा जा सके. **जो अपनी आमदनी का कम–से–कम पच्चीस प्रतिशत तक बचा लेता है, वह बजट को ही नहीं, अपने जीवन को भी अपने पक्ष में कर लेता है.** अर्थात् बजट का अर्थ ही बचत है और बचत का आधार ही बजट है.
5. अपनी बचत को ऐसी बहुआयामी योजनाओं में निवेशित करें, जहाँ आयकर की बचत के साथ–साथ आकर्षक ब्याज/लाभांश/बोनस आदि प्राप्त हो सके. बचत पर अर्जित आय को इस प्रकार पुनः निवेशित करें कि भविष्य में एक बड़ी राशि प्राप्त हो सके. परिपक्वता पर प्राप्त राशि को किसी लाभप्रद योजना में पुनः निवेशित करते रहें. **अर्थात् जो भी बचत करें, लम्बे समय के लिए करें.** यह भी मानकर चलें कि खर्चों की तुलना में कभी आय नहीं बढ़ेगी, इसलिए बचत करके ही अपनी आय बढ़ायी जा सकती है.
6. **याद रखें, बचत में ही बचत है. बचत ही आमद है.** बचत ही जिन्दगी को निश्चित व एवम् निरापद बनाती है. इसलिए आवश्यक खर्चों में मितव्ययता बरतें, अनावश्यक खर्चों पर रोक लगावें. कुछ खर्चों को फिलहाल स्थगित रखें, तो स्वतः ही बचत होती रहेगी. **जो भी क्षण गुजरता है, कुछ न कुछ दायित्व सृजित करता है.** बकौल मोहन आलोक–**'सहेज, कुछ न कुछ सहेज, घड़ी जो जायेगी, मांगेगी दहेज.'**

7. **यदि आप सम्पदा सृजित करते चलेंगे, तो सदा सुविधा सम्पन्न रहेंगे.** यदि आप देनदारियाँ सृजित करते चलेंगे तो सदा दुविधा ग्रस्त रहेंगे. यदि आप बजट नहीं बनायेंगे अथवा बजट के अनुरूप नहीं चल पायेंगे तो मानकर चलें, देनदारियाँ ही सृजित करते चलेंगे. और तब आपकी सृजित सम्पदा भी बिक जायेगी और आप देनदारियों से कभी मुक्त भी नहीं हो पायेंगे.
8. **धन कमाना उतना महत्वपूर्ण नहीं है, जितना धन का सदुपयोग करना है. उधार लेना और देना दोनों ही बुरी आदतें हैं,** इसलिए दोनों से ही बचकर रहें. याद रखें, **उधार मांगने वाले के सामने एक बार 'नहीं' कहने पर आप सौ बार 'नहीं' सुनने से बच सकेंगे. उधार देने का मतलब अपने धन को पराये धन में बदलना है और उधार लेने का मतलब अपनी नींद गिरवी रखना है.** उधार पर अंकुश रखने का एक मात्र उपाय है, अपने बजट पर नजर रखना.
9. ऐसी कोई योजना हाथ में न लें, जिसके लिए आवश्यक मार्जिन मनी भी उपलब्ध न हो. एक योजना पूरी होने पर ही दूसरी योजना हाथ में लें, अन्यथा आपका बजट गड़बड़ा जायेगा. आय और व्यय के बीच सन्तुलन बनाये रखें. बाजार में अपनी साख बनायें रखें. **कर्ज लेने से पहले उसे चुकाने की योजना बनायें. कर्ज देने से पहले, उस राशि के बिना गुजारा करने की आदत बनायें.** जिस कार्य के लिए कर्ज लें, कर्ज को उसी मद में खर्च करें. जिस कार्य के लिए कर्ज दें, उस पर निगरानी रखें. अत्यधिक आवश्यक होने पर ही कर्ज लें, शौक के बतौर कर्ज न लें. **कर्ज लेने को शौक न बनायें, बल्कि कर्ज चुकाने को शौक बनायें.**

बजट पर नियन्त्रण–

आप उत्पादन, व्यापार, कृषि, सेवा, सलाहकार आदि किसी भी व्यवसाय में हों, (क) बजट बनाना और उस पर चलना आवश्यक है. (ख) प्रत्येक वित्तीय वर्ष के लिए अपना प्रस्तावित बजट तैयार करें. मदवार संभावित आय एवम् व्यय को दर्शायें. (ग) फिर पूरे साल तक इस बात का प्रयास करते रहें कि आपकी आय प्रस्तावित आय से अधिक हो और खर्चा बजट प्रावधानों की तुलना में कम हो. (घ) जिस मद में अनुमान से आय कम हो और व्यय अधिक हो, उस पर अपना पूरा ध्यान केन्द्रित करें. ज्ञात कारणों एवम् कठिनाइयों को दूर करें तथा अगले वर्ष के लिए अपने बजट में तदानुसार बढ़ा–चढ़ा कर आय न दिखावें, तब ही बजट पर आपका पूर्ण नियन्त्रण रह सकेगा. (ङ) आय के ज्ञात स्रोतों से अधिक से अधिक आय प्राप्त करने के लगातार प्रयास करते रहें. (च) छीजत पर नियंत्रण करें तथा उधार वसूली पर अधिक ध्यान केन्द्रित करें. (छ) आय के नये–नये स्रोतों का सृजन भी करते रहें. किसी एक मद की आय से कभी सन्तुष्ट न हों. छोटी–छोटी आमदनी मिलकर ही बड़ी आमदनी का सृजन करती हैं. (ज) खर्चों पर पूर्ण नियंत्रण रखें. जिसके बिना अभी काम चल सकता है, वह वस्तु न खरीदें. अधिक से अधिक बचत करें और बचत को अच्छे लाभ वाली योजनाओं में निवेशित करते चलें.

46

हिसाब-किताब साफ सुथरा एवम् आ-दिनांक रखिए (Keep Your Accounts Neat & Clean and Update)

1. **यह सही है कि जिन्दगी कोई गणित नहीं है, किन्तु गणित के बिना भी हमारी गति नहीं है.** यह कतई महत्वपूर्ण नहीं है कि विद्यार्थी जीवन में आप गणित विषय में कैसे थे ? महत्वपूर्ण तो यही है कि आप जिन्दगी के हिसाब–किताब में कैसे हैं. अक्सर गणित में कमजोर रहने वाला व्यक्ति अपने दैनिक हिसाब–किताब में दक्ष बन जाता है और गणित में दक्ष व्यक्ति जिन्दगी के हिसाब–किताब में फैल हो जाता है.
2. दैनिक जीवन में हमें एक–दूसरे के साथ विचारों, वस्तुओं एवम् धन राशियों का आदान–प्रदान करना पड़ता है. और इस आदान–प्रदान का लेखा–जोखा भी रखना पड़ता है. यह लेखा–जोखा जितना साफ सुथरा होगा, हमारा व्यवहार उतना ही विश्वास भरा होगा. इसलिए प्रत्येक लेन–देन को तत्काल लिखने की आदत बना लें. यही आदत आपके लिए वरदान सिद्ध होगी.
3. दैनिक आमद–खर्च, लेन–देन आदि का अंकन नियमित रूप से करते रहें. जिस आमद–खर्च का हिसाब किसी अन्य को न देना हो, तब भी उसका पूरा हिसाब रखें. अपनी याद–दाश्त पर अधिक भरोसा न करें. यदि समय पर हिसाब नहीं लिखा तो मौखिक रूप से याद रखने के लिए स्मृति पर भार बढ़ता चला जायेगा, तब स्मरण शक्ति का अत्यधिक अपव्यय होगा. हिसाब–किताब को बार–बार दोहराते रहने पर भी आप पूरी तरह याद नहीं रख पायेंगे और धीरे–धीरे स्मृति पटल से बहुत कुछ मिटता चला जायेगा. दूसरों की तो छोड़िए, तब खुद पर खुद का विश्वास भी उठता चला जायेगा. इसलिए पेपर अथवा इलैक्ट्रोनिक मीडिया पर लेन–देन, आमद–खर्च आदि की तत्काल प्रविष्टियाँ करते चलें.
4. यदि आप दैनिक आय–व्यय की मदवार प्रविष्टियाँ करने की नियमित आदत बना लेंगे तो आपको एक साथ अनेक लाभ होंगे. अपनी स्मृति, चिन्तन–शक्ति और हर घड़ी का अन्य उपयोगी कार्यों में सदुपयोग कर सकेंगे. खर्चों पर नियन्त्रण रख सकेंगे. बचत के रास्ते खुलेंगे. भूल–चूक होने, क्रय शुदा वस्तु के खराब होने एवम् भविष्य में खरीददारी करते समय दैनिक लेखे काफी मददगार साबित होते हैं.
5. अपनी पारिवारिक एवम् व्यावसायिक गतिविधियों से सम्बन्धित सभी आवश्यक मदों की अलग–अलग पत्रावलियाँ संधारित करते चलें और तत्सम्बन्धी पत्रादि को तत्काल संलग्न करते रहें. अगर आप रिकॉर्ड रखेंगे तो सभी विवादों से बचे रहेंगे. और आवश्यकता पड़ने पर बिल, बाउचर, रसीद, अनुबन्ध पत्र, रजिस्टर्ड दस्तावेज, लीज–डीड, रेण्ट–डीड, जन्म व मृत्यु प्रमाण पत्र, राशन कार्ड, उपचार एवम् निदान स्लीप्स एवम् रिपोर्ट्स, विद्युत, जल, फोन, स्कूल– फीस, लीज–मनी, गृहकर, आयकर, वाणिज्य कर, आदि के बिल, नोटिस एवम् रसीदें आदि तत्काल तलाश कर सकेंगे. इसलिए समस्त पारिवारिक, आर्थिक, सामाजिक एवम् व्यावसायिक गतिविधियों सम्बन्धी कागजात को अलग–अलग पत्रावलियों में

सुरक्षित लगाते चलें. अधिक पत्रावलियां होने पर पत्रावलियों का विवरण एक पृथक रजिस्टर में दर्ज करते रहें.

6. नियमित हिसाब–किताब रखने पर दिमाग काफी हल्का रहेगा और आत्मविश्वास बढ़ेगा. लोगों का आप पर भरोसा बढ़ेगा. आमद–खर्च, लाभ–हानि, लेनदारी–देनदारी, आदि का तत्काल पता लगाया जा सकेगा. भविष्य की योजनाओं के लिए अपेक्षित जानकारी उपलब्ध रहेगी. तब आप न खुद अंधेरे में रहेंगे, न दूसरों को अंधेरे में रखेंगे.
7. अलग–अलग मदों के लिए आवश्यकतानुसार अलग–अलग लेजर/केश बुक/स्टॉक रजिस्टर आदि संधारित करें और तत्सम्बन्धी प्रविष्टियाँ हाथोंहाथ करते रहें. बैलेन्स आदि साथ–साथ अंकित करते चलें, ताकि लेजर, आदि खोलते ही लेनदारी/देनदारी/बचत आदि का पता चल सके. इस तरह हिसाब–किताब साफ सुथरा रखते हुए आप अपनी विश्वसनीयता बनाये रख सकते हैं. याद रखें, **आप सबको धोखा दे सकते हैं, किन्तु अपने आपको धोखा नहीं दे पायेंगे. स्वयम् को दिया जाने वाला धोखा सबसे खतरनाक होता है, इसलिए सबके साथ–साथ स्वयम् के प्रति भी उत्तरदायी बने रहें.**
8. यदि आपका समूचा हिसाब–किताब कम्प्यूटर पर हो, तब भी समय–समय पर प्रिन्ट आउट निकालते रहें और सम्बन्धित पत्रावलियों में लगाते रहें, ताकि कम्प्यूटर के खराब होने पर रिकॉर्ड उपलब्ध रह सके. जब भी किसी को बिल, लेजर आदि की प्रति दें, उसकी एक प्रति फाइल में अवश्य लगा लें. याद रखें, प्रिन्ट मीडिया का महत्व सदा से रहा है और आगे भी रहेगा, इसलिए इलैक्ट्रोनिक मीडिया से पेपर अवश्य तैयार करते रहें.
9. हिसाब–किताब रखने पर आपको अपना बजट बनाने में काफी सुविधा रहेगी. वित्तीर्य वर्ष की समाप्ति पर आय–व्यय की सम्पूर्ण जानकारी सुलभ संदर्भ हेतु उपलब्ध रहेगी. हिसाब–किताब रखना जिन्दगी का एक अभिन्न एवम् महत्वपूर्ण हिस्सा है. **जिस प्रकार व्यक्ति को अपने परिवार एवम् समाज के प्रति अपने एक–एक क्षण का हिसाब देना होता है, उसी प्रकार परस्पर लेन–देन एवम् आय–व्यय सम्बन्धी हिसाब रखना आवश्यक है.** हिसाब न रखने पर व्यावहारिक, आर्थिक एवम् वैधानिक समस्याओं का अम्बार लग जायेगा.

हिसाब का कमाल–

मिस्टर हिसाबीलाल को बचपन से ही हिसाब–किताब रखने की आदत थी. सरकारी सेवा के दौरान आय–व्यय का नियमित लेखा संधारित करते रहे. सेवा में आने से पूर्व की चल–अचल सम्पत्तियों एवम् सेवा के दौरान अर्जित/सृजित सम्पत्तियों का सम्पूर्ण विवरण रखते रहे. कृषि भूमियों में बोई गई फसलों का विवरण पटवारी से तथा उपज की बिक्री का विवरण कृषि उपज मण्डी से प्राप्त करते रहे. भवन के किरायेदारों से प्राप्त किराये एवम् अन्य स्त्रोतों से होने वाली आय का विवरण मय रसीदों के रखते रहे. वार्षिक आय–व्यय एवम् बचत सम्बन्धी रिकॉर्ड तैयार होता रहा. दुर्भाग्यवश किसी की शिकायत पर एक बार हिसाबीलाल के यहाँ भ्रष्टाचार निरोधक ब्यूरो का छापा पड़ गया. किन्तु आइने की तरह साफ सुथरा हिसाब–किताब देखकर ब्यूरो के अधिकारी भी आश्चर्यचकित रह गये. हिसाबीलाल को सम्मानपूर्वक छोड़ दिया गया. अधिकारी हिसाबीलाल से बहुत कुछ सीखकर ही गये. तो आप भी हिसाबीलाल बनिए और चैन की नींद सोइए.

47

लाभ–हानि का आकलन भी करते चलिए (Profits & Losses Be Assessed At Every Stage)

1. जिन्दगी की साइकिल के नफा–नुकसान रूपी दो पहिए लगे हैं. नफा रूपी पिछले पहिए पर हम जितने पैडिल मारते हैं, नुकसान रूपी अगला पहिया उतना ही आगे बढ़ता है और नुकसान को पाटता चलता है. यह भी सही है कि साइकिल का संतुलन बनाये रखना और दायें–बायें मोड़ना अगले पहिए पर ही निर्भर करता है. अर्थात् संतुलन के लिए नुकसान भी नफे के साथ जुड़ा हुआ है.
2. सदैव हानि ही हो या लाभ ही हो, ऐसा संभव नहीं है. **लाभ–हानि तो एक ही सिक्के के दो पहलू हैं, इनमें से किसी एक को पकड़ पाना संभव नहीं है.** अर्थात् दोनों का अस्तित्व एक–दूसरे पर निर्भर करता है. इसलिए यदि आप कार्य अथवा व्यवहार के साथ–साथ लाभ–हानि का मूल्यांकन भी करते चलेंगे तो लाभ–हानि का ग्राफ आइने की तरह हर वक्त साफ रहेगा. और यही आपकी सफलता का सबसे बड़ा रहस्य होगा.
3. आप कुछ भी करें, किन्तु उसे लाभ–हानि की दृष्टि से अवश्य परख लें. लाभ की गणना करने से पहले सभी ज्ञात–अज्ञात एवम् संभावित खर्चो को जोड़ लें. किसमें लाभ है ? कितना लाभ है ? इसे कैसे बढ़ाया जा सकता है ? किसमें घाटा है ? कितना घाटा है ? घाटे को कैसे घटाया जा सकता है ? आदि प्रश्नों को साथ–साथ हल करते चलें, वरना बाद में पछताने के अलावा कुछ भी नहीं बचेगा.
4. लाभ–हानि के आँकड़े तो टिप्स पर होने चाहिए. **एक के खोने पर दो पाने के हौंसले होने चाहिए.** आपका प्रत्येक कार्य कलाप और हर चिन्तन घाटे को कम करने और लाभ को बढ़ाने की दिशा में होना चाहिए. यदि आप लाभ–हानि के प्रति सदैव सजग एवम् सावधान नहीं रहे तो एक दिन बाजी आपके हाथ से निकल चुकी होगी.
5. यदि भविष्य में लाभ की आशा न हो तो सौ रुपये की वस्तु को नब्बे रूपये में बेच सकते हो और अधिक घाटे से बच सकते हो. **घाटे को एक निश्चित बिन्दु पर तत्काल रोकना ही सबसे बड़ी समझदारी है.** इस तरह संभावित घाटे को काल्पनिक लाभ में बदला जा सकता है और इस नब्बे रूपये को किसी अन्य वस्तु में निवेशित करते हुए वास्तविक घाटे को वास्तविक लाभ में बदला जा सकता है. याद रखें, **पैसा जितनी तेजी से चक्कर लगायेगा, उतनी ही तेजी से बढ़ता चला जायेगा.**
6. यदि आपकी लागतें बढ़ रही हैं तो कीमतें कम करने के प्रयास करें, ताकि उत्पाद बिक सकें. यदि प्रतियोगितायें बढ़ रही हैं तो लागत को कम करने के प्रयास करें, ताकि आप प्रतियोगी बाजार में टिक

सकें. कभी अंधेरे में न रहें, किसी गलतफहमी में न रहें. वास्तविक लाभ–हानि का आंकलन करते रहें, ताकि आप यथा समय अपनी परिस्थितियों को नियन्त्रित कर सकें.

7. यदि किसी व्यवसाय या कार्य में लगातार घाटा हो रहा हो तो घाटे के कारणों का पता लगाइए. भविष्य में घाटा बढ़ेगा या घटेगा, इसका भी पता लगाइए. **यदि घाटे के बढ़ने की अधिक संभावना हो और क्षतिपूर्ति की संभावना कम हो तो घाटे को इसी बिन्दु पर तत्काल रोकना जरूरी है.** शेयर मार्केट में इसे "Stop Loss" यानी घाटे को रोकने का सिद्धान्त कहते हैं. इस सिद्धान्त को जीवन के हर क्षेत्र में लागू किया जा सकता है.

8. **जब हम किसी वस्तु की कीमत जरूरत से ज्यादा चुकाते हैं तो इसे समझदारी नहीं कहा जा सकता.** वस्तु कितनी ही आवश्यक अथवा महत्वपूर्ण क्यों न हो, बाजार दर से अधिक कीमत चुका कर सम्पन्नता या दरियादिली दिखाने को बहादुरी नहीं कहा जा सकता. अपने देश को और नैतिक परिवेश को अपने व्यक्तिगत लाभ से सदा ऊपर रखा जाना चाहिए. याद रखें, दूसरों को नुकसान पहुँचाकर आप कभी लाभ में नहीं रह सकते. **अपने लाभ की अवश्य सोचें, परन्तु दूसरे उपभोक्ताओं की कीमत पर नहीं.**

9. **जिन्दगी के हर कार्य कलाप का समुचित लेखा नियमित रूप से संधारित करते चलें.** कुछ ऐसा मैकेनिज्म तैयार करें, ताकि लाभ–हानि का तत्काल पता लगाया जा सकें. अनुमान या अंधेरे में आगे बढ़ते रहने पर अपने आपको धोखे में ही रखेंगे. होश आने तक बहुत देर हो चुकी होगी. और तब घाटे की भरपाई नहीं कर सकेंगे. घाटे और सन्नाटे पर अंकुश लगाते चलें.

दृष्टान्त–

एक शहर में सिटी बसों का न्यूनतम किराया दो रुपये था. हिसाबीलाल घर से दुकान तक रोजाना पैदल ही आता–जाता था और इस तरह प्रतिदिन चार रुपये बचा लेता था. किसी कारणवश कम दूरी के यात्रियों की संख्या कम होती चली गई. इस पर नगर परिवहन विभाग ने विचार कर बसों का न्यूनतम किराया दो रुपये के स्थान पर एक रुपया ही कर दिया. इस पर हिसाबीलाल को गुस्सा आ गया. वह तत्काल सिटी बस ऑफिस पहुँचा और अपना विरोध प्रकट करते हुए प्रबन्धक को बताया कि बसों का न्यूनतम किराया कम कर देने से अब उसे दो रुपये प्रतिदिन के हिसाब से नुकसान होने लग गया है. प्रबन्धक ने आश्चर्य के साथ पूछा–'नुकसान कैसा ? हमने तो किराया कम किया है.' हिसाबीलाल ने समझाया–'महोदय, मैं तो घर से दुकान पैदल आता–जाता हूँ. इससे मुझे रोजाना चार रुपये का लाभ हो रहा था. अब यह लाभ दो रुपये ही रह गया है.' हिसाबी लाल के तर्क में दम था.

48 लापरवाही, सुस्ती एवम् फिजूलखर्ची के कारण ही आर्थिक कठिनाइयाँ उत्पन्न होती हैं (Financial Problems Are Arised Out of Sheer Negligence, Inactiveness & Wastefull Expenditure)

1. याद रखें, लापरवाही काम बिगाड़ती है और सुस्ती जिन्दगी एवं वक्त दोनों बिगाड़ती है. चुस्ती, फुर्ती और सतर्कता व्यक्तिगत एवम् सार्वजनिक जीवन में कामयाबी के झण्डे गाढ़ती है. **यह भी याद रखें, आपकी समस्यायें आप द्वारा ही सृजित हैं.** अधिकांश कठिनाइयाँ आप द्वारा ही अर्जित हैं. अर्थात् आपकी समस्याओं के कारण भी आप ही हैं और निवारण भी आप ही हैं.
2. **यदि आप खुद के प्रति लापरवाह रहेंगे तो अपने परिवार, समाज, देश, व्यवसाय सबके प्रति लापरवाह रहेंगे.** आपकी यह लापरवाही ही आपकी तबाही की सबसे बड़ी वजह होगी. जब आप खुद की परवाह करेंगे तो भगवान और भाग्य भी आपकी परवाह करेंगे. **जब आप दूसरों की परवाह करेंगे तो दूसरे भी आपकी परवाह करेंगे.** जब आप वक्त की परवाह करेंगे तो वक्त भी आपकी परवाह करेगा. जब आप धन की परवाह करेंगे तो धन भी आपकी परवाह करेगा.
3. **जिस प्रकार बड़ी–से–बड़ी नाव को डूबोने के लिए छोटे–से–छोटा छेद ही काफी होता है, उसी प्रकार मजबूत से मजबूत माली हालत को डाँवाडोल करने के लिए फिजूलखर्ची का छोटासा छिद्र ही काफी होता है. एक पैसा बचाने का अर्थ होता है, दो पैसे अतिरिक्त कमाना.** आय के बराबर खर्च करने का अर्थ होता है, भविष्य को दाव पर लगाना. आय से अधिक खर्च करने पर भविष्य की तो छोड़िए, वर्तमान की खुशियाँ भी छिन्न–भिन्न हो जाती हैं.
4. **आदमी अपनी आमदनी का बहुत बड़ा हिस्सा अक्सर फिजूल ही खर्च कर देता है.** समझदार व्यक्ति पानी, बिजली, फोन, वाहन, वस्त्र, विलासिता, आने–जाने, खाने–पीने, मिलने–जुलने, सजने–संवरने आदि में काफी बचत कर सकता है. याद रखें, जो बचाता है, वही कमाता है. बचत के बिना तो कमाई का कोई अर्थ ही नहीं है. चुस्ती–फुरती के बिना जिन्दगी का कोई मतलब नहीं है. सावधानी और सजगता के बिना किसी कार्य का कोई औचित्य नहीं है.
5. पान, बीड़ी, सिगरेट, तम्बाकू, गुटखा, शराब, जुआ आदि नशीली, खर्चीली और खतरनाक वस्तुओं से बच कर रहें. यदि कोई बुरा व्यसन आपके साथ जुड़ गया हो तो उसे तत्काल छोड़ दें. छोड़ने से पहले अपनी इच्छा शक्ति को सुदृढ़ करें, फिर बुरी आदतों को एकदम छोड़ दें. यदि आप छोड़ने के लिए सोचते रहे तो याद रखें, कभी नहीं छोड़ पायेंगे. छोड़ने का निर्णय तो तत्काल ही लेना पड़ेगा. एक दो किलोमीटर के लिए वाहन का उपयोग करना, दुपहिया वाहन से काम चलने की स्थिति में चौपहिया वाहन का उपयोग करना, लम्बी दूरी के लिए सार्वजनिक वाहनों के स्थान पर निजी वाहन

का उपयोग करना, आवश्यकता से अधिक बड़े भवन का निर्माण करवाना, शादी–समारोहों में दिखावा करना, फिजूलखर्ची में ही आता है.

6. **पैसा जो बचाओगे, वो वक्त के साथ–साथ बढ़ेगा ही.** बचत के कारण ही आमदनी का ग्राफ ऊपर चढ़ेगा. **जब भी खर्च करें, यही सोच कर करें कि पैसा किसी की अमानत है. और उसे वापस लौटाना भी है.** जो भी आपने खर्च कर दिया, समझो हमेशा के लिए गया. जो भी आपने निवेशित कर दिया, समझो पैसों का पेड़ लगा दिया. याद रखें, **फिजूलखर्ची पर अंकुश लगा कर ही आप पैसों का पेड़ लगा सकते हैं.**

7. **अमीर लोगों के साथ बाजार की सैर न करें. जाना भी पड़े तो खरीददारी न करें. अपनी कीमत जाननी हो तो किसी से उधार मांग कर देखें. अगर धन की कीमत जाननी हो तो किसी को उधार देकर देखें.** फालतू के खर्चो पर यदि रोक नहीं लगाओगे तो एक दिन शोक प्रकट करने के लिए कुछ नहीं बचेगा. सुस्ती की आदत में सुधार नहीं करोगे तो एक दिन आपके पास करने के लिए कुछ भी नहीं बचेगा.

8. **अपनी आमदनी का कम से कम पच्चीस प्रतिशत तो अवश्य बचायें.** बचत के लिए अनावश्यक खर्चों को फिलहाल स्थगित रखें. किसी नये व्यवसाय के लिए यदि बचत से काम न चले तो उधार लें. उधार चुकाने के लिए अपनी बचत को बढ़ायें. पर याद रखें, उधार चुकाने के लिए कभी उधार न लें. ऐसी विलासितायें, ऐसी सुविधायें तो सरकारों के लिए छोड़ दें.

9. **लॉटरी का टिकिट खरीदे बिना आप इनाम की आशा कैसे कर सकते हो ? याद रखें, लॉटरी उसी की खुलती है, जिसके पास टिकिट होता है.** टिकिट खरीदने में यदि लापरवाही करेंगे, फिजूलखर्ची के कारण टिकिट खरीदने जितनी राशि भी नहीं बचा पायेंगे अथवा सुस्ती के कारण यथा समय टिकिट नहीं खरीद पायेंगे, तब इनाम की आशा कैसे कर सकते हो ? अर्थात् यदि सुनहरे भविष्य का निर्माण करना चाहते हो तो लापरवाही, सुस्ती और फिजूलखर्ची छोड़नी ही पड़ेगी.

दृष्टान्त–

दो मित्र थे, एक अमीर व दूसरा गरीब. दोनों साथ पढ़ते थे। अमीर लापरवाह एवम् खर्चीला था. गरीब अत्यन्त ही संयमी एवम् परिश्रमी था. गरीब मित्र, अपने अमीर मित्र को खूब टोकता था, किन्तु अमीर पर कोई असर नहीं हुआ. अमीर ने पढ़ाई भी बीच में ही छोड़ दी. गरीब ने प्रथम श्रेणी में एम.ए. किया और अध्यापक बन गया. अमीर ने अपना पुश्तैनी धन्धा संभाला, किन्तु आलस्य, लापरवाही एवम् फिजूलखर्ची के कारण करोड़ों की सम्पत्ति बिक गई. बुरी आदतों एवम् व्यसनों के कारण वह जल्दी ही सड़क पर आ गया. करीब बीस साल बाद दोनों मित्रों की हॉस्पिटल में अचानक मुलाकात हो गई. एक मित्र तब तक प्रिन्सीपल बन चुका था और दूसरा मित्र कर्जदार और मर्जदार. शरीर से काफी कमजोर हो चुका था. मिलते ही एक दूसरे से गले मिल गये. बचपन का अमीर दोस्त फूट–फूट कर रोने लगा. उसने पछताते हुए बताया कि यदि वह अपने दोस्त की सलाह पर चलता तो आज शहर का सबसे अमीर व्यक्ति होता. दूसरे मित्र ने समझाया–'जो होना था, हो गया. अब भी वक्त है. नये सिरे से जीवन की शुरूआत कर सकते हो.'

49

व्यापार को महज व्यापार नहीं, जिन्दगी का आधार मानिए (Think Business To Be The Base Line of Life)

1. **किसी वस्तु अथवा सेवा का आदान–प्रदान ही व्यापार नहीं है, बल्कि जिन्दगी का हर क्षण ही एक व्यापार है.** हमें हर श्वास के बदले समाज को कुछ न कुछ चुकाना पड़ता है. हमारा तो अस्तित्व ही किसी न किसी व्यापार पर टिका हुआ है. हर व्यक्ति कहीं न कहीं, किसी न किसी प्रत्युपकार पर बिका हुआ है.
2. **सांस्कृतिक बदलाव की शुरूआत व्यापारिक बदलाव से ही होती है. व्यापार कोई यान्त्रिक गतिविधि नहीं, उसमें मानवीय संवेदनाओं की भूमिका भी होती है. व्यापार महज उदरपूर्ति का साधन नहीं, उसमें सामाजिक सम्बन्धों की भूमिका भी होती हैं.** इसलिए मानवीय संवेदनाओं एवम् सामाजिक प्रतिबद्धताओं को व्यापार का आधार बनाइए.
3. **दुकान, फैक्ट्री, कार्य स्थल एवम् कार्यालय को देवालय मान कर चलें.** हर ग्राहक, व्यवहारी एवम् आगन्तुक को महत्वपूर्ण, आत्मीय एवम् अतिथि मानकर चलें. याद रखें, **समाज धन पर टिका है, धन व्यापार पर टिका है, व्यापार विश्वास पर टिका है, विश्वास धर्म पर टिका है और धर्म समाज पर टिका है. अर्थात् व्यापार ही समाज का आधार है.**
4. आगन्तुक के सुख–दुःख की बात पहले करें. हर ग्राहक की बात गम्भीरता से सुनें. एक अच्छे सलाहकार की भूमिका निभायें. बिक्री के बाद संतोषप्रद सेवायें दें. पुराने ग्राहकों से पूर्व की खरीददारी के सम्बन्ध में अवश्य पूछें. कभी उत्तेजित न हों. कभी क्रोधित न हों. कभी विचलित न हों. दुकानदार का संयम ग्राहक के लिए निर्णायक होता है. खुले मन से ग्राहक का स्वागत करें. चाहे ग्राहक कुछ खरीदे या न खरीदे, किन्तु उसके पधारने का शुक्रिया अवश्य अदा करें. याद रखें, एक नाराज ग्राहक आपके दस ग्राहक तोड़ देगा.
5. हर ग्राहक पैसे कम करवाता है. मोल भाव करना ग्राहक का स्वभाव होता है, इसलिए यदि कीमत कम कर सकते हैं तो पूर्ण औचित्य एवम् तथ्यों के आधार पर कम कर दें. ग्राहक को वस्तु की कम्पनी–दरों, अधिकतम खुदरा मूल्यों, खरीद मूल्यों एवम् अन्य ग्राहकों से वसूल की गई दरों के आधार पर संतुष्ट करें, ताकि आपकी बात पर विश्वास किया जा सके. उस सौदे में आपको क्या मिल रहा है, यह भी ग्राहक के समक्ष स्पष्ट कर दें. **दरें इतनी कम भी न करें कि ग्राहक का विश्वास ही उठ जाय.** चाहें तो एक दाम भी रख सकते हैं. किन्तु ग्राहक की जेब और वस्तु की गुणवत्ता का सदा ध्यान रखें. ऐसी प्रतियोगी दरें निर्धारित करें, ताकि ग्राहक का विश्वास कायम रह सके.

6. ग्राहक को उसके बजट के अनुसार ही वस्तुएं दिखायें. हर वस्तु के सम्बन्ध में विस्तार से समझायें. वस्तु पसंद आने पर बिल, गारण्टी कार्ड आदि कागजात तैयार करें. सामान की आकर्षक पैकिंग करें. सामान ग्राहक के वाहन तक अथवा उसके घर तक पहुँचाने में मदद करें. ग्राहक को सदैव सही सलाह दें, भले ही आपका माल न बिके.

7. लेन–देन सम्बन्धी हिसाब–किताब सदैव साफ सुथरा एवम् अपडेट रखें. **किसी से उधार मांगना हो तो अकेले में मांगें.** दूसरों के सामने कभी उधार न मांगें. इस तरह मांगें कि अगले को बुरा भी न लगे और अहसास भी हो सके. पूछने पर ग्राहक को तत्काल हिसाब दिखा दें, समझा दें. ग्राहक से पारिवारिक सम्बन्ध बनाये रखें. ग्राहक को महज ग्राहक ही नहीं, उसे एक विशिष्ट एवम् महत्वपूर्ण व्यक्ति मानें. ग्राहक को सदा अपने से बड़ा मानें. ग्राहक को अक्सर सही ही मानें. याद रखें, चालाकी एवम् बेईमानी अधिक देर तक नहीं चलती. ईमानदारी, गुणवत्ता, संतोषप्रद सेवा एवम् आपकी व्यावहारिक कुशलता ही आपकी असली सफलता है.

8. **मूल्य एवम् मर्यादाओं का सदैव ध्यान रखें. अपनी साख के साथ–साथ ग्राहक की साख का भी ध्यान रखें. व्यापार को संस्कार युक्त बनायें. व्यापार को व्यक्ति–परक बनायें.** व्यापार में अच्छे संस्कारों का निर्माण करें. **केवल एक बार में ही लाभ कमाने की न सोचें, वरना ग्राहक न खुद दुबारा आयेगा और न दूसरों को आने देगा.** कमाई के साथ–साथ खर्च भी करें. ग्राहक पर किया गया खर्चा ब्याज सहित वापस आ जाता है.

9. **वस्तुतः व्यापार एक साहसिक कार्य है.** अपने आप में साहस पैदा करने के लिए–1. सदैव असलियत का सामना करने के लिए तैयार रहें. 2. अपने लागत प्रबन्धन की जाँच करते रहें और प्रबन्धन की शर्तो पर अटल रहें. 3. एक आदर्श चरित्र का निर्माण करें और फिर अपने चरित्र के लिए सदैव सजग एवम् सतर्क रहें. 4. साहस से भरपूर छोटे–छोटे कार्य करने का अभ्यास करते रहें. 5. जोखिम उठाने की आदत डालें और जोखिम से कुछ न कुछ सीखते चलें.

प्रगतिशीलता–

आज तो व्यापार–संस्कृति बहुत तेजी से बदल रही है. अब तक ग्राहक को दुकान तक जाना पड़ता था, किन्तु अब दुकान ग्राहक के द्वार पर पहुँचने लगी है. पहले फुटकर दुकानों का चलन था, अब एक ही छत के नीचे आवश्यकता की लगभग सभी वस्तुएं मिलने लगी हैं. पहले रिटेल और हॉल सेल की दरों में एक बड़ा अन्तर रहा करता था, अब यह अन्तर काफी कम होता जा रहा है. पहले उपभोक्ता को खरीददारी में कोई विशेष आनन्द नहीं आता था, अब बड़े शौरूम, मॉल, शोपिंग कॉम्प्लेक्स आदि में जाने पर उपभोक्ता को मनोरंजन, आनन्द, सैर–सपाटे आदि की अनुभूति होती है. इसलिए समय के अनुसार अपने व्यापार को बहुआयामी, बहु उपयोगी बनाइए. आधुनिक तकनीक, कम्प्यूटर, इन्टरनेट, सेल्समैन, बच्चों के मनोरंजन, आतिथ्य सत्कार, पुरस्कार आदि नयी–नयी विधियों को अपनाइए और अपने व्यापार को बढ़ाइए.

50 सदैव आशावादी रहें (Always Be Optimistic)

1. **भाग्य के बारे में एक बात तो तय है कि वह बदलता है.** आशावादी होने के लिए बस यही कारण पर्याप्त है. आशा के साथ निरन्तर परिश्रमरत रहना ही सफलता है. आशा का भाव तो ईश्वर की तरह यत्र तत्र सर्वत्र व्याप्त है. आशायुक्त होने के लिए सर्वप्रथम स्वयम् पर विश्वास करें, अपनी परिस्थितियों पर विश्वास करें, वर्तमान पर विश्वास करें और सकारात्मक सोच के साथ अपनी सफलताओं पर विश्वास करें.
2. **एक बार विफल हो जाने पर यह नहीं सोचें, कि यहीं पर रुक जाना चाहिए. एक बार सफल हो जाने पर भी यह नहीं सोचें कि बस यहीं पर रुक जाना चाहिए. किसी भी स्थिति में रुकना खतरनाक है.** निरन्तर आगे बढ़ते रहना ही जिन्दगी का मकसद होना चाहिए. याद रखें, क्षमतायें तो सभी व्यक्तियों में होती हैं, किन्तु आशावादिता का अभाव व्यक्ति की अधिकांश क्षमताओं पर पानी फेर देता है. इसलिए यदि अपनी क्षमताओं का भरपूर उपयोग करना हो तो सदा आशावादी बने रहें.
3. **आशावादी आम के साथ–साथ गुठली को भी देखता है और निराशावादी केवल गुठली को ही देखता है.** आशावादी होना कोई विलासिता नहीं, वरन् जीवन दर्शन है. आशावादिता में ही जीवन दर्शन छिपा हुआ है. अगर आप आशावादी हैं तो समस्यायें सुलझाने में संलग्न रहेंगे. अगर आप निराशावादी हैं तो व्यर्थ ही समस्याओं में उलझते रहेंगे. आशावादी के सामने समस्यायें बहुत कम आती हैं, वही निराशावादी तो अपने आप में ही बहुत बड़ी समस्या है. अधिकांश समस्याओं का जन्म निराशावादिता के कारण ही होता है.
4. **आशावादी सदा सुखी रहता है और निराशावादी सदा दुःखी रहता है.** आशावादी परिस्थितियों को अपने पक्ष में करता रहता है, जबकि निराशावादी सदा अपना दुखड़ा रोता ही रहता है. आशावादी के साथ सब रहना चाहते हैं, जबकि निराशावादी के साथ कोई रहना पसंद नहीं करता. निराशावादी तो खुद भी अपने साथ कहाँ रह पाता है. आशावादी दूसरों पर नहीं, स्वयम् की योग्यता एवम् मेहनत पर विश्वास करता है. याद रखें, **जिसे अपने आप पर विश्वास हो, वही दूसरों का विश्वास जीत सकता है.**
5. **निराशावादी आनन्द के क्षणों में भी बुरा ही सोचता है, पता नहीं, कल क्या हो ? आज तक तो कुछ अच्छा हुआ नहीं, तब जो हो रहा है, उसकी सफलता की भी क्या गारन्टी है ?** निराशावादी तो यही सोचता है कि अच्छा भी बुरे के लिए ही होता है. इसलिए वह अच्छे का भी आनन्द नहीं उठा पाता है. व्यर्थ की आशंकाओं में ही अपना जीवन व्यतीत कर देता है. वहीं आशावादी हर बुराई में भी कुछ न कुछ अच्छाई ढूँढ़ लेता है. जिन्दगी के हर क्षण को आनन्द के साथ जी लेता है.
6. **थोड़ा सा गहराई से सोचेंगे तो पता चलेगा कि आपके जीवन में जो कुछ भी अब तक हुआ है, आरम्भ में कोरा सपना ही था.** जिस मुकाम पर अभी आप हैं, उसका तो आपने कभी सपना भी

नहीं देखा था. अर्थात् जो आज सपना है, वो कल साकार हो सकता है, किन्तु यह सब आपकी प्रबल आस्था और आपके भरपूर विश्वास पर निर्भर करता है.

7. **जीवन को देखने के दो तरीके हैं–एक 'पदार्थगत' और दूसरा 'आत्मगत'.** 'आत्मगत' देखने वाला ही आशावादी होता है. जिसमें खुद से बतियाने का साहस नहीं होता, जिसमें आलस्य से ऊपर उठने का साहस नहीं होता, वह घोर निराशावादी होता है. जो निराशाओं में भी आशायें ढूँढ़ लेता है, वही सफल हो पाता है. ध्यान से देखें, **'निराशा' में भी 'आशा' तो विद्यमान है ही.**
8. **आशावादी अक्सर भविष्यगामी होता है और निराशावादी अतीतगामी.** भविष्यगामी के लिए वर्तमान का हर क्षण आशा से भरा होता है और अतीतगामी के लिए वर्तमान निराशा से भरा होता है. **निराशावादी हर अवसर में कठिनाइयाँ ढूँढ़ लेता है और आशावादी हर कठिनाई में सुविधायें ढूँढ़ लेता है.**
9. **व्यक्ति का जीवन ऐसी दुर्घटनाओं से भरा होता है, जो केवल कल्पनाओं में घटती रहती हैं.** और आशंकायें उसके अवचेतन में सदैव बनी रहती हैं. याद रखें, जिनकी आंशकायें होती हैं, उनमें से कुछ घटनायें तो घट कर ही रहती हैं. ऐसी आधारहीन आंशकाओं से मुक्ति का एक ही उपाय है कि सदैव आशावाही रहा जाय.

दृष्टान्त–

एक बार एक राजा ने अपने पड़ौसी छोटे राज्य पर आक्रमण कर दिया. छोटे राज्य के राजा ने अपने राजगुरु के सामने समस्या रखी कि आक्रामक राज्य के पास दस गुना अधिक सैन्य बल है, ऐसी स्थिति में क्या किया जाना चाहिए ? इस पर राजगुरु ने कहा कि समस्या का समाधान पूरी फौज की मौजूदगी में किया जा सकता है. राजा ने पूरी फौज को एक स्थान पर एकत्रित किया. राजगुरु ने सेना के सामने खड़े होकर एक प्रस्ताव रखा–'मैं एक सिक्का उछालूँगा, यदि 'पट्ट' गिरा तो पड़ौसी सेना का मुकाबला करेंगे और यदि 'चित' पड़ा तो समर्पण कर देंगे.' प्रस्ताव के समर्थन में सभी ने सहमति व्यक्त कर दी. इस पर राजगुरु ने अपनी जेब से एक सिक्का निकालकर उछाला. जमीन पर गिरने पर 'पट' ऊपर की ओर था. राजगुरु ने कहा–'अब तो मुकाबला करना ही पड़ेगा. मैं भी

तुम्हारे साथ रहूँगा. और हम अवश्य जीतेंगे.' जयघोष के साथ सेना चल पड़ी. पूरे होश और जोश के साथ पड़ौसी सेना का मुकाबला किया गया और आक्रामक सेना को सीमा से बाहर खदेड़ दिया. आत्मविश्वास एवम् आशा की जीत हुई. विजय का उत्सव मनाया गया. राजगुरु का सम्मान किया गया. राजा ने पूछा–'महाराज यह करिश्मा कैसे हो गया ?' राजगुरु ने जवाब दिया–'राजन् कभी अकेले मेरे आश्रम पर आना.' दूसरे ही दिन राजा आश्रम पर पहुँच गया. राजगुरु ने स्पष्ट किया–'राजन् मैनें कुछ नहीं किया, जो कुछ किया, इस सिक्के ने किया.' गुरुजी ने अपनी जेब से वही सिक्का निकाला और राजा के हाथ में रख दिया. राजा को यह जानकर आश्चर्य हुआ कि सिक्के के दोनों तरफ 'पट्ट' ही अंकित था. गुरु ने रहस्योद्‌घाटन किया कि इस अद्‌भुत सिक्के के कारण ही हमें आशातीत सफलता मिली है.' राजा गद्‌गद् हो गया और गुरु के चरणों में गिर पड़ा.

51

सदैव समझौतावादी रहें
(Always Be Submissive)

1. **कैसी भी स्थिति हो, कैसी भी परिस्थिति हो, कैसा भी कष्ट हो, कैसा भी संकट हो, कैसा भी अवसर हो, कैसा भी सफर हो, यदि आप सबसे समझौता करके चलेंगे तो इन सबसे आसानी से लड़ सकेंगे. सफलता के लिए लड़ना जरूरी है और लड़ने के लिए समझौता जरूरी है.** याद रखें, **दूसरों के साथ समझौता करने से पहले खुद के साथ समझौता करना जरूरी है.**
2. **सबसे बड़ा आश्चर्य तो यही है कि इस दुनिया में कोई भी अपनी गलती मानने के लिए आसानी से तैयार नहीं हो पाता है.** हर व्यक्ति अपनी बात को अथवा अपने कार्य को ही सही मानकर चलता है. और इस प्रकार वह सबसे अधिक अपने आपको ही छलता है. यदि कोई उसकी बात को अथवा उसके कार्य को गलत ठहरा दे तो उसे एकदम गुस्सा आ जाता है और वह व्यर्थ की बहस में उलझ जाता है. अपने आपको सही साबित करने के चक्कर में अपना कीमती समय, सद्भाव और अपनी ऊर्जा नष्ट कर देता है. इसलिए व्यर्थ की बहस से बचें. गलती को गलती ही मानें. अपनी कार्यप्रणाली एवम् व्यवहार में तदानुसार सुधार करें, तब शायद ही कोई आपसे असहमत होगा.
3. **बहस किसी समस्या का समाधान नहीं हो सकती, बहस तो महज विलासिता होती है. बहस तो अहम् पर टिकी होती है. हर बहस अहम् के साथ शुरू होती है और पछतावे के साथ खत्म होती है.** बहस में उलझा हर व्यक्ति अपने कथन को सही सिद्ध करने के लिए अपनी तमाम तार्किक शक्ति दाव पर लगा देता है. जब कोई भी पक्ष पीछे हटने को तैयार नहीं होता, तब बहस अनिर्णय के दौर में पहुँच जाती है. यदि आप किसी बहस को किसी निर्णय पर पहुँचाना चाहते हैं तो सामने वाले के उचित तर्कों को समुचित महत्व देते हुए सर्व सम्मति पर समाप्त कर दें. जब आप दूसरों के तर्कों को महत्व देंगे तो दूसरे भी आपके तर्कों का सम्मान करेंगे.
4. **देखा जाय तो जिन्दगी एक समझौता ही है. समझौतों का नाम ही जिन्दगी है.** परिवार, समाज, एवं संसार में रहना है तो समझौते तो करने ही पड़ेंगे. **जंगल में अकेले रहने पर भी स्वयम् के प्रति एवम् प्रकृति के प्रति कुछ समझौते तो करने ही पड़ेंगे.** आप कहीं भी रहें बगैर समझौतों के आप जिन्दा नहीं रह सकते. याद रखें, जितने जल्दी समझौते करते चलेंगे, उतने ही लाभ में रहेंगे.
5. जहाँ आवश्यकता हो, वहाँ बहस करें, तर्क सहित करें, किन्तु वितर्क या कुतर्क न करें. व्यर्थ की बहस करके सामने वाले को सतर्क न करें. बहस के लिए बहस करने से निर्णय में अनावश्यक विलम्ब होता है. इसलिए केवल सार्थक बहस करें. याद रखें, कुतर्क करने वाले से सभी पीछा छुड़वाना चाहते हैं. इसलिए निरर्थक बहस से अपने आप को दूर रखें और अपने समय एवम् अपनी शक्ति का सृजनात्मक कार्यों में सदुपयोग करें.

6. **जब हम खराब से खराब परिस्थिति को स्वीकार कर लेते हैं, तब हमारे पास खोने को कुछ भी नहीं बचता, किन्तु पाने के लिए बहुत कुछ बचा रहता है. जब हम किसी 'अस्वीकृत' को अंगीकार कर लेते हैं, तब उससे अधिक बुरा होने की संभावना समाप्त हो जाती है. जब किसी परिस्थिति से लड़ने की शक्ति चुक जाय तो बेहतर है, खुद को परिस्थिति के हवाले कर दें और परिस्थिति का समुचित आनन्द उठायें.**
7. **यदि आप डर, चिन्ता, नफरत, स्वार्थ, नफा, नुकसान और दुनिया की हकीकत के साथ तालमेल बिठा पाने में नाकामयाब रहेंगे तो निश्चित् रूप से आप टूटते चले जायेंगे.** यदि आप इन सब के साथ आवश्यकतानुसार समझौते करते चलेंगे, तो ये सभी नकारात्मक भूत अपने आप छूटते चले जायेंगे. **इसलिए न पयालनवादी रहें, न भाग्यवादी रहें, बस समझौतावादी रहें. किन्तु परिश्रम, कर्त्तव्यनिष्ठा एवम् सकारात्मक सोच के साथ कभी समझौता न करें.**
8. **किसी बीमारी का या तो उपचार हो सकता है या नहीं हो सकता. हो सकता है तो तत्काल उचित उपचार लें. यदि नहीं हो सकता तो बीमारी से समझौता कर लें और बीमारी का भी आनन्द उठायें.** तब बहुत संभव है, बीमारी खुद ही विदा हो जाय, बशर्ते कि आप आशावादी रहें.
9. **सही समय पर किया गया सही समझौता कई महायुद्धों को टाल सकता है.** खुद के साथ किया गया समझौता, हर हाल में आपको संभाल सकता है. समझौता किसी के भी साथ करें, समझौता तो वस्तुतः खुद के साथ ही करना पड़ता है. जो खुद के साथ समझौता नहीं कर सकता, वो किसी के भी साथ समझौता नहीं कर सकता. सफलता का सबसे महत्वपूर्ण सूत्र यही हो सकता है कि सब कुछ जानते हुए भी मूर्ख बने रहने का ढ़ोंग करते रहो.

दृष्टान्त–

एक जेल में कैदियों को रोटियाँ गिन कर दी जाती थीं. प्रत्येक कैदी को सुबह चार और शाम को तीन बड़ी रोटियाँ मिलती थीं. इस व्यवस्था में किसी को कोई शिकायत नहीं थी. एक दिन जेलर ने इस नियम में हल्का सा परिवर्तन कर दिया. कैदियों को सुबह तीन और शाम को चार रोटियाँ दी जाने लगीं. दिन भर में दी जाने वाली रोटियों की संख्या वही थी, फिर भी कैदियों ने विद्रोह कर दिया. अपनी आदत को यकायक बदल पाना कैदियों के लिए संभव नहीं था. जेलर ने समझौता करते हुए वापस पुरानी व्यवस्था लागू कर दी. पूर्व की भांति सुबह चार और शाम को तीन रोटियाँ मिलने लगी. इससे सबको बड़ी राहत मिली. इस समझौते से जेल प्रबन्धन को खोना कुछ नहीं पड़ा, पाया बहुत कुछ. अब यहाँ प्रश्न यह उठता है कि नयी व्यवस्था से कैदियों ने समझौता क्यों नहीं किया ? क्योंकि कैदी समझौतावादी नहीं थे. यदि कैदी समझौतावादी रहे होते तो जेल में ही क्यों आते. इसलिए यदि जेल से बचना हो तो समझौतावादी तो होना ही पड़ेगा.

52 अपना रोना कम से कम रोयें
(Do Not Expose Yourself Before Others)

1. **देखा जाय तो इस दुनिया में कोई भी व्यक्ति पूर्णतः सन्तुष्ट एवम् सुखी नहीं है.** परन्तु इसका अर्थ यह नहीं है कि व्यक्ति सबके सामने अपना दुखड़ा रोता ही रहे. दिल से पूछा जाय तो यहाँ कोई भी व्यक्ति उतना निराश एवम् दुःखी नहीं है, जितना कि वह दूसरों के समक्ष दिखावा करता है. **वस्तुतः कोई भी व्यक्ति न तो उतना सुखी है और न ही उतना दुःखी है, जितना कि वह प्रकटतः दिखाई पड़ता है.**

2. जरा सोचिए, **जब हर व्यक्ति अपनी समस्यायें बताने लगेगा, तब सुनने के लिए कौन बचेगा ?** यहाँ तो हर व्यक्ति पहले से ही दुःखी है, तब आपका दुखड़ा कौन सुनेगा ? **यदि समस्त व्यक्तियों के दुर्भाग्यों का योग करते हुए उसमें कुल व्यक्तियों की संख्या का भाग लगा दिया जाय और सबको समान मात्रा में दुर्भाग्य बाँट दिये जायें तो संभवतः कोई भी इस बंटवारे से सहमत नहीं होगा. हर व्यक्ति अपना ही दुर्भाग्य वापस लेना पसंद करेगा.**

3. **इस बात की चिन्ता न करें कि लोग आपके बारे में क्या सोचते हैं ? वे तो खुद ही इस चिन्ता में हैं कि उनके बारे में आप क्या सोचते हैं ?** तब ऐसे लोगों के सामने रोना, अपनी ही आँखें खोना है. रोना ही हो तो खुद पर रोयें, अकेले में रोयें और तरोताजा होकर वापस अपने काम पर लग जायें.

4. यहाँ हर व्यक्ति अपने आपको दूसरों की तुलना में अधिक व्यस्त एवम् अधिक समस्याग्रस्त समझता है, तब आपकी समस्यायें सुनने के लिए भला कौन तैयार होगा ? जिसको भी सुनाओगे, वह पहले अपनी समस्याओं का रोना रोयेगा. कोई सुनेगा भी तो आधे–अधूरे मन से ही सुनेगा और आपके प्रति सहानुभूति नहीं, बल्कि अपनी उत्कृष्टता प्रदर्शित करेगा और आपको हीन समझेगा.

5. जरा अपने दिल से पूछिए, अब तक आपने कितने लोगों के दुख दर्द दिल से सुने हैं ? कितनों की मदद की है ? कितनों के घाव भरे है ? तब आप दूसरों से सहयोग की अपेक्षा किस अधिकार से कर सकते हैं ? **सहानुभूति की साइकिल कभी एक पहिए पर नहीं चल सकती.** इसलिए पहले सहानुभूति दो, फिर सहानुभूति लो. बिना दिये, कुछ भी पाने की उम्मीद मत करो. कुछ लोगों को तो बस रोने की ही आदत होती है. कोई भी मिला, अपनी राम कहानी शुरू. जरा गहराई से देखा जाय तो पता चलेगा कि यहाँ हर व्यक्ति जहर से भरा हुआ है. हर व्यक्ति का कोई न कोई जख्म हरा है. तो बेहतर है, आँसुओं की बजाय आशाओं की फसल बोयी जाय. रोने–धोने की बजाय अपने होने की सार्थकता संजोयी जाय. भाग्य को कोसते रहने की बजाय भाग्य का निर्माण किया जाय.

6. आदमी सोचता है, दूसरों के सामने अपना दुखड़ा रोने से वह जरा हल्का हो जायेगा. अगला मदद नहीं कर पायेगा, तब भी सहानुभूति तो जतायेगा ही. किन्तु ऐसा होता नहीं है. सुनने वाला प्रकटतः

तो सहानुभूति प्रकट कर देता है, किन्तु पीछे हँसता है और मजे ले लेकर दूसरों को सुनाता है. अर्थात् आपकी समस्या को जल्दी ही सार्वजनिक कर देता है. इसलिए अपनी समस्यायें कम से कम बतायें. बतानी ही हो तो केवल सुपात्र को ही बतायें. **अपनी बजाय दूसरों की समस्यायें अधिक सुनें. यदि आप ध्यान से सुनेंगे तो आपकी समस्याओं के समाधान भी उन्हीं में मिल जायेंगे.**

7. **अपने पीछे वालों को जरा गौर से देखिए. उनके दुःख–दर्दों के सामने आपके दुःख–दर्द काफी बौने नजर आयेंगे.** याद रखें, **सुख और दुःख, अमीरी और गरीबी सापेक्ष है.** एक दूसरे की तुलना पर निर्भर है. सलाह ऐसे लोगों से लें, जो विषम परिस्थितियों में भी अपने सिद्धान्तों पर टिके हुए हैं.
8. ज्ञान और कर्म का समन्वय आवश्यक है. कर्म न करने पर व्यक्ति का चिन्तन निराशावादी, नकारात्मक और अनिर्णायक हो जाता है. इसलिए उपलब्ध जानकारी के आधार पर कर्म करते रहें. जैसे कर्म करते रहेंगे, अधिक से अधिक जानकारी अर्जित करते रहेंगे. यदि आप रोते रहेंगे तो उपलब्ध जानकारी भी खोते रहेंगे.
9. जब कोई चुनौतीपूर्ण समस्या आये या किसी कार्य में सफलता न मिल सके, तब घबरायें नहीं, विचलित न हों. स्वाभाविक प्रतिक्रिया भी प्रकट न करें. दूसरों को सुनाने की बजाय अपने आप को परखें. अपने सकारात्मक विचारों को ठोस धरातल पर पुष्ट करें और पुनः काम पर लग जायें. तब आपको पता चलेगा कि हर समस्या का कोई न कोई समाधान भी अवश्य होता है. जब आपको किसी समस्या से पहले उसका समाधान नजर आने लगे, तब समझ लें कि आपको सफलता सम्बन्धी बुधत्व की प्राप्ति हो गयी है.

दृष्टान्त–

एक निराशावादी व्यक्ति किसी महात्मा के पास पहुँचा और कहने लगा–'महाराज, जीवन तो बहुत छोटा है. छोटा हो तब भी ठीक, पर नितान्त ही अनिश्चित है. इस अल्प समय में क्या–क्या करें ? बचपन में जानकारी नहीं होती. जवानी भागदौड़ में ही चली जाती है.' और बुढ़ापा बीमारी, अनिंद्रा, अपमान और उपद्रवों से भरा होता है. इतना कहते–कहते वह रोने लगा. उसे रोते देखकर महात्मा भी रोने लगे. इस पर निराशावादी ने पूछा–'महाराज, आप क्यों रोते हैं ?' महात्मा कहने लगे–'क्या करूँ बच्चा ! खाने को अन्न नहीं है. अन्न के लिए मेरे पास जमीन नहीं है. परमात्मा के एक अंश में माया है. माया के एक अंश में तीन गुण है. गुणों के एक अंश में आकाश है. आकाश में थोड़ी सी वायु है, वायु में आग है. आग के एक भाग में पानी है. पानी का शंताश पृथ्वी है. पृथ्वी के आधे हिस्से पर जंगल–पर्वत हैं. जो कृषि भूमि है, उस पर लोगों का आधिपत्य है. मेरे लिए तो परमात्मा ने जमीन का एक टुकड़ा भी नहीं छोड़ा. बताओं मैं क्या करूँ ?' इस पर निराशावादी ने कहा–'महाराज, फिर भी आप जिन्दा तो हैं. फिर रोते क्यों हैं ?' महात्मा ने तुरन्त बताया–'तुम भी तो जिन्दा हो, तुम्हें भी अनमोल जीवन मिला है. जीवन के साथ ही अपना बहुमुल्य समय भी मिला है. फिर भी रोते हो ? जीवन और समय का सदुपयोग करो, जो कुछ भी तुम्हारे पास है, उसका पूरा–पूरा उपयोग करो. तब जो नहीं है, वह भी उपलब्ध होता चला जायेगा.'

53

अच्छे की आशा करें, बुरे से बुरे के लिए तैयार रहें
(Hope For The Good & Be Prepared For The Worst)

1. **प्रत्येक कदम उठाने से पहले सोचें कि बुरा से बुरा क्या हो सकता है ?** यदि आप मानसिक रूप से तैयार रहेंगे तो हर समस्या का समाधान आसानी से कर लेंगे. संभावित समस्याओं पर हर कोण से विचार करें, उनके समाधान पर विचार करें और समस्या के आने से पहले उसका समाधान तैयार रखें, तब समस्यायें अपने आप सुलझती चली जायेंगी. **याद रखें, हर अच्छाई में बुराई और हर बुराई में अच्छाई छिपी होती है.**

2. **जो होना तय है, जो अवश्यम्भावी है, उसे स्वीकार करें. हो सकता है, स्वीकार करते ही परिस्थितियाँ बदल जायें, सब कुछ अच्छा ही हो.** याद रखें, अच्छे के साथ बुरा भी जुड़ा हुआ है और बुरे से बुरे में से भी कुछ अच्छा निकल सकता है. उस अच्छे की आशा करें, हो सकता है, सब कुछ अच्छा ही अच्छा निकलता चला जाय.

3. **हर व्यक्ति के जीवन में खराब से खराब वक्त भी आता है. किन्तु यह मत भूलिए कि खराब वक्त से पहले और खराब वक्त के बाद में अच्छा वक्त भी आता है.** अर्थात् खराब के आगे पीछे 'अच्छा' ही लगा होता है. फिर बुरे वक्त का रोना क्यों रोया जाय, हर वक्त का स्वागत किया जाय. **वक्त तो वक्त होता है, न अच्छा होता है, न बुरा होता है. हम ही उसे अच्छा या बुरा सिद्ध करते रहते हैं. यदि हम हर वक्त के स्वागत के लिए तैयार रहेंगे तो हमारे लिए वक्त अच्छा ही होगा.**

4. **जीवन वस्तुतः इतना आसान नहीं होता, जितना हम समझते हैं. जीवन इतना दुष्कर भी नहीं होता, जितना हम समझते हैं.** जीवन तो समझ से परे होता है, जिसे समझ के आधार पर आसान बनाया जा सकता है. अर्थात् जीवन से समझ को और समझ से जीवन को बदला जा सकता है. **आशा और विश्वास जीवन के दो अनमोल एवम् अचूक अस्त्र हैं. धैर्य और साहस दूर तक मार करने वाले दो टूक शस्त्र हैं.** अपने अस्त्रों एवम् शस्त्रों के सदुपयोग हेतु सदा तैयार रहें. तब बुरा वक्त आयेगा ही नहीं, आयेगा भी तो आपको सतायेगा नहीं.

5. जब भी आपको उधार लेना पड़े या देना पड़े तो कुछ संभावित तिथियों एवम् परिस्थितियों पर पहले से ही विचार कर लें. जब आप उधार चुकाने की स्थिति में न रहें या कर्जदार आपको उधार लौटाने की स्थिति में न रहें, तब आप क्या करेंगे ? मान कर चलें कि ऐसी स्थितियाँ आ सकती है. इसलिए हर स्थिति से निपटने के लिए पहले से ही मानसिक रूप से तैयार रहें. हर संभव वैकल्पिक समाधानों

की परिकल्पना तैयार रखें, ताकि विकट से विकट परिस्थिति से निपटा जा सके. **बिना पूर्व तैयारी के तो आप न सफलता को सहन कर सकेंगे, न विफलता को ही.**

6. छोटी–छोटी दैनिक समस्याओं को हाथों–हाथ सुलझाते चलें. देखा जाय तो छोटी समस्यायें ही असली समस्यायें हैं. **बड़ी समस्या कभी अचानक नहीं आती, बल्कि अनसुलझी छोटी–छोटी समस्याओं के योग से ही बड़ी समस्या खड़ी होती है और एक दिन अचानक विस्फोटक बन जाती है.** इसलिए जब भी समस्या उत्पन्न हो, उसे तत्काल प्रभावी ढंग से सुलझाते चलें.
7. **देखा जाय तो दुनिया में कुछ भी अच्छा या बुरा नहीं होता, बस हमारी विचारधारा के कारण ही अच्छा या बुरा होता है.** जब हम प्राकृतिक नियमों का पालन नहीं कर पाते, या प्राकृतिक सन्तुलन नहीं रख पाते, तब ही हमें कष्ट उठाने पड़ते हैं. अच्छे और बुरे के मापदण्ड भी सबके अलग–अलग ही होते हैं. जो मेरे लिए अच्छा है, वह आपके लिए बुरा हो सकता है और जो आपके लिए अच्छा है, वह मेरे लिए बुरा हो सकता है. इसलिए हमें अपनी अपनी धारणायें बदलनी होगी.
8. आपने परीक्षा दी है, परिणाम आने वाला है. यदि आप थर्ड डिवीजन में पास होते हैं तो फेल होने से लाख दर्जा अच्छा है. यदि आप सेकिण्ड डिवीजन में पास होते हैं तो थर्ड डिवीजन से बेहतर है. यदि आप फर्स्ट डिवीजन में पास होते है तो सेकिण्ड डिवीजन से बढ़िया है. यदि आप निष्काम भाव से सतत् प्रयत्नशील रहेंगे तो किसी भी परीक्षा में कभी फेल नहीं होंगे. दुर्भाग्यवश यदि फेल हो भी गये तो इसे अच्छे डिवीजन से पास होने की तैयारी ही समझनी चाहिए.
9. जब आप कोई बड़ा व्यवसाय या कोई बड़ा उद्योग आरम्भ करते हैं, तब यह तय नहीं हैं कि हर चीज आपकी अपेक्षाओं के अनुरूप ही चले. कदम–कदम पर कठिनाइयाँ आती हैं, परन्तु इसका अर्थ यह नहीं है कि आप व्यवसाय या उद्योग को बीच में ही बन्द कर दें. अनेक विफलताओं के बाद ही आशातीत सफलतायें मिलती हैं. सफलताओं के लिए तैयारी तो करें.

दृष्टान्त–

एक पुरानी कहानी के अनुसार राजद्रोह के किसी मुकदमें में कोई पचास नागरिकों को आशा के विपरीत मौत की सजा सुना दी गई. उनमें एक लोहार भी था. सजा सुनकर सब रोने लगे, किन्तु लोहार हँसने लगा. सबको आश्चर्य हुआ. राज्य की परम्परानुसार सजायाप्ताओं के हाथ–पैरों में लोहे की जंजीरे डालकर उन्हें दूर घने जंगल में फिकवा दिया गया. जंजीरों के कारण चल फिर नहीं सकते थे. पास से जंगली जानवरों की आवाजें आ रही थीं. मौत का इन्तजार करने के अलावा कोई चारा नहीं था. किन्तु लोहार तब भी हँस रहा था. लोहार ने सबको अपने पास आने का संकेत दिया. रेंगते हुए सब लोहार के इर्द–गिर्द एकत्रित हो गये. लोहार ने धीरे से बताया कि जंजीरे उसी की बनाई हुई हैं. जो बना सकता है, वो तोड़ भी सकता है. लोहार ने अपने दाँतों में छिपाकर लाई गई छोटी सी आरी निकाली और एक–दूसरे की मदद से जंजीरें काटना शुरू कर दिया. लोहार जानता था कि जंजीर जोड़ के स्थान पर ही सबसे कमजोर होती है. इसलिए सबसे कमजोर कड़ी की तलाश करते हुए एक–एक करके सभी जंजीरें तोड़ डाली गईं. और सभी जान बचाकर अपने–अपने घर लौट गये. यह सब लोहार की पूर्व तैयारी के कारण ही संभव हुआ.

54

चिन्ता करने से 'हुआ' 'अनहुआ' नहीं हो सकता
(Some Thing Done, Can Not be 'Undone' By Worring)

1. **जो बीत गई, वह बात गई. जो कट गई, वह रात गई.** यानी जो हो गया, वह हो गया, उसे अब 'अनहुआ' नहीं किया जा सकता. केवल आगे के लिए सबक लिया जा सकता है. याद रखें, **जो हो गया, उसी की चिन्ता करते रहने से तो जो हो सकता है, वह भी नहीं हो पायेगा.** इसलिए जो हो गया, उसे स्वीकार करें. चिन्ता करनी ही हो तो जो हो रहा है, उसकी करें. भूत और भविष्य की बजाय केवल वर्तमान की चिन्ता करें, तब सब कुछ अपने आप होता चला जायेगा.
2. **मुँह से निकली बोली और बन्दूक से निकली गोली कभी लौट कर नहीं आ सकती. हाथ से निकली श्वासों की टोली और वक्त की डोली, कभी लौट कर नहीं आ सकती.** इसलिए जो हाथ से निकल गया, उसे भूल जाइए. परन्तु हाथ पर हाथ धर कर मत बैठ जाइए. यह मत सोचिए कि अब कुछ नहीं हो सकता. याद रखें, **जो होगा, वो अब ही तो होगा. जो अब तक नहीं हुआ, वह सब होगा, किन्तु आरम्भ तो करिए.**
3. हम अक्सर यह सोच–सोच कर ही दुखी रहते हैं कि हमने वक्त पर वक्त को नहीं पकड़ा. मन लगाकर अध्ययन नहीं किया. तन, मन और धन लगाकर व्यवसाय नहीं किया. सही व्यवसाय का चयन नहीं किया. काश ऐसा किया होता तो ऐसा हो जाता. बीस साल पहले अमुक स्थान पर प्लाट खरीद लेते तो आज बैठे–बैठे ही करोड़पति हो जाते. हाँ, गुजरा वक्त तो लौट कर नहीं आ सकता, किन्तु इसका अर्थ यह नहीं है कि अब सारे रास्ते ही बन्द हो चुके हैं. रास्ते तो सभी खुले हुये ही हैं, बल्कि पहले से अधिक खुले हुए हैं. जिन कारणों से हम पहले प्लाट नहीं खरीद पाये थे, वे कारण आज भी मौजूद हैं. कारणों को हटाते ही हम अब भी प्लाट खरीद सकते हैं. जरा दूर मिलेगा, महँगा मिलेगा. पर करोड़पति होने की संभावनायें तो अब पहले से कहीं अधिक है.
4. **अतीत का अफसोस मत करो, मगर अतीत से कुछ सीखते हुए आगे बढ़ो.** जो हो गया, उसे नियति को सौंप दो. जब नये सोच के साथ आगे बढ़ोगे, तब हीन भावना अपने आप ही तिरोहित हो जायेगी. चिन्ता आशा में रूपान्तरित हो जायेगी. **गये–गुजरे अतीत की चिन्ता करके अपने वर्तमान को गया–गुजरा बनाते रहने का कोई औचित्य नहीं है.**
5. यदि आपने सौ रुपये में खरीदे शेयर को एक सौ दस रुपये में बेच दिया और अब भाव दो सौ रुपये हो गया तो यह चिन्ता का कारण नहीं होना चाहिए. जो भाग्य में था, वो मिल गया. यदि भाव एक सौ दस से आगे नहीं बढ़ते, तब आप कितने खुश रहते. अर्थात् **बेच कर पछताना रोक कर पछताने से बेहतर है.**

6. यदि आपको सौ रुपये के शेयर को अस्सी रुपये में बेचना पड़े और बाद में भाव दो सौ रुपये हो जाय, तब आप क्या करेंगे ? तब एक उपाय यह भी बचता है कि आप अपने घाटे को फिलहाल भूल जायें और उस कम्पनी के शेयर्स के भाव घटने का इन्तजार करें. जब भी भाव अस्सी रुपये से नीचे आयें, तुरन्त फिर से खरीद लें. यदि भाव नीचें नहीं आते हैं, तब भी चिन्ता न करें. दूसरे लाभप्रद शेयर्स खरीद लें. **इस तरह एक के घाटे को दूसरे से पाटा जा सकता है.** किसी एक शेयर में घाटा हो जाने से निवेश करना तो नहीं छोड़ा जा सकता.
7. अतीत के घाटे को पूरा करने का एक तरीका यह भी हो सकता है कि घाटा देने वाली कम्पनी के कुछ शेयर वर्तमान दरों पर खरीद लिए जायें. भावों में कमी आने पर कुछ शेयर और खरीद लें और कमी आने पर कुछ शेयर और खरीद लें. भावों के लगातार गिरने पर कुछ न कुछ शेयर खरीदते रहें और औसत क्रय मूल्य निकालते रहें. जब भाव औसत से ऊपर निकल जायें तो धीरे–धीरे बेचना शुरू कर दें. इस तरह पुराना घाटा भी पूरा हो जायेगा और अच्छा खाशा लाभ भी हो जायेगा. याद रखें, शेयर मार्केट में भाव ऊपर नीचे होते रहते हैं.
8. **जो कुछ भी अब तक हुआ, उसे भूल जाइए. जो अभी भविष्य के गर्भ में है, उसकी चिन्ता मत करिए. केवल यह देखिए कि आप इस वक्त क्या कर रहे हैं. वर्तमान के एक–एक क्षण का आनन्द के साथ सदुपयोग करते चलें, ताकि भविष्य में पछताना न पड़े.** अपनी ही गलतियों से सीख कर सुधार करते चलेंगे तो कभी पछताना ही नहीं पड़ेगा.
9. यदि आपके किसी व्यक्ति द्वारा अथवा परिवार के किसी सदस्य द्वारा कोई काम गलत हो गया या कोई काम बिगड़ गया तो इसका अर्थ यह नहीं है कि आप उसे रोजाना ही उसकी गलती का अहसास दिलातें रहें, हर बार उसे कौसते रहें. कोसने और क्रोध करने की बजाय उसे सुधार करने का पूरा–पूरा मौका दें. फिर देखें कि सहानुभूति क्या रंग लाती है.

निष्कर्ष–

(क) जो मर गया, उसकी लाश को कब तक उठाये फिरेंगे. क्या उठाये फिरने से वह फिर से जीवित हो सकता है ? जो हो गया, उसकी चिन्ता कब तक करते रहेंगे ? क्या चिन्ता करने से 'हुआ' 'अनहुआ' हो सकता है ? इसलिए जो हो गया, उसे भूल जाइए. उसकी न चिन्ता करें न आत्मग्लानि. जो है, उसे संभालें, सारा तनाव दूर हो जायेगा. अतीत से चिपके रहने पर तो वर्तमान भी आपके हाथ से फिसलता चला जायेगा. **(ख) वर्तमान को अधिक सार्थक बनाने हेतु आप एक छोटा–सा प्रयोग कर सकते हैं. अपनी उम्र को सदा दस वर्ष घटा कर अनुभव करें.** आपने अपनी जिन्दगी के दस साल तो फालतू में ही गुमाये होंगे, इसलिए इतनी अवधि तो आप घटा ही सकते हैं. उम्र को कम अनुभव करने पर एक चमत्कार घटित होगा. इस तरह आप अपनी आयु के सम्बन्ध में वैचारिक रूप से जो 'हो गया' उसे 'अनहुआ' मान सकते हैं.

55 आप अपने अनुभवों के आधार पर ही आगे बढ़ सकते हैं (You Can Proceed Only By Your Own Experiences)

1. **आश्चर्य तो इसी बात का है कि आदमी अपने अनुभवों से कुछ भी सीखना नहीं चाहता है.** सुखद अनुभवों को तो वह पकड़ लेता है, किन्तु दुखद अनुभवों को भूल जाना चाहता है. अनुभव चाहे अच्छे हों या बुरे, आप दोनों से ही कुछ न कुछ सीख सकते हैं. यह सही है कि आप अपने अनुभवों से ही सीख सकते है, दूसरों के अनुभवों से सीखना तो जरा जौखिम भरा होगा.
2. आप द्वारा लगाये गये पौधे पर जब फल आता है, तब 'स–फल' कहलाता है और तब आप 'सफल' हो जाते हैं. जब पौधे पर कोई फल नहीं लगता, तब वह 'वि–फल' कहलाता है और आप 'विफल' हो जाते हैं. यही है, आपकी सफलता और विफलता, जिसका पता महज आपके अनुभव से ही चल सकता है. जब आप कोई पौधा ही नहीं लगायेंगे, तब आपका अनुभव कैसे पकेगा ? जब अनुभव नहीं पकेगा, तब नये पौधे में फल भी कहाँ पकेगा ?
3. जब एक से अधिक व्यक्ति एक से पौधे लगाते हैं, एक सी देखभाल करते हैं, एक सा परिश्रम करते हैं, तब भी सभी के वृक्षों पर एक से फल नहीं लग पाते हैं. उन सभी वृक्षों के फलों की गुणवत्ता एवम् उत्पादकता भी एक सी नहीं रह पाती है. इसी तरह एक जैसे कार्य करने वाले विभिन्न व्यक्तियों की सफलतायें भी एक सी नहीं हो सकती. इसका मुख्य कारण सबके अनुभवों की भिन्नता है.
4. जब एक ही व्यक्ति द्वारा एक ही खेत में एक ही फसल बोयी जाती है, तब भी फसल के सभी पौधों से एक समान उत्पादकता कहाँ प्राप्त होती है. खाद, बीज, पानी, निराई–गुड़ाई सब कुछ समान होने पर भी पौधों से अलग–अलग मात्रा में उपज प्राप्त होती है. गुणात्मकता में भी अन्तर आ जाता है. कोई दाना छोटा और कोई दाना बड़ा हो जाता है. तब एक ही परिसर में एक से कार्य करने वाले विभिन्न व्यक्तियों से एक से कार्य परिणामों की उम्मीद कैसे की जा सकती है. **सबकी कार्य क्षमतायें भिन्न–भिन्न होती हैं और कार्यक्षमता व्यक्तिगत अनुभव पर बहुत कुछ निर्भर करती है.**
5. **वैसे हमारे जीवन में नब्बे प्रतिशत कार्य तो स्वतः ही ठीक–ठाक हो जाते हैं, केवल दस प्रतिशत कार्य ही ठीक से नहीं हो पाते हैं.** इसका अर्थ हुआ कि नब्बे प्रतिशत कार्यों में हमारे अनुभव बिना किसी विशेष प्रयास के स्वतः ही लागू होते रहते हैं. शेष दस प्रतिशत कार्यों में ही हमें अपने अनुभवों की विशेष आवश्यकता पड़ती है. अर्थात् हम इन कार्यों को भी अपने अनुभवों के आधार पर सफलतापूर्वक सम्पन्न कर सकते हैं.
6. जब आपके पास कुछ क्षमतायें और कुछ अक्षमतायें होती हैं, तब आपके प्रतिद्वन्द्वी भी आप से अलग कैसे हो सकते हैं. परिपूर्ण तो कोई हो भी नहीं सकता. परमात्मा के अतिरिक्त कोई परिपूर्ण है भी

नहीं. **जब सामने वाला आपकी कमजोरी का फायदा उठाकर आगे बढ़ सकता है, तब आप भी उसकी कमजोरी का फायदा क्यों नहीं उठा सकते.** अर्थात् आप अपने अनुभवों के आधार पर दूसरों की कमजोरियों/अक्षमताओं को अपनी योग्यताओं में बदल सकते हैं.

7. **शास्त्रों द्वारा जो कुछ सिखाया जाता है, वह आपका अनुभव नहीं हो सकता. उधार के ज्ञान से किसी का भला हो भी नहीं सकता.** अपनी भूख मिटाने के लिए भोजन तो आपको ही करना पड़ेगा. और आप द्वारा पचाया गया भोजन ही आपका अपना होगा. दूसरों के अनुभवों से आपका पेट नहीं भर सकता. पर हाँ, दूसरों के अनुभवों को उपलब्ध हुआ जा सकता है. अन्ततः आपका अपना अनुभव ही आपके लिए निर्णायक सिद्ध होगा.

8. यह सही है कि अनुभव में उतरने के लिए आपको कुछ तो करना ही पड़ेगा पर इसका अर्थ यह नहीं, कि आप हर बार असफल होते रहें और एक से अनुभवों को बार–बार ढ़ोते रहें. कहीं ऐसा न हो कि आप अपना समूचा जीवन अनुभव प्राप्त करने में ही लगा दें और कुछ भी प्राप्त न कर सकें. जैसे–

   'कटते – कटते कतरन हो गई चदरिया,
   जिन्दगी ने समझा मुझे सीना आ गया ।'

   अर्थात् प्रकृति ने तो आपको एक ही चदरिया दी थी. यदि आप इसे नये–नये अनुभवों के चक्कर में 'कतरन' में बदल देते हैं, तब आपके पास कुछ भी नहीं बचेगा. मजा तो तब है, जब आप इसे अपने अनुभवों के आधार पर सुरक्षित करते चलें और अन्त में ज्यों की त्यों प्रकृति को वापस सौंप दें. प्रबुद्ध कबीर ने कुछ ऐसा ही किया था–'ज्यों की त्यों धर दीनी चदरिया.'

9. **आदमी केवल सपनों में जीता है, हकीकत से रूबरू होने की शक्ति नहीं है, उसमें.** यह शक्ति तो स्वानुभव से ही आ सकती है. अस्तित्व में होने का अर्थ है, 'परिवर्तन'. परिवर्तन का अर्थ है 'परिपक्वता' और परिपक्वता का अर्थ है 'लगातार' स्व–संवर्धन में रत रहना'. याद रखें, स्व–संवर्धन स्वानुभव का ही अन्तिम चरण है. स्वानुभव से ही आप अपने सपनों को साकार कर सकते हैं.

दृष्टान्त–

एक मूर्तिकार एक से बढ़ कर एक मूर्तियाँ बनाता था. एक बार उसने बहुत ही सुन्दर मूर्ति बनाई. तैयार होने पर उसने मूर्ति को उलट–पुलट कर देखा और अचानक रोने लगा. लोगों ने रोने का कारण पूछा तो मूर्तिकार ने बताया कि 'काफी तलाश करने के बाद भी मुझे इस मूर्ति में कोई कमी नजर नहीं आ रही है. मेरी दुविधा का यही कारण है. यदि मेरी सूक्ष्म दृष्टि इसी तरह कुण्ठित बनी रही तो भविष्य में इससे अच्छी मूर्तियाँ नहीं बना पाऊँगा.' अर्थात् मूर्तिकार अपने ही अनुभवों के आधार पर एक से बढ़ कर एक मूर्तियों का निर्माण कर रहा था.

56 जिन्दगी का मतलब ही जोखिम है (Risk is The Synonym of Life)

1. **याद रखें, कोई जोखिम न लेना ही सबसे बड़ी जोखिम है.** जोखिम के डर से कोई काम ही न करना, जिन्दगी को बर्बाद करना है. जोखिम तो गर्भ में आने के साथ ही शुरू हो जाती है, जो मौत तक साथ निभाती है. कुछ महान आत्माओं की जोखिम तो उनकी मौत के बाद भी पीछा नहीं छोड़ पाती है. यानी जोखिम तो जीने की शर्त है. बिना जोखिम तो जीना ही व्यर्थ है.
2. **जिस प्रकार 'परमात्मा' को किसी एक शब्द में कैद नहीं किया जा सकता, उसी प्रकार 'सफलता' को भी किसी शब्द में नहीं पिरोया जा सकता.** ठीक इसी प्रकार 'जोखिम' को भी शब्दों तक सीमित नहीं किया जा सकता. लेकिन **जहाँ जोखिम है, वहीं सफलता है. जहाँ सफलता है, वहीं जोखिम है.** यानी जोखिम और सफलता जिन्दगी रूपी सिक्के के दो पहलू हैं.
3. **जब तक जीना है, तक तक सीना है.** और यह न भूलें कि सीने में जोखिम ही जोखिम है. बिना जोखिम उठाये तो आप एक कदम भी आगे नहीं बढ़ा सकते. यहाँ तक कि खड़े होने में भी जोखिम है. **हमारी विफलताओं का, यथास्थिति–वाद का एक मात्र कारण यही है कि हम जोखिम उठाने के लिए तैयार नहीं हैं.** साधारणतः हम सरल काम करना पसंद करते हैं, इसीलिए जोखिम उठाने वाले व्यक्तियों की तुलना में बहुत अधिक पिछड़ जाते हैं.
4. **सफलता प्राप्त करना कठिन हो सकता है, किन्तु असंभव नहीं.** देखा जाय तो सोचना भी कम जोखिम भरा नहीं है. जिन्दगी का कौनसा जख्म हरा नहीं है. कुछ होने से पहले कुछ न कुछ करना पड़ता है और कुछ करने से पहले कुछ सोचना पड़ता है. अर्थात् कुछ होने के लिए सोचने की जोखिम तो उठानी ही पड़ेगी. याद रखें, सोचने की जोखिम उठाने वाला ही आगे बढ़ सकता है. व्यक्ति उस सीमा तक जोखिम उठाने से बचना चाहता है, जिस सीमा तक वह डरा हुआ होता है. इसलिए जोखिम उठाने के लिए डर को निकालना पड़ेगा. जोखिम उठाकर तो देखिये, डर अपने आप ही निकल जायेगा.
5. आप संकल्प का साहस तो करें. हर विकल्प पर विचार तो करें. संकल्प–विकल्प को जोखिम न समझें. आगे बढ़ने के लिए पहला कदम तो बढ़ाइए, अगला कदम तो अपने आप ही उठ जायेगा. यात्रा कितनी ही लम्बी क्यों न हो, कदम तो एक–एक करके ही उठाने पड़ेंगे. और यह भी सदा याद रखें कि जोखिम तो कदम–कदम पर होती है. इसलिए हर जोखिम के लिए हरदम तैयार रहें. तब आपका हर कदम आसान होगा. किसी भी कदम को कभी अन्तिम न समझें, सफलता में हर कदम का समान महत्व होता है.
6. **जो सही समय पर सही रास्ता चुन लेता है, उसे सफल होने से कोई नहीं रोक सकता.** जो जोखिम उठाने की आदत डाल लेता है, वो हर जोखिम को आसानी से पार कर लेता है. **जो खतरों से खेलना जानता है, उसे जीतने से कोई नहीं रोक सकता.** जो वस्तुतः काम करना चाहता है, उसके लिए तो जोखिम का कोई अर्थ नहीं होता. जोखिम तो उसके काम का ही हिस्सा होती है. **याद**

रखें, जीवन का खेल एक बार ही मिलता है, कहीं ऐसा न हो कि संभावित खतरों के कारण आप ठीक से खेल ही न पायें.

7. जरा सोचिए, शेयर मार्केट में पैसा लगाना सचमुच कितना जोखिम भरा होता है, फिर भी शेयर्स में सबसे अधिक धन लगा होता है. कुछ लोग रातों–रात करोड़पति हो जाते हैं और कुछ लोग रोड़ पति. याद रखें, करोड़पति होने में तो वक्त लगता है, किन्तु रोड़पति होने में कोई वक्त नहीं लगता. पर यह भी सच है कि 'रोड़पति' होने की रिस्क उठाने वाले ही 'करोड़पति' हो सकते हैं. 'रोड़' से पहले 'क' जोड़ने की जोखिम तो उठाइए, 'करोड़पति' होने में वक्त ही कितना सा लगता है.
8. **कहते हैं कि जिसे बाजार में दस रुपये भी उधार न मिलते हों, वही लिमिटेड कम्पनी बनाकर इसी बाजार से दस करोड़ रुपये शेयर्स के जरिए एकत्रित कर सकता है.** परन्तु इसके लिए कितनी बड़ी जोखिम उठानी पड़ती है. जोखिम के साथ मेहनत भी करनी पड़ती है. निवेशकों का विश्वास भी जीतना पड़ता है. संभावित रिस्क फैक्टर्स भी समझने पड़ते हैं. साथ ही यह भी सच है कि रिस्क उठाने के बदले कम्पनी के कर्त्ता धर्त्ता एवम् पदाधिकारी कितने एशो–आराम के साथ रहते हैं.
9. जरा सोचिए, रिस्क कहाँ नहीं है ? छत गिर सकती है, पंखा गिर सकता है. कोई भी दुर्घटना घट सकती है. बिजली गिर सकती है. भूकम्प आ सकता है. बाढ़ आ सकती है. आसमान गिर सकता है. आग लग सकती है. चोरी हो सकती है. मारपीट हो सकती है. कोई प्रिय वस्तु खो सकती है. आप किसी मुकदमें में फंस सकते हैं. हार्ट अटेक आ सकता है. कुछ भी हो सकता है, व्यापार में घाटा हो सकता है. यदि आप मानसिक रूप से इन सबके लिए तैयार रहें तो हर जोखिम से लड़ा जा सकता है. जो जोखिम से लड़ना जानता है, वही जीना जानता है.

दृष्टान्त–

एक बिल्ली चूहे के पीछे दौड़ रही थी. चूहा भी काफी तेजी से दौड़ रहा था, किन्तु मौत बिल्कुल नजदीक थी. अचानक चूहे को एक बिल नजर आ गया और चूहा उसमें घुस गया. बिल्ली बिल के पास आकर रूक गई. वह बेबस थी. मानो खुद से ही पूछ रही हो–'चूहा हाथ से कैसे निकल गया ?' बिल के अन्दर चूहा चहक रहा था. मानों कह रहा हो–'मुझे पकड़ना तुम्हारा लक्ष्य था और अपने आपको बचाना मेरा लक्ष्य था. मैं अपने लक्ष्य में सफल रहा.' अर्थात् **जो अपने को बचाने का लक्ष्य लेकर चलता है, वह तमाम जोखिमों के बावजूद सफल होकर रहता है.**

57 जिन्दगी अपने आप में एक प्रतियोगिता है (Life is It Self A Competition)

1. प्रकृति प्रतियोगिता पर टिकी हुई है. जिन्दगी प्रकृति के हाथों बिकी हुई है. तब जिन्दगी प्रतियोगिता से बाहर कैसे हो सकती है ? याद रखें, यहाँ जो सक्षम है, वही टिक सकता है. और सक्षमता सिद्ध करने के लिए प्रतियोगिता में बने रहना एक अनिवार्यता है. हर पल एक प्रतियोगी पल होता है. हम प्रतियोगिता में तब तक ही बने रह सकते हैं, जब तक कि हम हर पल की चुनौती स्वीकारते चलें.
2. प्रतियोगिता कोई भूत नहीं, जिससे डरा जाय. प्रतियोगिता कोई शत्रु नहीं, जिससे लड़ा जाय. हार जीत का कोई महत्व नहीं है, महत्वपूर्ण तो बस यही है कि प्रतियोगिता में बने रहा जाय. इसलिए **यदि आप प्रतियोगिता में बने रहेंगे तो कोई न कोई स्थान तो आपका भी होगा ही.** याद रखिए, **जो भी स्थान आपका होगा, वह कम महत्वपूर्ण नहीं होगा.**
3. **यह संसार एक परीक्षा केन्द्र है. हम सब परीक्षार्थी हैं.** हर परीक्षा केन्द्र एक नियामक है और हम सब न्यायार्थी हैं. प्रश्न पत्र कैसा भी हो, कोई महत्व नहीं रखता, परीक्षा में सम्मिलित होना ही हमारी परीक्षा है. हर परीक्षा हमारी कसौटी है और कसौटी ही सफलता है.
4. **हँसता हुआ प्रतियोगी ही आगे बढ़ सकता है.** रोता हुआ प्रतियोगी पिछड़ जाता है. आपके भीतर सदा नयी उमंग, नयी आशा जगनी चाहिए. आपके चेहरे पर सदा नयी आभा, नयी चमक दिखाई पड़नी चाहिए. आप जहाँ भी जायें, आपके व्यक्तित्व की एक अलग छाप पड़नी चाहिए. आस–पास के लोगों को आपके होने का अहसास हो, यही आपकी सफलता है.
5. उन लोगों के बारे में पढ़ें, उन लोगों से प्रेरणा प्राप्त करें, जो आपसे पहले सफलतायें प्राप्त कर चुके हैं. साथ चलने वालों से शुद्ध स्पर्द्धा भले ही करें, किन्तु जलन न रखें. सबको सहयोग दें, सबका सहयोग लें. किसी को गिरा कर नहीं, दौड़ में अपने बलबूते पर आगे बढ़कर अपनी श्रेष्ठता सिद्ध करें. यह भी याद रखें कि लोग आपको प्रतियोगिता से सदैव बाहर करने के प्रयास में रहेंगे. इसलिए लोगों को अपना काम करने दें और आप अपना काम करते रहें.
6. मजा तो तब है, जब आप दूसरों से नहीं, बल्कि अपने आपसे मुकाबला करते हुए आगे बढ़ते रहें. दूसरों से तुलना करने की बजाय अपने आप से तुलना करें. दूसरों की कमियाँ नहीं, बल्कि अच्छाइयाँ तलाश करें. अपनी अच्छाइयाँ नहीं, बल्कि कमियाँ तलाश करें. **जब आप खुद से प्रतियोगिता करना सीख जायेंगे, तब दूसरों से प्रतियोगिता करने की आवश्यकता ही नहीं रहेगी.**
7. प्रतियोगिता में तो बने रहें, किन्तु प्रथम स्थान की आस न रखें. प्रथम स्थान पर तो वस्तुतः आज तक कोई पहुँच भी नहीं पाया है. संसार में व्यक्ति के लिए शीर्ष स्थान का कोई अस्तित्व भी नहीं है. यदि होता तो व्यक्ति इतनी प्रगति हर्गिज नहीं कर पाता. किसी स्थान विशेष पर पहुँचना उतना महत्वपूर्ण नहीं है, जितना कि प्रतियोगिता में बने रहना है. कोई न कोई स्थान तो आपका भी होगा ही. पर हाँ,

आप अपने स्थान से कभी संतुष्ट मत होइए. **लगातार आगे बढ़ते रहने की लालसा के कारण ही दुनिया निरन्तर प्रगति कर रही है.** प्रगति की दौड़ से कभी बाहर मत होइए.

8. याद रखें, प्रतियोगिता तो जीवन की सार्थकता है. इसलिए सर्वप्रथम प्रतियोगिता में सम्मिलित होने की योग्यता अर्जित करें. जब प्रतियोगिता में सम्मिलित हो जायें, तब निरन्तर आगे बढ़ते हुए नये–नये स्थान सृजित करें. याद रखें, प्रतिपक्षियों की कमजोरियों का लाभ तो आपको स्वतः ही मिलता चला जायेगा. **किसी को धक्का देकर आगे मत बढ़िए, बल्कि उससे तेज चलने की क्षमता अर्जित करते हुए उसकी धीमी गति का लाभ उठाइए.**
9. अर्थशास्त्र का सिद्धान्त है कि खोटे एवम् पुराने सिक्के असली एवम् नये सिक्कों को चलन से बाहर कर देते हैं. इसी तरह धूर्त लोग भले व सच्चे लोगों को प्रतियोगिता से बाहर कर देतें हैं. पर यह मत भूलिए कि भले लोगों का भी वक्त आता है. अन्ततः सच्चाई और ईमानदारी की ही जीत होती है. पतोधर्मस्ततो जयः.

प्रकृति बनाम प्रतियोगिता–

(क) हमारे जीवन में ही नहीं, प्रकृति के हर क्षण में प्रतियोगिता निरन्तर चलती रहती है. **हर वस्तु अपने अस्तित्व के लिए प्रतियोगिता में सम्मिलित है.** यदि आपने कहीं पर एक वृक्ष लगाया और उसके आस–पास उसी वर्ग का दूसरा वृक्ष नहीं लगाया तो आपका वृक्ष बहुत ही धीमी गति से बढ़ेगा. उसका समुचित विकास भी नहीं हो पायेगा. कारण कि प्रतियोगिता के लिए दूसरा वृक्ष उपलब्ध नहीं है. अकेला पेड़ मुकाबला किससे करेगा. इसलिए जब भी पेड़ लगायें, उसके आस–पास उसी किस्म के कुछ पेड़ अवश्य लगायें. एक दूसरे की हौड़ में ही पेड़ जल्दी बढ़ेंगे. पेड़ों की ऊँचाई भी काफी होगी और भरपूर फलेंगे–फूलेंगे. प्रतियोगिता के बिना तो प्रगति ही रूक जायेगी. (ख) बादलों और हवा के बीच प्रतियोगिता चलती रहती है. बिजली और पानी के बीच प्रतियोगिता चलती रहती है. नदी–नाले एक–दूसरे से मुकाबला करते रहते हैं और समुद्र में पहुँचने पर ही शान्त हो पाते हैं. मछलियाँ जल के प्रवाह से मुकाबला करती हुईं विपरीत दिशा की ओर बढ़ती रहती हैं. अर्थात् प्रकृति की सभी वस्तुऐं, चाहे सजीव हों या निर्जीव, सदैव किसी न किसी प्रतियोगिता में संलग्न रहती हैं, तब हम प्रतियोगिता से बाहर कैसे हो सकते हैं ? हम भी तो प्राकृतिक ही हैं, प्रकृति की ही देन हैं.

58 जिन्दगी छोटी है, मगर खोटी नहीं (Life is Uncertain & Short But Not Meaningless)

1. यह तो तय है कि **जिन्दगी बहुत ही छोटी है, इतनी छोटी कि अगले क्षण का भी पता नहीं है.** किन्तु इसका अर्थ यह कदापि नहीं है कि इस छोटी एवम् अनिश्चित जिन्दगी में अर्थपूर्ण कुछ भी न हो. जिन्दगी जब तक है, तब तक मजेदार एवम् महत्वपूर्ण है. **यह कतई महत्वपूर्ण नहीं है कि आदमी मरता किस प्रकार है, महत्वपूर्ण तो यही है कि वह जीता किस प्रकार है.** वह कितना लम्बा जीवन जीता है, यह भी महत्वपूर्ण नहीं है, महत्वपूर्ण तो यही है कि वह जब तक जीता है, कितने आनन्द के साथ जीता है.
2. **छोटी–छोटी बातों से दुःखी रहकर अपनी बड़ी–बड़ी खुशियाँ बर्बाद मत कीजिए. अपने आपसे अकारण नाराज रहकर अपनी इकलौती जिन्दगी बर्बाद मत कीजिए.** अपने से आगे वालों के कारण आहत रहकर अपना वर्तमान बर्बाद मत कीजिए. अपने आप से प्यार करके तो देखिए, जिन्दगी न खोटी है, न छोटी.
3. **जो कुछ भी अब तक मिला है वह कम नहीं है.** जो कुछ मिल रहा है, वह भी कम नहीं है और जो कुछ आगे मिलेगा, वह भी कम नहीं रहेगा. इसलिए जो भी मिलता है, उसे सधन्यवाद् स्वीकार करते चलें. जो कुछ आप प्राप्त कर सकते हैं, हर संभव प्रयास करते हुए प्राप्त करते चलें. जिन्दगी के हर क्षण को आनन्द, उत्साह एवम् उमंग के साथ जीते चलें, यही जीवन की सम्पूर्णता है.
4. आपको जिन्दगी से कोई शिकायत नहीं होनी चाहिए. आपको जमाने से भी कोई शिकायत नहीं होनी चाहिए. शिकायत ही करनी हो तो अपने आप से करनी चाहिए. खुद की शिकायत वैसे करोगे भी तो किससे ? जो गुजर गया, उसकी तरफ न देखें. जो बचा है, उसे संभाल कर रखें. होश और जोश के लिए, सफल आक्रोश के लिए, बहुत अधिक समय की नहीं, सकारात्मक सोच की आवश्यकता होती है.
5. जिन्दगी को जरा नजदीक से देखो. तन की नहीं, मन की आँखों से देखो. कितने ही अस्त–व्यस्त रहो, परन्तु सदैव मस्त रहो. **याद रखें, आपको इस संसार से केवल एक बार ही गुजरना है. आपका यहाँ होना प्रथम भी है और अन्तिम भी.** स्वाभिमान, आत्म–संयम एवम् आत्मज्ञान से जीवन में आलोकिक शक्ति प्राप्त होती है और इसी शक्ति के माध्यम से आप मृत्यु के बाद भी याद किये जा सकते हैं.
6. **जीवन तो खुदा का तोहफा है, समाज की अमानत है, ईश्वर की इबादत है.** इसलिए **इस प्रकार जीओ कि किसी को कोई शिकायत न रहे.** अपने आपको कम से कम इतना तो जान लो कि खुद से कोई शिकायत न रहे. जीवन में धन का उतना महत्व नहीं है, जितना कि जीवन का

है. जीवन का महत्व प्रसन्नता में निहित है और प्रसन्नता धन से नहीं, मन से आती है. तन और मन को स्वस्थ रखोगे तो आवश्यकतानुसार धन मिलता चला जायेगा.

7. जहाँ पैदा होना था, हो गये. जैसा रंग, रूप आकार प्रकार, मिलना था, मिल गया. जैसे माँ–बाप मिलने थे, मिल गये. जैसी शिक्षा–दीक्षा होनी थी, जहाँ शादी होनी थी, जैसी सन्तान होनी थी, हो गई. इन सबके लिए आपके पास कोई विकल्प भी तो नहीं थे. परन्तु जीवन को अपने ढंग से जीने, सुखी या दुःखी रहने, गरल या सुधारस पीने के विकल्प तो आपके पास ही हैं. इसलिए **सही समय पर सही विकल्प का चयन करो, जीवन कभी खोटा नहीं लगेगा.**

8. स्वस्थ तन, स्वस्थ मन, स्वस्थ धर्म, स्वस्थ कर्म, भरपूर नींद, गीत–संगीत, आमोद–प्रमोद, शांति एवम् प्रसन्नता के लिए व्यक्ति रात–दिन भटकता रहता है और अपने काम में इतना व्यस्त हो जाता है कि इन मूलभूत आवश्यकताओं को स्थगित करता रहता है. आँख तब खुलती है, जब आँख बन्द होने की घड़ी आ जाती है. इससे बड़ी दुर्भाग्य की बात और क्या हो सकती है. वर्तमान के सुख को स्थगित करना छोड़ दोगे तो दुर्भाग्य को सौभाग्य में बदल दोगे.

9. दुनिया तो पता नहीं कब से चल रही है और पता नहीं कब तक चलती रहेगी. पर याद रखें, **आपकी दुनिया तो आपके साथ ही समाप्त हो जायेगी.** इसलिए जो भी क्षण मिल रहा है, वह अमूल्य है, पर्याप्त है. हर क्षण का सदुपयोग करो, यही जीवन की सार्थकता है, यही सफलता है.

   इससे बड़ी खुशी और हो भी नहीं सकती. यानी 'हम है' यही क्या कम है. ऐसा सोच लेने पर हर विपरीत परिस्थिति अनुकूल होती चली जायेगी.

निष्कर्ष–

माना जाता है कि मानव जाति का आविर्भाव करोड़ों वर्ष पूर्व हुआ था. लगभग दस लाख सालों से तो आदमी इसी रूप में है, ऐसे प्रमाण मिल चुके हैं. इतने बड़े काल खण्ड में एक व्यक्ति का योगदान ही कितना है ? वह प्रारम्भ के पच्चीस वर्ष तो जीवन की तैयारी में व्यतीत कर देता है. मोटे रूप से व्यक्ति को मात्र पैंतीस वर्ष का क्रियाशील जीवन ही मिल पाता है. और वह भी तब, जबकि कोई औसत आयु तक जीवित रहे. इसलिए इस नितान्त ही नगण्य जीवन को गणनीय बनाओ, अल्प जीवन को अनुकरणीय बनाओ, तब आपको अपना जीवन किसी भी दृष्टि से घटिया नहीं लगेगा. जीवन को घटिया या बढ़िया बनाने का विकल्प तो केवल आपके पास ही विद्यमान है. कोई दूसरा आपके जीवन को घटिया अथवा बढ़िया नहीं बना सकता. प्रकृति ने आपको पूरा जीवन दिया है. समाज ने आपको पूर्णतः विकसित होने के पूरे–पूरे अवसर दिये हैं. फिर भी यदि आप जीवन को घटिया समझते हैं या उपयोगी नहीं बना पाते हैं तो निश्चित रूप से आप प्रकृति एवम् समाज के प्रति न्याय नहीं कर पायेंगे.

59

अपने आपके प्रति वफादार रहें
(Be True To Your Self)

1. **यदि आप अपने प्रति उत्तरदायी, प्रतिबद्ध एवम् वफादार रहेंगे तो आपको दूसरों के विषय में सोचने की आवश्यकता नहीं रहेगी.** जब आप अपने आपको देखने के प्रयास करेंगे, तब आपको अपने अलावा किसी में कोई कमी दिखाई नहीं पड़ेगी. इसलिए कुछ भी बनने से पहले खुद के प्रति वफादार बनें. वफादारी–ईमानदारी के विषय में उसी प्रकार सोचें, जिस प्रकार आप किसी तूफान के समय अपने मकान की नींव के विषय में सोचते हैं.
2. **आदमी अपनी जिम्मेदारियों से बचने के लिए बहाने गढ़ने में माहिर होता है.** बहाने गढ़ने का मतलब किसी और को नहीं, खुद को ही धोखा देना होता है. और जहाँ से धोखा आरम्भ होता है, वही से पतन भी आरम्भ हो जाता है. **आदमी धोखा किसी को भी दे, हकीकत में धोखा वह खुद को ही देता है.** जब आप खुद को धोखे में नहीं रखेंगे, तब दूसरे भी आपको धोखा नहीं दे पायेंगे. जब तक आप दूसरों को धोखा देने की नहीं सोचेंगे, तब तक आप धोखा खाने से बचे रहेंगे. इसलिए धोखा देने और धोखा खाने से बचें.
3. **आदमी जितना प्रेम से भरा होगा, उतना ही नम्रता से भरा होगा. जितना नम्रता से भरा होगा, उतना ही वफादार और खरा होगा. प्रेम के बिना नम्रता का और नम्रता के बिना वफादारी का कोई अर्थ नहीं है.** वफादारी के बिना किसी पर भरोसा नहीं किया जा सकता. **याद रखें, दुनिया आपके भरोसे नहीं है, परन्तु आप दुनिया के भरोसे हैं.** और दुनिया का भरोसा तब तक ही है, जब तक कि आप वफादार हैं.
4. सफल होने के लिए आपको अपना जीवन दाव पर लगाना पड़ेगा. हर पल, हर क्षण, हर मोड़ पर अपने आपको सक्षम सिद्ध करना होगा. सक्षमता और प्रामाणिकता के बिना तो आप इस आपाधापी और प्रतियोगी जगत में कुछ भी नहीं कर पायेंगे. और हाँ, **प्रामाणिकता के लिए वफादारी एक अनिवार्य शर्त है.**
5. यदि आपने अपनी योजना के लिए कुछ सिद्धान्त बनाये हैं, दैनिक कार्यक्रम और लक्ष्य निर्धारित किये हैं, तो गंभीरतापूर्वक पूरी ईमानदारी के साथ समयबद्ध तरीके से उन पर अमल करते चलें. निष्काम–निष्ठा और पूर्ण सत्यनिष्ठा के साथ पहल करें. केवल अपने प्रति ही नहीं, सबके प्रति वफादार रहें. दुनिया के बारे में कही गई हर बात पर आप विश्वास कर सकते हैं, क्योंकि यहाँ असंभव कुछ भी नहीं है. हम विश्वास के आधार पर ही आगे बढ़ सकते हैं, वरना अकेले नेत्रों के आधार पर तो एक कदम बढ़ाना भी संभव नहीं है. और विश्वास वफादारी से ही पनपता है.
6. **सकारात्मक सोच, आत्म–विश्वास, ईमानदारी, दृढ़ता, लक्ष्यबद्धता, परिपक्वता और नैतिक मूल्यों के साथ चलकर ही कोई सफलता को उपलब्ध हो सकता है.** इन सब योग्यताओं के

होते हुए भी यदि व्यक्ति में वफादारी और सच्चाई नहीं हो तो सफलता संभव ही नहीं है. **यह सही है कि कफन के जेब नहीं होती, किन्तु सच्चाई की सफेदी और अच्छाई की सुगंध तो होती ही है.**

7. **आत्म–संतुष्टि, सुन्दर दिखने की चाहत और समय के साथ कदम मिलाने की आकांक्षा अपनी उम्र से कम दिखने के लिए अपेक्षित होती है.** किन्तु यह तब ही संभव है, जबकि दिल में सच्चाई हो, सच्चाई में अच्छाई हो. **सच्चाई आपकी हर कमजोरी को अच्छाई में बदलने की क्षमता रखती है और अच्छाई आपके विश्वास को सफलता में बदलने की क्षमता रखती है.** पर याद रखें, **वफादारी के बिना सच्चाई का और सच्चाई के बिना वफादारी का कोई महत्व नहीं है.**

8. **जब आप अपने आपके प्रति, परिवार के प्रति, समाज के प्रति, राष्ट्र के प्रति और अपने काम के प्रति वफादार रहेंगे तो आपको अपने होने का अहसास होगा. अपने आप पर गर्व होगा.** अपना जीवन सार्थक लगेगा. लोग आपका अनुसरण करेंगे, आपका सम्मान करेंगे. तब आप में एक रूपान्तरण घटित होगा. आपकी कार्यशैली को देख कर हर कोई चकित होगा. जीवन की सफलता के लिए तन, मन और चिन्तन की स्वस्थता आवश्यक है. तन, मन और चिन्तन की स्वस्थता के लिए वचनबद्धता, कर्त्तव्यनिष्ठा, ईमानदारी यानी वफादारी आवश्यक है.

9. **जब तक बून्द अपने आपको सागर में विलीन नहीं कर देती, तब तक वह सागर को नहीं जान सकती.** उसी तरह जब तक आत्मा परमात्मा से समरसता स्थापित नहीं कर लेती, तब तक परमात्मा को पहचान नहीं सकती. याद रखें, सागर का अस्तित्व बून्दों के कारण ही है. बरसात का अस्तित्व भी बून्दों के कारण ही है. बरसात के लिए ऊपर से कोई जलधार नहीं गिरती, बून्दें ही गिरती हैं और ये बून्दें ही मिलकर नदी–नालों में उफान ला देती हैं. इसी प्रकार हम सब भी इस संसार रूपी सागर की बून्दें ही हैं. अपने कर्त्तव्यों का सच्चाई के साथ पालन करके ही हम अपने मानव धर्म का निर्वाह कर सकते हैं. **अपने 'अहम्' को विसर्जित किये बगैर हम अपने प्रति वफादार नहीं हो सकते.**

दृष्टान्त–

जलती हुई मोमबत्ती के धागे ने मोमबत्ती से पूछा–'मैं तो जल रहा हूँ, यह ठीक है, किन्तु तू मेरे साथ–साथ अपने आपको क्यों जला रही है ?' इस पर मोमबत्ती ने जवाब दिया–**'जिसको मैंने अपने दिल में बसा रखा है, उसे अकेले जलता हुआ भी तो नहीं देख सकती.'** तो यही है दिल की वफादारी, आत्मा की सच्चाई. जब आपको कोई सहयोग करता है, तब आपका भी कर्त्तव्य बनता है कि आप भी उसे पूरे मन से सहयोग करें. हम अपने तन, मन और विश्वास को भी धोखा दे सकते हैं, किन्तु अपनी अन्तर्आत्मा को धोखा नहीं दे सकते. वफादार होने के लिए यह अकेला कारण ही पर्याप्त है.

60 अपने शब्दों एवम् कार्यों के प्रति सदैव प्रतिबद्ध रहें
(Be Committed To Your Word & Work)

1. आप सब कुछ पचा सकते हैं, किन्तु अपने शब्दों को नहीं पचा सकते. अगर अपने शब्दों पर कायम नहीं रहे तो खुद को भी नहीं बचा सकते. आपका सम्मान तब तक ही है, जब तक कि आप अपने शब्दों पर कायम हैं. इसलिए कम से कम बोलें, जो बोलें, उस पर कायम रहें. यह भी अपेक्षित नहीं है कि हर बात बोल कर ही समझायी जाय. बिना बोले भी बहुत कुछ कहा जा सकता है. याद रखें, सही शब्द प्रभावी हो सकता है, किन्तु सही समय पर प्रयुक्त विराम उससे भी अधिक प्रभावी होता है.
2. आप अपने शब्दों के प्रति, अपने व्यवसाय के प्रति जितने प्रतिबद्ध रहेंगे, उतने ही आपके सहयोगी व्यवहारी भी प्रतिबद्ध रहेंगे. थोड़ी नम्रता, थोड़ी कठोरता, थोड़ी नजदीकी, थोड़ी दूरी, थोड़ी जिम्मेदारी, थोड़ी समझदारी का समन्वय करके तो देखिए, लोग आपके प्रति सदैव प्रतिबद्ध रहेंगे. दूसरों को प्रेरित करने एवम् दूसरों से काम लेने के लिए आवश्यक है कि आप अपने शब्दों व कार्यों के प्रति पूर्ण प्रतिबद्धता दिखायें.
3. अपने व्यवसाय के प्रति स्वार्थी बनिए, किन्तु अपने परिवार, संगठन और राष्ट्र के प्रति परार्थी बनिए. अपने वचनों, कर्त्तव्यों एवम् सिद्धान्तों पर सदैव अडिग रहें. लाभार्थी बनें, स्वार्थी बनें, कुछ भी बनें, किन्तु अपनी बात के धनी बनें. **याद रखें, धुन के पक्के और बात के धनी लोगों के कारण ही दुनिया में इतनी तरक्की हुई है.**
4. **दीवारों के कान भी होते हैं और आँखें भी होती हैं.** इसलिए अपने विचारों, अपने शब्दों एवम् समस्त कार्य–कलापों के प्रति सदैव सतर्क रहें. तर्क करें, वितर्क करें, किन्तु कुतर्क न करें. जो कहें, उस पर कायम रहें. जो कहें, वही करें. जो करें, वही कहें. याद रखें, **अच्छाई को फैलने में बहुत वक्त लगता है, किन्तु बुराई को फैलने में कोई वक्त नहीं लगता.** बुराई का प्रचार तो बुराई से आगे चलता है.
5. पहले तोलो, फिर बोलो. जो भी बोलो, उसमें अन्तस की मिठास घोलो. कडुआहट तो यहाँ पहले से ही काफी है, कम से कम आप तो कडुआहट मत घोलो. **बोलने से पहले याद रखने की योग्यता पैदा करो, ताकि निभा सको.** यदि किसी बात को किसी कारणवश निभा न सके तो यथा समय क्षमा याचना के साथ सम्बन्धित को सूचित करने की आदत बना लें. बात को याद रखने, निभाने और सही ढंग से सम्प्रेषित करने के कारण ही आपकी साख बनेगी. और यह साख ही आपकी सफलता बनेगी.
6. याद रखें, **दूसरों के प्रति जैसे आपके विचार होंगे, जैसे आपके शब्द होंगे, वैसे ही विचार, वैसे ही शब्द आपको प्रतिकार में प्राप्त होंगे.** आज तक जितने भी युद्ध, महायुद्ध और महाभारत हुए हैं, वे सब शब्दों के कारण ही हुए हैं. और आगे भी शब्दों के कारण ही होंगे. जितने भी विवाद

और उपद्रव उत्पन्न होते हैं, वे सब शब्दों के गलत प्रयोग के कारण ही होते हैं. इसलिए संभल कर बोलें, नियमबद्ध बोलें, नियमबद्ध रहें.

7. **समाज सब तरह का कचरा बर्दाश्त कर सकता है, किन्तु शब्दों का कचरा बर्दाश्त नहीं कर सकता.** व्यक्ति सब कुछ बर्दाश्त कर सकता है, किन्तु वादा–खिलाफी बर्दाश्त नहीं कर सकता. **जब आप कोई फालतू चीज अपने पास रखना पसंद नहीं करते, तब फालतू शब्द कैसे पसंद कर सकते हैं.** जब आप अपने पास फालतू शब्द ही नहीं रखेंगे, तब ही आप फालतू शब्दों से बचे रह सकेंगे. इसलिए सदैव चयनित एवम् नपे–तुले शब्दों का ही प्रयोग करें. शब्दों में पूरी मितव्ययता बरतें. तब आप कई कठिनाईयों से बचे रहेंगे और कीमती समय भी बचा लेंगे.

8. **कर्म से बढ़कर कोई धर्म नहीं, प्रतिबद्धता से बढ़कर कोई कर्म नहीं.** अपनी बात पर कायम न रहने से बढ़कर कोई शर्म नहीं. जरा ठण्डे दिमाग से सोचिए, अपनी बात पर कायम न रहने के कारण दूसरों को कितनी असुविधायें होती हैं. जब दूसरे भी आपके साथ ऐसा ही करते हैं, तब आपको कितनी दुविधायें होती हैं. इसलिए बेहतर तो यही है कि न खुद दुविधा में रहें और न किसी को दुविधा में रखें.

9. अपने शब्दों, परिजनों, सहयोगियों व्यवहारियों के प्रति सदैव प्रतिबद्ध रहें. स्वयम् के प्रति अपने समाज के प्रति, राष्ट्र के प्रति एवम् नैतिक मूल्यों के प्रति प्रतिबद्ध रहें. याद रखें, **समयबद्धता, योजनाबद्धता, नियमबद्धता, आचरण शुद्धता के माध्यम से ही आप सफलता के सौपान चढ़ सकते हैं.** किन्तु इन सबसे ऊपर है, वचनबद्धता, जिसके बिना आप कुछ भी नहीं कर सकते.

दृष्टान्त–

एक शिक्षक को क्लास में पढ़ाते–पढ़ाते सो जाने की आदत थी. विद्यार्थी शोरगुल करते, शिक्षक की नींद खुल जाती. एक दिन एक विद्यार्थी ने साहस करके पूछ लिया–'गुरुजी, आप पढ़ाते–पढ़ाते अक्सर सो जाते हो, आखिर क्यों ?' गुरुजी ने सफाई दी–'मैं सोता नहीं हूँ. मैं तो आँखें बन्द करके स्वर्ग जाता हूँ और वहाँ से तुम्हारे लिए ज्ञान लेकर आता हूँ.' बात बच्चों के गले नहीं उतरी. एक दिन उस साहसी विद्यार्थी ने कक्षा में सोने का नाटक किया. शिक्षक ने उसे डांट दिया. इस पर विद्यार्थी बोला–'सर, मैं सो नहीं रहा था. मैं तो आँखें बन्द करके स्वर्ग गया था.' गुरुजी ने गुस्से में पूछा–'अच्छा, वहाँ क्या देखा ?' विद्यार्थी–'सर, मैं वहाँ देखने नहीं, यह पूछने गया था कि हमारे गुरुजी आते हैं न यहाँ ?' गुरुजी–'वहाँ से क्या जवाब मिला ?' विद्यार्थी–'सर, मुझे बताया गया कि आज तक तुम्हारे

गुरुजी, इधर नहीं आये.' यह सुनकर गुरुजी की स्थिति देखने लायक थी. जो अपने शब्दों एवम् कृत्यों के प्रति प्रतिबद्ध नहीं रहते, उन्हें ऐसे ही उपहासों का पात्र बनना पड़ता है.

61

नम्रता एवं अपनत्व भरे शब्दों में जादू होता है
(To Be Humble and Affectionate is Charismatic)

1. **जिस प्रकार पत्थर काटने वाले मशीनी पहिए पर लगातार जल धार प्रवाहित करते हुए कठोर से कठोर पत्थर को भी आसानी से काटा जा सकता है, उसी प्रकार नम्रता एवम् अपनत्व भरी वाणी के प्रवाह से कठोर से कठोर व्यक्ति से भी कार्य करवाया जा सकता है.** नम्रता की बून्दें कठोर से कठोर व्यक्ति को भी पिघला देती है.

2. दूध में जितना पानी मिलाओ, उतना ही मीठा डाल कर देखो, लोग बड़े मजे से पी लेंगे और आसानी से पचा भी लेंगे. यह भी सच है कि पानी मिला दूध स्वास्थ्य के लिए कम हानिप्रद होता है, बशर्ते कि पानी शुद्ध हो. शुद्ध दूध को हजम करने के लिए आज कल हाजमा बचा ही कहाँ है. यानी मीठे वचन दिल की गहराई से निकलेंगे, तब ही पानीदार होंगे.

3. जिस प्रकार छायादार एवम् फलदार वृक्ष धरती की ओर नम्रता से झुक जाते हैं, उसी प्रकार समझदार एवम् 'सफल' व्यक्ति विनम्रता से भरकर झुक जाते हैं. **किसी भी कामयाब व्यक्ति की पहली पहचान नम्रता ही होती है.** वस्तुतः नम्रता तो हर व्यक्ति की परीक्षा होती है. नम्रता, प्रेमपूर्ण व्यवहार, अपनत्व एवम् सहनशीलता से मानव ही नहीं, दानव भी आपके वश में हो सकता है. यानी किसी से काम लेने से पहले उसका दिल जीतना जरूरी है.

4. व्यक्ति जितना नम्रता से भरा होगा, उतना ही उदार एवं खरा होगा. व्यक्ति जितना अपनत्व से भरा होगा, उतना ही लोकप्रिय एवम् बड़ा होगा. व्यक्ति जितना अहम् से भरा होगा, उतना ही नम्रता से दूर होगा. जो अहम् से खाली होगा, वही नम्रता से भरपूर होगा. याद रखें, अहम् और नम्रता का साथ रहना जरा कठिन है. अपने आपको 'अहम्' से खाली करके तो देखो, खालीपन नम्रता से अपने आप ही भर जायेगा.

5. अपने को जहर से नहीं, अमृत से भरिए. नफरत से नहीं, प्रेम से भरिए. अहम से नहीं, नेह से भरिए. नजर से होकर लोगों के दिलों में उतरिए. अपने शब्दों में सच्चाई की मिठास भरिए. तब यह संसार कितना सुन्दर लगेगा, कितना अपना लगेगा, आपकी कल्पनाओं से परे होगा. आप अपने चेहरे को पहचानते हो, क्योंकि आपने दर्पण में अपना चेहरा देखा है. अगर नहीं देखा होता तो आपको पता ही चलता कि आपका चेहरा कैसा है. इसी तरह आप अपनी पहचान लोगों की नजर में करते हैं. याद रखें, लोग आपको पहचान तब तक ही देते हैं, जब तक कि आप लोगों के दिलों में उतरते चले जाते हैं.

6. **सूरज ही बनना हो तो सुबह का सूरज बनो, जो कितना शान्त, शीतल और खुशगवार होता है.** सुबह का सूरज ही सहनीय एवम् निर्विकार होता है. सूरज की तरह आप लोगों से दूर रह कर भी काफी नजदीक नजर आ सकते हो. यही अपनत्व है. यह दुनिया अपनत्व पर ही टिकी हुई है. **दुनिया यदि अच्छी लगती है तो अपनेपन के कारण ही अच्छी लगती है.**
7. याद रखें, आपकी शालीनता और नम्रता की ही सदा तारीफ होती है, गर्म मिजाजी और तुनक मिजाजी की नहीं. इसलिए हर शब्द चुन कर बोलिए, शब्दों में अपनेपन की चासनी घोलिए. बोलने का अंदाज ऐसा हो कि सुनने वाले के दिल को छू जाए. मजा तो तब है, जब दिल से ही बोला जाय और दिल से ही सुना जाय. जब आप दिल से बोलेंगे तो सुनने वाला भी कानों से नहीं, दिल से ही सुनेगा. **दिल से कही गई बात में नम्रता और अपनत्व का समावेश अपने आप ही हो जाता है.**
8. **जो काम किसी प्रलोभन से नहीं करवाया जा सकता, वह प्रेम से करवाया जा सकता है.** जो काम भुजबल या धनबल से नहीं करवाया जा सकता, वह नम्रता और अपनत्व से करवाया जा सकता है. कठिनाइयों और हानियों को सहन करते–करते व्यक्ति विनीत और बुद्धिमान हो जाता है, परन्तु मजा तो तब है, जब वह आरम्भ से ही विनीत और बुद्धिमान हो. जो पहले से ही सहनशील, विनम्र एवम् सहज होगा, उसके सामने कठिनाइयों एवम् हानियों का खतरा कम से कम होगा.
9. **पानी को जितना ऊँचा उठाया जाता है, उतने ही दबाव के साथ पानी नलों में दौड़ लगाता है.** इसी तरह व्यक्ति अपने सोच को जितना ऊँचा उठाता है, उतना ही नम्र बनता चला जाता है. नम्रता से भरा व्यक्ति ही लोगों के दिलों में जगह बना सकता है. अर्थात् **नम्रता और अपनत्व को जितनी ऊँचाई दोगे, उतने ही आदरणीय बन जाओगे.**

दृष्टान्त–

एक वृद्ध व्यक्ति के कई शहरों में रेस्टोरेन्ट थे. एक दिन वह हुलिया बदलकर दूर के अपने एक रेस्टोरेन्ट में अचानक पहुँच गया. हाथ में छड़ी, आँखों पर चश्मा, झुकी कमर और फटे हाल देखकर किसी ने भी उसकी ओर ध्यान नहीं दिया. सेठ एक कौने में खड़ा हो गया. थोड़ी देर बाद 'विनय' नामक एक वेटर वहाँ से गुजरा. वह अपने सेठ को पहचान तो नहीं पाया, किन्तु एक ग्राहक समझकर वृद्ध के पास पहुँचा और नम्रतापूर्वक अभिवादन के साथ उसे सहारा देते हुए सुरक्षित सीट पर ले जाकर बिठा दिया. विनय ने पूछा–'बाबूजी, आप क्या लेंगे ?' वृद्ध ने धीरे से आर्डर दिया–'एक कप चाय'. विनय–'अभी लाया, बाबूजी.' वृद्ध ग्राहक को ठण्डा पानी पिलाया गया. बढ़िया गर्मागर्म चाय पिलाई गई. विनय वृद्ध के सामने झुक कर खड़ा हो गया–'बाबू जी, और क्या लेंगे ?' वृद्ध ने कहा–'बस.' फौरन बिल प्रस्तुत किया गया वृद्ध ने पैसे ट्रे में रखे और उठ खड़ा हुआ. विनय ने सहारा देते हुए वृद्ध को बाहर तक पहुँचाया. कार में बैठते समय वृद्ध ने विनय से कहा–'मैं तुम्हारे व्यवहार से प्रसन्न हूँ. कल तुम्हारे पदोन्नति के आदेश पहुँच जायेंगे. दुर्भाग्य से मैं ही इस रेस्टोरेन्ट का मालिक हूँ. तुम्हारे जैसे विनम्र और विनयशील कर्मियों के कारण ही मेरा व्यवसाय चल रहा है.' विनय सेठजी को देखता ही रह गया. वह समझ ही नहीं पा रहा था कि यह सब कैसे हो गया. उसने तो सेठ जी को बस एक ग्राहक के रूप में ही अटैण्ड किया था.

62 धन्यवाद देने में न देरी करें, न कंजूसी (To Thanks Giving, Neither Be Miserly, Nor Be Hesitant)

1. उस सर्वोच्च शक्ति के प्रति सदैव आभारी रहना चाहिए, जिसने कि हमें मनुष्य योनि में पैदा किया है. यदि हम नहीं होते तो क्या कर लेते ? अपने परिवार, समाज और राष्ट्र के प्रति हमें सदैव आभारी रहना चाहिए, जिनके कारण आज हम यहाँ हैं. यदि हम यहाँ नहीं होते तो क्या कर लेते ? तो आइए, परमात्मा को धन्यवाद दें. परिवार, समाज, राष्ट्र को धन्यवाद दें. धन्यवाद ही हमारी सबसे बड़ी पूँजी है.
2. **हमें अपने माता–पिता, शिक्षक–प्रशिक्षक, मार्गदर्शक, मित्र, शत्रु, प्रशंसक, आलोचक, समय, वातावरण सबके प्रति अहसानमन्द रहना चाहिए.** प्रत्यक्षतः या परोक्षतः यदि हमें इन सबका सहयोग नहीं मिला होता तो हम यहाँ तक नहीं पहुँच पाते. आगे भी हम इनके सहयोग से ही कुछ कर पायेंगे. इसलिए इन सबके प्रति आभार प्रदर्शित करते रहें और आगे बढ़ते रहें। यही हमारी कृतज्ञता है, यही हमारी सफलता है.
3. किसी का कितना ही बड़ा कर्ज या अहसान क्यों न हो, उसे तत्काल चुकाने के लिए एक छोटा सा शब्द ही काफी है और वह 'धन्यवाद'. और धन्यवाद एक ऐसा कर्ज है, जो आसानी से चुक नहीं सकता. याद रखें, आपको जितना वक्त 'धन्यवाद' कहने में लगेगा, सामने वाले को उतना वक्त ग्रहण करने में नहीं लगेगा. धन्यवाद देना आपका फर्ज है, अपने फर्ज के कर्ज को ब्याज सहित चुकाते चलें.
4. जब भी किसी को कोई काम बतायें, उसे अग्रिम धन्यवाद अवश्य दें. जब काम हो जाए तब दिल की गहराई से धन्यवाद दें, तत्काल दें. याद रखें, देरी से दिया गया धन्यवाद, प्यासे को प्यास से बेहोश होने पर पानी पिलाने जैसा है. धन्यवाद देना तो आपका दायित्व है. दायित्व को निभाते चलें, सबके प्रति अहसान से भरते चलें.
5. अपने परिजनों, बच्चों, मित्रों, शत्रुओं, सहकर्मियों, अधिकारियों, कर्मचारियों, व्यवहारियों, ग्राहकों, सलाह. कारों, शुभचिन्तकों, परिचितों, अपरिचितों सबको यथाशीघ्र धन्यवाद दें. कहीं ऐसा न हो कि आप वक्त पर धन्यवाद ही न दे सकें. यथा समय दिया गया धन्यवाद ही कारगर होता है. देर से दिया गया धन्यवाद अपनी प्रासंगिकता खो देता है.
6. **जब भी धन्यवाद दें, जिसको भी दें, दिल खोल कर दें.** केवल शब्दों से ही न दें, दिल से दें. मुस्कुराहट के साथ दें. कृतज्ञता के साथ दें. इस भावना के साथ दें कि आपको सोचना न पड़े, बोलना न पड़े, बोलने के लिए कोई प्रयास न करना पड़े, बल्कि आपके अधरों से 'धन्यवाद' अनायास निकले पड़े. औपचारिकता भर न निभायें. अहम् से रिक्त होकर धन्यवाद दें. साथ ही दूसरों का धन्यवाद भी

मुस्कुराहट के साथ तत्काल स्वीकार करें. स्वीकार करते समय अहम् से न भरें. सामने वाले को इस बात का अहसास हो जाना चाहिए कि आपने 'धन्यवाद' स्वीकार कर लिया है.

7. **जीवन की निर्भरता के लिए जिन साधनों की आवश्यकता पड़ती है, उनमें सबसे ऊपर है, 'धन्यवाद.'** जीवन की सफलता के लिए जिन कारकों की आवश्यकता पड़ती हैं, उनमें सबसे कारगर है 'धन्यवाद.' धन्यवाद देने में यदि कोई सबसे बड़ी बाधा है तो वह है 'अहम्.' अहंकार सबसे बड़ी नासमझी है. अहम् से भरा व्यक्ति किसी के प्रति कृतज्ञ हो ही नहीं सकता. वह तो परमात्मा के प्रति भी कृतज्ञ नहीं हो सकता. कृतज्ञता के बिना नम्रता नहीं आ सकती, नम्रता के बिना सफलता नहीं आ सकती.
8. **जीवन को निर्भार रखने के लिए सबसे प्रभावी उपाय है, 'कृतज्ञता.'** अहम्‌वादी संस्कृति में, स्वार्थपूर्ण प्रकृति में केवल धन्यवाद ही अपवाद है. 'धन्यवाद' के बाद कोई विवाद बचता ही नहीं है. कृतज्ञ–नाद के बाद कोई निनाद बचता ही नहीं है. **'धन्यवाद' एक ऐसा हथियार है, जिसका यदि समय पर प्रयोग किया जाय तो बड़ा से बड़ा महाभारत भी टल सकता है.** 'धन्यवाद' एक ऐसा सिक्का है, जो हर देश, हर काल में चल सकता है.
9. जब पक्षी तालाब में पानी पीते हैं, तब कुछ गाकर तालाब को धन्यवाद देते हैं. यह सही है कि पक्षियों के पानी पीने से तालाब खाली नहीं हो सकता, परन्तु उनके भाग्य से लबालब भरा तो रह ही सकता है. इन चहचहाते पक्षियों से, कृतज्ञता से खिलते फूलों से, धरती के अहसान से झुकते वृक्षों से, धरती के नजदीक आकर बरसते बादलों से कुछ तो सीखिए.

दृष्टान्त–

गुरुकुल की शिक्षा पूरी होने पर गुरुजी ने अपने एक शिष्य से पूछा–'यदि कोई तुम्हें गाली दे तो क्या करोगे ?' शिष्य ने जवाब दिया–'धन्यवाद दूँगा, इस बात के लिए कि केवल गाली ही दी, पिटाई तो नहीं की.' इस पर गुरुजी ने जानना चाहा–'यदि कोई सचमुच तुम्हारी पिटाई कर दे, तब क्या करोगे ?' शिष्य का जवाब था–'तब भी धन्यवाद ही दूँगा. इसलिए कि केवल पिटाई ही की, जान से तो नहीं मारा.' गुरुजी ने फिर पूछा–'यदि कोई तुम्हें जान से ही मार डाले, तब क्या करोगे ?' शिष्य ने जवाब दिया–'तब मेरे पास करने को कुछ बचेगा ही नहीं. फिर भी मेरी 'आत्मा' उसे धन्यवाद ही देगी, सांसारिक कष्टों से मुक्ति के लिए.' अर्थात् हर स्थिति में 'धन्यवाद' अवश्य दें.

63

अपने आपको सामने वाले के स्थान पर रख कर सोचिए
(Think After Putting Yourself in The Place of Person, You Are Dealing With)

1. **यदि आप अपने आपको सामने वाले के स्थान पर रख कर सोचने की कला विकसित कर लेते हैं, तो आपको इस दुनिया में कोई भी गलत नहीं लगेगा.** तब कोई भी व्यर्थ नहीं लगेगा, कुछ भी अनर्थ नहीं लगेगा, कोई भी असमर्थ नहीं लगेगा. तब आपकी सहानुभूति सबके प्रति होगी, सबकी सहानुभूति आपके प्रति होगी.
2. **जो दूसरों को समझने की समझ रखते हैं, वे ही सचमुच सफलता का स्वाद चखते हैं.** सामने वाले की परिस्थितियों को ठीक से समझ लेने पर न तो आप उस पर गुस्सा कर पायेंगे और न ही शत्रुता कर पायेंगे. जहाँ तक संभव हो, किसी से शत्रुता न पालें. शत्रुता पालने के बाद ही पता चल पाता है कि सामने वाला कितना शक्तिशाली है. इसलिए शत्रुता इतनी ही पालें कि सामने वाले को बस इतना ही लगे कि आप वैचारिक रूप से उससे सहमत नहीं हैं, किन्तु उसका किसी तरह का कोई नुकसान नहीं चाहते हैं. यदि आप एक–तरफा शत्रुता पालेंगे तो इससे आपको ही नुकसान होगा, अगले का कुछ भी नहीं बिगड़ पायेगा. याद रखें, जब आप किसी से शत्रुता पाल लेंगे, तब आपका अधिकांश समय अपने बचाव में ही लग जायेगा.
3. **जब आप सामने वाले के सुख–दु:ख में उतर जाते हैं, तब आपके चेहरे पर भी वही भाव उतर आते हैं.** किसी के विश्वास को जीतने की यही शुरूआत है. दूसरों के विश्वास को जीतने की तत्परता ही सबसे बड़ी सफलता है. जब आप दूसरों पर विश्वास करना सीख जायेंगे, तब ही दूसरे भी आप पर विश्वास कर पायेंगे. **जब आप किसी पर विश्वास ही नहीं कर सकते, तब यह आशा कैसे कर सकते हैं कि लोग आप पर विश्वास करें.** याद रखें, विश्वास को केवल विश्वास से ही खरीदा जाता सकता है.
4. सामने वाले के दृष्टिकोण से सोचने की आप जितनी योग्यता रखते हैं, परिस्थितियों को दूसरों की नजर से परखने की जितनी क्षमता रखते हैं, परिस्थितियों को अपने पक्ष में कर लेने में आप उतने ही सफल हो सकते हैं. आपकी सफलता इसी योग्यता और इसी क्षमता पर निर्भर करती है. सफलता का रहस्य भी यही है.
5. **यदि आपके आंगन में गंदगी है तो आपको पड़ौसी की छत पर जमी धूल की शिकायत करने का कोई अधिकार नहीं है.** जरा सोचिए, आप किसी व्यक्ति अथवा वस्तु को कैसे अंगीकार कर सकते हैं, जो कि आपके पड़ौसी को स्वीकार नहीं है. पड़ौसी के स्थान पर अपने आपको रख कर

सोचिए, पड़ौसी की नाराजगी तुरन्त समझ में आ जायेगी. यदि आप अपने को पड़ौसी से बड़ा समझेंगे, तो पड़ौसी कभी भी आपको बड़ा नहीं समझ पायेगा. तब वह केवल आपकी बुराई ही करेगा.

6. **अपनी हीनता छिपाने के लिए कभी दूसरों की आलोचना मत कीजिए.** जरा सोचिए, आप कहाँ होते, अगर दूसरे नहीं होते. आप यहाँ नहीं होते, अगर दूसरे यहाँ होते. इसलिए लोगों को दोष देने की बजाय उनकी परिस्थितियाँ समझिए. अगर आप उनके स्थान पर होते, तो क्या करते ?
7. जिसके साथ आपको व्यवहार करना है, उसके बारे में आप उससे पहले सोचें. उसके तथाकथित प्रश्नों और उसकी संभावित आंशकाओं के हर पहलू पर सोचें. याद रखें, दूसरों की मदद करने से आपके होने की सार्थकता सिद्ध होती है. देखा जाय तो दूसरों की मदद करना खुद की मदद करना ही है. दूसरे भी आपकी मदद के लिए ही हैं, बशर्ते कि आप मदद लेने के लिए तैयार हों. **लोगों के प्रति सच्ची सहानुभूति प्रकट करके तो देखिए, उससे कहीं अधिक सहानुभूति आपको मिलने लगेगी.**
8. जब हम दूसरों को धोखा देते हैं, तब हम परोक्षतः अपने आपको ही धोखा देते हैं. हमें याद रखना चाहिए धोखा देने से ही नहीं, धोखा देने की सोचने मात्र से ही हमारे साथ बहुत बड़ा धोखा हो सकता है. धोखे का जवाब धोखे से देने पर लोगों का विश्वास उठ जाता है. यदि आप सामने वाले की परिस्थितियों एवम् विवशताओं को ठीक से समझ लेंगे, तब आप उसे धोखा नहीं दे पायेंगे.
9. पहले अपने मन के साथ सुर मिलाइए, सामने वाले के साथ तो अपने आप ही मिल जायेंगे. पहले अपने गुस्से का कारण खोजिए, तब आप किसी पर गुस्सा नहीं कर पायेंगे. कोई भी व्यक्ति अच्छा या बुरा नहीं होता, अच्छा या बुरा तो उसे उसकी परिस्थितियाँ बनाती हैं. और परिस्थितियाँ समाज द्वारा सृजित की जाती हैं. आश्चर्य तो यही है कि उसी समाज द्वारा अच्छाई या बुराई का आंकलन किया जाता है. **यदि आप लोगों की परिस्थितियों को समझने की कला विकसित कर लेते हैं, तब आपको न कोई अच्छा लगेगा, न कोई बुरा लगेगा.** आप से अच्छा या बुरा कोई दूसरा हो भी नहीं सकता.

दृष्टान्त–

फकीर जुनैद अपनी आँखों में आँसू भर कर परमात्मा से प्रार्थना कर रहे थे–'प्रभु मैंने तो सब कुछ छोड़ दिया है, अब मेरी नजर तुम पर ही टिकी हुई है. पर प्रभु यह तो बताओ कि तुम्हारी नजर भी मेरी तरफ है या नहीं ?' इस पर गंभीरता पूर्वक विचार करने पर जुनैद को आत्मज्ञान उपलब्ध हुआ. यह रहस्य खुला कि जब तक व्यक्ति को दूसरे की नजर अपनी ओर होने या न होने में संदेह हो, तब तक दूरी बनी रहेगी. जब हम ईश्वर में विश्वास रखते हैं, तब ईश्वर द्वारा सृजित प्रकृति और व्यक्ति में विश्वास क्यों नहीं रख सकते ?

64 सामने वाले की लकीर को छोटी करनी हो तो अपनी लकीर बढ़ाते चलो
(You Can't Cut Down The Size of Others, Only You Can Make Yourself Larger)

1. **यदि आप किसी को गिराने की सोचेंगे तो खुद को ही गिरा हुआ पायेंगे.** यदि आप अपनी चाल तेज कर देंगे तो बिना किसी को गिराये ही आगे निकल जायेंगे. सामने वाले को तो अपनी गति से बढ़ने दीजिए. आप तो अपनी गति बढ़ाइए और चुपके से आगे निकल जाइए. यदि आपने सामने वाले को चुनौती दे डाली तो सामने वाला शायद ही आपको आगे निकलने दे.
2. यदि सामने वाले की लकीर आपकी लकीर से काफी लम्बी हो तो फिलहाल उससे मुकाबला करने का कोई औचित्य नहीं है. मुकाबला तो मुमकिन के साथ ही करें. यदि आप केवल अपनी लकीर की चिन्ता करते हुए निरन्तर आगे बढ़ते रहेंगे तो एक दिन आप असंभव से भी आगे निकल जायेंगे. असंभव को संभव बनाते चलना ही जीवन का लक्ष्य होना चाहिए.
3. जरा सोचिए, क्या दुनिया का हर व्यक्ति, हर अन्य व्यक्ति से आगे निकल सकता है ? हर व्यक्ति आगे होगा तो पीछे कौन होगा ? व्यक्ति की क्षमताओं का कोई न कोई स्थान नियत हो जाता है. व्यक्ति अपने स्थान पर ही रह सकता है. इस तरह न कोई आगे है, न कोई पीछे है. भौतिक संसाधनों की तुलना करना ही व्यक्ति के कष्टों का सबसे बड़ा कारण है. याद रखें, **भौतिक संसाधनों का समान वितरण न कभी हुआ है, न कभी होगा.** मानवीय प्रवृत्तियों के कारण यह संभव भी नहीं है. इसलिए किसी से छीनने की बजाय अपने संसाधनों में वृद्धि करते चलें.
4. यहाँ हर व्यक्ति को कुछ न कुछ कर गुजरने के अवसर मिलते रहते हैं. दूसरों से आगे निकलने के भी अवसर मिलते रहते हैं. इसलिए यदि आप इन अवसरों का सदुपयोग करते चलेंगे तो साथ वालों से आगे निकलते चले जायेंगे. विशुद्ध प्रतिस्पर्द्धा की भावनाओं के साथ आगे बढ़ते चलें, बिना किसी को गिराये, बिना किसी को धक्का दिये. तब आपको पीछे मुड़कर देखने की आवश्यकता ही नहीं पड़ेगी.
5. **जिन्दगी अपने आप में एक दौड़ है. हर दौड़ में होड़ है.** होड़ के मापदण्ड हर क्षण बदलते रहते हैं. दौड़ के परिणाम भी अक्सर बदलते रहते हैं. **महत्वपूर्ण तो यही है कि आप दौड़ में बने रहें.** हर क्षण किसी न किसी से आगे निकलने के प्रयास करते रहें. किन्तु इतना ध्यान रखें कि पीछे वालों को कभी हीन भावना से न देखें और आगे वालों से जलन न रखें. याद रखें, आगे निकलने में महज आपकी योग्यता ही नहीं, सुस्त चलने वालों की अयोग्यता भी मददगार होती है. किन्तु दूसरों की अयोग्यता को ही अपनी योग्यता मत समझ लीजिए.
6. वक्त सदा एक सा नहीं रह पाता है. जो आज काफी आगे है, वो कल पिछड़ सकता है. जो आज काफी पीछे है, वो कल आगे निकल सकता है. इसलिए अपनी तथाकथित सफलता पर कभी घमण्ड

मत करिए. कभी अति–आत्मविश्वासी भी मत बनिए. किसी का बुरा सोचने से कभी आपका भला नहीं हो सकता. किन्तु **दूसरों का भला सोचने पर कम से कम आपका बुरा तो नहीं हो सकता.**

7. न किसी को गिरायें, न किसी को कोसें. जो बढ़ रहा है, उसे बढने दें. उससे जलन न रखें, बल्कि उसकी प्रशंसा करें. उससे कुछ न कुछ सीखने की कोशिश करें. जो पीछे है, उसकी भी प्रशंसा करें, उसे भी प्रोत्साहित करें, उससे भी कुछ न कुछ सीखें. **हर व्यक्ति में कुछ न कुछ विशेषतायें होती हैं, इसलिए हर व्यक्ति से कुछ न कुछ सीखा जा सकता है.**
8. मोटे रूप से दुनिया में तीन तरह के लोग होते हैं–**प्रथम वे जो हर असंभव को संभव बना लेते हैं और निरन्तर आगे बढ़ते रहते हैं. दूसरे वे जो केवल दूसरों को आगे बढ़ते हुए देखते रहते हैं और मन ही मन जलते रहते हैं. तीसरे वे जिन्हें यह ही पता नहीं होता कि उन्हें क्या करना चाहिए ?** अब आप ही तय करें कि आप अपने आपको किस वर्ग में रखना पसंद करेंगें. जीवन को सार्थक करना है तो अपने आपको प्रथम वर्ग में रखिए.
9. **वैसे सुखी रहने का सबसे आसान तरीका है, अपने आगे नहीं, पीछे देखना.** पीछे वाले भी आपसे आगे निकलने की कोशिश करते रहते हैं. यदि आप केवल पीछे वालों को ध्यान में रखते हुए आगे बढ़ते रहेंगे तो बहुत संभव है, बहुत से आगे वाले भी आपसे पीछे छूट जायेंगे.

दृष्टान्त–

दीनदयाल एक छोटा दुकानदार था. उसके सामने एक बड़ा दुकानदार था, जिसकी दुकान पर ग्राहकों का जमघट लगा रहता था. दीनदयाल काफी परेशान रहता था. काफी सोचने विचारने के बाद उसने व्यवसाय का नया तरीका अपनाया. 'बढ़िया से बढ़िया माल और कम से कम मुनाफा' इस एक सुत्री कार्यक्रम को परिश्रम, व्यवहार एवम् सेवा भावना के साथ लागू कर दिया. अधिकांश माल तो निर्माताओं से सीधे ही लाया जाने लगा. शेष बड़े थोक विक्रेताओं से मंगवाया जाने लगा. जहाँ भी उसे सस्ता माल मिल सकता था, वहीं से खरीदना शुरू कर दिया. नाम मात्र के लाभ पर ग्राहकों को उपभोक्ता सामान उपलब्ध करवाया जाने लगा. धीरे–धीरे दुकान की ख्याति दूर–दूर तक फैलने लगी. खूब ग्राहक आने लगे. ग्राहकों की संतुष्टि एवम् गुणवत्ता को सर्वोच्च प्राथमिकतायें दी जाने लगी. फलतः खूब बिक्री होने लगी. साल के अन्त में जब हिसाब लगाया तो दीनदयाल का शुद्ध लाभ सामने वाले से अधिक ही था. दीनदयाल की तर्ज पर ही आज कल जगह–जगह सुपर मार्केट, मॉल, आदि विकसित हो रहे हैं.

65 दूसरों की बजाय अपनी गलतियाँ ढूँढ़िए (Find Out Your Faults, Instead of Those of Others)

1. **साधारणतः कोई भी व्यक्ति कभी भी अपनी गलती स्वीकार करने के लिए तैयार नहीं होता, बल्कि अपनी तमाम असफलताओं का दोष दूसरों पर डालने में ही अपनी सफलता समझता है.** और दूसरे भी ऐसा ही करते हैं. जब गलती मानने के लिए कोई तैयार ही नहीं है, तब जरा सोचिए, आखिर गलती कौन करता है ? यहाँ मानवीय गलतियों की कोई सीमा ही नहीं है. यहाँ जो कुछ भी गलत होता है, मानवीय गलती के कारण ही होता है. इसलिए गलती मानकर उसमें सुधार करना ही समझदारी है.
2. यह भी सही है कि **आदमी जितना अपनी गलतियों से सीख सकता है, उतना दूसरों की गलतियों से नहीं सीख सकता.** आदमी अक्सर अपनी ही गलतियों के कारण नाकामयाब होता है. इसलिए दूसरों पर दोष मढ़ना छोड़िए, अपनी गलतियों में सुधार करते हुए आगे बढ़िए. गलती किससे नहीं होती ? गलती कभी इकतरफा भी नहीं होती. **आपके साथ जो भी गलत होता है, उसमें कहीं न कहीं आपकी गलती अवश्य होती है.**
3. **अपनी गलती मानकर तो देखें, लोग आपको सिर–आँखों पर बिठा लेंगे.** अपनी कमियाँ ढूँढ़ कर तो देखें, अपने आपको अपनी नजरों में ऊँचा उठा लेगें. गलतियों में सुधार करके तो देखें, अपनी हर गलती को कामयाबी में बदल लेंगे. हर त्रुटि आपकी कसौटी है और सफलता के लिए हर कसौटी पर खरा उतरना है.
4. दूसरों की गलतियों की समीक्षा न करें. **दूसरों की विफलताओं की प्रतीक्षा न करें. यह बहुत महंगी पड़ सकती है.** चाहने से किसी की प्रगति नहीं रूक सकती. **दूसरों की विफलता से अपनी सफलता मत आंकिए.** साथ ही अपनी सफलता से किसी की विफलता भी मत आंकिए. अपनी विफलताओं को अपनी ही गलतियों से आंकिए. अपनी ही गलतियों में से सफलता को ढूँढ़ निकालिए. सफलता का मूल मंत्र यही है.
5. **हम दूसरों को जितना बुरा समझते हैं, उतने बुरे वे होते नहीं हैं. और दूसरें हमें जितना अच्छा समझते है, उतने अच्छे भी हम होते नहीं हैं.** यदि हम अपनी गलतियों और दूसरों की अच्छाईयों को स्वीकार करना सीख लें तो हमें दूसरों को बुरा और खुद को भला समझने की आवश्यकता ही नहीं रहेगी. इस आत्मदर्शन के बाद अपने अतिरिक्त कोई भी गलत प्रतीत नहीं होगा. अपने से बाहर गलतियाँ ढूँढ़ने वाले का न तो आगत होता है, न अतीत होता है. व्यक्ति वस्तुतः अपनी प्रकृति की सभी स्थितियों का सर्वशक्तिमान स्वामी होता है, पर अफसोस कि उसे इसका आभास नहीं हो पाता है.

6. **हर व्यक्ति के भीतर असंख्य सद्‌गुण, सद्‌विचार एवम् सद्‌संकल्प विद्यमान होते हैं, जो उद्‌घाटित होने के लिए सदैव आतुर रहते हैं.** किन्तु दुर्भाग्यवश हम अपनी विफलताओं के कारणों को बाहर खोजने में ही अपनी समूची ऊर्जा लगा देते हैं और अपने भीतर झांकने की हिम्मत नहीं जुटा पाते है. जब भीतर झांकने की आदत बना लेंगे, तब हमारे संकल्प अपने आप बाहर आने लगेंगे.
7. **हम सब संसार रूपी सागर के जीव हैं. हमने कोई बंटवारा नहीं कर रखा है. समुद्र के पानी में बंटवारा संभव भी नहीं है.** यदि हम एक दूसरे की गलतियाँ ही ढूँढ़ते रहेंगे तो इस महासागर में कुछ भी प्राप्त नहीं कर पायेंगे. गलतियाँ करना तो मानवीय स्वभाव है. लेकिन हम अपनी गलतियों को न मानकर अपने आपको धोखा देते रहते हैं और अन्ततः इसे ही अपनी उपलब्धि समझने लगते हैं. यही हमारी सबसे बड़ी त्रासदी है.
8. **दूसरों की बजाय अपनी कमजोर कड़ी को पहचानिए.** याद रखिए, **माला जब भी टूटती है, कमजोर कड़ी से ही टूटती है.** माला तो एक स्थान से ही टूटती है, किन्तु सभी मोती एक ही झटके में बिखर जाते है. इसलिए मोतियों को नहीं, माला को सुरक्षित रखिए. कमजोर कड़ी को वक्त पर ठीक करते रहें. अपनी गलतियों में सुधार करके ही कमजोर कड़ियों को मजबूत बना सकते हैं. न तो आपके कहने से कोई अपनी गलती मान सकता है, न आप दूसरों की गलतियां सुधार सकते हैं, इसलिए अपनी गलतियाँ सुधारिए. तब निश्चित रूप से दूसरे भी अपनी गलतियाँ सुधारते नजर आयेंगे.
9. आप अपनी नाकामयाबियों को दूसरों के सिर कब तक मंढ़ते रहेंगे ? भाग्य, प्रारब्ध, परिवार, सहकर्मियों एवम् प्रतिद्वन्द्वियों पर सारा दोष डालते हुए कब तक बचते रहेंगे ? इसलिए अपनी गलतियाँ तत्काल स्वीकार करें, उनमें अपेक्षित सुधार करें, तब जो भी सफलता मिलेगी, वह आपकी अपनी होगी.
10. हम अकसर ईश्वरीय व्यवस्था में, प्राकृतिक प्रबन्धन में, अपने प्रारब्ध में, पूर्व जन्म के कर्म–फलों में, पारिवारिक परिवेश में, सामाजिक विषमताओं में, सरकारी नीतियों में, कामयाब लोगों की चालाकियों में ही गलतियाँ ढूँढ़ते रहते हैं और अपना अमूल्य समय खर्च करते रहते हैं. जिस दिन हम इन बाहरी व्यवस्थाओं में गलतियाँ ढूँढ़ना बन्द कर देंगे और अपने भीतर उतरकर अपनी कमियों को पकड़ना आरंभ कर देंगे, उसी दिन एक बहुत बड़ा 'रूपान्तरण' घटित हो जायेगा. तब हम अपने अलावा किसी को भी गलत नहीं मान पायेंगे. और यह रूपान्तरण अभी और इसी वक्त घटित हो सकता है. केवल आँखें बन्द करके भीतर उतरने भर की देर है.

दृष्टान्त–

पति–पत्नी के बीच किसी बात पर झगड़ा हो गया. पत्नी ने गुस्से में पति पर बेलन फेंका, किन्तु पति के जरा टेढ़ा हो जाने के कारण बेलन सीधा खिड़की पर लगा और शीशा टूट गया. आवाज सुनकर पड़ौसी आया और पूछने लगा–'शीशा कैसे टूटा ?' पति ने पत्नी की तरफ इशारा करते हुए बताया कि–'इनकी गलती से टूटा है. गुस्से में बेलन फेंका और शीशा टूट गया.' इस पर पत्नी तपाक से बोली–'भाई साहब, ये झूठ बोल रहे हैं. मैनें तो बेलन इन्हीं पर फेंका था. अगर ये अपने स्थान से नहीं हटते तो शीशा नहीं टूटता. अब आप ही बताइए, गलती मेरी है या इनकी ?' अर्थात् सारा झगड़ा ही अपनी गलती न मानने के कारण है.

66 खिड़कियाँ सदैव खुली रखें, ताकि ताजा हवा में अन्दर आ सके (Keep Your Mind Open, So that Some Fresh Ideas May Come in)

1. सदैव नवाचारों एवम् नये विचारों के लिए तैयार रहें. विचार, व्यवहार एवम् जीवन शैली में नये–नये प्रयोगों के लिए तैयार रहें, ताकि पुराने होने से बच सकें और समय के साथ चल सकें. सफलता के लिए महत्वपूर्ण बिन्दु यही है कि समय और लोगों के साथ चला जाय. समय और लोगों को साथ लेकर चला जाय. नये–नये रास्ते खोजे जायें, ताकि आने वाली पीढ़ियाँ भी उन पर चल सकें.
2. **दुनिया के सभी धर्मों का निर्माण आदमी ने ही किया है. किसी भी धर्म ने आज तक किसी आदमी का निर्माण नहीं किया.** यह भी सही है कि जब आदमी किसी धर्म का निर्माण करता है, बन्द कमरे में ही करता है. खिड़कियाँ खुली रखकर नहीं करता. इसीलिए दुनिया में आज हजारों धर्म हैं. नये–नये धर्म भी पनप रहे हैं. किन्तु जब तक किसी धर्म में स्वतन्त्र, उदारवादी एवम् प्रगतिवादी विचारधारा नहीं होगी, तब तक कोई धर्म व्यापक, सुलभ एवम् हितकर नहीं बन सकता.
3. हर व्यक्ति को कुछ न कुछ तो करना ही पड़ता है. जहाँ काम है, वहाँ तनाव भी है. यदि आप नाक, कान, आँख, दिल और दिमाग खुले रखेंगे तो अपने आप को समझने और समय के साथ आगे बढ़ने में सुविधा रहेगी. अन्यथा एकरसता, नीरसता, ऊब और निराशा के शिकार हो जायेंगे. इसलिए प्रगतिशील बनों और दूसरों को भी प्रगतिशील बनने में मदद करो.
4. **जिन्दगी उतनी आसान नहीं है, जितनी कि हम समझते हैं. जिन्दगी उतनी मुश्किल भी नहीं है, जितनी कि हम समझते हैं.** यदि हम खुले दिमाग से समय के साथ चलेंगे तो आसान, वरना मुश्किल है. यदि हमारा नजरिया सकारात्मक है तो जिन्दगी आसान, वरना मुश्किल है. दिल और दिमाग की खिड़कियाँ सदैव खुली रखें, ताकि हर घटना के साक्षी बन सकें, हर घटना से कुछ न कुछ सीख सकें. तब जिन्दगी भार–स्वरूप नहीं लगेगी.
5. **हर व्यक्ति, हर व्यक्ति से कुछ न कुछ सीख सकता है, बशर्ते कि वह खुले दिल से सीखने के लिए तैयार हो.** हर व्यक्ति दूसरों को कुछ न कुछ सिखा सकता है, बशर्ते कि वह खुले मन से सिखाने के लिए तैयार हो. सीखने और सिखाने वाले को अपनी अहम् रूपी खिड़कियाँ खुली रखनी होंगी. याद रखें, संसार के तमाम उपद्रवों का मुख्य कारण 'अहम्' ही है.
6. आपके वर्तमान व्यवसाय में बहुत कुछ नयापन लाया जा सकता है. कम्प्यूटर, इन्टरनेट, ऑटोमेशन, इलेक्ट्रोनिक मशीनों, नये आविष्कारों, नयी तकनीक आदि का समावेश किया जा सकता है. आधुनिक एवम् उपयोगी विचारों, उत्पादों एवम् संसाधनों का बिना किसी पूर्वाग्रह अथवा दुराग्रह के पूरा–पूरा उपयोग किया जाना चाहिए, ताकि आपका व्यवसाय मुख्य धारा में रह सकें.

7. यदि आपके वर्तमान व्यवसाय में बहुत अधिक समस्यायें हों अथवा व्यवसाय तिथि–बाह्य (Out Dated) हो चुका हो तो उसे बदला जा सकता है. नये व्यवसाय का चयन काफी सोच–विचार कर खुले दिमाग से किया जाना चाहिए. अपने व्यवसाय में नयी–नयी तकनीक एवम् भावी विस्तार की तमाम संभावनाओं के लिए अभी से प्रावधान कर लें, ताकि आगे चलकर पछताना न पड़े.
8. नये आविष्कारों, नये चमत्कारों, नयी कल्पनाओं एवम् नयी संभावनाओं के लिए अपने आपको सदैव तैयार रखें. नयी आशाओं, संभावित निराशाओं, अनायास सफलताओं एवम् तमाम विफलताओं के लिए अपने आपको मानसिक रूप से तैयार रखें. **हर स्थिति पर नियन्त्रण रखें, ताकि कोई भी परिस्थिति आपको गुलाम न बना सकें.** आजकल सभी व्यवसायों में नयी तकनीक और नये–नये फार्मूलों की आवश्यकता पड़ती है, इसलिए अपने दिमाग को खुला रखें और सभी बंदिशों से अपने आपको मुक्त रखें.
9. जब माचिस या लाइटर का आविष्कार नहीं हुआ था, तब किसी ने यह कल्पना नहीं की थी कि आग को जेब में भी रखा जा सकता है. लेकिन जेबें तो तब भी रखी जाती थीं. हमारे समय में ही इतना कुछ बदल जायेगा, हमने इसकी कल्पना भी नहीं की थी. हमारे समय में ही अभी बहुत कुछ बदलने वाला है. पिछले सौ–सवा सौ वर्षों में जितनी प्रगति हुई है, उतनी लाखों वर्षों में भी नहीं हो सकी थी. प्रगति की गति को देखते हुए हमें हर स्थिति के लिए तैयार रहना चाहिए. समस्या रहित, सुविधापूर्ण एवम् सुरक्षित जीवन जीने से तो हमारा विकास ही रूक जायेगा.

दृष्टान्त–

(क) पारसी धर्म का तत्व ज्ञान तीन शब्दों में छिपा है 1. 'हुमदा' अर्थात् अच्छे विचार. 2. 'हुखता' अर्थात् सही बोलाना. 3. 'हुवस्ता' अर्थात् नेक कार्य. इसी तरह बौद्ध धर्म का सार भी तीन वाक्यांशों में समाहित है– 1. 'बुद्धम शरणम् गच्छामि.' अर्थात् विवेक का सहारा लो. 2. 'धर्मम् शरणम् गच्छामि.' अर्थात् अपने आचरण में धर्म का समावेश करो. 3. 'संघम् शरणम् गच्छामि.' अर्थात् मिलजुल कर रहो. यानी दुनिया का हर धर्म उपयोगी है, बशर्ते कि हम अपनी खिड़कियाँ खुली रख सकें.

(ख) हम जितने खुले रहेंगे, सकारात्मक रहेंगे, हल्के रहेंगे, हँसते रहेंगे, प्रकृति के सानिध्य में रहेंगे, उतने ही अधिक हारमोन्स का निर्माण हमारे शरीर में होगा. हारमोन्स से ही हमारे विचारों का जन्म होता है, विचारों से तरंगें निकलती हैं, जो ब्रह्माण्डीय ऊर्जा (Cosmic Energy) से मिल जाती हैं. इस ऊर्जा की तरंगें दूर–दूर तक फैल जाती हैं, तब ही हम अपने विचारों को कार्य रूप में रूपान्तरित कर पाते हैं. हमारी सफलता वस्तुतः इन ऊर्जाओं पर ही निर्भर करती है. इसलिए खिड़कियाँ तो खुली रखनी ही होंगी.

67

स्मरण शक्ति ही व्यक्ति की सबसे बड़ी योग्यता है
(Memory is The Biggest Power of an Individual)

1. **अद्भुत स्मरण शक्ति के कारण ही व्यक्ति को अन्य प्राणियों से श्रेष्ठ माना जाता है.** अन्य प्राणियों में भी थोड़ी बहुत स्मरण शक्ति हो सकती है, किन्तु मानव के पास अपार स्मरण शक्ति होती है. निरन्तर अभ्यास एवम् विशेष तकनीकी प्रयोगों से व्यक्ति अपनी स्मरण शक्ति को बढ़ा सकता है. योग साधना के माध्यम से तो व्यक्ति अपनी स्मरण शक्ति को अनन्त तक बढ़ा सकता है और अपने पूर्व जन्मों को भी स्पष्ट देख सकता है.
2. 'स्मरण शक्ति' के बिना व्यक्ति जीवन में कुछ भी नहीं कर सकता. शिक्षण, प्रशिक्षण, तकनीकी–शिक्षण, व्यवसाय, सेवा कार्य सभी कुछ स्मरण शक्ति पर ही निर्भर है. आज तक जितनी भी प्रगति हुई है, स्मरण शक्ति के कारण ही हुई है. दुर्भाग्यवश सबकी स्मरण शक्ति एक सी नहीं होती. यदि आपकी स्मरण शक्ति कमजोर है, तो आप किसी भी कार्य को ठीक से सम्पादित नहीं कर सकते. **व्यक्ति के हर कार्य की सफलता सुदृढ़ स्मरण शक्ति पर ही निर्भर करती है.**
3. यदि कोई व्यक्ति स्मृति शून्य हो जाय तो वह सब कुछ भूल जायेगा. अपने आप को भूल जायेगा, अपने संसार को भूल जायेगा. तब उसे यह भी पता नहीं रहेगा कि वह कहाँ है ? क्यों है ? तब वह दिन–दिनांक, खाना–पीना, घर–परिवार सब कुछ भूल जायेगा. वस्तुतः स्मरण शक्ति ईश्वर द्वारा प्रदत्त सबसे बड़ी भेंट है और इस भेंट के कारण ही व्यक्ति 'व्यक्ति' है.
4. जिस व्यक्ति की स्मरण शक्ति जितनी प्रखर होगी, उतनी ही वह प्रगति करता चला जायेगा. स्मरण शक्ति के आधार पर ही कोई सफलता दर सफलता प्राप्त कर सकता है. नयी–नयी जानकारियों को याद रखने के लिए तनाव मुक्त एवम् थकान मुक्त होना जरूरी है. रटने से नहीं, समझकर स्मृति पटल पर बिठाने से जानकारियाँ स्थायी रूप से याद हो जाती हैं. **स्मृति पटल वस्तुतः दुनिया की सबसे बड़ी 'स्लेट' है.**
5. लिख–लिख कर याद करने से कोई भी जानकारी जल्दी याद हो जाती है. याद की गई सामग्री को बीच–बीच में दोहराते रहने से स्मरण शक्ति बढ़ती है. स्मरण शक्ति एक कम्प्यूटर की तरह है. जिस प्रकार का प्रोग्राम होगा, उसी प्रकार की सूचनायें उपलब्ध होंगी. सूचनाओं को ठीक ढंग से फीड करते रहें, आपका मस्तिष्क कम्प्यूटर से भी तेज गति से स्मृतिपटल पर सूचनाओं को पुनः प्रस्तुत कर देगा. याद रखें, **मस्तिष्क से कम्प्यूटर बनता है, कम्प्यूटर से मस्तिष्क नहीं बनता.**
6. किसी भी जानकारी को याद रखने के लिए उसे किसी घटना, वस्तु, अनुक्रम अथवा परिस्थिति विशेष से जोड़कर देखिए, फिर आप उसे कभी भूल नहीं पायेंगे. जब कोई जानकारी आप पढ़कर या सुनकर

या देखकर प्राप्त करते हैं, तब आपके स्मृति पटल पर उस जानकारी सम्बन्धी एक बिम्ब (Image) भी तैयार होता है, जिसके आधार पर उसे याद रखना आसान हो जाता है. किसी भी जानकारी को लम्बे समय तक याद रखने के लिए उसका कोई स्थायी बिम्ब या मानचित्र बनाकर दो चार बार दोहरा कर देख लें. जब भी उस जानकारी की आवश्यकता पड़ेगी, स्मृति पटल पर बना हुआ बिम्ब, मानचित्र अथवा वस्तु घटना आदि का प्रतिबिम्ब उभरेगा और उससे सम्बन्धित जानकारी सजीव हो उठेगी.

7. याददाश्त बढ़ाने के लिए ध्यान केन्द्रित करना, स्मृति पटल पर काल्पनिक चित्र गढ़ना, लिख कर या बोलकर याद करना जरूरी है. वस्तुओं, भावनाओं एवम् शब्दों के चित्र कल्पना द्वारा मस्तिष्क तक पहुँचते हैं, जिन्हें हम ध्यान द्वारा स्मृति पटल पर अंकित कर सकते हैं. याद रखने की विधियाँ विभिन्न हो सकती हैं, किन्तु आप उन्हीं विधियों का उपयोग करें, जो आपके लिए उपयुक्त हों.
8. **ध्यान के माध्यम से बुद्धि में अभिवृद्धि, मानसिक शान्ति एवम् स्मरण शक्ति में क्रान्ति घट सकती है.** योग, नियमित व्यायाम, भरपूर नींद, कठोर परिश्रम एवम् पर्याप्त विश्राम से हर समृद्धि संभव है. आपकी स्मरण–शक्ति जितनी तेज होगी, उतना ही आपका समय बचेगा. लोगों का विश्वास आप पर जमेगा. आपका सब जगह सम्मान होगा. **आज तक जितने महापुरूष हुये हैं, वे सब अपनी विशेष स्मरण शक्ति के कारण ही हुये हैं.**
9. साधारण स्मरण–शक्ति के सहारे आप जिन्दगी में बहुत कुछ नहीं कर सकते. असाधारण बनने के लिए असाधारण स्मरण–शक्ति चाहिए. स्मरण–शक्ति के बलबूते ही आप अच्छे अंकों से उत्तीर्ण हो सकते हैं. किसी कागज का सहारा लिये बिना आप धारावाहिक रूप से प्रवचन कर सकते हैं. अपनी दुकान के सामान एवम् कीमतें जबानी याद रख सकते हैं. अधिकांश हिसाब–किताब जबानी बता सकते हैं, बशर्ते कि आप एक अच्छी स्मरण शक्ति के धनी हों. अर्थात् **जीवन की हर सफलता के लिए स्मरण शक्ति को तेज रखना अनिवार्य है.**

निजी अनुभव–

एक इन्टरव्यू में मुझसे पूछा गया–'आपका जन्म कब हुआ था ?' मैंने जवाब दिया–'सन् 1942 में.' इस पर पूछा गया–'1942 में और क्या–क्या हुआ था ?' मेरा जवाब था–'सर, द्वितीय विश्वयुद्ध अपनी चरम सीमा पर था. हमारा देश गुलाम था, 'भारत छोड़ो आन्दोलन चल रहा था. उस वर्ष बंगाल में भीषण अकाल पड़ा था ....' बीच में ही इन्टरव्यू बोर्ड के एक सदस्य ने पूछ लिया–'सबसे बड़ी घटना कौनसी थी ?' मैंने जरा हंसकर जवाब दिया–'सर, मैं पैदा हुआ था, मेरे लिए तो यही सबसे बड़ी घटना थी.' इस पर सब हँस पड़े. सौभाग्य से मेरा चयन हो गया.

अर्थात् जब किसी जानकारी को किसी न किसी घटना/बिम्ब से जोड़कर याद किया जाता है, तब वह स्मृति पटल पर स्थायी हो जाती है. इससे याद रखना आसान होता है.

68

जानकारी ही व्यक्ति की एकमात्र स्थायी सम्पत्ति है

(Knowledge is The Only Prepetual Asset of An Individual)

1. **प्रत्येक भौतिक पदार्थ अन्ततः अपना स्वरूप खोता है, किन्तु 'ज्ञान' न कभी नष्ट होता है, न कुरूप होता है.** पदार्थ को चुराया जा सकता है, छीना जा सकता है, किन्तु 'ज्ञान' को न चुराया जा सकता है, न छीना जा सकता है. 'ज्ञान' ही एक ऐसा मित्र है, जिस पर कभी अविश्वास नहीं किया जा सकता. 'ज्ञान' ही व्यक्ति का अभिन्न मित्र है, ज्ञान ही व्यक्ति का चरित्र है.
2. **भौतिक सम्पदा यदि कम होती है, तो होने दें. 'ज्ञान' को कम न होने दें. ज्ञान रहेगा तो आप कई गुना सम्पदा पुनः अर्जित कर लेंगे.** इसलिए अगर कुछ भी खोता है, खोने दें, मगर 'ज्ञान' को न खोने दें. ध्यान रहे, ज्ञान रहेगा तो कुछ भी नहीं खोयेगा. इसलिए लगातार ज्ञान में अभिवृद्धि करते चलें. तर्क और ज्ञान के साथ यदि रचनात्मकता को भी जोड़ दिया जाय तो आपकी सफलता सबसे अलग ही होगी.
3. **भौतिक सम्पदा तो आज है, कल नहीं रहेगी, किन्तु जानकारी ऐसी सम्पदा है, जो आज भी है और कल भी रहेगी.** विशिष्ट एवम् तकनीकी जानकारी सदा आपके साथ रहती है. कैसी भी परिस्थिति हो, आप अपनी जानकारी के आधार पर कहीं भी अपना स्थान बना लेंगे. जितनी जानकारी बढ़ाते चलोगे, उतने ही लाभ में रहोगे. साथ ही यह भी याद रखें, जितना आप काम करते चलेंगे, उतनी ही जानकारी अर्जित करते चलेंगे. सही और स्थायी जानकारी तो वस्तुतः काम करने पर ही प्राप्त होती है.
4. किसी भी व्यवसाय, कार्य अथवा सेवा में सफलता पूर्वक कार्य करते रहने के लिए तत्सम्बन्धी जानकारी का होना जरूरी है. जितनी अधिक जानकारी होगी, उतनी ही आपकी पकड़ मजबूत होगी. जितनी पकड़ मजबूत होगी, उतनी ही मेहनत फलीभूत होगी. **समुचित जानकारी के बिना किसी भी कार्य में श्रम, समय एवम् संसाधन लगाना समझदारी नहीं है.**
5. अपने मूल कार्यों के साथ–साथ अन्य व्यावहारिक विषयों के सम्बन्ध में भी अपेक्षित जानकारी अर्जित करते चलें. आपका आत्मविश्वास बढ़ेगा. हर क्षेत्र में आपका वर्चस्व बढ़ेगा. याद रखें, आपकी जानकारी ही आपकी सबसे बड़ी अच्छाई है और आपकी नासमझी ही सबसे बड़ी बुराई है. **जानकारी के जादू से आप अपनी बड़ी से बड़ी बुराई को भी अच्छाई में बदल सकते हैं. जानकार व्यक्ति के छोटे–मोटे दोषों को लोग सहज ही नजरअंदाज कर देते हैं.**
6. **सीखने के लिए बच्चों जैसे सरल एवम् सहज बनो, वरना 'ज्ञान' का अपमान होगा. यदि मन में निर्मलता और आँखों में उत्सुकता हो तो सीखना आसान होगा.** सीखने के लिए कान, नाक,

आँख, जीभ और त्वचा के साथ–साथ अपने दिल और दिमाग को भी खुला रखें. जितनी अधिक जानकारी होगी, उतनी ही आत्मशक्ति मजबूत होती चली जायेगी. जानकारी आपको निर्भयता, आत्मनिर्भरता एवम् निपुणता से भर देगी. तब सफलता तो स्वतः ही मिलती चली जायेगी.

7. **जानकार व्यक्ति कभी भटकता नहीं है, दूसरों को भी भटकने से बचाता है.** सच तो यही है कि यह जगत जानकारी के आधार पर ही आगे बढ़ता चला जाता है. कहा जाता है कि जो दूसरों को जानता है, **वही शिक्षित है और जो स्वयम् को जानता है, वही बुद्धिमान है.** इसलिए सबके साथ–साथ स्वयम् को भी जानने के प्रयास करते रहें.

8. **कानून का सम्बन्ध तुच्छ बातों से नहीं होता.** वस्तुतः कानून हमारे 'सामान्य ज्ञान' पर ही आधारित होता है. किन्तु यह भी सच है कि 'सामान्य ज्ञान' कभी सामान्य नहीं होता. **'सामान्य ज्ञान' सामान्यतः असामान्य व्यक्तियों के पास ही मिल सकता है.** अर्थात् सामान्य ज्ञान तो 'असामान्य' के हाथों बिका होता है. इसीलिए वकीलों की संख्या दिनों–दिन बढ़ती चली जा रही है.

9. जानकारी की कोई सीमा नहीं होती. फिर एक नितान्त इकलौती छोटी सी जिन्दगी में बहुत ज्यादा जानकारी कर लेना भी संभव नहीं है. **हमारा मस्तिष्क कोई कचरा पात्र भी नहीं है कि जो मिले, वही उसमें डालते चलें.** इसलिए जो जरूरी हो, जिसके बिना काम नहीं चल सकता हो, वही जानकारी प्राप्त करते चलें. जो भी जानकारी प्राप्त करें, गहनता और गंभीरता के साथ करें. सीमित एवम् चयनित विषयों में परिपूर्ण जानकारी प्राप्त करें. सफलता का सबसे बड़ा रहस्य यही है.

दृष्टान्त–

एक जहाज यात्रियों को लेकर समुद्र में चल रहा था. अचानक उसका इंजन बन्द हो गया. चालक दल के सदस्यों ने भरसक कोशिश की, किन्तु इंजन चालू नहीं हुआ. जहाज के इंचार्ज ने यात्रियों को बताया कि अब उन्हें कुछ दिन समुद्र के बीच ही रूकना पड़ेगा. दूसरे जहाज से जब तक मैकेनिक और राहत सामग्री नहीं आ जाती, तब तक हिम्मत से काम लेना होगा. खाद्य सामग्री भी कम पड़ सकती है. इस पर एक वृद्ध यात्री ने कहा–'इंजन को तो मैं ठीक कर सकता हूँ, किन्तु पारिश्रमिक लूँगा.' इंचार्ज ने स्वीकृति दे दी. वृद्ध व्यक्ति ने अपने बेग से एक छोटी सी हथौड़ी निकाली और इंजिन का पूरी तरह निरीक्षण करने के बाद एक स्थान पर तीन–चार बार हथौड़ी मारी और चालक से कहा 'स्टार्ट करो.' बटन दबाते ही इंजन स्टार्ट हो गया. इस पर सब आश्चर्यचकित रह गये. जहाज चल पड़ा. इंचार्ज के मांगने पर वृद्ध यात्री ने बिल बनाकर दिया, जिसमें दस हजार दस रुपये की राशि अंकित थी. इस पर इंचार्ज ने आश्चर्य के साथ पूछा–'महोदय, दस रुपये का क्या तुक है ?' वृद्ध व्यक्ति ने स्पष्ट किया–'दस रुपये की राशि हथौड़ी मारने का पारिश्रमिक है.' इस पर इंचार्ज ने उत्सुकतावश पूछा–'फिर ये दस हजार रुपये ?' वृद्ध ने आत्मविश्वास के साथ जबाव दिया–'उस स्थान को ढूँढ़ने के लिए, जहाँ पर हथौड़ी मारी जानी थीं.' इंचार्ज ने वृद्ध व्यक्ति की जानकारी की तारीफ की और उसे तुरन्त भुगतान कर दिया. हकीकत में वृद्ध व्यक्ति एक मैकेनिक था. अर्थात् जानकारी तो हर जगह काम आती है.

69

सीखना कभी बन्द नहीं होता
(Learning Never Ends)

1. **आदमी सदा इसी गलतफहमी में रहता है कि वह सब कुछ जानता है, जबकि हकीकत तो यही है कि वह खुद को भी ठीक से नहीं जान पाता है.** कोई व्यक्ति यदि अपने आपको पूर्णतः 'अज्ञानी' मान ले तो उसके जीवन में एक अद्‌भुत रूपान्तरण घटित हो जायेगा और इस रूपान्तरण से ही आत्मदर्शन संभव है. आत्मदर्शन के बाद व्यक्ति बिना किसी प्रयास के ही अपेक्षित जानकारी अर्जित कर लेता है.
2. **केवल शास्त्र पढ़कर या सन्त महात्माओं के प्रवचन सुनकर कोई 'ज्ञानी' नहीं हो सकता.** पाण्डित्य प्राप्त करने से कोई ज्ञानी नहीं हो सकता. 'ज्ञानी' होने के लिए तो तप द्वारा स्वयम् को जानना होगा. देखा जाय तो कर्म ही तप है. कर्म की कसौटी पर अर्जित स्वानुभव ही वास्तविक एवम् व्यावहारिक ज्ञान है. व्यक्ति जितना अध्ययन एवम् मनन करता है, उतना ही ज्ञान अर्जित करता है. किन्तु कर्मरूपी तप में जितना अधिक उतरता है, उतना ही अपने आपको अल्पज्ञानी समझता है. यही समझ उसे जिन्दगी भर अधिक से अधिक सीखने के लिए प्रेरित करती रहती है.
3. समुचित शिक्षण–प्रशिक्षण हर प्रकार की परिस्थितियों का सामना करने की योग्यत सृजित करता है. इसलिए समय–समय पर अपने व्यवसाय सम्बन्धी प्रशिक्षण प्राप्त करते रहें. आधारभूत प्रशिक्षण, संस्थागत प्रशिक्षण, आमुखीकरण प्रशिक्षण आदि में सम्मिलित होते रहें. बैठकें, सेमीनार, कार्यशालाओं में समय–समय पर भाग लेते रहें. हर बार कुछ नयी, कुछ उपयोगी जानकारियाँ अवश्य मिलेंगी. अपने आपको बदलने, अपनी कार्यप्रणाली को बदलने और अपने नजरिये में बदलाव लाने के लिए शिक्षण, प्रशिक्षण, सेमीनार आदि अत्यन्त उपयोगी सिद्ध होते हैं.
4. **हर क्षण नया होता है. हर क्षण की अपनी चुनौतियाँ होती हैं, अपनी अपेक्षायें होती हैं.** इसलिए यदि वक्त के साथ चलना है तो हर वक्त कुछ न कुछ नया सीखना ही होगा. आप जितने सीखते जायेंगे, उतने ही सफल होते चले जायेंगे. जो बौद्धिक रूप से जितना अमीर होता है, उतना ही आर्थिक रूप से सम्पन्न होता है. जो आर्थिक रूप से जितना सम्पन्न होता चला जाता है, उतना ही अधिक से अधिक सीखता चला जाता है. कहते हैं, पैसा सब कुछ सिखा देता है. जो पैसे के साथ सीखने को राजी नहीं होता, उसका पैसा भी जल्दी ही साथ छोड़ देता है.
5. यूं तो हम हर क्षण परोक्षतः कुछ न कुछ सीखते चलते हैं, किन्तु होश के साथ कहाँ सीखते हैं ? इसलिए जब भी सीखें, पूरे होश के साथ सीखें और जोश के साथ जीतें. होश और जोश भी हमारे सीखने पर ही निर्भर करता है. कुछ न कुछ सीखते चलना हमारे कार्यों का हिस्सा होना चाहिए. यदि हम अपनी जिज्ञासा को सदैव जीवित रखेंगे तो कभी सीखना बन्द नहीं होगा.
6. सीखने की अपार क्षमतायें हमारे भीतर छिपी होती हैं, जिन्हें निरन्तर अभ्यास के जरिए उजागर किया जा सकता है. तब हम हर स्थिति में, हर स्थान पर और हर उम्र में कुछ न कुछ अवश्य सीख सकते

हैं. यह सही है कि हमें हमारी क्षमताओं का ठीक से पता ही नहीं होता है. पता लगाने के लिए कुछ प्रयोग किये जा सकते हैं. जैसे अपनी अभिरूचि की पुस्तकें पढ़ना, पढ़कर मुख्य बिन्दु लिखना, टी.वी. आदि पर प्रवचन सुनना, खाली समय में चिन्तन करना, नये विचारों को लिपिबद्ध करना, विभिन्न वर्गों के लोगों के समक्ष भाषण देना, अपनी जानकारियों को कार्य रूप में परिणित करना. इनमें से जिस क्षेत्र में अधिक सफलता मिले, उसी क्षेत्र में लगातार बढ़ने के प्रयास करें और अपनी क्षमताओं का भरपूर सदुपयोग करें. **याद रखें आपकी क्षमतायें आपके साथ ही समाप्त हो जायेंगी.**

7. **निरन्तर सीखना वैसे ही है, जैसे क्षितिज की ओर बढ़ते रहना.** जितना आप बढ़ेंगे, क्षितिज उतना ही दूर होता चला जायेगा. यह सही है कि आप क्षितिज नहीं छू पायेंगे, किन्तु बिना बढ़े भी तो आप क्षितिज के बारे में कुछ भी नहीं जान पायेंगे. बढ़ते रहने पर क्षितिज के बारे में बहुत कुछ जान लेंगे और जानना ही क्षितिज को छूना है.
8. किसी कार्य को जब आरम्भ किया जाता है, तब कई बार तो आधारभूत जानकारी का भी अभाव रहता है. किन्तु जैसे–जैसे कार्य आगे बढ़ता है, जानकारी का ग्राफ भी निरन्तर ऊपर चढ़ता चला जाता है. **वस्तुतः व्यक्ति अपने कार्यों से ही सीखता है और सीखकर संभलने में ही सफलता है.**
9. **व्यक्ति में जो कुछ भी निहित है, उन निहितार्थों को फलितार्थों में बदलना ही शिक्षा का उद्देश्य होता है.** शिक्षा का लक्ष्य केवल 'ज्ञान' नहीं, व्यावहारिक ज्ञान होना चाहिए. जिन्दगी में वही सफल होता है, जो इस व्यावहारिक ज्ञान को पकड़ लेता है. वास्तविक शिक्षा तब आरम्भ होती है, जब कोई शिक्षार्थी विद्यालय छोड़कर बाहर आता है.

दृष्टान्त–

एक छोटा सा बच्चा दीपक जलाकर अंधेरे में कुछ खोज रहा था. एक महात्मा उधर से गुजर रहे थे. बच्चे के पास रुक कर महात्मा ने बड़े प्यार से पूछा–'बेटे, बताओ, दीपक जलाने से पहले प्रकाश कहाँ था ?' बच्चे ने बहुत ही सहज भाव से फूँकमार दीपक बुझा दिया और प्रश्न किया–'गुरुजी, बताइए, अब प्रकाश कहाँ गया ?' महात्मा थोड़ी देर के लिए निरूत्तर हो गये. महात्मा ने अचानक बच्चे के पैर छूये और बोले–'बेटा, इस वक्त तो गुरु मैं नहीं, तू ही है. तेरे एक ही प्रश्न ने मेरी आँखें खोल दी हैं. तूने कितना बड़ा सत्य उजागर कर दिया कि यहाँ अंधेरा ही शाश्वत है. प्रकाश के आने पर हमारे आस–पास का अंधेरा थोड़ी देर के लिए छिप जाता है.' अर्थात् **किसी से भी सीखा जा सकता है.**

70 ‘ज्ञान’ शक्ति व सफलता में बदल जाता है, जब उसे जीवन में उतारा जाता है (Knowledge is Converted Into Strength & Success When it is Applied to Life)

1. आप बहुत बड़े विद्वान हो सकते हैं, सबसे बड़े ज्ञानवान हो सकते हैं, किन्तु 'ज्ञान' का सदुपयोग तब ही संभव है, जब उसे व्यवहार में लाया जाय. इसलिए अपने अर्जित ज्ञान का अधिक से अधिक सदुपयोग करते चलें और ज्ञान को सफलता में बदलते चलें. याद रखें, ज्ञान से बड़ी कोई शक्ति नहीं है.
2. हर व्यक्ति प्रगति चाहता है, निरन्तर गति चाहता है. उसमें न केवल जिजीविषा है, अपितु गौरव के साथ जीने की तत्वगत मौलिक आंकाक्षा भी है. किन्तु इसके लिए उसे अपनी प्रतिभा को बाहर लाना पड़ेगा, अपने कार्य–कलापों में अर्जित ज्ञान का सदुपयोग करना पड़ेगा. वरना 'ज्ञान' उस धन के समान है, जो जमा तो है, किन्तु जिस पर ब्याज नहीं मिल पा रहा है. याद रखें, जो धन बिना किसी उपयोग के जमा होता है, वह दिनों–दिन कम होता चला जाता है. इसलिए 'ज्ञान' को गतिशील 'शक्ति' में बदलते रहें.
3. **'ज्ञान' का सदुपयोग ही विकास है और दुरूपयोग विनाश है.** ज्ञान का सदुपयोग किस प्रकार करना है, यह पूर्णतः आपकी सूझ–बूझ पर निर्भर करता है. ज्ञान 'विकास–गंगा' में तब ही बदल पाता है, जबकि उसका सही वक्त पर सही ढंग से उपयोग किया जाय. 'ज्ञान' इच्छा की आँख है, 'ज्ञान' व्यक्तित्व की परख है, 'ज्ञान' आत्मा की किश्ती है. वस्तुतः 'ज्ञान' ही स्वर्ग है और 'अज्ञान' ही नरक है.
4. **ज्ञान का प्रवाह नदी के प्रवाह की तरह है, जिसे मोड़ा तो जा सकता है, किन्तु रोका नहीं जा सकता.** ज्ञान का प्रवाह विद्युत् प्रवाह की तरह है, जिसे हाथों–हाथ काम में तो लिया जा सकता है, किन्तु आरक्षित करके नहीं रखा जा सकता. **ज्ञान खर्चने पर बढ़ता चला जाता है और न खर्चने पर घटता चला जाता है.**
5. **ज्ञान के उपयोग से ही आपके गुणों की पहचान हो सकती है.** सदुपयोग से सद्गुणों और दुरूपयोग से अवगुणों का आविर्भाव होता है. **आनन्द तो आत्मा का गुण है, किन्तु ज्ञान रूपी प्रकाश के बिना आनन्द की पहचान भी संभव नहीं है. याद रखें, पत्थर हीरा भी बन जाता है, जब उसे ज्ञान की कसौटी पर तराशा जाता है.** तराशने की कला जिसे आती है, सफलता उसी की दासी बन जाती है.
6. **केवल शब्दों की पूजा करने से ज्ञान प्राप्त नहीं हो सकता.** 'ज्ञान' के लिए तो गहरे में उतरना ही पड़ेगा. 'साक्षर' का उल्टा 'राक्षस' भी होता है, इसे भी याद रखना ही पड़ेगा. जब ज्ञान को व्यवहार में नहीं उतारा जाता, तब यही ज्ञान गले की फांस बन जाता है. अर्थात् प्रयोगों के माध्यम से आप जितना सीख सकते हैं, उतना पुस्तकों के माध्यम से नहीं सीख सकते. किसी कार्य के विषय में अनुभव के

आधार पर ही लिखा जा सकता है, बिना अनुभव के लिखना सार्थक नहीं हो सकता. इसलिए ज्ञान को कर्म में बदलो, कर्म को अनुभव में बदलो और अनुभव से ज्ञान में अभिवृद्धि करते चलो. यही सफलता का शाश्वत मंत्र है.

7. **जब तक परमात्मा की झलक न मिले, तब तक जीवन अधूरा है. जब तक जीवन में सफलता न मिले, तब तक ज्ञान अधूरा है** और याद रखें, परमात्मा की झलक व्यक्तिगत अनुभव से ही मिल सकती है. अनुभव के लिए कुछ तो करना ही पड़ेगा. जीवन संग्राम में कूदे बिना अनुभव की उपलब्धि नहीं हो सकती. अनुभव की उपलब्धि के बिना यह जिन्दगी आपकी नहीं हो सकती.

8. **होने का नाम जिन्दगी है, खोने का नहीं. जगने का नाम जिन्दगी है, सोने का नहीं.** जरा ध्यान दें, ज्ञान की चदरिया ओढ़ कर सोने से भी क्या कभी कुछ पाया जा सकता है ? ज्ञान को व्यवहार में और व्यवहार को सफलता में बदलते चलें, ताकि लोग आपको आपके बाद भी याद रख सकें. गहराई से देखा जाय तो संसार का अर्थ होता है, 'समय'. समय अर्थात् मन. यूँ समय और मन एक ही ऊर्जा के दो नाम हैं. इसलिए समय और मन का सदुपयोग करते चलें. अपने उपलब्ध ज्ञान को ऊर्जा में बदलते चलें. ऊर्जा को सफलता में बदलते चलें. यही आपके होने का अर्थ है.

9. ज्ञान ही सबसे बड़ी शक्ति है, यह शक्ति ही सफलता है. सफलता ही सबसे बड़ी भक्ति है, भक्ति ही सबसे बड़ी व्याकुलता है. इस व्याकुलता को कार्य–रूप में रूपान्तरित करते चलें. व्याकुलता में भी कभी होश न खोयें. यह न भूलें कि **हजारों मील की यात्रा भी एक–एक कदम चल कर ही पूरी होती है.** एक साथ दो कदम तो कोई उठा भी नहीं सकता. इसलिए समुचित जानकारी के साथ कदम दर कदम बढ़ाते चलें और हर कदम से कुछ न कुछ सीखते चलें.

दृष्टान्त–

एक व्यक्ति नदी किनारे रहता था, किन्तु उसे तैरना नहीं आता था. उसने तैरना सिखाने वाली दो–तीन पुस्तकों का अध्ययन किया. जानकार लोगों से तमाम जानकारियाँ प्राप्त कीं, किन्तु तैरने का आत्मविश्वास अर्जित नहीं कर सका. छिछले पानी में तैरने का अभ्यास किया, किन्तु व्यर्थ रहा. अन्ततः वह किसी अच्छे तैराक के पास पहुँचा. तैराक उसे नदी के गहरे घाट पर ले गया और तैरने की बारीकियाँ समझाने लगा. इसी दौरान तैराक ने उसे अचानक पानी में धक्का दे दिया और देखने लगा. जिज्ञासु पानी में ऊपर नीचे होने लगा. अपने आपको बचाने का लक्ष्य ही उसके सामने था. पानी में हाथ–पैर मारने लगा और अन्ततः किनारे आ लगा. तैराक ने पकड़कर उसे बाहर निकाला. जिज्ञासु इस बार खुद ही पानी में कूद गया और आसानी से तैरने लगा. अर्थात् जानकारी को अमल में लाना जरूरी है.

71 प्रभावशाली व्यक्तित्व के धनी बनिए (Be Owner of Impressive Personality)

1. **आपका व्यक्तित्व इतना प्रभावशाली हो कि आपको देखते ही या आपकी आवाज सुनते ही लोग प्रभावित हो उठें.** व्यक्तित्व इतना चुम्बकीय हो कि लोग आपको बार–बार देखने एवम् सुनने के लिए लालायित हो उठें. यानी करिश्माई व्यक्तित्व के धनी बनिए, ताकि आपकी उपस्थिति ही अपने आप में एक करिश्मा हो.

2. व्यक्तित्व का सम्बन्ध उस चेतना से होता है, जो व्यक्ति के व्यवहार, आचरण एवम् मनोभावों को नियन्त्रित करती है. व्यक्तित्व का सम्बन्ध उस आन्तरिक शक्ति से होता है, जो इच्छा शक्ति, अभिरूचि, आत्मविश्वास, उत्साह एवम् सकारात्मक सोच को विकसित करती है. **आपका व्यक्तित्व आपके चरित्र पर निर्भर करता है. आपका चरित्र ही आपकी पहचान है. आपकी पहचान ही आपका व्यक्तित्व है.** इसलिए बस व्यक्तित्व पर ध्यान दें, सभी गुण अपने आप आपके प्रभावी व्यक्तित्व में जुड़ते चले जायेंगे.

3. सदैव प्रसन्न रहें और हर समस्या का समाधान प्रसन्नता के साथ करें. अपने आस–पास का वातावरण खुशनुमा रखें और हर क्षण का स्वागत प्रसन्नता के साथ करें. **प्रसन्नता ही ईश्वर प्रदत्त वह सम्पत्ति है, जो फेफड़ों में स्वच्छ वायु का संचार करती है.** स्वच्छ वायु ही दिल, दिमाग एवं शरीर को स्वस्थ रखती है. व्यक्तित्व वस्तुतः प्रसन्नता, आरोग्यता एवम् बुद्धिमता पर निर्भर करता है.

4. **जैसा आपका उठना–बैठना, चलना–फिरना, सुनना–सुनाना, बोलना–गुनगुनाना, सजना–सवंरना, खाना–पीना, हास–परिहास होगा, वैसा ही आपका व्यक्तित्व होगा.** जो कुछ आपके चेहरे से झलकेगा, वह आपके वस्त्र, शरीर और शब्दों से अधिक महत्वपूर्ण होगा. इसलिए सर्वाधिक महत्वपूर्ण पर ही ध्यान केन्द्रित करें. एक प्रभावी एवम् अनुकरणीय व्यक्तित्व विकसित करें.

5. कम से कम बोलें, नपा–तुला बोलें, सारगर्भित बोलें, अधिकार पूर्वक बोलें, केवल लोगों की बुराई के लिए ही मुँह न खोलें. **किसी की बुराई करके अपनी अच्छाई प्रदर्शित न करें.** जहाँ तक हो सके, दूसरों की अच्छाई ही करें. यदि यह संभव न हो तो तटस्थ रहें. **आपकी तटस्थता आपको कई बुराइयों से बचा कर रखती है.** अच्छे श्रोता बनें. अपनी बात पर कायम रहें. जो कायम रह सके, वही बोलें. दूसरों के व्यवहार को उचित सम्मान दें. तर्क करें, किन्तु कुतर्क न करें. सदैव सतर्क रहें.

6. **चिन्ता छोड़ें, चिन्तनशील बनें. मन को छोड़ें, मननशील बनें.** ईर्ष्याद्वेष से ऊपर उठें. क्षमाशील एवम् विवेकशील बनें. तब आपके चेहरे पर जो आभा छलकेगी, वह स्थायी होगी, सच्ची होगी, प्रभावी होगी. **छोटी–छोटी बातों को भी उतना ही महत्व दें, जितना कि बड़ी बातों को दिया जाता है. अपनी उन गलतियों से भी सीखने की आदत डालें, जिन्हें कि अक्सर भुला दिया जाता है.**

7. **कुछ न कुछ सीखते रहने की भूख बनाये रखने पर ही आप नयी–नयी जानकारियाँ प्राप्त कर सकते हैं.** अपनी विविध जानकारी एवम् विशिष्ट कार्यशैली के कारण ही आप सबसे अलग नजर

आ सकते हैं. इसलिए सदैव जिज्ञासु बने रहें. हर सफलता के बाद अगली सफलता के लिए बैचेन रहें. सोचने, समझने, समीक्षा करने एवम् प्रतिक्रिया व्यक्त करने के सबके तरीके अलग–अलग होते हैं. इसमें शरीर के तीनों भाग शरीर, आत्मा एवम् प्रवृत्ति काम करते हैं. इन सब पर आपके व्यक्तित्व की छाप होनी चाहिए. हर तरीके पर अपनी विशिष्ट शैली अपनाते हुए अपनी पहचान अलग ही बनाइए.

8. **लोगों से न अधिक नजदीकी बनायें और न अधिक दूरी ही. लोगों को न अपनी कमजोरी बनने दें और न मजबूरी ही.** खुद के बारे में कभी कोई गलतफहमी न पालें. दूसरों को समझने में कभी भूल न करें. याद रखें, सफलता और विफलता दो धारणायें मात्र हैं. यदि आपके व्यक्तित्व पर सफलता सम्बन्धी धारणा अधिक प्रबल हो तो आपको सफल होने से कोई रोक नहीं सकता.
9. **विचारों से ही शब्द बनते हैं और शब्द ही क्रिया में ढ़लते हैं. क्रियायें ही आदतें बनती हैं और आदतों से ही व्यक्तित्व संवरते हैं.** व्यक्तित्व को शब्दों से नही, अपने विशिष्ट कार्यकलापों से अभिव्यक्त होने दें. अपने शब्दों को बदहजमी में न बदलने दें. याद रखें, शब्दों की बदहजमी सबसे खतरनाक होती है. इसलिए शब्दों के चयन, शब्दों के प्रयोग और शब्दों के उच्चारण में पूरी सावधानी बरतें. **आपके व्यक्तित्व की प्रथम झलक आपके चेहरे से छलकती है और द्वितीय झलक आपके बोलने के अंदाज से मिलती है.**

निष्कर्ष–

प्रभावी व्यक्तित्व का धनी वही हो सकता है–

1. जो दृढ़ विश्वासी हो, पर घमण्डी नहीं हो.
2. जो स्वाभिमानी हो, पर अभिमानी नहीं हो.
3. जो नरमदिल हो, पर कमजोर न हो.
4. जो बहादुर हो, पर असभ्य नहीं हो.
5. जो दृढ़ हो, पर अड़ियल नहीं हो.
6. जो शान्त हो, पर ठण्डा नहीं हो.
7. जो जिन्दगी से प्यार करता हो, पर मृत्यु से डरता नहीं हो.
8. जो ईमानदार हो, पर संवेदनहीन नहीं हो.
9. जो चरित्रवान् हो, पर शंकालु न हो.
10. जो कम बोलने वाला हो, पर बहरा न हो.
11. जो सदैव प्रसन्न रहता हो, पर दूसरों को अप्रसन्न नहीं करता हो.
12. जो वर्तमान में जीता हो, किन्तु दूसरों का वर्तमान नहीं छीनता हो.
13. जो चिन्तनशील हो, पर चिन्ताग्रस्त न हो.
14. जिसका आभामण्ड विकसित हो, पर महिमा मण्डित न हो.
15. जो आशावादी हो, पर निरा भाग्यवादी न हो.

72 नेतृत्व दक्षता विकसित करिए
(Develope Leadership Ability)

1. **जब भी आप कोई कार्य आरम्भ करते हैं, वस्तुतः उसी क्षण से नेतृत्व आरम्भ हो जाता है.** कोई भी कार्य ऐसा नहीं है, जिसे आप अकेले कर सकें. हर कार्य में प्रत्यक्षतः या परोक्षतः किसी न किसी का सहयोग अवश्य लेना पड़ता है. **अपने आप से काम लेना, दूसरों से काम लेना, आपकी नेतृत्व क्षमता पर ही निर्भर करता है.** समुचित नेतृत्व क्षमता के बिना आप कोई भी कार्य सफलतापूर्वक सम्पन्न नहीं कर सकते. इसलिए सर्वप्रथम अपने आचरण–विचरण एवम् कार्य परिस्थितियों पर नियन्त्रण करना सीखें, फिर अपने परिजनों एवम् सहयोगियों पर नियन्त्रण करना सीखें. और अपनी नेतृत्व क्षमता में निरन्तर अभिवृद्धि करते रहें.

2. **नेतृत्व के लिए श्रेष्ठता अपेक्षित है और श्रेष्ठता के लिए आत्मविश्वास.** आत्मविश्वास से ही आभामण्डल खिलता है और आभामण्डल के लिए आत्मप्रकाश अपेक्षित है. कमजोर चरित्र से आप नेतृत्व नहीं कर सकते. इसलिए जब आप सत्यनिष्ठा, कर्त्तव्यनिष्ठा, नैतिकता, समयबद्धता, वचनबद्धता, मानसिक दृढ़ता, शक्ति, साहस, स्थिरता एवम् गंभीरता को अपने चरित्र के अंग बना लेंगे, तब ही आप नेतृत्व प्रदान करने के सच्चे अधिकारी होंगे.

3. **नेता कोई जन्मजात नहीं होता, नेता तो बनना पड़ता है. शक्ल से तो कोई नेता नहीं होता, नेतृत्व तो विकसित करना पड़ता है.** किसी बड़े उद्देश्य की ओर उठने वाला हर कदम नेतृत्व भरा होता है. **नेता वही, जो लोगों के दिल जीत ले. दिल से चलकर जो दिमाग तक जीत ले. याद रखें, नजर चुराने वाला कभी नेता नहीं बन सकता.**

4. जब आप हर काम को अपने तरीके से करने एवम् करवाने के इच्छुक होंगे, जब आप लोगों की हाँ में हाँ मिलाते हुए नहीं चलेंगे, अच्छे–बुरे सभी परिणामों के लिए तैयार रहेंगे, सबको साथ लेकर चलते रहेंगे, सबको प्रभावित करने की क्षमता अर्जित कर लेंगे, तब आप सचमुच नेता बन जायेंगे.

5. **अपार क्षमताओं के बावजूद भी हर व्यक्ति नेता नहीं बन सकता. नेता तो वही बन सकता है, जो अपनी नेतृत्व क्षमताओं का समुचित विकास कर लेता है.** हर व्यक्ति नेतृत्व करना चाहता है, पर कर नहीं पाता है. हर व्यक्ति शक्ति चाहता है, हर व्यक्ति शासन करना चाहता है, 'हर व्यक्ति' के लिए यह संभव हो सकता है, बशर्ते कि वह 'हर व्यक्ति' की श्रेणी से निकल कर 'विशिष्ट व्यक्ति' की श्रेणी में आ जाय. 'विशिष्टता' को उपलब्ध होकर ही कोई नेता हो सकता है.

6. **प्रभावी नेतृत्व के लिए कुछ अपेक्षित योग्यतायें**–(क) अपने मिशन की समुचित जानकारी. (ख) सबको संगठित करने एवम् संगठित रखने सम्बन्धी क्षमता. (ग) आचरण, विचरण एवम् भाषण पर नियन्त्रण. (घ) सबके साथ सम्मान एवम् समानतापूर्वक व्यवहार. (ड.) कुशल प्रबन्धन. (च) दूरदर्शिता. (छ) सकारात्मक सोच. (ज) सबको साथ लेकर चलने की भावना. (झ) प्रभावशाली व्यक्तित्व. (ञ) अनुकरणीय कृतित्व. (ट) मैदान न छोड़ना. (ठ) यथास्थिति वाद को तोड़ना. (ड) अपनी अलग पहचान बनाना.

7. **नेतृत्व करने का अर्थ अधिक से अधिक नेता पैदा करना होता है, न कि अनुगामी पैदा करना.** अनुगामी पैदा करने वाला कुछ भी हो सकता है, किन्तु 'नेता' नहीं हो सकता. **असली नेता वही होता है, जो अपने बाद भी मिशन को चालू रखने के लिए पर्याप्त नेतागण छोड़ कर जाता है.** नेता वही, जो मजबूत नींव पर विश्वास के साथ आगे बढ़ने की प्रेरणा देता है.

8. **जो सम्पूर्ण राष्ट्र को प्रेरणा देता है, जो समूची मानव जाति को प्रभावित कर देता है, वही महान नेता कहलाता है. जिसमें तर्क शक्ति एवम् अविलम्ब निर्णय लेने की क्षमता हो, जिसमें कर्म शक्ति एवम् अनुशासन सम्बन्धी दक्षता हो, वही नेता बन सकता है. जो स्वयम् अपने को नेता घोषित न करे, जो स्वतः ही नेता बन जाय, वस्तुतः वही नेता है.** जब कोई यह समझने लगता है कि वही लोगों का नेतृत्व कर रहा है, तब वह वस्तुतः किसी न किसी अन्य व्यक्ति के नेतृत्व में होता है. देखा जाय तो यहाँ कोई भी सर्वोच्च नेता नहीं है, किन्तु नेतृत्व के गुण हर व्यक्ति में हो सकते हैं.

9. नैतिकता के बल पर ही कोई नेता बन सकता है. लोगों के दुख दर्द में शामिल होने वाला ही नेता बन सकता है. भावनायें भड़काने वाले भाषण देने और जलसों का नेतृत्व करने से कोई नेता नहीं बन सकता. नेतृत्व की परख तो कठिनाइयों के समय ही होती है. जिसकी कथनी और करनी पर भरोसा किया जा सके, जो दूरगामी परिणामों को सामने रखकर चल सके, जो दूसरों को शक्तिशाली बनाने में कामयाब हो सके, जो सबकी सलाह से उपयोगी योजनायें बना सके, जो पारदर्शिता के साथ सबका समर्थन प्राप्त कर सकें, वही असली नेता है.

निष्कर्ष–

(क) महान दार्शनिक अरस्तु ने अपने शिक्षण को सदाचार तक ही सीमित नहीं रखा, बल्कि शिष्यों को नेतृत्व क्षमता से सुसम्पन्न करने का लक्ष्य भी सामने रखा. जो भी व्यक्ति उनके सम्पर्क में आता था, वह सदाचार के साथ–साथ अपने पराक्रम को उभारने का प्रयत्न भी करता था. अरस्तु का मानना था कि पराक्रमी नेतृत्व वाला व्यक्ति ही अपना और दूसरों का भला कर सकता है. ऐसे व्यक्ति में ही बिगड़ी हुई परिस्थितियों को अपने अनुकूल बनाने की क्षमता होती है. लोग ऐसे व्यक्ति के पीछे स्वतः ही चल पड़ते हैं. अर्थात् नेतृत्व के गुण तो हर व्यक्ति में होने चाहिए. बल्कि हर व्यक्ति नेतृत्व के गुणों के साथ ही पैदा होता है, बस उन्हें विकसित करने की आवश्यकता है. (ख) स्वयम् से साक्षात्कार करें. चिन्तन करें. यह पता लगावें कि आप किन विषयों/क्षेत्रों में नेतृत्व कर सकते हैं ? किन लोगों का नेतृत्व कर सकते हैं ? फिर अच्छी तैयारी के साथ कार्य आरम्भ करें. जिन लोगों से आपको काम लेना हो, सर्वप्रथम उनके स्तर का पता लगावें. फिर उन्हें उन्हीं के नजरिये से देखें, कार्यो की गतिविधियों को उन्हीं के नजरियें से देखें. तब उनसे काम लेना आसान हो जायेगा. जिनसे काम लेना हो, उनके साथ मानवीय व्यवहार करें. अपनत्व की भावनायें विकसित करें. सदैव प्रगति के लिए सोचें. सुधार के नये–नये तरीके सोचें. प्रगति के लिए सामूहिक उत्तरदायित्व कायम करें. निष्कर्षतः–यही नेतृत्व की प्रमुख शर्तें हैं.

73 प्रबन्धन क्षमता बढ़ाइए (Enhance Your Management Skills)

1. आप अपने आपको, अपने कार्य–कलापों एवम् व्यवसाय को जिस दक्षता, समयबद्धता, योजनाबद्धता एवम् परिणाम–आबद्धता के साथ संचालित करते हैं, वही आपकी प्रबन्धन क्षमता है. **वस्तुतः प्रबन्धन क्षमता ही सफलता की गारण्टी है.** प्रबन्धन क्षमता की तो जीवन के हर क्षेत्र में आवश्यकता पड़ती है.
2. **अच्छा प्रबन्धक वही हो सकता है, जो अपने सहकर्मियों / अधीनस्थों की अपेक्षा अधिक कार्य करने की क्षमता रखता हो.** व्यक्ति जब खुद कार्य करता है, तब वह सीखता भी है और अपने सहकर्मियों को प्रेरित भी करता है. दूसरों से अधिक से अधिक कार्य लेने की कला को ही प्रबन्धन क्षमता कहा जाता है. **अपने उपलब्ध समय में आशातीत अभिवृद्धि करने की दक्षता को ही प्रबन्धन क्षमता कहा जाता है.** याद रखें, कुशल प्रबन्धन क्षमता से अपने समय को बढ़ाया जा सकता है. और कम से कम समय में अधिक से अधिक अर्जित किया जा सकता है.
3. एक कुशल प्रबन्धक बनने के लिए सर्वप्रथम अपने कार्य का अच्छी तरह अध्ययन करें. सही समय पर सही योजना तैयार करें. संभावित लक्ष्य निर्धारित करें. कार्मिकों को समुचित रूप से प्रशिक्षित करें. कार्य वातावरण विनिर्मित करें. मशीनरी एवम् कच्चे माल आदि की समय पर आपूर्ति सुनिश्चित करें. सभी पर पूर्ण निगरानी एवम् नियन्त्रण रखें. तैयार माल का सही समय पर सही मूल्य पर विक्रय करें. समय पर बकाया की वसूली करें. पूँजी का रोटेशन न बिगड़ने दें. तब आपके उद्योग को, आपके उपक्रम को आगे बढ़ने से कोई रोक नहीं सकता.
4. **किसी भी कार्य को आसान या कठिन बनाना आपके हाथ में है.** आसान बनाने के लिए डायरी का उपयोग करें. दिन भर के कार्यो को सूचीबद्ध कर लें. डायरी के आधार पर प्राथमिकतानुसार एक–एक करके कार्यो को निपटाते चलें. अपना समय खुद निकालें. 'नहीं' कहने में सख्त रहें. फोन, वार्ता, बैठक, आने वालों से मिलना आदि सभी दैनिक कार्यो को योजनाबद्ध एवम् समयबद्ध तरीके से करें. यदि ऐसा नहीं करेंगे तो आसान से आसान कार्य भी अत्यधिक कठिन हो जायेगा.
5. जिस क्षेत्र में आप काम कर रहे हैं या करना चाहते हैं, उसके सम्बन्ध में सर्वप्रथम यह विचार करें कि आप यही क्यों करना चाहते हैं ? आप कार्यस्थल पर कैसी परिस्थितियाँ एवम् व्यवस्थायें चाहते हैं ? वर्तमान में कौनसी परिस्थितियाँ आपके अनुकूल हैं और कौनसी प्रतिकूल हैं ? प्रतिकूल को अनुकूल कैसे बनाया जा सकता है ? अनुकूल परिस्थितियों का अधिक से अधिक सदुपयोग कैसे किया जा सकता है ? आदि प्रश्नों पर गंभीरता से विचार करते हुए उन्हें सुलझाते चलें.
6. **प्रबन्धन–क्षमता के लिए कुछ अपेक्षित योग्यतायें**–(क) प्रभावशाली व्यक्तित्व. (ख) अनुकरणीय कृतित्व. (ग) सक्षम नेतृत्व क्षमता. (घ) कार्यो की समुचित जानकारी. (ड.) कार्मिकों के सम्बन्ध में पर्याप्त जानकारी. (च) आधारभूत ढ़ाँचागत संसाधनों की जानकारी. (छ) मानवीय, आर्थिक एवम् भौतिक संसाधनों का पूरा–पूरा सदुपयोग. (ज) लाभ–हानि का नियमित आंकलन करना. (झ) धैर्य एवम् परिपक्वता.

(ञ) अनुशासन प्रियता. (ट) अधीनस्थ, वरिष्ठ और व्यवसाय से जुड़े ग्राहक एवम् जन साधारण के साथ समन्वय पूर्वक व्यवहार. (ठ) कोष एवम् समय का समुचित प्रबन्धन. (ड) परिणाम जन्य नजरिया. (ढ़) सुधारात्मक एवम् आशावादी दृष्टिकोण.

7. अपनी आवश्यकताओं एवम् प्राथमिकताओं के अनुरूप कार्ययोजना बनाइए. जहाँ अभी आप हैं, वहाँ आपकी उपयोगिता क्या है ? इसका हिसाब लगाइए. दूसरों को दोष देने की बजाय आत्म निरीक्षण करें. अपनी कमजोरियों को पहचानें और उन्हें स्वीकार करें. कमजोरियों को दूर करने के प्रयास करते हुए निरन्तर आगे बढ़ते रहें. सदैव साहस एवम् आत्मविश्वास से ओतप्रोत रहें और दूसरों को भी प्रेरित करते रहें. तब ही आप एक अच्छे प्रबन्धक सिद्ध हो सकते हैं.

8. कुशल प्रबन्धक बनने के लिए अपेक्षित है, कार्य एवम् घर के बीच समन्वय स्थापित करना. सफल प्रबन्धक होने के लिए अपेक्षित है, अपने कार्य के प्रति गहरी आस्था प्रदर्शित करना. प्रभावी प्रबन्धन के लिए वर्तमान स्थिति एवम् सुधारात्मक पहलुओं पर पर्याप्त ध्यान देना, आवश्यक है. पहले स्वयम् सीखिए, फिर अपने सहयोगियों को सिखाइए. पहले अपने दिमाग को सीखने, काम करने एवम् बचत करने के लिए तैयार करें, फिर दूसरों को समझायें. तब ही आप एक कुशल प्रबन्धक बन सकेंगे.

9. दिन की शुरूआत दिनभर में किये जाने वाले कार्यों की सूची से करें. महत्वपूर्ण कार्यों को प्राथमिकता के साथ सम्पन्न करें. शाम को अपने कार्यों की समीक्षा करें. जो भी काम हाथ में लें, उसके सम्बन्ध में कोई शंका न रखें और दूसरों को भी न रखने दें. अपने बटुए की बजाय अपने दिमाग को सदा खुला रखें. दूसरों की पसंद—नापसंद का भी ध्यान रखें. अपनी कार्यप्रणाली, कार्यों की मात्रा एवम् निर्धारित लक्ष्यों के सम्बन्ध में प्रारम्भ में ही स्पष्ट कर दें और फिर हर स्टेज पर मूल्यांकन करते रहें, ताकि किसी को कोई शंका न रहे.

दृष्टान्त—

किसी बड़े व्यवसायी द्वारा एक अनाथालय चलाया जा रहा था, जिसमें करीब एक हजार बच्चे थे. बच्चों के दूध के लिए अलग से एक अधिकारी एवम् कुछ कर्मचारी तैनात थे, फिर भी शुद्ध दुध नहीं मिल पा रहा था. व्यवसायी ने एक बड़ा अधिकारी और लगा दिया, किन्तु दूध में पानी घटने की बजाय बढ़ गया. निगरानी के लिए एक अधिकारी और लगा दिया, किन्तु दूध और पतला हो गया. क्योंकि कमीशन तीन बिन्दुओं पर देना पड़ता था. व्यवसायी ने स्थिति को भांपते हुए अन्ततः तीनों अधिकारियों एवम् सम्बन्धित कर्मचारियों को तत्काल प्रभाव से हटा दिया. ठेका बन्द कर दिया और अनाथालय के बाहर ही एक सरकारी डेयरी का बूथ खुलवा दिया. डेयरी से दूध लेकर गर्म करके बच्चों को वितरित करने हेतु पाँच बड़े बच्चों की एक समिति बना दी गई. भोजन, नाश्ता, खेल—कूद आदि के लिए भी इसी तरह समितियों का गठन कर लिया गया. अब बच्चों को पूरा एवम् शुद्ध दूध मिलने लगा. भोजनादि अन्य व्यवस्थाओं में भी इसी तरह के गुणात्मक सुधार सामने आने लगे.

74 सम्प्रेषण दक्षता ही सबसे बड़ी क्षमता है (Communication Skill is The Biggest Quality)

1. **जब कोई संदेश एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति तक, एक ऑफिस से दूसरे ऑफिस तक, एक सरकार से दूसरी सरकार तक, एक समाज से दूसरे समाज तक, एक राष्ट्र से दूसरे राष्ट्र तक अथवा एक पीढ़ी से दूसरी पीढ़ी तक पहुँचाया जाता है, तो इसे ही सम्प्रेषण कहा जाता है.** सम्प्रेषण के बिना तो कोई भी कार्य सम्पन्न नहीं हो सकता. सम्प्रेषण एक कला है और जो इस कला में जितना दक्ष होगा, उतना ही सफल होगा.
2. **आज तक दुनिया में जो कुछ भी अच्छा हुआ है, वह अच्छे सम्प्रेषण के कारण ही हुआ है और जो कुछ भी बुरा हुआ है, वह बुरे सम्प्रेषण के कारण ही हुआ है.** जो कुछ भी हो रहा है और आगे होगा, वह सब सम्प्रेषण के कारण ही हो रहा है और सम्प्रेषण के कारण ही होगा. यानी दुनिया की प्रगति में सम्प्रेषण की महत्वपूर्ण भूमिका रही है. सम्प्रेषण जितना सहज, स्पष्ट, परिपूर्ण एवम् त्वरित होगा, उतना ही प्रभावशाली होगा.
3. आज सम्प्रेषण एवम् प्रसारण के साधन तो लगातार बढ़ रहे हैं. लोग नये–नये माध्यम रोज गढ़ रहे हैं. फिर भी सम्प्रेषण में कहीं न कहीं कोई न कोई त्रुटि अवश्य है, वरना समाज में इतनी विसंगतियाँ, इतनी दुष्प्रवृत्तियाँ आज नहीं होंती. आज व्यक्ति का मन दिल से और दिल दिमाग से काफी दूर होता चला जा रहा है. व्यक्ति अपने परिवार से, अपने समाज से कटता चला जा रहा है. बेटा बाप से, भाई भाई से, शिक्षार्थी शिक्षक से दूरी बढ़ाता चला जा रहा है. कारण कि समुचित संवाद का अभाव है.
4. **संदेशक के स्तर पर दोषपूर्ण सम्प्रेषण**–1. यथासमय संदेश न देना. 2. उचित एवम् सम्बन्धित व्यक्ति तक संदेश पहुँचाना सुनिश्चित न करना. 3. उचित माध्यम एवम् उचित भाषा का उपयोग न करना. 4. संदेश का स्पष्ट व बोधगम्य न होना. 5. संदेश प्राप्तकर्त्ता की योग्यता का ध्यान न रखना. 6. संदेश प्राप्तकर्त्ता को समझ में आया या नहीं, इसकी फिक्र न करना. 7. संदेश पहुँचाने के बाद क्रियान्विती सम्बन्धी प्रगति (Feed Bak) प्राप्त नहीं करना. 8. सम्प्रेषण से पूर्व संदेशक द्वारा ठीक से न समझना. 9. संदेशक का सकारात्मक न होना. 10. संदेशक का दूरदर्शी एवम् मर्मस्पर्शी न होना.
5. **संदेश प्राप्तकर्त्ता के उत्तरदायित्व**–1. संदेश को उचित माध्यम एवम् उचित भाषा में ही प्राप्त किया जाए. 2. यदि ठीक से समझ में न आये तो वापस पूछा जाए. 3. यदि संदेश पर अमल करना संभव नहीं हो तो संदेशक को तत्काल तदानुसार अवगत करवा दिया जाय. 4. संदेश यदि प्राप्तकर्त्ता से सम्बन्धित न हो तो तुरन्त स्पष्ट कर दिया जाय. 5. संदेश छोटा हो या बड़ा, मुख्य बिन्दु अवश्य नोट कर लिए जायें. 6. संदेश पर तत्काल अमल करना आरंभ कर दिया जाय. 7. संदेशक को फीड बेक अवश्य दिया जाय. 8. संक्षिप्त संदेशों के विस्तृत आशय भली प्रकार समझ लिए जायें. 9. विस्तृत संदेशों

का संक्षिप्तीकरण कर लिया जाय, ताकि याद रखना आसान हो सके. 10. संदेश को कान या आँख से ही नहीं, मन से भी प्राप्त किया जाय.

6. आज तक पृथ्वी पर जितने भी उपद्रव हुये हैं, जितने भी युद्ध–महायुद्ध हुए हैं, वे सब दोषपूर्ण सम्प्रेषण के कारण ही हुए हैं. आज तक विश्व में जितने भी अनुसंधान हुए हैं, जितने भी विकासात्मक कार्य हुए हैं, वे सब प्रभावी एवम् दोष रहित सम्प्रेषण के कारण ही हुए हैं. विकास के मार्ग में सबसे बड़ी बाधा निरक्षरता एवम् निर्धनता ही है और इनका मुख्य कारण संवादहीनता ही है. दोषपूर्ण सम्प्रेषण के कारण ही विकास आम आदमी तक नहीं पहुँच पा रहा है.

7. **मन की बात दिल तक और दिल की बात दिमाग तक पहुँचाना भी एक प्रकार का सम्प्रेषण ही कहलाता है. एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति तक बिना शब्द, बिना संकेत और बिना ध्वनि के संदेश पहुँचाना भी सम्प्रेषण ही कहलाता है.** सम्प्रेषण की इस ऊँचाई को छूना सबसे बड़ी कुशलता है और सम्प्रेषण की कुशलता ही सफलता है.

8. **जो स्वयम् के साथ ठीक से संवाद स्थापित नहीं कर सकता, वह अपनी बात प्रभावी ढंग से सम्प्रेषित नहीं कर सकता.** किसी संदेश को सम्प्रेषित करने से पूर्व अच्छी तरह समझ लेना जरूरी है. अपने आपको सम्प्रेषित करना ही सम्प्रेषण दक्षता की प्रथम आवश्यकता है. जब आप किसी बात को ठीक से समझ लेंगे, तब ही दूसरों को ठीक से समझा सकेंगे.

9. सम्प्रेषण चाहे ऊपर से नीचे हो, नीचे से ऊपर हो, आगे से पीछे हो, दायें से बायें हो, समानान्तर या वृत्ताकार हो, हमें अपने आपको अच्छा संदेशक और अच्छा प्राप्तकर्त्ता सिद्ध करना पड़ेगा. हम हर वक्त सुनाने में ही व्यस्त रहते हैं, मगर अफसोस कि हम ठीक से सुना भी कहाँ पाते हैं. दूसरों को सुनना तो अपमान समझते हैं, इसलिए लाभ की बात भी नहीं सुन पाते हैं. सुनाने से ज्यादा सुनना चाहिए, सुनने से ज्यादा गुनना चाहिए.

दृष्टान्त–

एक राजा के महल में एक अधेड़ सेवक कार्यरत था. उसका काम था, राजा के शयन कक्ष की सफाई एवम् सजावट करना. एक दिन सेवक ने सोचा–'राजा जी के पलंग पर सोने पर कैसा लगता होगा ? यही जानने के लिए वह राजा जी के लिए नियत स्थान पर चद्दर औढ़ कर लेट गया. अभी राजा व रानी के आने में काफी वक्त था, सो वह सोचने लगा–'काश मेरा भी ऐसा महल होता, ऐसा पलंग होता.' सोचते–सोचते उसे अचानक नींद आ गई. थोड़ी देर बाद रानी जी सोने के लिए अपने नियत समय पर आ गई. शयन कक्ष की धीमी रोशनी में उसे यही लगा कि आज राजा जी जल्दी ही महफिल खत्म कर आ गये और सो गये हैं. रानी जी इतमिनान से अपने स्थान पर सो गई और थोड़ी देर में उसे भी नींद आ गई. थोड़ी देर बाद राजा जी झूमते हुए पधारे. अपने स्थान पर किसी अन्य को सोता हुआ देख कर आग बबुला हो गये. राजा जी ने आव देखा न ताव, अपनी तलवार निकाली और पलंग पर सोये हुये व्यक्ति का सिर गरदन से अलग कर दिया. रानी जी हड़बड़ा कर उठ गई और जोर–जोर से चिल्लाने लगी–'राजाजी को किसी ने मार दिया.' इस पर राजा जी बोले–'चुप, मैं तो यहाँ खड़ा हूँ.' रानी जी बोली–'मैं तो पलंग पर आपको ही समझ रही थी, फिर यह कौन था ?' रोशनी तेज कर देखने पर पता चला कि वह तो उनका वफादार सेवक था. सम्प्रेषण में गेप रह जाने के कारण राजा–रानी अपने एक वफादार एवम् बेकसूर सेवक से हाथ धो बैठे थे. अब पछताने के अलावा कुछ कर भी नहीं सकते थे.

75 निर्णय लेने में कभी विलम्ब न करें (Decision Making is Never To Be Delayed)

1. **किसी भी कार्य की सफलता हमारी निर्णय क्षमता एवम् तत्परता पर निर्भर करती है.** सही समय पर सही निर्णय लेने की प्रवृत्ति नब्बे प्रतिशत सफलता सुनिश्चित करती है. निर्णय लेने में जितना विलम्ब होगा, कार्य उतना ही पिछड़ता चला जायेगा. कार्य उतना ही संदिग्ध और कठिन होता चला जायेगा. समय पर निर्णय न ले पाना ही हमारी सबसे बड़ी विफलता होगी.
2. **हम अपने पिछले अनुभवों के आधार पर नब्बे प्रतिशत निर्णय तो तत्काल ही ले सकते हैं. बस केवल दस प्रतिशत निर्णय ही ऐसे रह जाते हैं, जिनके विषय में जरा सोचना पड़ता है.** और सोचने में जितना विलम्ब होगा, निर्णय लेना उतना ही कठिन होता चला जायेगा. तब हो सकता है, हम कोई निर्णय ही न ले सकें. निर्णय को विलम्बित करना, कार्य को स्थगित करना है और कार्य को स्थगित करना, कार्य से हटना है.
3. **वस्तुतः हर क्षण एक निर्णायक क्षण होता है.** निर्णय लेने में विलम्ब करने का अर्थ निर्णय के महत्व को ही नकारना होता है. कहा जाता है कि न्याय में विलम्ब करने का अभिप्राय न्याय को नकारना ही होता है. विलम्बित निर्णय से कितना बड़ा अन्याय होता है, इसका अनुमान भी नहीं लगाया जा सकता. इसलिए जो भी निर्णय लेना हो, तत्काल लें. **निर्णय ऐसा लें, जिस पर तत्काल अमल किया जा सके.**
4. **यह सही है कि गलत एवम् विलम्ब से लिए गये निर्णयों के नतीजे हमें उम्र भर भुगतने पड़ते हैं.** वक्त के इतने थपेड़े पड़ने पर भी हम अपने ही गलत निर्णयों के दलदल में सड़ते रहते हैं. इसलिए गलत निर्णयों के प्रति दुराग्रह को छोड़ दें. कभी–कभी किसी कार्य में तात्कालिक रूप से कोई लाभ नहीं दिखता, किन्तु भविष्य में अनायास आशातीत लाभ मिल जाता है, ऐसे कार्य पर अमल जारी रखें. बीच में निर्णय न बदलें. **बार–बार निर्णय बदलने का अर्थ होता है, कार्य को उलझा देना.**
5. **आदमी अपने गलत निर्णयों एवम् गलत कारनामों को सही ठहराने में ही पूरी जिन्दगी लगा देता है, किन्तु दुर्भाग्य कि वह इसमें कामयाब नहीं हो पाता है.** यही उसकी सबसे बड़ी विडम्बना है, यही त्रासदी है. **याद रखें, अब तक जो भी गलत हुआ है, गलत निर्णयों के कारण ही हुआ है.** अब तक जो भी पछतावे के क्षण आये हैं, वे सब सही समय पर सही निर्णय न ले पाने के कारण ही आये हैं. इसलिए यथाशीघ्र उचित निर्णय लेना एवम् उस पर गंभीरतापूर्वक क्रियान्वयन आरम्भ कर देना ही सफलता की प्रथम एवम् अन्तिम सीढ़ी है. आदमी की सबसे बड़ी दुविधा यही है कि जहाँ उसे बुद्धि से काम लेना चाहिए, वहाँ वह भावुक होकर दिल से काम लेता है. और जहाँ उसे दिल से काम लेना चाहिए, वहाँ वह बुद्धि से काम लेता है.
6. तत्काल निर्णय लेने की क्षमता रखने वाला व्यक्ति ही सफलता की हर ऊँचाई को छू सकता है. शंकित, भ्रमित एवम् अनिर्णय की स्थिति में रहने वाला व्यक्ति अन्ततोगत्वा विफलता को ही प्राप्त होता है.

इसलिए निर्णय लेने में कभी उहापोह की स्थिति में न रहें. **जिस कार्य को आप करना नहीं चाहते या कर नहीं सकते, उसके विषय में सोचना ही छोड़ दें.**

7. **व्यक्ति काम करते रहने पर उतना नहीं थकता, जितना निर्णय न ले पाने के कारण थकता है.** वक्त पर उपयुक्त निर्णय न ले पाना ही व्यक्ति की सबसे बड़ी विफलता है. जहाँ जरूरत हो, दूसरों की सलाह जरूर लें, किन्तु निर्णय पर्याप्त सोच समझ कर ही करें. जो अकेले में निर्णय लेने की क्षमता रखता है, सचमुच वही सफलता की ओर कदम बढ़ा सकता है.
8. कमजोर निर्णय क्षमता के कारण कभी–कभी छोटा सा निर्णय लेने में ही पूरा दिन लग जाता है. लेकिन इससे भी बड़ा दुर्भाग्य तब आता है, जब दूसरे ही दिन वह निर्णय भी बदलना पड़ जाता है. इसलिए जो भी निर्णय लें, हर दृष्टि से सोच विचार कर लें. अनुभवी लोगों से सलाह मशविरा करके लें. निर्णय बार–बार न बदलें. **जब एक कदम बढ़ा दिया जाता है, तो दूसरा कदम तो अपने आप ही उठ जाता है.** तब वापस मुड़ने या 'यू–टर्न' लेने को कोई औचित्य नहीं है.
9. आपकी अचल सम्पत्ति से लगी हुई यदि कोई सम्पत्ति बिक रही हो तो उसे खरीदने का निर्णय लेने में एक सैकिण्ड भी न लगायें. अन्यथा दूसरे ही दिन वह सम्पत्ति आपकी पहुँच से बाहर हो जायेगी. यदि कोई अचल सम्पत्ति अपेक्षाकृत सस्ती मिल रही हो तो उसे खरीदने में वक्त न लगायें. अन्यथा यही सम्पत्ति एक दिन आपकी क्रय शक्ति से बाहर हो जायेगी. यदि आपने हिम्मत करके सम्पत्ति खरीद ली तो एक दिन आप बैठे–बैठे ही करोड़पति हो जायेंगे. और तब आपको अपने निर्णय पर गर्व होगा.

दृष्टान्त–

हायर सैकण्डरी पास करते ही मिस्टर 'क' का मैरिट के आधार पर इंजीनियरिंग में चयन हो गया. उस समय प्रि–टेस्ट नहीं होता था. किन्तु कमजोर आर्थिक स्थिति के कारण इंजीनियरिंग की पढ़ाई करना उसके लिए जरा कठिन था. सो उसने तत्काल निर्णय लिया कि उसे इंजीनियरिंग के बजाय कॉलेज में प्रवेश ले लेना चाहिए. उसने विज्ञान विषय छोड़कर कला संकाय में प्रवेश लेने का निर्णय किया. कॉलेज की पढ़ाई के दौरान ही 'क' का चयन अध्यापक पद पर हो गया, किन्तु उसने नौकरी न करने का निर्णय लेते हुए अपना अध्ययन जारी रखा. अध्ययन के दौरान ही उसने एक संकल्प अवश्य कर लिया था कि उसे एक इंजीनियर से बड़ा बनना है. फलतः उसने प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी आरम्भ कर दी और अन्ततः उसका चयन प्रशासनिक सेवा में हो गया. सेवा के दौरान कई इंजीनियर उसके अधीन रहे. मिस्टर 'क' को अपने निर्णयों के लिए कोई पछतावा नहीं था. त्वरित एवम् उचित निर्णयों के कारण ही वह जीवन में सफल हो सका था.

76

आत्मविश्वास ही सफलता की आस है (Self Confidence is The Only Hope For Success)

1. **आत्मविश्वास की चाबी से ही सफलता का ताला खुलता है. आत्मविश्वास के गमले में ही प्रसन्नता का फूल खिलता है. आत्मविश्वास रूपी पत्तों के बिना तो जीवन रूपी झाड़ में पतझड़ ही पतझड़ है.** आत्मविश्वास के बिना न हास है, न परिहास है. आत्मविश्वास के बिना तो आप अपने आपको खड़ा भी नहीं कर सकते. विश्वास के बिना तो विश्व की कल्पना भी नहीं कर सकते. वस्तुतः विश्वास ही जीवन का भूगोल है, विश्वास ही इतिहास है.
2. याद रखें, जिन्दगी की मोटर आत्मविश्वास रूपी करन्ट से ही चल सकती है. जिस प्रकार मोटर को चलाने के लिए लगातार करन्ट की जरूरत पड़ती है, उसी प्रकार जिन्दगी के लिए निरन्तर आत्मविश्वास की जरूरत पड़ती है. आप में जितना अधिक आत्मविश्वास होगा, उतना ही निर्बाध गति से आपका जीवन चलता रहेगा. **लगातार चलना ही सफलता है.**
3. **प्रकृति ने तो सबको भरपूर आत्मविश्वास के साथ ही पैदा किया है, किन्तु व्यक्ति अपने आत्मविश्वास को पहचानने में अक्सर गलती कर बैठता है.** आत्मविश्वास तो हमारे भीतर भरा पड़ा है, बस उसे विश्वास के साथ बाहर लाना होता है. योजनाबद्ध तरीके से काम करते रहने, गलतियों से सीखते रहने एवम् वचन निभाते चलने पर आत्मविश्वास बढ़ता चला जाता है. व्यक्ति विफलता की ओर अग्रसर तब ही होता है, जब उसका आत्मविश्वास कमजोर पड़ने लग जाता है. इसलिए आत्मविश्वास को कभी कमजोर न पड़ने दें.
4. **सच बोलने की आदत डालने में वर्षों लग जाते हैं, जबकि झूठ बोलने की आदत डालने में एक सैकिण्ड भी नहीं लगता.** सच बोलना जितना कठिन है, झूठ बोलना उतना ही आसान है. जब सच बोलने की आदत पड़ जाती है, तब आत्मविश्वास की आस जग जाती है. सचमुच, सच से बड़ा कोई विश्वास नहीं हो सकता. इसलिए जब भी सोचें, सच ही सोचें. जब भी बोले, जहाँ भी बोलें, सच ही बोलें. साथ ही सच बोलने के संभावित परिणाम झेलने के लिए तैयार भी रहें.
5. याद रखें, **तूफान जिस भयंकरता से आता है, उतना ही जल्दी उतर भी जाता है.** जिन्दगी के हर तूफान का आत्मविश्वास के साथ आसानी से मुकाबला किया जा सकता है. विश्वास ही जीवन की प्रेरक शक्ति है, विश्वास ही वास्तविक भक्ति है. हमें विश्वास करना चाहिए कि शक्ति न्याय पर टिकी है और न्याय विश्वास पर. जब हमें न्याय पर पूरा–पूरा विश्वास हो जाता है, तब हमें आगे बढ़ने से कोई नहीं रोक सकता.
6. चाहे कितनी ही कठिनाइयों से आप जूझ रहे हों, चाहे कितने ही बुरे दौर से आप गुजर रहे हों, यदि आपके भीतर भरपूर आत्मविश्वास है तो आप जल्दी ही उबर जायेंगे. कहते हैं, उम्मीद पर ही दुनिया

कायम है. अपने आप पर, अपनी क्षमताओं पर, अपने परिवेश पर विश्वास करके तो देखें, आपका विश्वास ही आपकी प्रथम एवम् अन्तिम योग्यता बन जायेगा.

7. जब आप आत्मविश्वास से भरे होते हैं, तब आपके चेहरे पर एक अलग ही चमक होती है, आपकी चाल–ढ़ाल और वाणी में एक अलग ही दमक होती है. तब आपकी शारीरिक भाषा एवम् आपके परिधान सब कुछ आत्मविश्वास से ओत–प्रोत होते हैं. लोग आप पर सहज ही विश्वास कर सकेंगे. जब आप अपने आप पर विश्वास करेंगे, तब ही दूसरों पर विश्वास कर सकेंगे. जब दूसरों पर विश्वास करेंगे, तब ही दुनिया पर विश्वास कर सकेंगे. विश्वास के बिना आप एक कदम भी आगे नहीं बढ़ा सकते.
8. माना कि आप शारीरिक, मानसिक एवम् आर्थिक दृष्टि से सक्षम हैं, अपने कार्यों को पूरी दक्षता एवम् भरपूर क्षमता के साथ करते चले आ रहे हैं, फिर भी यदि पूरी तरह सफल नहीं हो पा रहे हैं तो मान कर चलें कि कहीं न कहीं आत्मविश्वास की कमी अवश्य है. इसलिए सर्वप्रथम इस कमी को पहचानें और आत्मविश्वास बढ़ायें.
9. **आत्मविश्वास तो एक अन्तर्निहित ऊर्जा है.** इस ऊर्जा को शक्ति में रूपान्तरित करते चलना है और शक्ति को सफलता में. **चरित्र से साहस पैदा होता है और साहस से योग्यता जन्मती है. योग्यता से विश्वास और विश्वास से सम्मानित जीवन का आधार बनता है.** वस्तुतः सम्मानपूर्वक जीना ही वास्तविक सफलता है.

दृष्टान्त–

दो व्यक्ति किसी जंगल से गुजर रहे थे. दुर्घटनावश दोनों एक कुएं में गिर गये. कुएं के पानी पर दोनों तैरने लगे. थोड़ी देर में एक अन्य यात्री वहाँ से गुजरा. उसने कुएं में गिरे व्यक्तियों को बताया कि आस–पास कोई आबादी नहीं है. कोई रस्सी भी नही है. बचा पाना मुश्किल है. कुएं में गिरा एक व्यक्ति थोड़ा सा बहरा था. उसने समझा कोशिश जारी रखो, कोई न कोई मदद अवश्य मिल जायेगी. सो वह तैरता रहा, किनारों को पकड़ता रहा. इसी बीच दूसरा व्यक्ति समझ चुका था कि अब बचना मुश्किल है. थोड़ी देर में वह थक कर पानी में डूब गया और मर गया. किन्तु बहरे व्यक्ति ने प्रयास जारी रखे. उसने कुएं की दीवार पर हाथों से छोटे–छोटे खड्डे बना कर ऊपर चढ़ना शुरू किया. जब आठ–दस फिट चढ़ गया, तब बाहर खड़े यात्री को ध्यान आया कि उसके सिर पर पगड़ी भी तो है. उसने अपनी पगड़ी कुएं में लटकाई, किन्तु प्रयासरत व्यक्ति तक नहीं पहुँच पाई. पगड़ी दो चार फिट ही दूर थी. सो बहरे व्यक्ति ने प्रयास तेज कर दिये. गिरता रहा, चढ़ता रहा. अन्ततः पगड़ी को पकड़ने में सफल हो गया. बाहर वाले व्यक्ति की मदद से वह कुएं से बाहर निकल आया. निकलते ही पगड़ी वाले से लिपट गया. धन्यवाद देते हुए बोला–'मैं थोड़ा बहरा जरूर हूँ, परन्तु आपकी विश्वास भरी बातें समझ जरूर रहा था.' अर्थात् **आत्मविश्वास के लिए थोड़ा बहरा होना भी जरूरी है.**

77 इच्छा शक्ति : सबसे बड़ी शक्ति (Will Power is The Biggest Power)

1. **जब भी सुलगायें, पूरी आग सुलगायें, अधूरी आग से पूरी आँच नहीं मिल सकती.** जब भी जगायें, पूरी इच्छा जगायें, अधूरी इच्छा शक्ति से कामयाबी नहीं मिल सकती. इच्छा शक्ति धुऐं और धुँध से बचाती है. इच्छा शक्ति हताशा और निराशा से बचाती है. यदि व्यक्ति में इच्छा शक्ति न हो तो मनुष्य और जानवर में कोई विशेष अन्तर नहीं रह जायेगा. **दृढ़ इच्छा शक्ति ही सफलता का प्रथम एवम् अन्तिम नियामक बिन्दु है.**

2. यदि भरपूर इच्छा शक्ति हो तो आप पहाड़ भी तोड़ सकते हैं. यदि प्रबल इच्छा शक्ति हो तो समय की धारा को भी मोड़ सकते हैं. भय, आशंका, अविश्वास, जड़ता, कुंठा, आदि को हटाने के लिए इच्छा शक्ति ही एकमात्र साधन है. जिन्दगी में कुछ भी होने से पहले अपने आपको जानना जरूरी है. किन्तु इच्छा शक्ति के बिना तो न कुछ जानना संभव है, न कुछ होना.

3. आदमी जरा उल्टा चलता है. पहले आवश्यकतायें पैदा करता है, फिर इच्छा प्रकट करता है. आरम्भ में आधी–अधूरी इच्छा शक्ति से ही काम चलाने के प्रयास करता है. और जब काम नहीं चलता, तब प्रबल इच्छा शक्ति की तरफ बढ़ता है. विफलता का सबसे बड़ा कारण भी यही है. इसलिए यदि किसी कार्य में आपको सफलता प्राप्त करनी हो तो सर्वप्रथम प्रबल इच्छा शक्ति पैदा करो, फिर कार्य आरम्भ करो. जब किसी कार्य को आरम्भ कर दिया जावे, तब अपनी इच्छा शक्ति को निरन्तर इतनी मजबूती देते चलो कि कार्य सतत एवम् निर्बाध रूप से चलता रहे.

4. याद रखें, **रोते रहने एवम् भाग्य को कोसते रहने से कुछ भी प्राप्त होने वाला नहीं है.** दूसरों से जलते रहने एवम् दूसरों पर दोष डालते रहने से आपका कुछ भी भला होने वाला नहीं है. अपनी इच्छा शक्ति को सुदृढ़ बनायें, पूर्ण दृढ़ता के साथ बढ़ते जायें, तब न भाग्य की जरूरत पड़ेगी, न प्रारब्ध की. **भाग्य के भरोसे कभी भाग्य बदलने वाला नहीं है.**

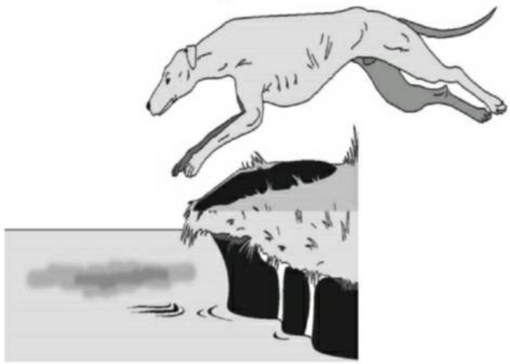
5. माना कि आपके पास बहुत कुछ है, मगर इच्छा शक्ति नहीं, तो कुछ भी नहीं है. यदि आप प्रबल इच्छा शक्ति के मालिक हैं तो फिर कुछ भी मुश्किल नहीं है. आप जिसके लिए सोचते हैं और जिसे पाने में विश्वास रखते हैं, उसे पा भी सकते हैं, बशर्ते कि मजबूत इच्छा शक्ति हो. अकेली इच्छा शक्ति से काम नहीं चलेगा. इच्छा शक्ति के साथ ही दृढ़ आत्मविश्वास, प्रत्येक क्षण का सदुपयोग, कठोर परिश्रम एवम् कार्य की निरन्तरता अपेक्षित है.

6. अच्छे का अर्थ होता है 'जोड़ना' और बुरे का अर्थ होता है 'तोड़ना.' इच्छा शक्ति होने का अर्थ ही 'अच्छा' होता है और इच्छा शक्ति का अभाव ही 'बुरा' होता है. इसलिए सर्वप्रथम स्वयम् को प्रबल इच्छा शक्ति से भरिए, फिर उपलब्ध आन्तरिक ऊर्जा को कार्य में रूपान्तरित करिए. जब कर्म कार्य से जुड़ जायेगा, तब भाग्य स्वतः ही सफलता की ओर मुड़ जायेगा.

7. दूसरों की कुत्सित इच्छाओं के आगे न झुकने की इच्छा शक्ति पैदा करें. तथाकथित चालाक लोगों के प्रति नहीं, कर्म के प्रति भक्ति पैदा करें. **अपनी इच्छा को ही अपना मित्र बनायें.** यह बेदर्द दुनिया आपको अपनी इच्छाओं पर नचाना चाहेगी. **यदि आप दृढ़ इच्छा शक्ति के धनी हैं तो आपको दूसरों की ओर देखने की आवश्यकता नहीं पड़ेगी.**
8. 'इच्छा' को सबसे पहले मन में जगायें, फिर दिल के माध्यम से दिमाग तक लायें. दिमाग द्वारा अनुमोदित हो जाने पर 'इच्छा' को एक मंत्र, एक मिशन के रूप में अंगीकार करें. मंत्र को तंत्र द्वारा साधते हुए तपायें. बार–बार दोहरायें, फिर क्रियान्वित करें. **याद रखें, इच्छा से बड़ा न कोई मंत्र है, न कोई यंत्र है.** इच्छा ही सब कुछ है, इच्छा ही सर्वत्र है.
9. मन की एकाग्रता से ही **'इच्छा शक्ति' के विकास में सहायता मिलती है.** भूत को याद करते रहने एवम् भविष्य की आंशकाओं से घिरे रहने से इच्छा शक्ति कमजोर पड़ने लग जाती है. इसलिए केवल वर्तमान में जीते हुए सुदृढ़ इच्छा शक्ति के साथ आगे बढ़ते रहें. इच्छा शक्ति को चेतना से जोड़ें, चेतना को कर्म से जोड़ें और कर्म को आत्मविश्वास से जोड़ें. फिर सब कुछ अपने आप जुड़ता चला जायेगा. अपने आपको अपने आप से जोड़ना ही सफलता है.

दृष्टान्त–

एक कुत्ता किसी झील के किनारे घूम रहा था. उसे जोर की प्यास लगी तो वह पानी पीने हेतु झील की तरफ बढ़ा. जैसे ही उसने झील में झाँका, उसे झील के अन्दर एक और कुत्ता दिखाई दिया. पानी के अन्दर के कुत्ते को देखते ही बाहर वाला कुत्ता भौंकने लगा. अन्दर का कुत्ता भी भौंकता हुआ प्रतीत हुआ. कुत्ते ने स्थान बदला, किन्तु प्रतिबिम्ब वाले कुत्ते ने पीछा नहीं छोड़ा. बार–बार स्थान बदला गया, किन्तु हर स्थान पर पानी वाला कुत्ता भी मौजूद था. प्यास बढ़ती गई. अन्ततः कुत्ते ने अपनी इच्छा शक्ति को मजबूत किया और भौंकता हुआ पानी में कूद पड़ा. पानी के हिलने पर प्रतिबिम्बित कुत्ता गायब हो गया. तब कुत्ते ने आराम से पानी पिया और देर तक पानी में स्नान भी किया. कुत्ते की आंशका निर्मूल सिद्ध हो चुकी थी. अर्थात् **अगर दृढ़ इच्छा शक्ति के साथ प्रयास जारी रखें जायें तो धीरे–धीरे तमाम आशंकायें स्वतः ही निर्मूल होती चली जायेंगी.** इच्छा शक्ति तो जीने की पहली शर्त है. इच्छा शक्ति तो वस्तुतः एक पहेली है, जिसके कारण ही दुनिया ने इतनी तरक्की की है. जैसे–जैसे पहेली के हल ढूँढ़ने के प्रयास किये जाते हैं, इच्छा शक्ति उतनी ही प्रबल होती चली जाती है.



78

दूर दृष्टि : सफल दृष्टि (For Forsightedness Gives Successful Vision)

1. **हम अक्सर बहुत ही नजदीक की सोचते हैं.** अपनी तात्कालिक खुशियों के लिए कल की खुशियाँ गिरवी रख देते हैं. और इसीलिए हम धीरे–धीरे समय से पिछड़ते चले जाते हैं. तब आने वाले समय के लिए हम अपने आपको अयोग्य पाते हैं. इसलिए जरूरी है, आज को भोगा जाय, पर कल के लिए भी सोचा जाय. कहीं ऐसा न हो कि कल हमारे पास भोगने लायक कुछ बचे ही नहीं. अर्थात् **दूर दृष्टि से काम लीजिए और आज एवम् कल दोनों को सुरक्षित कीजिए.**
2. **साधारणतः पुत्र की पहचान पिता के कारण होती है, किन्तु इतिहास बदल जाता है, जब पिता की पहचान पुत्र के कारण होती है.** इतिहास बदलने वाले कोई अलग नहीं होते, बस दूर दृष्टि और सकारात्मक दृष्टि वाले ही होते हैं. तो आइए, पीढ़ियाँ गर्व कर सकें, कुछ ऐसा कर दिखाइए.
3. यदि आप कोई ऐसा व्यवसाय आरम्भ करते हैं, जिसकी आज नहीं, कल मांग बढ़ने वाली है, तो आप दूरदर्शी हैं. यदि आप किसी ऐसी सम्पत्ति में निवेश करते हैं, जिसकी आज नहीं कल कीमत बढने वाली है, तो आप दूरदर्शी है. यदि आप आज की आवश्यकता से बड़ा भूखण्ड खरीदते हैं, तो आप दूरदर्शी हैं. यदि आप बैठे–बैठे ही करोड़पति बनना चाहते हैं तो ऐसी अचल सम्पत्ति क्रय कर लें, अर्जित कर लें अथवा सृजित कर लें, जिसकी अभी तो कोई विशेष कीमत नहीं हो, किन्तु भविष्य में बढ़ने वाली हो. अर्थात् **सूझ–बूझ के साथ किया जाने वाला प्रत्येक कार्य आपकी दूरदर्शिता का परिचायक होगा.**
4. याद रखें, दूरदर्शिता के साथ किया गया कार्य एवम् निवेश एक दिन आपकी जिन्दगी बदल देगा. दूरदर्शिता के साथ सृजित परिवेश जीवन के हर निर्णय को सफलता में बदल देगा. **दूरदर्शिता के साथ उठाया गया हर कदम अगले कदम के लिए निर्णायक होगा. दूर देखें, मगर जरा ऊपर उठकर. आप जितनी ऊँचाई से भविष्य को देखेंगे, भविष्य उतना ही उज्जवल एवम् स्पष्ट दिखाई देगा.** इसलिए दूरदर्शिता के लिए जरूरी है, अपनी ऊँचाई बढ़ाना.
5. दूरदर्शिता का मतलब है, नींव को मजबूत एवम् बहुउपयोगी बनाना. कमजोर नींव पर बहुमंजिली इमारत भला कैसे खड़ी कर सकोगे ? **हमें दस–बीस साल की ही नहीं, कम से कम सौ साल की तो सोचनी चाहिए,** ताकि इमारत हमारे ही नहीं, कुछेक अगली पीढ़ियों कें भी काम आ सके. भवन निर्माण की योजना इस प्रकार बनावें कि भविष्य में आवश्यकतानुसार भवन का विस्तार किया जा सके. अपेक्षित परिवर्तन/परिवर्द्धन किया जा सके. अभी से आगामी सौ सालों की आवश्यकताओं के अनुरूप बड़ा भवन निर्मित करवा लेना दूरदर्शिता नहीं है. भूखण्ड एवम् निर्माण में गुंजाइश रखना ही दूरदर्शिता है.

6. कोई भी कार्य आरम्भ करने से पहले यह तय कर लें कि इससे आपको क्या मिलेगा ? कब मिलेगा ? कैसे मिलेगा ? जोखिम कितनी है ? क्या अपेक्षाकृत कम जोखिम वाला विकल्प भी विद्यमान है ? विचार करें कि कार्य को पूर्ण करने के लिए कितने संसाधनों की आवश्यकता होगी ? उधार चुकाने के लिए आपके पास क्या योजना है ? भविष्य में आपकी आवश्यकतायें क्या होंगी ? आपकी संभावित आय क्या होगी ? आपकी बचत कितनी होगी ? आदि प्रश्नों पर गंभीरतापूर्वक विचार करना ही दूरदर्शिता है.
7. **यदि हम दूरदर्शी नहीं होंगे तो आसमान की तरफ देखते ही रह जायेंगे.** यदि हम कल के विश्राम की नहीं सोचेंगे तो जिन्दगी भर भागते ही रह जायेंगे. यह तो सही है कि कल कभी आता नहीं है. आता भी है तो आज बन कर ही. इसलिए कल के लिए भी आज ही सोचें. यही दूरदर्शिता है.
8. दूर दृष्टि रखने वाला त्रिकाल दृष्टा होता है. ऊँचा सोच रखने वाला ही भविष्य दृष्टा होता है. जरा ऊँचाई पर चढ़ कर तो देखिए, भविष्य भी वर्तमान होता नजर आयेगा. भूत भी वर्तमान से अधिक दूर नहीं जा पायेगा. अपना कद बढ़ाइए, आत्मविश्वास जगाइए, दूरदर्शी बनिए और असंभव को संभव बनाइए. **जीवन का रोमान्च वस्तुतः दूरदर्शिता में ही छिपा होता है. याद रखें, समझदार काम करने से पहले सोचता है और नासमझ काम करने के बाद सोचता है.** एक के सोच में दूरदर्शिता है और दूसरे के सोच में महज पछतावा.
9. दैनिक जीवन में हर कदम पर, हर निर्णय पर दूरदर्शिता की आवश्यकता पड़ती है. इसलिए जो भी कदम उठायें, सोच समझ कर उठायें, ताकि बाद में पछताना न पड़े. **जिसे भी देखें, दूर तक देखें, ताकि कभी नजर चुरानी न पड़ें. जो भी निर्णय लें, भविष्य को ध्यान में रखकर लें, ताकि बाद में बदलना न पड़े.**

दृष्टान्त–

एक गाँव भीषण अकाल की चपेट में था. गाँव में करीब सौ घर थे. एक धनी व्यक्ति के अलावा किसी के पास अनाज नहीं बचा था. धनी व्यक्ति के पास जमीन भी काफी थी और गोदाम भी भरे थे. ग्रामवासी उसके पास अनाज उधार लेने पहुँचने लगे. धनी व्यक्ति ने दूरदर्शिता से काम लिया. अनाज उधार देने की बजाय घर पर ही लंगर चालू कर दिया. सभी ग्रामवासियों को सुबह शाम तैयार भोजन मिलने लगा. उसकी एक ही शर्त थी कि काम करने योग्य सभी वयस्क नागरिकों को सामुदायिक महत्व के कार्य करने होंगे. काम के बदले केवल भोजन मिलेगा. गाँव में मौजूद पोखरों को गहरा करने, एनीकट निर्माण करने, सभी खेतों में भू–संरक्षण एवम् जल संरक्षण, मैड़ बन्दी सम्बन्धी कार्य हाथ में लिए गये. अपने ही खेतों में काम करने में ग्रामवासी काफी उत्साहित थे. आठ महिनों में काफी काम हो गये. अगले वर्ष बरसात अच्छी हुई. सभी पोखर व एनिकट भर गये. कुओं का जल स्तर बढ़ गया. अच्छी पैदावार होने लगी. सबसे अधिक फायदा धनी व्यक्ति को हुआ. भरपूर पानी मिलने लगा. खेतों की उपज बढ़ गई. खर्च तो आठ महीने तक ही किया, किन्तु लाभ हमेशा के लिए हो गया. गाँव वालों की नजरों में सेठ का सम्मान भी काफी बढ़ गया. सेठ सचमुच कितना दूरदर्शी निकला. कम दूरदर्शी तो यही सोचता है–'भगवान सबका भला करो, लेकिन शुरूआत मुझसे करो.' वहीं दूरदर्शी सोचता है–'भगवान सबका भला करो, लेकिन शुरूआत मुझसे मत करो.' अर्थात् जब सबका भला होगा तो हमारा भला तो अपने आप ही हो जायेगा. सेठ का सोच कुछ ऐसा ही था.

79 कम सामान : सफर आसान (Lesser the Luggage, More Joyful The Journey)

1. **जिन्दगी एक छोटा सा सफर है. हमारे लिए तो यही प्रथम एवम् अन्तिम सफर है.** इस इकलौते सफर में भी यदि हम भारी लगेज से लदे रहेंगे तो सफर का आनन्द नहीं उठा पायेंगे. जीवन यात्रा में जितनी कम मात्रा में उत्तरदायित्व लेकर चलेंगे, उतने ही आराम से रहेंगे. यात्रा का असली आनन्द उठा सकेंगे और जीवन को हल्का एवम् खुशगवार बना सकेंगे.
2. **बढ़ती हुई जनसंख्या ही आज की सबसे बड़ी समस्या है. हमारे देश का कुल भू–भाग विश्व की तुलना में मात्र 2.42 प्रतिशत है, जिस पर विश्व की 17 प्रतिशत जनसंख्या निवास करती है. अर्थात् हमारे यहाँ जनसंख्या का भार विश्व की तुलना में सात गुना अधिक है.** जरा सोचिए, ऐसी स्थिति में देश का विकास कैसे संभव है ? देशवासियों की सफलतायें तो समूचे देश के आर्थिक विकास पर ही निर्भर करती है. इसलिए जनसंख्या के बढ़ते ग्राफ को नीचे लाने में प्रत्येक नागरिक को महत्वपूर्ण भूमिका निभानी होगी.
3. सर्वप्रथम अपने परिवार के आकार पर ध्यान दें. **परिवार जितना छोटा होगा, जिन्दगी का सफर उतना ही आसान होगा.** यदि अभी आपने शादी नहीं की हो तो जल्दी मत कीजिए. शादी हो गई है तो बच्चों की जल्दी मत कीजिए. यदि बच्चे भी हो गये हैं तो अब बस कीजिए. याद रखें, बच्चा हो या बच्ची, एक ही काफी है. **बड़ा परिवार एक ऐसी गलती है, जिसका न कोई समाधान है, न प्रायश्चित ही.**
4. हम केवल अपने बच्चों के लिए कमाते हैं, परन्तु बच्चे इसका अहसान कहाँ मानते हैं. अगर बच्चे कम हुए तो हम उन्हें अच्छे संस्कार दे सकेंगे, उन्हें किसी योग्य बना सकेंगे. अधिक बच्चे होने पर हम उन्हें योग्य नहीं बना सकेंगे और तब जिन्दगी भर बच्चों की जिम्मेदारियों से मुक्त नहीं हो सकेंगे. यानी कम संतान, सफर आसान. **कहा जाता है कि 'किसी राष्ट्र पर शासन करना आसान है, किन्तु अपने पुत्र पर नियन्त्रण रखना उतना ही कठिन है.'**
5. ग्रामीण पृष्ठभूमि वाला व्यक्ति किसी सेवा या व्यवसाय में आने पर सर्वप्रथम अपने गाँव में मकान बनवाता है और कृषि भूमि खरीदता है. फिर नजदीकी कस्बे में मकान बनवाता है और अन्ततः किसी सुविधायुक्त अच्छे शहर में बस जाता है. अर्थात् अपनी समूची जिन्दगी एवम् ऊर्जा मकान बनवाने में ही लगा देता है. विभिन्न स्थानों पर बिखरी सम्पत्तियों को संभालने में ही जिन्दगी का भूगोल बिगड़ जाता है. ऐसे में गणित तो बन ही कहाँ पाता है. इसलिए अपने को बिखेरिए मत. जो कुछ करना हो, उचित समय और उचित स्थान पर ही करें. सम्पत्ति वही भली, जो अच्छी आमदनी दे और निरन्तर महँगी होती चली जाय.

6. **आप जो भी सामान खरीदें, अत्यन्त आवश्यक होने पर ही खरीदें.** अच्छी क्वालिटी का खरीदें. कहीं ऐसा न हो कि कबाड़ को सहज कर रखने के लिए ही दो–चार कमरों की जरूरत पड़ जाय. अर्थात् अगर आराम से रहना हो तो भौतिक वस्तुयें कम से कम खरीदें, अन्यथा उनके रख–रखाव और मरम्मत आदि में ही अधिकांश धन, समय और स्थान खर्च कर देंगे.

7. घर के निर्माण हेतु बेशक बड़ा भूखण्ड खरीद सकते हैं, किन्तु फिलहाल उस पर आवश्यकतानुसार छोटा सा, सुन्दर सा घर बनवा लें. घर के आस–पास का रिक्त भूखण्ड बहुत उपयोगी होता है. भविष्य में आवश्यकतानुसार अतिरिक्त निर्माण करवाया जा सकता है. आवश्यकता से अधिक बड़ा घर बनवाकर अभी से अधिक कर्जदार होने और बड़े घर के रख–रखाव में अनावश्यक खर्च करते रहने में कोई समझदारी नहीं है.

8. कुछ लोग अपने घरों पर घरेलू उपयोगार्थ गाय, भैंस, बकरी आदि पाल लेते हैं. अपना कीमती समय एवम् स्थान पालतू जानवरों के लिए लगा देते हैं. जरा हिसाब तो लगाइए, घर का दूध कितना महंगा पड़ता है. दूध की निश्चितता न होते हुए भी कितना व्यस्त रहना पड़ता है. घर में बदबू और अव्यवस्था का साम्राज्य कायम हो जाता है. पर्यावरण बिगड़ जाता है. इसलिए जहाँ तक हो सके, ऐसे जानवरों से बचा जाए.

9. कुछ लोग कुत्ता, बिल्ली, तोता, मैना कुछ भी पाल लेते हैं और अपने आपको इनकी सेवा में लगा देते हैं. वस्तुतः ऐसे जानवरों का घर में कोई विशेष प्रयोजन नहीं होता है. हकीकत तो यही है कि जो आदमी से नफरत करता है, वही ऐसे जानवर पालने की फितरत करता है. इसलिए फालतू में पालतू जानवर पालन की बीमारी न पाली जाय. पालना ही हो तो किसी अनाथ अथवा गरीब बच्चे को पाला जा सकता है. आसान सफर को जानबूझ कर बोझिल मत बनाइए.

Case Study–

दो दोस्त थे, 'क' और 'ख'. 'क' अमीर और 'ख' गरीब. दोनों साथ पढ़ते थे. 'क' पढ़ने में कमजोर और 'ख' होशियार था. 'क' की जल्दी ही शादी कर दी गई. पढ़ाई पूरी करते करते दो बच्चे भी हो गये. पढ़ लिख कर दोनों दोस्त अध्यापक हो गये. 'ख' ने नौकरी मिलने पर शादी की. उसके दो बच्चे हुए, एक बच्चा, एक बच्ची. तब तक 'क' के पाँच बच्चे हो गये थे. 'क' ने अपने गाँव में बड़ा मकान बनवाया. 'ख' ने पास के कस्बे में छोटा सा सुन्दर सा घर बनवा लिया. 'क' ने भी देखा–देखी कस्बे में बड़ा मकान बनवाया. पहले मोटर साइकिल खरीदी, फिर कार भी खरीद ली. 'ख' ने मोटर साइकिल से ही काम चलाया. 'क' ने काफी सामान इकट्ठा कर लिया. 'ख' ने केवल बच्चों की पढ़ाई पर ध्यान रखा. 'ख' के बच्चों को रोजगार मिल गये. 'क' जिन्दगी भर दुखी रहा, आखिर में गरीब हो गया. 'ख' आराम से रहा और हर तरह से साधन सम्पन्न हो गया. अर्थात् कम सामान, सफर आसान.

80 ‘काम’ यानी यौन सन्तुष्टि : कामयाबी की गारन्टी (Fulfilment of Sex is The Guarantee of Being Successful)

1. **वस्तुतः समूची सृष्टि का सृजन ही ‘काम’ पर आधारित है.** सृष्टि का हर प्राणी, हर कार्य कलाप ‘काम’ द्वारा संचालित है. **इस सृष्टि में यदि कोई प्रथम एवम् अन्तिम प्राकृतिक आवश्यकता है तो वह ‘काम’ ही है.** काम ही प्रकृति है और प्रकृति ही काम है. प्रकृति का अस्तित्व बस ‘काम’ पर ही टिका है. **‘काम’ की संतुष्टि पर ही सुन्दर फूल खिलते हैं, ‘काम’ की संतुष्टि पर ही पक्षी चहकते हैं.**
2. व्यक्ति की हर गतिविधि, गीत–संगीत, कला–साहित्य, हास–परिहास, वस्त्र–विन्यास, स्थापत्य–शिल्प, निर्माण आदि में ‘काम’ भावना का ही वर्चस्व रहता है. अर्थात् व्यक्ति और प्रकृति का हर कृत्य यौन भावनाओं से ही अनुप्रेरित रहता है. यहाँ सबसे बड़ी ऊर्जा है ‘काम’. इसलिए शांति, संतुष्टि, आनन्द और सफलता के लिए ‘काम’ के स्तर पर तृप्ति अपेक्षित है.
3. मान कर चलें कि यौन संतुष्टि ही सफलता की कसौटी है. जो ‘काम’ के स्तर पर पूर्णतः संतुष्ट नहीं होगा, उसे हर काम के दौरान ‘काम’ ही नजर आयेगा. ‘काम’ की असंतुष्टि हर कदम पर परिलक्षित होती है, इसलिए ऐसे व्यक्ति का जीवन कुंठाओं एवम् विफलताओं से भरा होता है. **‘काम’ के स्तर पर जो जितना संतृप्त होगा, वो जिन्दगी में उतना ही सफल होगा.**
4. **‘काम’ तो वस्तुतः जीवन का स्रोत है, ईश्वरीय सौगात है, कोई पाप नहीं है.** ‘काम’ तो प्राकृतिक वरदान है, कोई अभिशाप नहीं है. ‘काम’ के बिना तो जीवन की कल्पना भी नहीं की जा सकती. ‘काम संतुष्टि’ से प्राप्त ऊर्जा ही सफलता की गारन्टी दे सकती है. ‘काम गतिविधयों’ में ऊर्जा का ह्रास नहीं, सृजन होता है. मन के विकार नष्ट होते हैं, दिल के सब द्वार खुल जाते हैं और दिमाग के तन्तु सक्रिय हो उठते हैं. याद रखें, जीवन की सफलता के लिए तन, मन, दिल और दिमाग की सक्रियता आवश्यक है.
5. **‘काम वासना’ वस्तुतः प्रकृति का सबसे बड़ा रहस्य है. ‘काम’ जितना रहस्यपूर्ण तो ‘परमात्मा’ भी नहीं है. परमात्मा की तो एक झलक से तृप्ति हो जायेगी, किन्तु ‘काम वासना’ की संतृप्ति कभी नहीं हो पायेगी.** व्यक्ति जितना ‘काम’ में प्रवेश करता है, उतना ही आनन्द को उपलब्ध होता है. ‘काम’ कभी बासी नहीं होता, ‘काम’ कभी उबाऊ नहीं होता. ‘काम’ तो हमें हर बार नयापन देता है, नयी ताजगी देता है, जो हमें बोर होने से बचाता है.
6. यदि किसी का दाम्पत्य जीवन सुखी नहीं है तो उसका जीवन सुखी हो ही नहीं सकता. तब बहुत सी कुंठायें घर कर लेंगी, मानसिक तनाव रहेगा, जीवन अपूर्ण लगेगा. ऐसी स्थिति में व्यक्ति कुछ भी कर

ले, सफलता संदिग्ध ही रहेगी. संभवतः इसीलिए आज तक के इतिहास में उभयलिंगी लोगों ने कोई उल्लेखनीय कार्य नहीं किया है.

7. **वस्तुतः तृप्त यौन सम्बन्ध हमें आजीवन निरोग रखते हैं, तनाव मुक्त रखते हैं, रोगों से लड़ने की शक्ति प्रदान करते हैं, हृदय रोगों से दूर रखते है, स्निग्ध त्वचा एवम् मांसपेशियों के दर्द में कमी करते हैं और लम्बी उम्र तक आनन्द से जीने के अवसर देते हैं.** जिस प्रकार हमारे शरीर को जल, वायु एवम् भोजन की आवश्यकता पड़ती है, उससे भी तीव्रता से 'काम' की आवश्यकता पड़ती है. स्त्री और पुरुष दोनों के लिए 'काम' समान रूप से महत्वपूर्ण है. दोनों की पूर्णता 'काम संतुष्टि' पर ही निर्भर करती है.

8. संतुष्ट एवम् सुखद यौन सम्बन्ध पति पत्नी दोनों के स्वास्थ्य के लिए आवश्यक है. यौन क्रिया के दौरान स्त्री की 8 से 10 एवम् पुरूष की 12 से 15 तक कैलोरीज प्रति मिनिट के हिसाब से खर्च होती है. अर्थात् सहवास की अवधि जितनी अधिक होगी, उतनी ही सुखद एवम् स्वास्थ्यप्रद होगी. इसलिए सहवास के हर क्षण को आलौकिक आनन्द से भरें और दिनभर तरौताजा एवम् प्रसन्नचित्त रहने की ऊर्जा संग्रहित करें.

9. सबसे बड़ा आश्चर्य तो यही है कि आज तक तमाम संस्कृतियों ने 'काम' का विरोध किया है. 'काम' को एक घृणित कार्य माना गया है. किन्तु इससे भी बड़ा आश्चर्य तो यही है कि जितना विरोध किया गया, उससे कहीं अधिक 'काम' ने अपना विस्तार किया है. तथा–कथित धार्मिक लोगों ने 'काम' को मोक्ष के मार्ग में सबसे बड़ा अवरोध माना है. किन्तु दूसरी ओर यह भी सच है कि ऐसे लोग 'काम' के प्रति सबसे अधिक आकर्षित रहे हैं. ऐसे लोगों ने ही 'काम' जैसे नितान्त नैसर्गिक कार्य में विकृतियाँ पैदा की है.

निष्कर्ष–

'काम' का यदि कोई निश्चित प्रयोजन नहीं होता तो परमात्मा इसे बनाता ही क्यों ? याद रखें, प्रेम की समूची यात्रा के दौरान प्राथमिक बिन्दु 'काम' ही है. यौन क्रिया के दौरान व्यक्ति का अहम्, समय एवम् चिन्तन रूक जाता है. यही समाधि का प्रथम चरण है. व्यक्ति की बैचेनी और आतुरता वस्तुतः 'सैक्स' के प्रति न होकर इसी अहम् शून्यता के लिए होती है. संभोग से क्षणिक अहम् शून्यता प्राप्त होती है. और एक व्यावहारिक एवम् क्रियाशील व्यक्ति के लिए तो समाधि की यह क्षणिक अनुभूति ही पर्याप्त होती है. अर्थात् सफल जीवन के लिए सुखद, सहज एवं सन्तुष्ट सहवास प्रथम आवश्यकता है. 'काम ऊर्जा' ही अन्ततः प्रेम में रूपान्तरित होती है, और यह रूपान्तरण ही सृष्टि को रहने योग्य बनाता है. यही जीवन की परिपूर्णता है, यही अस्तिकता है, यही सफलता है.

81

जितना आनन्द बाँटने में है, उतना बटोरने में नहीं (Giving Would Give You Move Pleasure Than Taking)

1. **आपके पास जो सबसे बढ़िया है, उसे देकर तो देखो, बदले में उससे बढ़िया ही लौटकर आयेगा. आपके पास जो सबसे घटिया है, उसे देकर तो देखो, उससे भी घटिया ही लौटकर आयेगा.** घटिया के बदले बढ़िया पाने की कभी आशा मत करो. जब भी बाँटो, जो भी बढ़िया उपलब्ध हो, वही बाँटो. **बाँटने में कभी कंजूसी मत करो, वरना एक दिन आपके पास बाँटने के लिए कुछ भी नहीं बचेगा.**
2. **आपके पास कितनी सम्पदा है, यह महत्वपूर्ण नहीं है, महत्वपूर्ण तो है, उसे बाँटना.** बाँटने में जितना आनन्द प्राप्त होता है, उतना धन को आरक्षित करने में नहीं होता. यहाँ बाँटने का व्यापक अर्थ हो सकता है, किसी वस्तु अथवा सेवा के बदले धन देना, धन का उचित निवेश–पुनर्निवेश करना, रोजगार के अवसर उपलब्ध करना एवम् निर्धनों की मदद करना. असली मकसद है, धन का प्रवाह बनाये रखना. **धन के प्रवाह में ही असली आनन्द छिपा होता है. पैसा और पानी तो बहता हुआ ही अच्छा लगता है. गहराई से देखा जाय तो जो भी धन–सम्पदा आपके पास है, वह समाज से ही प्राप्त हुई है.** उस पर अन्ततः समाज का ही अधिकार है. इसलिए प्रवाह बनाये रखना आवश्यक है.
3. बाँटने का व्यावहारिक अभिप्राय होता है, खर्च करना. **खर्चते रहने से धन समाज में बँटता रहता है और रोकने से अनुत्पादकता की श्रेणी में आ जाता है. व्यक्ति संग्रह इसलिए नहीं करता कि साथ ले जाना है, बल्कि इसलिए करता है कि सब कुछ यहीं बाँट कर जाना है.** बाँटना चाहे किसी वस्तु, श्रम या सेवा के बदले हो, चाहे उत्तराधिकारियों में विरासत या वसीयत के रूप में हो अथवा दान उपहार आदि के रूप में हो. **अपने हाथों से बाँटने में जो आनन्द है, वह दूसरों के हाथों से बँटवाने में नहीं है.**
4. **जो केवल संग्रह करता चला जाता है, वह मुसीबतों में फंसता ही चला जाता है.** जीते जी कितने ही दुश्मन पैदा कर लेता है और मरने पर महाभारत छोड़ जाता है. अर्थात् न जीते जी शांति से रह पाता है और न मरने पर ही. ऐसा व्यक्ति न खुद आराम से रह पाता है और न दूसरों को रहने देता है.
5. **अपने अच्छे विचारों को बाँट कर तो देखो, लोग आपको सिर आँखों पर उठा लेंगे. याद रखें, व्यक्ति अपने अच्छे विचारों को बाँटकर ही सम्पन्न हो सकता है. इस जगत में आज तक जो कुछ भी हुआ है, अच्छे विचारों के आदान प्रदान के कारण ही हुआ है.** यदि आपके पास कोई अच्छा विचार है और सामने वाले के पास भी कोई अच्छा विचार है तो परस्पर बाँट लेने

पर आप दोनों के पास दो–दो अच्छे विचार हो जायेंगे. **अर्थात् ज्ञान एवम् धन खर्चने की वस्तुऐं हैं.** जितना खर्च करेंगे, उतना ही वापस प्राप्त करते चलेंगे. इसलिए प्रेम, ज्ञान, धन, दौलत सब कुछ बाँटते चलो. किन्तु अपने आप को इतने हिस्सों में मत बाँट देना कि आपके हिस्से में कुछ बचे ही नहीं.

6. **प्रकृति का काम है देना और व्यक्ति का काम है लेना. प्रकृति तो देती ही देती है, इसीलिए बेहद खुश रहती है.** अर्थात् प्रकृति की खुशी का राज है देना. व्यक्ति तो लेना ही लेना चाहता है, इसीलिए हरदम दुखी रहता है. अर्थात् व्यक्ति के दुखी रहने का राज है लेना. प्रकृति से सीख कर जो देना भी सीख जाता है, वह आनन्द को उपलब्ध हो जाता है. **जो दूसरों को देने को तैयार रहे, वही दूसरों से लेने का हकदार बन सकता है.**

7. **व्यक्ति के अतिरिक्त प्रकृति के किसी भी प्राणी में संग्रह करने की प्रवृत्ति नहीं होती.** प्राकृतिक होकर भी व्यक्ति दुखी रहता है और उसके दुखों का मूल कारण संग्रह की यह प्रकृति ही है. ध्यान रहे, अर्जित करने एवम् संग्रह करने में बहुत बड़ा अन्तर होता है. इसलिए कमाओ, जमकर कमाओ, किन्तु कमाने के साथ–साथ खुलकर खर्च भी करते रहो. कमाने में उतना आनन्द नहीं आता, जितना खर्च करने में आता है.

8. जरा सोचिए, आप अपने साथ क्या लेकर आये थे और क्या लेकर जायेंगे ? याद रखें, देने से ही अच्छाई मिलेगी और आप केवल अच्छाइयों के लिए याद किये जायेंगे. **आज तक जो भी महान बने हैं, वे सब समाज को कुछ न कुछ देने के कारण ही बने हैं. आज तक जिनको भी पुरस्कृत किया गया है, कुछ न कुछ बाँटने के बदले ही किया गया है.** अपने में सब कुछ भरने वाला न तो कभी महान बना है, न बन सकता है.

9. **व्यक्ति के पास केवल भौतिक सम्पत्तियाँ ही नहीं होती, अन्य अमूल्य सम्पत्तियाँ भी होती हैं.** वस्तुतः प्रेम, आनन्द, अपनत्व, ज्ञान एवम् अध्यात्म सम्बन्धी सम्पदायें ही असली सम्पदायें होती हैं. ये बाँटने पर ही बढ़ती हैं, न बाँटने पर घटती चली जाती हैं. इन सम्पदाओं की सार्थकता तो इन्हें बाँटने में ही है. इनका आदान–प्रदान ही सफलता है.

दृष्टान्त–

एक राजा ने मंत्रिमण्डल के समक्ष प्रस्ताव रखा कि राज्य में भिखारियों की बढ़ती संख्या को कम करना है. इस पर एक मंत्री ने कहा कि भीख मांगना भी एक कला है. दूसरे की जेब से कुछ निकलवा लेना इतना आसान नहीं है. राजा ने कहा–'ठीक है, इस प्रस्ताव को फिलहाल स्थगित रखते हैं.' एक दिन राजा स्वयम् भिखारी के वेश में राजधानी से दूर किसी गाँव में चला गया और भीख माँगने लगा. किन्तु किसी ने भी इस नये भिखारी को भीख नहीं दी. हताश होकर राजा लौट रहा था. रास्ते में सामने से एक भिखारी आता हुआ मिला. राजा ने हिम्मत करके भिखारी से ही माँगना शुरू कर दिया. 'मैं दो दिन से भूखा हूँ, कुछ हो तो दे दो.' भिखारी को उस पर दया आ गई. बोला–'अपने हाथ आगे करो.' राजा ने हाथ फैला दिये. भिखारी ने अपना झोला उलटा. उसमें केवल एक मुट्टी भर चने निकले. भिखारी

बोला–'अभी तो मेरे पास बस यही है, काम चला लेना, आगे कोई न कोई दाता मिल ही जायेगा.' कहकर भिखारी चला गया. राजा महल में लौटा. उस भिखारी को दरबार में बुलवाया गया. राजा ने भिखारी की दयाशीलता पर प्रसन्न होकर उसे पाँच गाँव जागीरी में दे दिये.

82 जो कुछ होता है, अच्छा ही होता है (Whatever Happens, Happens in Our Favour)

1. **जीवन यात्रा के दौरान जो कुछ भी होता है, हमारे भले के लिए ही होता है. बुरा भी भले के लिए ही होता है.** इसलिए जो भी घटे, स्वीकारते चलें. अथक परिश्रम करने एवम् सदैव सतर्क रहने के बावजूद भी यदि परिणाम हमारी अपेक्षाओं के अनुरूप प्राप्त नहीं हों, तो इसका अर्थ यह नहीं है कि हम आगे काम करना ही छोड़ दें. जो हो चुका, उसे दोहराया नहीं जा सकता. केवल भविष्य के लिए सतर्क रहा जा सकता है.
2. **जिन्हें आप बदल नहीं सकते, उन्हें स्वीकारते चलें**. जिन्हें आप बदल सकते हैं, उन्हें बदलते चलें. इन दोनों में अन्तर करने की क्षमता विकसित करें. अपनी नकारात्मक ऊर्जाओं को पहचान कर सकारात्मक ऊर्जाओं में बदल लेने की क्षमता अर्जित करें. 'जो भी होगा, अच्छा ही होगा' को आदर्श वाक्य मानते हुए जीने की कला विकसित करें, तब सब कुछ अच्छा ही होगा. बकौल **डा. हरिवंश राय बच्चन–'मन का हो तो अच्छा, ना हो तो और भी अच्छा है.'**
3. अपमान, असफलता, नुकसान, अस्वस्थता, धोखा, पदावनति, दुर्घटना, कानूनी कार्यवाही जैसी अनचाही घटनायें भी घट ही जाती हैं. मानकर चलें, ऐसी घटनायें स्वाभाविक ही हैं और हमारे लिए ही हैं. यदि हम यह धारणा बना लें कि ऐसी कोई घटना हमारे साथ घटित हो ही नहीं सकती, तो यह हमारी ना समझी ही है. अर्थात् जो भी घटना या दुर्घटना घटित होती है, हमारे हित में ही होती है. **हर घटना में कहीं न कहीं हमारी भलाई अवश्य छिपी होती है.**
4. **जब भी हम प्राकृतिक नियमों एवम् प्रचलित सामाजिक व्यवस्थाओं के विरूद्ध कार्य करते हैं, तब हमें प्रत्यक्षतः अथवा परोक्षतः कोई न कोई कष्ट अवश्य उठाना पड़ता है**. हकीकत तो यही है कि जीने के लिए जिन्दगी को ऐसे ही कष्टों से हँसते–गाते सजाना पड़ता है. अर्थात् कष्ट भी आते हैं, अव्यवस्थायें भी होती हैं, कभी–कभी अनहोनी भी हो जाती है, किन्तु इन सबके पीछे हमारे लिए कोई न कोई सीख अवश्य छिपी होती है.
5. जरा सोचिए, क्या आपने भगवान के लट्ठ मारा है ? क्या भाग्य के बाप को मारा है ? नहीं, तो फिर सदा ही विपदाओं में क्यों रहना पड़ रहा है ? आपने किसी का क्या बिगाड़ा है ? **पर यह मत भूलिए कि आपके साथ जो कुछ भी हो रहा है, किसी कारणवश एवम् निश्चित प्रयोजनार्थ ही हो रहा है.** जब आपको यह बुधत्व प्राप्त हो जायेगा तब सब कुछ अच्छा एवम् उपयोगी ही नजर आयेगा.
6. **यह भी मत सोचिए कि आपको पिछले जन्मों के कर्मों को भोगना पड़ रहा है.** प्रथम तो पुनर्जन्म का सिद्धान्त ही समझ से परे है. द्वितीय यह कि कर्मों के फल को अगले जन्म के लिए टाला नहीं जा सकता. आज दी गई परीक्षा का परिणाम क्या अगले जन्म में सुनाया जा सकता है ? हर्गिज

नहीं. आप जो कुछ भी करेंगे, उसके फल आपको इसी जन्म में, यहीं पर तत्काल ही मिलेंगे. **यदि कुछ बुरा हो रहा है तो उसके लिए कहीं न कहीं हम स्वयम् उत्तरदायी हैं.** इसलिए हमें हर अच्छी और बुरी स्थिति से कुछ न कुछ सीखते हुए ही आगे बढ़ना चाहिए, वरना पछताने के अलावा कुछ भी नहीं बचेगा.

7. **भाग्य हाथ की लकीरों में नहीं होता, भाग्य तो उनका भी होता है, जिनके हाथ ही नहीं होते.** हाथ की लकीरों में भाग्य तलाशना एक चालाकी भरा कार्य है.

   क्योंकि– **'कुछ भी तो नहीं लिखा उसने, हाथ की लकीरों में,**
   फिर भी आदमी ने अपने–अपने, अर्थ निकाल डाले.'

8. **प्रारब्ध, भाग्य, किस्मत, तकदीर, नसीब, Fortune, Luck आदि शब्द तथाकथित चालाक लोगों ने गढ़ लिए हैं, ताकि आम लोगों को बेवकूफ बनाया जा सके और अपना भाग्य चमकाया जा सके.** ऐसे लोगों से सावधान रहें. जो कुछ होता है, उसे सहज रूप से स्वीकारते हुए अच्छे से अच्छे के लिए योजना बनाते हुए आगे बढ़ते रहें.

9. मान लें कि जो कुछ हो रहा है, अच्छा ही हो रहा है. लेकिन यह भी देखें कि इसमें आपका योगदान कितना है ? जितना अधिक आपका योगदान होगा, उतना ही आपको अच्छा लगेगा. जो कुछ हो रहा है, उससे यदि आप संतुष्ट नहीं हैं, तो आपको कुछ भी अच्छा नहीं लगेगा. तब एक नकारात्मक सोच विकसित होगा, तब फूल भी शूल की तरह चुभेगा. इसलिए हर परिस्थिति में सकारात्मक रहिए. जो कुछ हो रहा है, उसे और अच्छा बनाइए.

दृष्टान्त–

एक दिन एक राजा ने नगर में मुनादी करवा दी कि–'कल सुबह सूर्योदय से पहले प्रत्येक पशुपालक द्वारा एक–एक लीटर दूध महल के द्वार पर रखे गये बर्तन में डाला जायेगा.' राजा बेगार लेने का आदी था. अगले दिन महल में बड़ी मात्रा में खीर बनवाई जानी थी. मुनादी के अनुसार सभी पशुपालकों ने एक–एक लीटर दूध सूर्योदय से पूर्व ही महल के दरवाजे पर रखे गये बड़े बर्तन में डाल दिया. जब दूध का बर्तन राजा के समक्ष प्रस्तुत किया गया, तो उसमें अस्सी प्रतिशत पानी निकला. केवल पाँच प्रतिशत लोगों ने ही शुद्ध दूध डाला था. पच्चीस प्रतिशत ने पानी मिला दूध डाला था और शेष सत्तर प्रतिशत ने शुद्ध पानी ही डाला था. इनमें से हर व्यक्ति ने यही सोचा कि जब सब ही दूध डालेंगे तो उसके पानी का तो पता ही नहीं चलेगा. किन्तु राजा के लिए यह एक सबक था. उस दिन के बाद राजा ने बेगार लेना बन्द कर दिया. अर्थात् जो हुआ, अच्छा ही हुआ.

83

मैं भला तो जग भला (Good Mind, Good Find)

1. **जगत अच्छा है या बुरा ? यह आपकी विचारधारा पर निर्भर करता है.** सामने वाला अच्छा है या बुरा ? यह महज आपके व्यवहार पर निर्भर करता है. **देखा जाय तो यहाँ न कुछ अच्छा है, न कुछ बुरा है, केवल आदमी ही अच्छा या बुरा हो सकता है.** आदमी चाहे तो अपने संसार को स्वर्ग बना सकता है और चाहे तो नरक बना सकता है.
2. **दुनिया नहीं बदलती, व्यक्ति की मनस्थिति बदलती रहती है.** इसीलिए उसे दुनिया कभी बुरी लगती है, कभी भली लगती है. यदि आपके मन में कोई पाप नहीं है तो आपको सभी निष्पाप नजर आयेंगे. यदि आपके मन में कोई मेल नहीं है तो आपको सभी पाक–साफ नजर आयेंगे. यदि आपके मन में कोई चोर बसा है, तो आपको सभी चोर नजर आयेंगे. कमजोर को सब ताकतवर और ताकतवर को सब कमजोर नजर आयेंगे.
3. यदि आप परिश्रमी हैं तो आपको सभी परिश्रमी लगेंगे. यदि आप निठल्ले हैं तो आपको सभी फालतू लगेंगे. यदि आप मन, कर्म और वचन से किसी का बुरा नहीं चाहेंगे तो दूसरे चाहकर भी आपका बुरा नहीं कर पायेंगे. यदि आप किसी का बुरा चाहेंगे तो अगले का तो कुछ भी नहीं बिगड़ेगा, किन्तु आपका अवश्य बिगड़ जायेगा. इसमें सारा दोष आपके मन का है, आपके नजरिये का है.
4. **यदि कोई भला होने का नाटक करेगा तो सर्वप्रथम अपने साथ ही कपट करेगा.** यदि कोई लोगों को कौसता ही रहेगा तो वह अपनी विफलता ही प्रकट करेगा. याद रखें, **भला होने और भला दिखने में बहुत बड़ा अन्तर होता है.** भला होने पर जगत भी भला ही लगेगा और भला होने का नाटक करने पर हर व्यक्ति चालाकी से भरा लगेगा. अर्थात् जगत को आप जिस नजर से देखेंगे, जगत भी आप को उसी नजर से देखेगा.
5. **हर व्यक्ति को हर व्यक्ति के साथ काम करने के लिए तैयार रहना चाहिए.** हर व्यक्ति को हर व्यक्ति के साथ समन्वय स्थापित करने के लिए तैयार रहना चाहिए. **अनजान से अनजान व्यक्ति से भी ऐसे मिलें, जैसे उसे पहले से ही जानते हों.** जिसे आप नहीं जानते, उसे मिलने पर ही तो जान पाओगे. जब जानना ही है तो पहले जानें या बाद में जानें, कोई फर्क नहीं पड़ता. इसलिए अनजान व्यक्ति के साथ इस प्रकार व्यवहार करें, जैसे आप उसे पहले से ही जानते हों. पूर्व परिचित के साथ ऐसा व्यवहार करें, जैसे नयी–नयी मुलाकात हो. तब आप पूर्वाग्रहों से बचे रहेंगे.
6. **जो व्यक्ति भलाई से प्रेरित होकर भलाई करता है, वह न तो प्रंशसा का आंकाक्षी होता है और न पुरस्कार का.** यह अलग बात है कि ऐसे व्यक्ति को ये सब अन्त में स्वतः ही मिल जाता है. **जो दूसरों की जितनी भलाई करेगा, उसको ईश्वरीय व्यवस्था से उतना ही आनन्द मिलेगा.** हमारी श्रेष्ठता का चरम बिन्दु है, 'बन्धुत्व की भावना'. और बन्धुत्व की भावना का अधार है 'भलाई'.

7. अपने आपको अधिक चालाक मानकर आप धोखा खा सकते हैं. दूसरों को अधिक चालाक मानकर भी आप धोखा खा सकते है. दोनों ही स्थितियों में धोखा आपको ही खाना है. इसलिए **न तो अपने आपको चालाक समझो और न दूसरों को चालाकी दिखाने के अवसर दो.** स्पष्ट और दो टूक बात करने पर आप धोखा खाने से बचे रहेंगे. **लोगों को उतना चालाक अवश्य समझो, जितना आप अपने आपको समझते हो.**
8. **हर चालाक व्यक्ति धोखेबाज हो, यह जरूरी नहीं है, परन्तु हर धोखेबाज का चालाक होना जरूरी है.** हर धोखेबाज आपको धोखा दे, यह जरूरी नहीं है, परन्तु आपके व्यवहार का निर्णायक होना जरूरी है. ध्यान रहे, धोखा दिया नहीं जाता, खाया जाता है. इसलिए चालाकी और धोखेबाजी से ऊपर उठिए, सबके साथ निष्कपट व्यवहार करिए, तब आपको कोई धोखा नहीं दे पायेगा.
9. **जितना हमारा 'अहम्' कम होगा, अज्ञान कम होगा, उतना ही हमारा मन उज्जवल होगा.** भला होने के लिए 'अहम्' को गलाना जरूरी है. **दूसरों की आलोचना न करें, अपनी आलोचना से न डरें.** न क्रोधित हों, न उत्तेजित हों. **यदि आप लोगों का दिल दुखा कर अपना काम बना लेंगे, तो निश्चित मानिए, लोग भी आपके साथ ऐसा ही करेंगे.**

दृष्टान्त–

एक शिष्य ने गुरुजी से पूछा–'संसार में किस तरह रहना चाहिए ?' गुरुजी ने कहा–'मेरे व्यवहार को ध्यान से देखते रहना, उत्तर मिल जायेगा.' थोड़ी देर बाद एक श्रद्धालु मिठाई लेकर आया. गुरुजी ने भेंट ली, पीठ फेरी और सारी मिठाई खा गये. धन्यवाद् तक नहीं दिया. श्रद्धालु नाराज होकर चला गया. दूसरे दिन एक व्यक्ति भेंट लेकर आया. गुरुजी ने उसे पीछे कचरे में फैंक दिया और लाने वाले से बड़े प्यार से बातें करते रहे. वह व्यक्ति भी दुःखी होकर चला गया. तीसरे दिन एक और श्रद्धालु प्रसाद लेकर आया. सन्त ने उसे आदरपूर्वक ग्रहण किया. कुछ खुद ने खाया और शेष को लाने वाले एवम् वहाँ उपस्थित लोगों में बँटवा दिया. भेंट लाने वाले से सन्त ने स्नेहपूर्वक चर्चा की. श्रद्धालु प्रसन्न होकर लौटा. इस पर गुरुजी ने शिष्य को समझाया–'तीन प्रकार के व्यवहारों में आखिरी व्यवहार ही ठीक लगता है. भगवान भावनाओं के साथ हमें बहुत कुछ देता है. यदि हम दाता के उपकार को मानते हुए सम्पदाओं का सही ढंग से उपयोग करते हैं तो हमारा यही व्यवहार सर्वोत्तम है. जगत् में जीने का यही तरीका उत्तम है.'

84 रोग से योग भला (Meditation is Better Than Medication)

1. **यदि रोगों को अपने से दूर रखना हो अथवा अपने आपको रोगों से दूर रखना हो, यदि रोगों का स्थायी उपचार करना हो और प्राणों में शक्ति का संचार करना हो तो योग के अतिरिक्त दूसरा कोई उपाय नहीं है. सचमुच योग सम्पूर्ण आरोग्य की गारन्टी है और आरोग्य सफलता की प्रथम शर्त है.**
2. **प्रकृति की सबसे बड़ी देन है, 'व्यक्ति' और व्यक्ति की सबसे बड़ी खोज है 'योग'.** वस्तुतः हम कितने भाग्यशाली हैं कि यह खोज सबसे पहले हमारे यहाँ की गई. **दुनिया को भारत की सबसे बड़ी देन 'योग' ही है. योग उतना ही प्राकृतिक है, जितना कि व्यक्ति है.** व्यक्ति उतना ही दुखी रहता है, जितना वह योग से दूर रहता है. योग हमारे देश का प्राचीनतम परम्परागत बहुउपयोगी एवम् सर्व सुलभ दर्शन है.
3. योग के मूलतः आठ अंग माने गये हैं–यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान एवम् समाधि. यदि किसी को वस्तुतः योगी बनना हो तो 'अष्ठांग योग' सीखना ही पड़ेगा. किन्तु सामान्यतः प्राणायाम, ध्यान, छोटे–मोटे योगाभ्यास एवम् सूक्ष्म व्यायाम से ही काम चल जायेगा. अपनी अन्तर्निहित शक्तियों का विकास योग से ही संभव है और इन शक्तियों के विकास से ही सफलता संभव है.
4. योग में प्राणायाम का प्रमुख स्थान है. **प्राणायाम का तात्पर्य श्वास–प्रश्वास की गति को यथाशक्ति नियन्त्रित करना है.** पदमासन, सिद्धासन अथवा सुखासन में बैठकर प्रातः खाली पेट नियमित रूप से प्राणायाम करने वाला व्यक्ति सदा स्वस्थ रहता है, प्रसन्न रहता है, उत्साहित रहता है. प्राणायाम के कुछ प्रमुख लाभ हैं–मन की चंचलता का दूर होना, मन, बुद्धि एवम् इन्द्रियों पर नियन्त्रण होना, जठराग्नि का प्रदीप्त होना, बुद्धि का सूक्ष्म एवम् तीव्र होना, फैफड़ों का स्वस्थ रहना, शरीर में शक्ति, कान्ति एवम् शान्ति का संचार होना, प्राणों पर नियन्त्रण होना, पुरूषार्थ में अभिवृद्धि होना, शारीरिक एवम् मानसिक अस्वस्थता का उपचार होना, सदा स्वस्थ रहना आदि. वस्तुतः मानसिक, शारीरिक, बौद्धिक एवम् आध्यात्मिक आरोग्यता का आधार है प्राणायाम.
5. हर व्यक्ति को आवश्यकतानुसार कुछ यौगिक क्रियायें नियमित रूप से करनी चाहिए. प्राणायाम एवम् आवश्यक यौगिक क्रियाओं के लिए प्रत्येक व्यक्ति को प्रतिदिन कम से कम आधा घण्टा अवश्य देना चाहिए. आँख, दिमाग, गर्दन, पीठ, हृदय, पेट, कमर, पैर और घुटनों आदि सभी शारीरिक अंगो के लिए अलग–अलग यौगिक क्रियायें निर्धारित हैं. वज्रासन जैसे आसन को हर आयु का व्यक्ति किसी भी वक्त कर सकता है. वज्रासन तो भोजन के तुरन्त बाद भी किया जा सकता है.
6. योग हमारी काफी पुरानी विद्या रही है. भौतिकवाद की चकाचौंध में लोग धीरे–धीरे योग से कटते चले गये, फलतः हर तरह से दुखी रहने लगे और अपने आप से कटते चले गये. किन्तु अब लोग पुनः योग से जुड़ने लगे हैं. आज तो समूचे विश्व में लोग योग कर रहे हैं. योग सिखाना आज का बहुत

बड़ा व्यवसाय बन चुका है. **भारतीय महर्षियों की विश्व में पहचान योग के कारण ही है. यदि स्वस्थ रहना है तो योग को अपनाना ही पड़ेगा.**

7. **याद रखें, सफलता के लिए मानसिक, शारीरिक एवम् आध्यात्मिक स्वास्थ्य आवश्यक है.** इस त्रिस्तरीय स्वास्थ्य के लिए 'योग' के अतिरिक्त अन्य कोई विकल्प नहीं है. योग से ही चेतना का बोध होता है. यौगिक क्रियाओं के माध्यम से ही हमारी सुप्त चेतना शक्ति का विकास हो पाता है. सुप्त तन्तुओं का पुनर्जागरण होता है, नयी कोशिकाओं का निर्माण होता है, जिससे रक्त का परिभ्रमण ठीक से हो पाता है. ऑक्सीजन की पूर्ति होती है और हम सदैव प्रसन्न एवम् स्वस्थ रहते हैं.

8. यह अच्छी तरह समझ लें कि **स्वस्थ रहने और रोग मुक्त रहने में बहुत बड़ा अन्तर है.** कोई रोग न होने पर आप 'स्वस्थ' हों ही, यह अपेक्षित नहीं है. रोग मुक्त तो आप किसी दवा से भी हो सकते हैं, किन्तु 'स्वस्थ' रहने के लिए कोई दवा नहीं है. 'स्वस्थ' तो आप केवल योग के माध्यम से ही रह सकते हैं. 'स्वस्थ' अर्थात् 'स्व + स्थ' अर्थात् अपने आप में स्थिर होना. स्वस्थता का सम्बन्ध मन से है और निरोग्यता का सम्बन्ध तन से है. यदि आप स्वस्थ होंगे तो निरोग तो स्वतः ही रहेंगे.

9. **हमारी आन्तरिक वृत्तियों के कारण ही मन चंचल रहता है.** मन की चंचलता के कारण ही जीवन में हर उपद्रव घटता है. इसलिए मन पर नियन्त्रण रखना ही हमारी असली सफलता है. यूं मन को पकड़ना आसान नहीं है, किन्तु योग द्वारा मन को साधा जा सकता है. मन को साध लेने पर जग को जीता जा सकता है.

सारांश–

जिस प्रकार पंखे का स्विच ऑफ कर देने पर थोड़ी ही देर में पंखा शान्त व स्थिर हो जाता है, उसी प्रकार 'मन' का स्विच ऑफ कर देने पर मन भी शान्त व स्थिर हो जाता है. याद रखें, मन का स्विच केवल योग द्वारा ही ऑफ हो सकता है. योग के माध्यम से व्यक्ति अपने भीतर देखता है, अपनी वृत्तियों एवम् चेतनाओं को भीतर समेटता है. सफलता–विफलता, सिद्धि–असिद्धि, जय–पराजय, अनुकूलता–प्रतिकूलता आदि समस्त भावों में आत्मस्थ रहते हुए 'सम' रहने को ही योग कहा जाता है.

85

मानसिक, शारीरिक एवम् आध्यात्मिक स्वास्थ्य ही सबसे बड़ा सुख है
(The Mental, Physical & Spiritual Health is The Biggest Pleasure)

1. **कहते हैं, जो पिण्ड में है, वही ब्रह्माण्ड में है.** इसलिए प्राकृतिक नियमों का पालन करना आवश्यक है. **यदि हम सदा 'स्वस्थ' रहना चाहते हैं तो हमें प्रकृति के साथ समन्वय स्थापित करके ही चलना पड़ेगा.** हम प्रकृति से श्वास ले रहे हैं और प्रकृति को ही वापस दे रहे हैं. प्रकृति कितनी महान है जो हर परिस्थिति का सदुपयोग कर लेती है। ऑक्सीजन देकर कार्बन–डाई–ऑक्साइड ले लेती है. इसलिए समन्वय भी अपेक्षित है.
2. **तन, मन एवम् जीवन की पवित्रता से व्यक्ति का आचरण सुधरता है. आचरण शुद्धि से आरोग्य एवम् आरोग्य से तन–मन निखरता है.** हर सफलता के लिए तन–मन की प्रसन्नता अनिवार्य है और प्रसन्नता के लिए आरोग्यता अनिवार्य है. अर्थात् आरोग्यता ही प्रसन्नता है और प्रसन्नता ही आरोग्यता है. **जिसके पास स्वास्थ्य है, उसके पास आशा है और जिसके पास आशा है, उसके पास सब कुछ है.**
3. **यह अटल सत्य है कि यह शरीर एक दिन राख या खाक में बदल जाता है, किन्तु इसका अर्थ यह नहीं है कि हम इसे वक्त से पहले ही राख या खाक बना दें.** हमें याद रखना चाहिए कि जब तक यह शरीर है, तब तक ही हम हैं. जब यह राख या खाक बनेगा, तब हम नहीं रहेंगे. जो कार्य हमारी अनुपस्थिति में होगा, उसके लिए चिन्तित रहना समझदारी की बात नहीं है. इसलिए शरीर को सदा सजा कर रखना चाहिए, सदा स्वस्थ रखना चाहिए. यही जिन्दगी का सबसे बड़ा सुख है.
4. याद रखें, **मानव शरीर परमात्मा का एक अनुपम उपहार है. शरीर में मन, चित्त, आत्मा, हृदय, विवेक, अहम्कार आदि का एक अद्भुत संसार है.** शरीर की स्वस्थता–अस्वस्थता मन पर निर्भर करती है, किन्तु व्यक्ति जरा उल्टा चलता है. सर्वप्रथम वह शरीर को स्वस्थ रखने की चेष्टा करता है और फिर मन की स्थिरता के प्रयास करता है. यहाँ आत्मा की तो परवाह करता ही कौन है. यदि सीधी ओर से चलते हुए सर्वप्रथम अध्यात्म द्वारा आत्मा को सुदृढ़ कर लिया जावे, फिर योग द्वारा मन को साध लिया जावे, फिर शरीर को स्वस्थ रखने के प्रयास किये जावे तो व्यक्ति के अस्वस्थ होने की संभावना ही नहीं रहेगी.
5. **यहाँ सबसे बड़ा कोई मन्दिर हो सकता है तो वह शरीर ही है.** शरीर से अलग कोई मन्दिर हो भी नहीं सकता. **शरीर के बाहर जितने भी मन्दिर हैं, उन सबको हमने बनाया है, किन्तु हमारे शरीर रूपी मन्दिर को परमात्मा ने बनाया है.** बाहरी मन्दिर का संचालन व्यक्ति करता है, जबकि

शरीर रूपी मन्दिर का संचालन स्वयम् परमात्मा करता है. शरीर में आत्मारूपी परमात्मा विराजमान हैं. तो क्या परमात्मा के इस असली मन्दिर को आप अपवित्र, अस्वस्थ या कमजोर रखना चाहेंगे ? हरगिज नहीं.

6. जिस प्रकार परमात्मा को कुछ नहीं चाहिए, उसी प्रकार आत्मा को भी कुछ नहीं चाहिए. जो चाहिए, शरीर और मन को ही चाहिए. इसलिए जो भी ग्रहण करें, परमात्मा का प्रसाद समझकर ही ग्रहण करें. ऑक्सीजन, भोजन, पानी, काम और नींद शरीर के लिए आवश्यक हैं, इसलिए इन सबको भगवान के प्रसाद के रूप में ही ग्रहण करना चाहिए. इन सबको प्रसाद की तरह ही पवित्र समझें, पर्याप्त समझें, ग्रहण करने से पहले माथे से लगायें, पूर्ण तृप्ति के साथ ग्रहण करें, इन की बुराई न करें, झूंठन न छोड़े, नीचे न गिरायें, अपवित्र न करें. सदैव प्रसन्न, तृप्त और स्वस्थ रहने के लिए सबसे प्रमुख एवम् महत्वपूर्ण उपाय यही है.
7. **अपने दिमाग का कम से कम दसवाँ हिस्सा सदैव खाली रखें और अपने पेट का पच्चीसवाँ हिस्सा खाली रखें. अर्थात् पेट को दिमाग की अपेक्षा अधिक खाली रखें. याद रखें, एक अच्छे रात्रि विश्राम के बाद ही एक अच्छे दिन की शुरूआत हो सकती है.** सूर्योदय से पहले उठना, प्रातःकालीन भ्रमण, व्यायाम, प्राणायाम, सन्तुलित एवम् पौष्टिक आहार करना, पर्याप्त व शुद्ध पानी पीना, अल्पाहार–भोजन समय पर करना, कम से कम चार घण्टे का अन्तराल रखना, सदैव प्रसन्नचित्त रहना, सदा सकारात्मक सोच रखना स्वस्थ रहने के लिए प्रमुख सूत्र हैं.
8. **भौतिकता और आध्यात्मिकता के समन्वय के बिना स्वास्थ्य, समृद्धि एवम् सुखद संसार की परिकल्पना नहीं की जा सकती.** प्रकृति और अध्यात्म से दूर रहना ही अस्वस्थता का सबसे बड़ा कारण है. **जो शरीर एवम् मन से भी आगे जाकर आत्मतत्व की पहचान कर लेता है, वह मन व शरीर के साथ अपने संसार को भी साध लेता है.**
9. **हर सफलता का प्रथम सोपान है, स्वास्थ्य। स्वास्थ्य का प्रथम सोपान है, संयम. संयम की प्रथम आवश्यकता है, समयबद्धता. और समयबद्धता की प्रथम व अन्तिम आवश्यकता है, इच्छा शक्ति की दृढ़ता.** अर्थात् आरोग्य मजबूत इच्छा शक्ति पर ही निर्भर करता है.

निष्कर्ष–

शांकुतल ने एक बार अपने गुरु महर्षि मुद्गल से पूछा–'गुरुदेव, पृथ्वी पर रहने वाले, वृक्षों पर रहने वाले, जलचर तथा नभचर प्राणी सदैव स्वस्थ रहते हैं. दुर्घटनावश कोई चोट लग जाय तो बात अलग है, वरना जुखाम, खांसी, ज्वर जैसे सामान्य रोग भी इन्हें नहीं होते हैं. मनुष्य द्वारा पालतू बनाये गये जानवर कभी–कभी सामान्य रोगों से ग्रसित हो जाते हैं, किन्तु मनुष्य तो अक्सर अस्वस्थ ही रहता है. इसका कारण क्या है ?' गुरुदेव ने समझाया–'मनुष्य को यह दण्ड प्राकृतिक नियमों के उल्लंघन के कारण मिलता है. अन्य जीव प्रकृति के साथ सामन्जस्य बनाये रखते हैं. किसी रोग का संकेत मिलते ही सहजवृत्ति से प्रेरित मर्यादा में आ जाते हैं और शीघ्र ही स्वस्थ हो जाते हैं.' अर्थात् हम जितने प्रकृति के सम्पर्क में रहेंगे, प्राकृतिक नियमों की अनुपालना करते रहेंगे, उतने ही स्वस्थ रहेंगे. प्रकृति ने हमारे लिए पर्याप्त खाद्य सामग्री की व्यवस्था की हुई है, किन्तु हमने हमारे भोजन में अप्राकृतिक/कृत्रिम वस्तुओं की भरमार कर रखी है. अखाद्य पदार्थ भी खा रहे हैं. पर्यावरण को दिनों–दिन दूषित कर रहे हैं. प्राण वायु की कमी होती जा रही है. पृथ्वी का पर्यावरणीय सन्तुलन बिगड़ता जा रहा है. पृथ्वी–तल का तापमान बढ़ता जा रहा है. महामारियों का प्रकोप एवम् नयी–नयी बीमारियों का आविर्भाव हो रहा है. इसलिए सम्पूर्ण मानव जाति को इस ओर ध्यान देना होगा, वरना मानव जाति का अस्तित्व ही खतरे में पड़ जायेगा.

86 नींद से जागो, मगर सपने छोड़कर (Awake, But Leaving Behind The Dreams)

1. जब आपको अच्छा सा सपना आ रहा हो और सपना पूरा होने से पहले ही यदि अचानक नींद खुल जाए तो आप यही चाहेंगे कि काश पुनः नींद आ जाए और अधूरा सपना पूरा हो जाए. लेकिन ऐसा होता नहीं है. तब आपके पास दो विकल्प बचते हैं. प्रथम तो यह कि उस सुनहरे सपने को वास्तविक जीवन में पूरा कर लिया जाए, लेकिन ऐसा भी अक्सर हो नहीं सकता. द्वितीय यह कि नींद में देखे गये सपनों को भुला दिया जाए और पूरे होश के साथ वास्तविक धरातल पर सपने बुने जायें और जोश के साथ उन्हें पूरे किये जायें. तब एक ही सूत्र बनता है, **नींद से जागो, मगर सपने छोड़कर.**
2. **वस्तुतः जीवन कोई सपना नहीं है, किन्तु जीवन के सपने होते हैं. जीवन तो जागने का नाम है. अगर बिना जगे ही जी लिया तो जीवन सपना ही है.** अगर हम सजग होकर सपने देखेंगे, तो उन्हें साकार होते हुए भी देख सकेंगे. जैसे हम सोचेंगे, वैसे ही हमारे सपने होंगे. और जैसे सपने होंगे, वैसे ही हम सोचेंगे. बेहतर तो यही है कि पहले सपने देखें, फिर सोचें और उन्हें साकार करें.
3. **आगे बढ़ने के लिए सर्वप्रथम जागना जरूरी है.** नींद वाले सपनों को तो नींद के लिए ही छोड़ देना चाहिए. जीवन की सफलता के लिए तो पूर्ण जागृत अवस्था में ही सपने देखने होंगे. तब कोई आश्चर्य नहीं कि जाग कर देखे गये सपने सो कर देखे गये सपनों में बदल जायें. यदि हम सोकर देखे गये सपनों को साकार करने में लग जायेंगे तो नींद से भी कट जायेंगे और जीवन से भी कट जायेंगे.
4. कहते है–**'जब जागो, तब ही सबेरा है.' जागने के लिए न देर है, न सबेर है.** जागने के लिए न उम्र बाधक है, न समय बाधक है. **जो होश के साथ–सथ सचमुच जग जाय, वही सच्चा साधक है.** जागना ही चाहें तो आप इसी क्षण जाग सकते हैं. इसी क्षण 'बुद्धत्व' को प्राप्त हो सकते है. बुद्धत्व के लिए लम्बी प्रतीक्षा की आवश्यकता नहीं है. प्रारम्भ में 'बुद्धत्व' एक सपना हो सकता है, परन्तु प्राप्त होने पर कोई भी सपना शेष नहीं रह जाता है.
5. **वह गरीब नहीं, जिसके पास धन न हो. गरीब तो वही, जिसके पास कोई स्वप्न न हो.** इसलिए स्वप्न दृष्टा बनें, स्वयम् सृष्टा बनें, स्पष्ट वक्ता बनें, स्वयम् सत्ता बनें. सार्थक विचारों में विचरण करें, पैरों में थिरकन भरें. सपने जो भी बुनें, उन्हें साकार करें. याद रखें, **जब एक सपना पूरा होता है, तब उससे भी बड़ा सपना सामने खड़ा होता है.** और जब उसे भी पूरा कर लिया जाता है, तब सपनों का अन्तहीन सिलसिला शुरू होता है. यही जीवन की सच्चाई है. इस सच्चाई के कारण ही दुनिया आज यहाँ तक आ पायी है.
6. **जो सपने जागृत अवस्था में देखे जाते हैं, उनके पूरे होने की संभावना रहती है.** किन्तु जो सपने निद्रावस्था में देखे जाते हैं, उनमें से अधिकांश तो याद ही नहीं रह पाते हैं. और जो याद रहते

हैं, उन्हें वास्तविक जीवन में पूरा करना संभव नहीं हो सकता. सपनों में तो ऐसी–ऐसी घटनायें भी घटती रहती हैं, जिनकी हम जागृत अवस्था में कभी कल्पना भी नहीं कर पाते हैं. वैसे हम जागते और सोते समय कई वस्तुओं–अवस्थाओं के विषय में निरन्तर सोचते रहते हैं, जिनमें हमारी इच्छायें, अवचेतन में बैठी आंशकायें, ज्ञात–अज्ञात समस्यायें और उनके समाधान प्रमुख होते हैं. हमारा चिन्तन चौबीस घण्टे चलता रहता है. निद्रावस्था का चिन्तन किसी घटना विशेष का रूप ले लेता है. ऐसी घटना बड़ी अजीबोगरीब होती है, कभी भयानक होती है, कभी आनन्ददायक होती है. जागृत अवस्था में किया गया चिन्तन हमारी सृजनशीलता को बढ़ाता है. यही सफलता है.

7. याद रखें, **सपने केवल सपने होते हैं, कभी अपने नहीं होते. पर अपने सभी सपने होते हैं.** जिसे सपनों को अपना बनाने की कला आती हो, उसके लिए सपने भी अपने हो जाते हैं. कुछ भी कर गुजरने के लिए सपनों का होना जरूरी है. और सपनों को साकार करने के लिए जागना जरूरी है. इसलिए केवल सपने ही मत देखते रहिए. संभव सपनों का चयन करिए, उन्हें पूरे करने की ठोस एवम् कारगर योजना बनाइए, फिर निरन्तर आगे बढ़ते रहिए. तब एक दिन आपको लगेगा कि जिसकी आपने कभी कल्पना भी नहीं की थी, वह भी साकार हो चुकी है.
8. नींद के दौरान हर व्यक्ति को सपने आते हैं और खूब आते हैं. केवल गहरी नींद (Sound Sleep) के दौरान ही सपनों पर विराम लगता है, चिन्तन पर विराम लगता है. गहरी नींद का समय सबका अलग–अलग होता है. एक व्यक्ति के लिए भी हर रात गहरी नींद का समय अलग–अलग होता है. शारीरिक परिश्रम करने वाले व्यक्ति के लिए यह समय दो घंटे तक का भी हो सकता है. विकसित देशों में तो यह समय मात्र आठ से दस मिनिट का ही रह गया है. **योग के माध्यम से गहरी नींद के समय को बढ़ाया जा सकता है. हमारा मानसिक, शारीरिक एवम् आत्मिक स्वास्थ्य गहरी नींद के इसी समय पर निर्भर करता है. जितनी गहरी नींद उतने ही हम स्वस्थ रहेंगे.**
9. जब कोई सुबह देर तक सोता है, उसके सपनों की संख्या भी बढ़ जाती है और सुबह के कुछ सपने याद भी रह जाते हैं. इसलिए जरूरी है कि सुबह जल्दी उठा जाय. उठते ही हाथ–मुँह धोकर अन्य कार्यो में सक्रिय हो जायें, ताकि कम से कम सपने याद रह सकें. सपने अच्छे हो या बुरे, उन्हें याद रखना लाभप्रद नहीं है. लेकिन होश पूर्वक देखे गये सपनों को सदा याद रखें. और इन्हें साकार करने की दिशा में सदैव प्रयत्नशील रहें। यही जिन्दगी है.

दृष्टान्त–

महात्मा बुद्ध के चरणों में किसी सत्तर वर्षीय भिक्षु ने सिर झुकाया. बुद्ध ने पूछा–'तुम्हारी उम्र कितनी है ?' भिक्षु ने कहा–'चार साल'. उस समय राजा प्रसेनजित भी वहाँ बैठा हुआ था. उसने वृद्ध भिक्षु के उत्तर पर आश्चर्य प्रकट किया. तब बुद्ध ने राजा को समझाया–'वस्तुतः भिक्षु की आयु चार वर्ष की ही है. इसे जागरण चार वर्ष पूर्व ही हुआ था. शेष आयु तो सपने देखने में ही चली गई. सपनों के कृत्यों का हिसाब कैसे रखा जा सकता है ? **क्या आप सपनों में प्राप्त दौलत को अपनी वास्तविक दौलत में जोड़ सकते हो ?'** राजा को बात समझ में आ गई.

87 असंभव के पीछे भागते रहने पर संभव भी हाथ से छूट जाता है (By Chasing the "Impossible" You Would Lose Even "Possible")

1. **कभी ऐसा कार्य आरम्भ न करें, जिसे बाद में बन्द न किया जा सके. कभी ऐसा व्यवहार न करें, जिसे बाद में सुधारा न जा सके. कभी ऐसा निर्णय न लें, जिसे आवश्यकतानुसार बदला न जा सके. जिस प्रकार चार लीटर क्षमता वाली बाल्टी में पाँच लीटर पानी नहीं भरा जा सकता, उसी प्रकार संभव को असंभव के माध्यम से प्राप्त नहीं किया जा सकता.** इसलिए केवल संभव को ही साधिए.

2. प्रसन्नता को ढूँढ़ना परछाई को पकड़ना है. जिस प्रकार परछाई आपके कारण है, उसी प्रकार प्रसन्नता भी आपके कारण ही है. **जिस प्रकार परछाई को पकड़ने के लिए खुद को पकड़ना होगा, उसी प्रकार प्रसन्नता को पाने के लिए अपने भीतर उतरना होगा.** प्रसन्नता को बाहर खोजना असंभव है. संभावना भीतर ही है. अपने भीतर उतर कर तो देखिए.

3. **असंभव है 'कल' और संभव है 'आज'.** इसलिए केवल आज को पकड़ें, केवल वर्तमान को पकड़ें. प्रत्येक क्षण का सदुपयोग करते चलें. 'कल' तो स्वतः ही 'आज' बनता चला जायेगा. अर्थात् केवल संभव को पकड़ें, तब असंभव भी धीरे–धीरे संभव होता चला जायेगा. संभव के माध्यम से ही असंभव की ओर बढ़ते रहें, कभी असंभव से शुरूआत न करें.

4. **आपका अपने अलावा कुछ भी होना संभव नहीं है.** आप देश के राष्ट्रपति हो जायेंगे, तब भी 'आप' ही रहेंगे. दूसरों की नजरों में आप 'राष्ट्रपति' होंगे, किन्तु अपनी नजर में तो 'आप' ही होंगे. इसलिए केवल 'स्वयम्' हो जाइए. और कुछ होने की आवश्यकता नहीं है.

5. तीन सूत्र सदा याद रखें–**(क) प्रेम में कभी कंजूसी न करें. (ख) बहुत अधिक की अपेक्षा न करें. (ग) दुनिया में प्रथम होने की कभी चाह न करें.** आज तक कोई प्रथम स्थान पर पहुँच भी नहीं पाया है. कोई प्रथम स्थान होता भी नहीं है, हो भी नहीं सकता. जैसे ही कोई प्रथम स्थान की घोषण करता है, घोषणा पूरी होने से पहले ही 'प्रथम स्थान' आगे खिसक जाता है. इसलिए आप दूसरों की बजाय अपने ही स्थान की चिन्ता करें. जो स्थान आपने प्राप्त कर लिया, उससे ऊपर बढ़ने के लिए निरन्तर प्रयास करते रहें. दूसरेां की तुलना न करते हुए अपने स्थान में निरन्तर सुधार करते चलें. तुलना सदैव अपने आप से ही करें. यही सफलता का राज है, यही सफलता की कला है.

6. यह तो संभव है कि आप अपनी योग्यता एवम् क्षमता से अधिक कार्य कर सकते हैं, किन्तु अपने से कई गुना आगे चलने वालों की योग्यता एवम् क्षमता से अधिक कार्य कर पाना संभव नहीं है. आप

अपनी क्षमता से अधिक से अधिक दोगुना कार्य कर सकते हैं, किन्तु दस गुना नहीं कर सकते. पर हाँ, धीरे–धीरे क्षमता बढ़ाते चलेंगे तो एक दिन दस गुना भी कर सकेंगे. उससे आगे भी बढ़ सकेंगे, किन्तु 'संभव' के रास्ते से ही बस कुछ संभव हो सकता है.

7. **'जो है', उससे हम कभी सन्तुष्ट नहीं हो सकते, इसीलिए 'जो नहीं है' उसके पीछे ही भागते रहते हैं. हमारे दुःखों का मूल कारण भी यही है.** और यह दौड़ कभी खत्म होने वाली नहीं है. इसलिए 'जो है' उसे सुरक्षित करते चलें. 'जो हो सकता है' उसके लिए प्रयत्नशील रहें. तब असंभव भी संभव बनता चला जायेगा.
8. **जिसे 'असंभव' समझा जाय, उसके विषय में एक सैकिण्ड भी क्यों सोचा जाय.** 'मुझे पता है, मैं देश का राष्ट्रपति नहीं बन सकता' तब सोचकर समय एवम् ऊर्जा क्यों नष्ट की जाय. परन्तु दूसरी तरफ यह भी सच है कि जिसने कभी सोचा तक भी नहीं, कभी–कभी ऐसा व्यक्ति भी राष्ट्रपति बन जाता है. इसलिए एकदम किसी असंभव कार्य को हाथ में न लें. अन्यथा असंभव तो कभी संभव नहीं होगा, किन्तु जो संभव है, वह भी हाथ से छूटता चला जायेगा.
9. **जो भी संभव हो, उसे प्राप्त करते चलें. जो भी प्राप्त हो, उसे संभालते चलें. यदि आप पीछे मुड़कर देखने की आदत छोड़ देंगे तो जो आज असंभव है, उसे भी संभव कर लेंगे.** इसलिए जिसके भी पीछे दोड़ें, संभव समझ कर ही दौड़ें. किन्तु कभी असंभव के साथ होड़ न करें. 'जो नही है' उसका रोना न रोयें. अन्यथा 'जो है' वह भी नजर अंदाज हो जायेगा.

दृष्टान्त–

एक दिन एक अजनबी नदी किनारे स्थित श्री रामकृष्ण परमहंस के आश्रम पर पहुँचा और उसने परमहंस से पूछा–'आपका नाम तो काफी चर्चित है, किन्तु आपके पास कौनसी सिद्धि है, यह बताइए ?' इस पर परमहंस ने सहज भाव से जवाब दिया–'मेरे पास कोई सिद्धि नहीं है, सिर्फ माँ है, देवी माँ.' अजनबी–'फिर तो आपके पास कुछ भी नहीं है. मेरे पास सिद्धि है कि मैं पानी पर चल कर नदी पार कर सकता हूँ.' इस पर स्वामी रामकृष्ण ने पूछा–'बहुत अच्छा, किन्तु यह तो बताइए कि इस सिद्धि को प्राप्त करने में कितने वर्ष लगाये ?' अजनबी ने बताया–'पूरे बीस साल.' इस पर स्वामी जी ने समझाया–'देखिए नदी पार से मेरा दूध वाला दो पैसे किराया देकर नाव से रोजाना आता–जाता है. अब आप ही बताइए, जो काम दो पैसे में हो सकता है, उसके लिए जीवन के अमूल्य बीस साल खराब करने का क्या तुक है ?' अजनबी निरूत्तर हो गया.

88 जो डर, चिन्ता एवम् तनाव से लड़ नहीं सकता, वह भरी जवानी में ही मर जाता है, (Who Can Not Fight Against Fear, Anxiety & Tension, Dies An Untimely Death)

1. **जिसे हम नहीं जानते, वही हमें रहस्यपूर्ण लगता है. वस्तुतः उसी से हमें डर लगता है. और जैसे ही हम उसे जान लेते हैं, वह कोई रहस्य नहीं रह जाता, जाना–पहचाना सा लगता है.** डर निकल जाता है. अर्थात् न जानने तक ही डर लगता है. इसलिए जानने से पहले डरने का कोई औचित्य नहीं है. जिसे अभी जाना ही नहीं, जिसे देखा परखा ही नहीं, उससे डर किस बात का ? तो डर छोड़िए, जो करना हो, जिसे जानना हो, तत्काल आरम्भ करिए.
2. हम आज की नहीं, सदैव अनिश्चित 'कल' की चिन्ता करते रहते हैं. भविष्य के प्रति असुरक्षित अनुभव करते हैं. किन्तु **यदि हम केवल वर्तमान की ही चिन्ता करेंगे तो बाकी सभी चिन्ताओं से मुक्त रहेंगे.** जिसकी वस्तुतः हमें चिन्ता नहीं करनी चाहिए, अफसोस कि वही हमारी चिन्ता का सबसे बड़ा कारण बन जाता है. **इसलिए हमें 'जो है', उसी की चिन्ता करनी चाहिए, 'जो अभी नहीं है', उसकी चिन्ता करने से बचना चाहिए.**
3. **सभ्यता ने व्यक्ति पर ढ़ेर सारे प्रतिबन्ध लगा रखे हैं. यदि वह समाज के नियमों का अनुपालन करता है तो उसमें 'अहम्' पैदा हो जाता है और यदि वह नियमों के विरूद्ध चलता है तो 'अपराध बोध' का भाव पैदा हो जाता है.** अब वह 'अहम्' भाव से गर्वित रहे या अपराध बोध से ग्रसित रहे ? यही द्वन्द्व उसके तनाव का मुख्य कारण है. इसलिए यदि तनाव मुक्त रहना हो तो 'अहम्' से बचिए. और पूर्ण सतर्क रहने पर भी यदि कोई गलती हो जाए तो कभी अपराध बोध से ग्रसित मत होइए. गलती को तुरन्त स्वीकार कर लीजिए और उसे सुधार लीजिए.
4. **जैसे–जैसे विकास की दौड़ बढ़ती है, तनाव की मात्रा भी बढ़ती रहती है. तनाव का सम्बन्ध न भाव से है, न अभाव से है, केवल 'स्वभाव' से है.** इसलिए स्वभाव से भाव की ओर उन्मुक्त रहें, तनाव से मुक्त रहेंगे. तनाव मुक्त रहने पर ही सफलता की ओर बढ़ सकेंगे. तनाव में रहकर तो आप कुछ भी ठीक से नहीं कर सकेंगे.
5. वस्तुतः डर, चिन्ता एवम् तनाव जीवन के आवश्यक अंग हैं. जिसमें इनका नितान्त अभाव हो, वह या तो पागल हो सकता है, या परमात्मा हो सकता है. कम से कम मनुष्य तो नहीं हो सकता. मनुष्य की ये स्वाभाविक प्रवृत्तियाँ हैं, किन्तु इसका अर्थ यह तो नहीं, कि व्यक्ति सदैव ही डर, चिन्ता व तनाव से ग्रस्त रहें.
6. **व्यक्ति की जन्मजात प्रवृत्ति है कि वह कभी चिन्ताओं से मुक्त होना ही नहीं चाहता है. यदि संयोग–वश वह चिन्ता मुक्त हो भी जाय तो यही सबसे बड़ी चिन्ता का कारण बन जाता**

है. इसलिए चिन्तित रहने की आदत छोड़िए. जिसकी भविष्य में होने की आशंका हो, उसके लिए अभी से चिन्ता करने का कोई औचित्य नहीं है. यदि आपका सोच सकारात्मक होगा और अकारण चिन्तित रहने की आदत छोड़ देंगे तो जिसकी आपको आशंका है, वह घटित ही नहीं होगा. चिन्ता एक प्रकार की कायरता है, जो व्यक्ति के जीवन को अंधकार से भर देती है.

7. **डर और आशंकाओं के कारण ही हम समाज व समूह में रहना पसंद करते हैं.** फिर भी हम इनसे मुक्त कहाँ हो पाते हैं. 'जो हो गया' उसकी चिन्ता और 'जो होने वाला है' उसकी आशंकाओं से सदैव घिरे रहते है. जबकि सच्चाई यह है कि 'जो हो चुका' उसे अब 'अनहुआ' नहीं किया जा सकता और 'जो होने वाला है' उसे 'हुआ' नहीं माना जा सकता. अर्थात् केवल वर्तमान को पकड़ कर ही आगे बढ़ा जा सकता है.
8. अफवाहों के कारण भी आशंकाओं का जन्म हो जाता है. आशंकाओं के कारण ही डर एवम् तनाव पैदा होते हैं. **डर से चिन्ता, चिन्ता से तनाव और तनाव से 'नर्वसनेस' आती है. यह 'नर्वसनेस' ही कई रोगों का कारण बन जाती है.** जो तनाव पर काबू पा लेता है, वह कई बीमारियों पर नियन्त्रण कर लेता है. साहसी एवम् बुद्धिजीवी डर, चिन्ता एवम् तनाव से लड़ता हुआ तमाम बाधायें पार कर लेता है.
9. कहते है कि **'चिता' तो केवल एक बार ही जलाती है, परन्तु चिन्ता हर क्षण जलाती है. इसलिए जल–जल कर जीने की बजाय हँस–हँस कर जीना ही जिन्दगी का मकसद होना चाहिए.** हँसते एवम् हँसाते हुए आगे बढ़ते रहना ही जीवन का अभिप्राय होना चाहिए. **अक्सर हम ऐसी आशंकाओं से व्यथित रहते हैं, जिनमें से नब्बे प्रतिशत तो कभी घटित ही नहीं होती हैं.** यदि हम आंशकित न रहें, तो बहुत संभव है, शेष दस प्रतिशत भी घटित न हों. इसलिए हर हाल में मस्त रहें. डर, चिन्ता एवं तनाव से कभी त्रस्त न रहें.

दृष्टान्त–

एक राज्य पर आक्रमण होने वाला था. इसलिए राजा ने सैन्य बल बढ़ाने के लिए अपने राज्य के सभी युवकों को सेना में भर्ती करने का अभियान चालू कर दिया. एक–एक योग्य युवक ढूँढ़ा जाने लगा. इस पर 'चिन्तामणि' नामक एक युवक अत्यधिक चिन्तित हो उठा. वह फौज की नौकरी से डरता था. उसने भर्ती से बचने के लिए एक उपाय ढूँढ़ लिया. थोड़ा झुककर चलने लगा. करीब साल भर तक झुक कर ही चलता रहा. भर्ती होने से तो बच गया, किन्तु पुनः सीधा नहीं हो सका. झुक कर चलने से उसकी मांसपेशियाँ जकड़ गईं. अब सदा के लिए झुक कर चलना ही उसकी नियति बन गई.

89

जब एक द्वार बन्द होता है, तब दूसरा अवश्य खुल जाता है
(When One Door is Closed, The Other is Certainly to Open)

1. **सुख और दु:ख तो जिन्दगी में ऐसे आते रहते हैं, जैसे रात और दिन.** वैसे रात और दिन के भी अपने–अपने सुख और दु:ख होते हैं. देखा जाय तो सुख और दु:ख बराबर ही होते हैं. यदि हम केवल सुखों को महत्व देंगे तो दु:खों को प्रभावहीन करते चलेंगे और यदि दु:खों को महत्व देंगे तो सुखों को नगण्य करते चलेंगे. अर्थात् **सुखी या दु:खी रहने का विकल्प हमारे पास ही विद्यमान है. जब सुख का कोई एक मार्ग बन्द हो जाता है तो उसका अर्थ यही नहीं कि इसके अतिरिक्त अन्य कोई मार्ग ही नहीं है.**
2. **जब सुख का कोई द्वार बन्द होता है तो बहुत कुछ कह कर बन्द होता है.** अगर आप अंधे और बहरे नहीं हैं तो एक नहीं, अनेक दरवाजे खुलते नजर आयेंगे. अगर आप आशावादी और सकारात्मक हैं तो कीचड़ में भी कमल खिलते नजर आयेंगे. नकारात्मक सोच वाले को कमल की बजाय कीचड़ ही कीचड़ नजर आयेगा. पर याद रखें, कमल कीचड़ में ही खिलता है.
3. यदि आप किसी बड़ी उपलब्धि की आस लगाये बैठे हैं, उसके लिए संघर्षरत भी हैं, किन्तु एक दिन अचानक पता चलता है कि अब यह संभव नहीं है, तब आपको अत्यधिक कष्ट पहुँचता है. पर जरा हिसाब तो लगाइए, आपने खोया ही क्या है ? अभी तो आपको कुछ मिला ही नहीं था, केवल कल्पना में ही था. यह भी मत सोचिए कि आपका परिश्रम व्यर्थ चला गया. **याद रखें, परिश्रम कभी व्यर्थ नहीं जाता.** आपका यही परिश्रम किसी दूसरे कार्य में सहभागी अवश्य बनेगा और आपको इससे भी बड़ी उपलब्धि दिलायेगा.
4. **याद रखें, सुख के जितने द्वार बन्द होंगे, उतने ही नये द्वार खुलते चले जायेंगे.** जितने अवसर बन्द होंगे, उतने ही नये–नये अवसर मिलते चले जायेंगे. **अपनी सफलताओं से सीखते चलें, ताकि उन्हें दोहराया जा सके. अपनी विफलताओं से भी सीखते चलें, ताकि उन्हें दोहराया न जा सके.** यह तो तय है कि एक के बन्द होने पर दूसरा दरवाजा अवश्य खुल जाता है, किन्तु दुर्भाग्यवश हम खुले हुए को नहीं, बल्कि बन्द दरवाजे को ही देखते रहते हैं और कुढ़ते रहते हैं. यही सबसे बड़ी त्रासदी है.
5. **जहाँ कोई एक संभावना समाप्त होती है, वहीं पर दूसरी संभावना अवाप्त होती है. संभावनाओं का जोड़ ही जिन्दगी है, भावनाओं का जोड़ ही बन्दगी है.** जिन्दगी संभावनाओं से अलग कुछ हो भी नहीं सकती. संभावनाओं के अभाव में कुछ प्राप्ति हो भी नहीं सकती. जो आपने सोचा, उसे पा

लेना ही सफलता नहीं है, उससे भी अधिक लगातार पाते रहना ही सफलता है. जब कोई सफलता, विफलता में बदल जाती है, तब उस विफलता से भी कोई सफलता अवश्य निकल आती है.

6. **केवल सफलता में ही सुख नहीं मिलता, कभी–कभी विफलता में भी सुख मिल जाता है. 'फल' तो 'सफलता' और 'विफलता' दोनों में ही विद्यमान होता है.** किन्तु हमें केवल सफलता में ही 'फल' दिखाई देता है, विफलता में नहीं. दोनों में 'फल' देखना ही असली सफलता है.
7. जिस सुखचार (Easement) का आप उपभोग करते चले आ रहे हैं, कभी–कभी वह अचानक बन्द हो जाता है. परन्तु इसका अर्थ यह तो नहीं कि अब जीवन में कोई सुविधा बची ही नहीं. बहुत संभव है, इससे भी बड़ी संभावना आपकी प्रतीक्षा कर रही हो. किन्तु जो मानसिक रूप से तैयार रहता है, वही एक के बाद एक सुविधायें प्राप्त कर सकता है.
8. जब आप आपत्ति में टूटते नहीं, हताश नहीं होते और अपना कार्य भरपूर साहस, एवम् विश्वास के साथ करते रहते हैं, तब आपको पता ही नहीं चलेगा कि आपत्ति भी आयी थी. जब आपकी एक बस छूट जाय तो विचलित मत हो जाइए, बस स्टेण्ड का भी आनन्द उठाइए. अगली बस अधिक सुविधाजनक मिलेगी. तब यही सोचिए कि आपको तो इसी बस से जाना था. जो चली गई, वह आपके लिए थी ही नहीं.
9. **देखा जाय तो इस अस्तित्व में कुछ भी सुरक्षित नहीं है. जीवन सुन्दर है, क्योंकि असुरक्षित है. सुख से आनन्द मिलता है, क्योंकि सुख असुरक्षित है. दुःख से विश्वास जगता है, क्योंकि दुःख भी असुरक्षित है. यदि सब कुछ सुरक्षित और सुनिश्चित हो जाय तो फिर जीवन में कोई रस ही नहीं रह जायेगा.** अर्थात् असुरक्षा और अनिश्चितता के कारण ही जीवन में रस का अस्तित्व है. हर कदम पर सफल होना जरूरी नहीं है, किन्तु हर कदम का सफलता की तरफ उठना जरूरी है.

दृष्टान्त–

किसी राजा के यहाँ धर्मराज नामक एक नौकर था. उसका काम था आने जाने वाले सामान को तोलना. वह ईमानदार और विवेकशील था. अन्य कामदार उससे दुःखी थे. वह चालाकी और हेराफैरी को फौरन पकड़ लेता था. एक दिन सबने मिल कर शिकायत कर दी कि धर्मराज हर काम में कमीशन माँगता है. राजा ने नाराज होकर धर्मराज को घुड़साल में घोड़ों की लीद उठाने में लगा दिया. धर्मराज ने वहाँ भी अपना धर्म–तराजू चालू रखा. घोड़ों की खुराक और लीद को नियमित रूप से तौलकर दर्ज करने लगा. घोड़ों की देखभाल करने वालों को उसने बता दिया कि उसे राजाजी को हिसाब देना है. इस पर सब घबरा गये. दाने–पानी में हैराफैरी कम–से–कम हो गई. घोड़े हष्ट–पुष्ट होने लगे. साथ ही इस मद में बचत भी होने लगी. राजा को आश्चर्य हुआ. एक दिन राजा ने अचानक घुड़साल का निरीक्षण किया. धर्मराज को लीद तौलते हुए देखकर राजा को असलीयत समझने में देर नहीं लगी. राजा ने खुश होकर धर्मराज को खजान्ची के पद पर बिठा दिया. अर्थात् आप तो अपना काम ईमानदारी और सूझ–बूझ के साथ करते रहें. छोटा दरवाजा बन्द होगा तो बड़ा तैयार रहेगा.

हर समस्या के पीछे उसका समाधान भी छिपा होता है (Every Problem Comprises its Solution Also)

90

1. **व्यक्ति द्वारा किया जाने वाला ऐसा कोई कार्य नहीं हो सकता, जो कि समस्या प्रधान न हो. व्यक्ति द्वारा सृजित ऐसी कोई समस्या नहीं हो सकती, जिसका कि कोई समाधन न हो.** समस्या को जरा पलट कर तो देखो, समाधान छिपा मिलेगा, अर्थात् समस्या और समाधान एक ही सिक्के के दो पहलू हैं.
2. याद रखें, बिना कारण कोई समस्या उत्पन्न नहीं होती, बिना समस्याओं के कोई सफलता भी सुनिश्चित नहीं होती. कोई भी सफलता ढ़ेर सारी समस्याओं का मुकाबला किए बगैर प्राप्त नहीं हो सकती. अर्थात् **जहाँ कार्य है, वहाँ समस्या है. जहाँ समस्या है, वहाँ समाधान है. जहाँ समाधान है, वही सफलता है. जहाँ सफलता है, वहाँ समस्या है.** जो इस चक्रव्यूह से परिचित हो जाता है, वही सफल हो पाता है.
3. **हर संभावित समस्या अक्सर हमारे अवचेतन में घटित होती रहती है.** यदि हम सतर्क रहें तो आने वाली समस्याओं की इसी स्तर पर रोकथाम कर सकते हैं. **अधिकांश समस्यायें तो हमारे विचारों के कारण ही उत्पन्न होती हैं. क्योंकि अपने बारे में जैसा हम सोचते हैं, वैसे हम होते नहीं हैं. जैसे होते हैं, वैसा हम कभी सोचते नहीं.** हमारी असली समस्या यही है और यहीं से तमाम समस्यायें पैदा होती हैं. इसलिए जरूरी है, हम सबसे पहले अपने आपको ठीक से पहचान लें, फिर हमारे लिए कोई समस्या ही नहीं रहेगी.
4. **यदि हम अनुग्रह से भरे हैं, तो हमारे सामने कोई समस्या ही नहीं है.** यदि हम जहर से भरे हैं, तो फिर हमारी समस्याओं का कोई अन्त ही नहीं है. यदि हम घण्टों, दिनों और वर्षों की बजाय केवल मिनिटों को ध्यान में रखते हैं, केवल वर्तमान पर ध्यान केन्द्रित कर लेते हैं, तो फिर हमारे लिए कोई समस्या नहीं है.
5. **जैसा आदमी सोचता है, वैसा अमूमन हो ही जाता है.** कभी–कभी ऐसा भी हो जाता है, जैसा कभी सोचा ही नहीं जाता. बिना सोचा हुआ हो जाना ही असली समस्या है. किन्तु यदि व्यक्ति हर समस्या के लिए मानसिक रूप से तैयार रहे तो फिर कोई समस्या ही नहीं है. अक्सर कुछ समस्यायें आकार में बड़ी प्रतीत होती हैं, किन्तु जब उन्हें सुलझाने की ओर कदम बढ़ा लिये जाते हैं, तब बड़ी समस्यायें भी सरलता से सुलझती चली जाती हैं. आत्म विश्वास के साथ आगे बढ़ते रहने पर हर समस्या का कोई न कोई समाधान अवश्य निकल आता है. याद रखें, **समस्या अपने समाधान के साथ ही पैदा होती है.**

फल कैसा होगा ? सिर्फ
विष्य तो अपने आप बेहतर
मस्या है. यदि जिन्दगी का
ों का कारण है और समझ
गे बढ़ते रहें, समस्याओं के

. कुछ लोग बड़ी–बड़ी
मस्या से बाहर खोजता है,
आसान, त्वरित और स्थायी

ाती है. बिना समझे, बिना
याद रखें, जब भी कोई
नों, जबरदस्त जटिलताओं,
व्यक्ति तो समस्या के पैदा
जिस प्रकार कानून बनाने
के समाधान पहले से ही
समस्या में से ही उसका

बड़ी समस्या है. आशंका
ना, इससे भी बड़ी समस्या
दिन समस्या भी आ खड़ी
रण ही होता है.

91

सस्ते से राजी होना, बहुमूल्य
(Never Be Content with T
One, Otherwise Yo
Deprived of Va

1. हम प्रायः छोटी–छोटी और तात्कालिक सुविधाओं से समझौता कर लेते हैं
सुविधाओं के मार्ग में हमारी यही सन्तुष्टि सबसे बड़ी बाधक बन जाती
सुविधा, हर अनुकूल स्थिति का भरपूर आनन्द उठाया जाय, किन्तु इसक
आगे सोचा ही न जाए. **छोटी–छोटी वस्तुओं और छोटी–छोटी खु**
सकती है, किन्तु जिन्दगी का असली मकसद पूरा नहीं हो सक
सीमा भी नहीं हो सकती, किन्तु सदैव बहुमूल्य की तरफ बढ़ते रहना ही

2. **हर व्यक्ति में कुछ ऐसी विशेषतायें अवश्य होती हैं, जो दूसरों**
व्यक्ति को अपनी इन असाधारण विशेषताओं का भरपूर सदुपयोग करते हु
वह अपनी इन विशेषताओं को खोता चला जायेगा. व्यक्ति को तो बस एक
मिल जाए, वह अपने आप ही तरक्की करता चला जायेगा.

3. सपने देखना मनुष्य का स्वभाव होता है. सपनों के बिना कुछ कर गुज
क्षेत्र में आप काम कर रहे हैं, उसके शीर्ष पर पहुँचने का सपना
जरा सोचिए, जो अभी टॉप पर बैठा है, क्या वह टॉप पर ही पैदा
शुरूआत तो नीचे से ही की थी. फिर आपकी सूझ–बूझ और क्षमतायें उ
सपने देखने वालों के ही सपने साकार होते हैं.

4. **आप में व्यक्तिगत पहल करने की अद्भुत क्षमता और अटूट आ**
कार्य दक्षता और व्यापक दूर दृष्टि होनी चाहिए. तब ही आप सदैव
तब पीछे मुड़ कर देखने का, सस्ते से राजी होने का वक्त ही नहीं मि
लिए बहुत कुछ खोना पड़ता है. खोकर तो देखिए, खोने का कभी मला

5. **'संतोषी सदा सुखी' वाली प्रवृत्ति ने हमारा सबसे अधिक नुकसा**
में भी हमारे देश की प्रति व्यक्ति औसत आय दुनिया की तुलना में इक
देशों ने भी 'संतोषी' प्रवृत्ति अपनाई होती तो आज दुनिया कितनी पीछे
यहाँ भी धारणायें धीरे–धीरे बदल रही हैं. यही कारण है कि पिछले पचास
हुआ है, उतना पहले कभी नहीं हुआ. जिस गति से विकास हो रहा है,

6. शरीर की भी एक अलग भाषा होती है. इसलिए सामने वाले की शारीरिक
भाषा का पूरा उपयोग करिए. जिसके साथ आपको व्यवहार करना है, उसे

91 सस्ते से राजी होना, बहुमूल्य को खोना है (Never Be Content with The Cheaper One, Otherwise You Would Be Deprived of Valuable One)

1. हम प्रायः छोटी–छोटी और तात्कालिक सुविधाओं से समझौता कर लेते हैं और सन्तुष्ट हो जाते हैं. बड़ी सुविधाओं के मार्ग में हमारी यही सन्तुष्टि सबसे बड़ी बाधक बन जाती है. यह तो उचित है कि हर सुविधा, हर अनुकूल स्थिति का भरपूर आनन्द उठाया जाय, किन्तु इसका अर्थ यह नहीं है कि इनके आगे सोचा ही न जाए. **छोटी–छोटी वस्तुओं और छोटी–छोटी खुशियों से जिन्दगी तो कट सकती है, किन्तु जिन्दगी का असली मकसद पूरा नहीं हो सकता.** असली मकसद की कोई सीमा भी नहीं हो सकती, किन्तु सदैव बहुमूल्य की तरफ बढ़ते रहना ही असली मकसद है.
2. **हर व्यक्ति में कुछ ऐसी विशेषतायें अवश्य होती हैं, जो दूसरों में नहीं होती.** इसलिए हर व्यक्ति को अपनी इन असाधारण विशेषताओं का भरपूर सदुपयोग करते हुए आगे बढ़ना चाहिए. अन्यथा वह अपनी इन विशेषताओं को खोता चला जायेगा. व्यक्ति को तो बस एक बार एक्सपोजर (Exposure) मिल जाए, वह अपने आप ही तरक्की करता चला जायेगा.
3. सपने देखना मनुष्य का स्वभाव होता है. सपनों के बिना कुछ कर गुजरना संभव भी नहीं है. **जिस क्षेत्र में आप काम कर रहे हैं, उसके शीर्ष पर पहुँचने का सपना तो आप पाल ही सकते हैं. जरा सोचिए, जो अभी टॉप पर बैठा है, क्या वह टॉप पर ही पैदा हुआ था ? नहीं.** उसने भी शुरूआत तो नीचे से ही की थी. फिर आपकी सूझ–बूझ और क्षमतायें उससे कहाँ कम हैं. याद रखें, सपने देखने वालों के ही सपने साकार होते हैं.
4. **आप में व्यक्तिगत पहल करने की अद्‌भुत क्षमता और अटूट आस्था होनी चाहिए. बेजोड़ कार्य दक्षता और व्यापक दूर दृष्टि होनी चाहिए.** तब ही आप सदैव बहुमूल्य की ओर बढ़ते रहेंगे. तब पीछे मुड़ कर देखने का, सस्ते से राजी होने का वक्त ही नहीं मिलेगा. याद रखें, कुछ पाने के लिए बहुत कुछ खोना पड़ता है. खोकर तो देखिए, खोने का कभी मलाल नहीं रहेगा.
5. **'संतोषी सदा सुखी' वाली प्रवृत्ति ने हमारा सबसे अधिक नुकसान किया है.** इक्कीसवीं सदी में भी हमारे देश की प्रति व्यक्ति औसत आय दुनिया की तुलना में इक्कीस गुणा कम है. यदि अन्य देशों ने भी 'संतोषी' प्रवृत्ति अपनाई होती तो आज दुनिया कितनी पीछे रह जाती. खैर, अब तो हमारे यहाँ भी धारणायें धीरे–धीरे बदल रही हैं. यही कारण है कि पिछले पचास वर्षों में यहाँ जितना विकास हुआ है, उतना पहले कभी नहीं हुआ. जिस गति से विकास हो रहा है, उस गति से कभी नहीं हुआ.
6. शरीर की भी एक अलग भाषा होती है. इसलिए सामने वाले की शारीरिक भाषा पढ़िए, अपनी शारीरिक भाषा का पूरा उपयोग करिए. जिसके साथ आपको व्यवहार करना है, उसे कभी सरसरी तौर पर न लें,

उसके दिल में उतर कर व्यवहार करें. यदि आप लोगों के साथ भावनात्मक व्यवहार नहीं बना पायेंगे, तो आप सस्ते में ही निपटा दिये जायेंगे. **इसलिए न कभी खुद सस्ते बनिए और न दूसरों को सस्ता बनाइए.**

7. **आदमी स्वार्थी होने के साथ–साथ खतरनाक भी होता है. अपने छोटे–छोटे फायदों के लिए दूसरों को बड़े–बड़े नुकसान पहुँचा देता है.** अपनी छोटी–छोटी खुशियों के लिए लोगों की बड़ी–बड़ी खुशियाँ छीन लेता है. इसलिए बेहतर तो यही है कि अपने से पहले दूसरों के विषय में सोचा जाय. सस्ते के लिए नहीं, बहुमूल्य के विषय में सोचा जाय. याद रखें, किसी को केवल एक बार ही बेवकूफ बनाया जा सकता है, बार–बार नहीं. जो आप दूसरों को देंगे, वही तो वापस प्राप्त करेंगे.
8. **बचत करें, पर कंजूसी न करें. कंजूसी की कीमत पर बचत न करें.** कंजूसी करके बचत करना संभव भी नहीं है. याद रखें, कंजूसी के घावों को भरने में बचत से कई गुना अधिक खर्च करना पड़ सकता है. कंजूसी न करने का अर्थ फिजूलखर्ची करना भी नहीं है. **यदि कोई पैसे को पानी की तरह बहायेगा तो एक दिन कंजूसी करने लायक भी नहीं रह पायेगा.** इसलिए न फिजूलखर्ची अच्छी है, न कंजूसी ही.
9. **यह सही है कि आप महँगे होटल पर सस्ता खाना खा सकते हैं, किन्तु सस्ते होटल पर महँगा खाना नहीं खा सकते.** महँगे होटल का सस्ता खाना भी आपको नुकसान नहीं पहुँचायेगा, किन्तु सस्ते होटल का महँगा खाना भी आपको नुकसान ही पहुँचायेगा. यानी सस्ते होटल का महँगा खाना आपको बहुत महँगा पड़ेगा. दवाई के खर्चों से बचने के लिए उपचार को न टालें. खाद, बीज व कीट नाशकों में बचत कर फसल को न बिगाड़ें. घटिया सामग्री एवम् अनाड़ी कारीगरों के माध्यम से कमजोर इमारत खड़ी न करें. कम खरीदें, पर शुद्ध ही खरीदें. याद रखें, महँगा रोये एक बार, सस्ता रोये बार–बार.

दृष्टान्त–

एक व्यक्ति सौ मीटर परिधि वाले छोटे से घेरे में लगातार सात दिन तक साइकिल चलाता है. खाने–पीने, व नहाने जैसे आवश्यक कार्य भी वह साइकिल पर ही करता है. दिन भर चारों ओर भीड़ जमा रहती है, फिल्मी गाने बजते रहते हैं. सब लोग उसकी कला व हिम्मत की तारीफ करते हैं. परन्तु यहाँ एक प्रश्न उठता है कि सात दिन में साइकिल चालक पहुँचा कहाँ? वह तो उस छोटे से घेरे में ही चलता रहा, पहुँचा कहीं भी नहीं. तो ऐसी सस्ती लोकप्रियता का क्या अर्थ है ? जीवन के अमूल्य सात दिन और अपनी अमूल्य शक्ति को छोटे–छोटे परिलाभों के लिए यूं बर्बाद करने का क्या औचित्य है ? अर्थात् सस्ते से कभी राजी मत होइए.

92 अपने अलावा सबकी प्रशंसा कीजिए (Appriciate Everyone, Except Yourself)

1. **आदमी अपनी प्रशंसा के लिए सब कुछ दाव पर लगा देता है, फिर भी कभी सन्तुष्ट नहीं हो पाता है.** वह जो कुछ भी करता है, प्रशंसा पाने के लिए ही करता है, किन्तु अफसोस कि उसे अपेक्षित प्रशंसा नहीं मिल पाती है. इसका प्रमुख कारण यही है कि व्यक्ति अपनी प्रशंसा पाने की उत्सुकतावश दूसरों की प्रशंसा करना ही भूल जाता है. जरा दूसरों की प्रशंसा करके तो देखें, बदले में प्रशंसा ही प्रशंसा मिलेगी, जिसके लिए कुछ भी दाव पर लगान की आवश्यकता नहीं पड़ेगी.
2. **यह सच है कि विश्व का हर व्यक्ति स्वयम् की प्रशंसा सुनना पसंद करता है.** प्रशंसा से प्रसन्नता और प्रसन्नता से ऊर्जा ग्रहण करता है. याद रखें, यहाँ कुछ पाने के लिए बहुत कुछ खोना पड़ता है. बिना प्रशंसनीय कार्य किये, बिना प्रशंसा दिये, आप प्रशंसा पाने की आशा कैसे कर सकते हैं ? अतः देना सीखें, पाने की अपेक्षा न करें, तब आप अपनी पात्रतानुसार स्वतः ही प्राप्त करते चलेंगे.
3. **किसी से असहमत होते हुए भी प्रकटतः सहमति प्रकट करना दूसरों से कार्य करवाने का सबसे आसान तरीका है. किसी के विचारों से सहमत होना, परोक्षतः उसकी प्रशंसा करना ही है.** यूं हर व्यक्ति में कुछ न कुछ गुण अवश्य होते हैं और प्रशंसा से गुणों में आशातीत अभिवृद्धि होती है. इसलिए सम्पर्क में आने वाले हर व्यक्ति की उचित वक्त पर उचित प्रशंसा कीजिए. उचित तथ्य की उचित वक्त पर अनुशंसा कीजिए. यही लोकाचार का सर्वमान्य सलीका है.
4. **याद रखें, प्रशंसा सबके सामने करें और बुराई अकेले में.** किसी के द्वारा कही गई अच्छी बात को अथवा किसी के द्वारा किये गये अच्छे कार्य को याद रखें और सही अवसर पर तारीफ करें. तब अगला भी आपके लिए सब कुछ करने को तैयार रहेगा. व्यक्ति सदा उसे प्यार करता है, जो उसकी प्रशंसा करता है.
5. **आत्म प्रशंसा में लीन व्यक्ति अहंकारी माने जाते हैं.** ऐसे लोग घमण्डी और पाखण्डी माने जाते हैं. ऐसे लोग धीरे–धीरे मुख्य धारा से कटते चले जाते हैं. क्या आप मुख्य धारा से कटना चाहेंगे ? क्या आप घमण्डियों और पाखण्डियों की श्रेणी में आना चाहेंगे ? शायद नहीं. तो आत्म प्रशंसा छोड़िए. **आत्म प्रशंसा में संलग्न रह कर आप किसी की ठीक से प्रशंसा कर भी नहीं पायेंगे.**
6. **'प्रशंसा' हर व्यक्ति की सबसे बड़ी कमजोरी होती है.** हर व्यक्ति अपनी प्रशंसा सुनना चाहता है. और प्रशंसा करने वाले हर व्यक्ति को पसंद करता है. जो इस मानवीय कमजोरी का सदुपयोग करना जानता है, वह इसे अपनी सफलता में बदल लेता है. **समझदार व्यक्ति दूसरों की प्रशंसा उन्मुक्त स्वर में करता है और निन्दा धीमे स्वर में करता है.** प्रशंसा सुनकर जब कोई व्यक्ति कहता है कि वह किसी प्रशंसा के योग्य नहीं है, इसका अर्थ यही होता है कि वह अधिक 'प्रशंसा' सुनना चाहता है.

7. **जिस प्रकार बड़ी से बड़ी लकड़ी को खोखला करने के लिए एक छोटा सा दीमक ही पर्याप्त होता है, उसी प्रकार जिन्दगी को खोखला करने के लिए आत्म प्रशंसा रूपी छोटा सा कीड़ा ही पर्याप्त होता है.** 'कृतज्ञता' बहुत ही मेहनत से उगाया जाने वाला फल होता है, जो अहम् से भरे और सच्चाई से परे लोगों को कतई सुलभ नहीं होता. इसलिए ईश्वर, जीव और जगत सबके प्रति सदा कृतज्ञ रहिए.
8. **अच्छा या बुरा बनना आपके खुद के हाथ में है.** जब तक आप दूसरों की प्रशंसा करते हैं, तब तक उनकी नजरों में आप अच्छे हैं. और जब केवल अपनी प्रशंसा करते हैं, अपनी प्रशंसा सुनना पसंद करते हैं और दूसरों की बुराई करते रहते हैं, तब आप बुरे हैं. और यह बुराई आपकी अच्छी आदतों को भी दुषित कर देती है. याद रखें, कोई भी व्यक्ति इस तरह अपने को विभक्त करके दूसरों की निन्दा करते हुए कभी चैन से नहीं रह सकता. इसलिए निन्दा की बजाय प्रशंसा ही करें. जितनी प्रशंसा करेंगे, उससे कई गुना लौट कर आयेगी.
9. **दूसरों को सदैव यथा योग्य पहचान देते चलें. सबको पात्रतानुसार सम्मान देते चलें. जब आप लोगों को महत्व देना सीख जायेंगे, तब आप स्वतः ही महत्वपूर्ण लोगों में सम्मिलित हो जायेंगे.** यह सही है कि जब भी किसी की बुराई की जाती है, किसी पर कीचड़ उछाला जाता है, अक्सर सम्बन्धित की अनुपस्थिति में ही उछाला जाता है. याद रखें, तब यह कीचड़ आपके ऊपर ही गिरेगा, आपके आस पास ही गिरेगा और हाथ आपके ही गंदे होंगे. जीभ आपकी ही गन्दी होगी. इसलिए यदि किसी की प्रशंसा न कर सकें, तो न सही, लेकिन किसी की बुराई तो न करें. बुराई करनी ही है तो उसके सामने अकेले में करें. वह आपका प्रशंसक हो जायेगा.

दृष्टान्त–

हमारे देश के जाने–माने इंजिनियर 'विश्वेश्वरैया' ने अपनी आत्मकथा में उन सिद्धान्तों का उल्लेख किया है, जिनके आधार पर वे अपने जीवन में प्रगति कर सके. उनके अनुसार–'**1. पूरी लगन से काम करो, परिश्रम से मत घबराओ. कड़ी मेहनत के बाद ही आराम अच्छा लगता है. 2. कार्यों के सम्पादन हेतु समायावधि निर्धारित करो. समय पर कार्य करने पर कार्य अधिक भी होता है और अच्छा भी होता है. 3. यह सोचते रहो कि किसी कार्य को और अच्छी तरह किस प्रकार किया जा सकता है. जो कुछ सीख चुके, वह कुछ भी नहीं है. इसलिए निरन्तर सीखते चलो. 4. कभी अहंकारी न बनो. नम्रता को अपने स्वभाव का आवश्यक अंग बना लो. साथियों के साथ मिलजूल कर रहने की आदत डालो. भूलकर भी अपनी प्रशंसा मत करो. यह काम दूसरों को ही करने दो.**'

93 ज्यादातर जवाब मौन रहकर ही दिये जा सकते हैं
(Silence Answers Several Questions)

1. **बोलने की योग्यता प्राप्त करना श्रेष्ठता प्राप्ति का एक छोटा रास्ता हो सकता है, किन्तु बड़ा रास्ता है 'मौन'.** 'मौन' जिसका ध्यान से वास्ता है, गहराई और गंभीरता से वास्ता है. 'मौन' रहकर ही कोई अधिक सम्प्रेषित हो सकता है. ओशो ने कुछ ऐसा ही कहा था–**'काश, लोग मेरे मौन की भाषा को समझ सकते, तो मुझे बोलने की आश्यकता ही नहीं थी.'** अर्थात् मौन रहकर अधिक सार्थक संदेश दिये जा सकते हैं.
2. यह सही है कि जीभ की बजाय शारीरिक भाषा (Body Language) के माध्यम से अपनी बात अधिक प्रभावी ढंग से कही जा सकती है. अर्थात् अधिकांश संदेश बिना बोले ही दिये जा सकते हैं. तो अधिक बोलकर शब्द और शक्ति को नष्ट करते रहने का कोई औचित्य नहीं है. कम से कम बोलकर बचाई गई ऊर्जा को अन्य सृजनात्मक कार्यों में लगाना चाहिए.
3. **देखा जाय तो इस दुनिया में कुछ भी मौलिक नहीं है. केवल 'मौन' ही मौलिक है. लिखने और बोलने की भाषा कभी मौलिक नहीं हो सकती, 'मौन' की भाषा अवश्य मौलिक होती है.** जरा शान्त रह कर तो देखिए, आपकी शान्ति आस–पास शान्त चांदनी बिखेर देगी. आपका मौन सामने वालों को भी शान्त रहने के लिए विवश कर देगा.
4. **'मौन' एक महान् शिक्षक होता है.** जिस प्रकार बहते पानी पर कोई बिम्ब नहीं ठहर सकता, उसी प्रकार लगातार बोलते रहने पर व्यक्ति का चित्त एक विषय–वस्तु पर नहीं ठहर सकता. जिस प्रकार किसी दौड़ती ट्रेन पर ध्यान नहीं ठहर सकता, उसी प्रकार चलती जीभ पर कोई विचार नहीं ठहर सकता. इसलिए शान्ति, गंभीरता, विचारशीलता एवम् महानता के लिए कम से कम बोलना चाहिए.
5. **'मौन' हृदय की वाणी है, हृदय का स्पन्दन है.** यह स्पन्दन ही व्यक्ति को जगत से जौड़े रखने में सहायक है. **'मौन' मन का गुंजन है.** मौन रहकर ही हम विचारशील हो सकते हैं. मौन में उतरकर ही हम सही निर्णय ले सकते हैं, लोगों को प्रभावी जवाब दे सकते हैं. मौन रहकर ही हम अपनी सुरक्षा कर सकते हैं, क्योंकि मौन कभी हमारे साथ विश्वासघात नहीं कर सकता. वस्तुतः मौन हमारा सर्वोत्तम मित्र है. 'मौन' में उतरते ही हम एकान्तवासी हो जाते हैं, भले ही हमारे आसपास कितनी ही भीड़ हो.
6. **शरीर में आत्मा है, आत्मा में ऊर्जा है. यह ऊर्जा समय–समय पर ईश्वरीय ऊर्जा से मिलती रहती है, किन्तु यह मिलन केवल मौन में ही संभव है.** इसलिए कम से कम बोलें, ताकि यह मिलन अधिक से अधिक संभव हो सके. जब बड़े से बड़े प्रश्न का प्रत्युत्तर कम से कम शब्दों में दिया जा सकता है, तब अधिक बोल कर ऊर्जा, शब्द और समय का अपव्यय क्यों किया जाए. **याद रखें,**

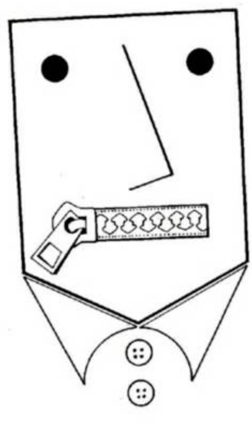
परमात्मा सारी भाषाओं से ऊपर है. उसने तो मनुष्य का सृजन किया है. इसलिए परमात्मा मनुष्य की किसी भाषा को नहीं समझता, किन्तु मनुष्य के मौन की भाषा को अवश्य समझता है. क्योंकि मौन का सृजन परमात्मा ने ही किया है.

7. **हमारे समस्त वार्तालापों का वास्तविक प्रयोजन हृदय में प्रेम एवम् मौन को उपलब्ध करवाना है.** यदि यह प्रयोजन सिद्ध नहीं होता है तो हमारे शब्द अर्थहीन हो जाते हैं. अर्थात् मौन के माध्यम से ही शब्दों को सही अर्थ दिये जा सकते हैं. **'मौन' के वृक्ष पर ही शान्ति के फूल खिल सकते हैं.** याद रखें, जहाँ नदी गहरी होती है, वहाँ जल प्रवाह अत्यधिक शान्त एवम् गंभीर होता है.

8. आपके धीर–गंभीर रहने एवम् कम से कम बोलने पर सामने वाला भी आपकी व्यस्तता को समझ जायेगा और कम से कम सवाल करेगा. इससे दोनों की ऊर्जायें बचेंगी, कीमती समय बचेगा. आवश्यकता से अधिक बोलने पर आपकी पोल खुल जाती है और कम बोलने पर आपकी कमजोरियाँ ढ़की रह जाती हैं. अधिक बोलने पर आपके पास रिजर्व में कुछ भी नहीं बचेगा. आपकी असलीयत सामने आ जायेगी और लोगों का विश्वास उठ जायेगा. याद रखें, **जिसके पास जितना कम होता है, वही सबसे अधिक बोलता है.**

9. केवल बहस से किसी समस्या का हल नहीं निकाला जा सकता. जितनी अधिक बहस की जाती है, उतनी ही समस्या उलझती चली जाती है. याद रखें, समस्या का सार्थक समाधान तो शान्त रहने पर ही सामने आ सकता है. मौन समझदारी का लक्षण है. **मौन सर्वोत्तम भाषण है.** जो अपनी वाणी पर नियन्त्रण करना सीख जाता है, वह सब पर नियन्त्रण कर सकता है. इसलिए **खामोश रहो और बोलना पड़े तो ऐसी बात कहो, जो खामोशी से बेहतर हो.**

निष्कर्ष–



अपने शरीर को जरा ध्यान से देखिए. प्रकृति ने व्यक्ति को दो आँखें, दो कान, दो नाक, दो हाथ और दो पैर दिये हैं, किन्तु जीभ एक ही दी है और वह भी मुँह के अन्दर दाँतों के पीछे छिपाकर दी है. इसका सीधा सा अर्थ यही है कि हम अधिक देखें, अधिक सुनें, अधिक सूंघें, अधिक ऑक्सीजन लें, अधिक से अधिक काम करें, किन्तु कम से कम बात करें. बात करें भी तो इस तरह कि खुद को भी कम से कम सुनाई दे. आपके एक हाथ में क्या है, यह दूसरे हाथ को पता नहीं लगना चाहिए. यही गोपनीयता है. इसी तरह बोलने में भी गोपनीयता रखना आवश्यक है. याद रखें, हम उन्हीं लोगों को पसन्द करते हैं, जो कम से कम बोलते हों, हम उन्हीं स्थानों को पसंद करते हैं, जहाँ अधिक से अधिक शांति हो. हम प्रकृति के उसी स्वरूप को पसंद करते हैं, जिसमें मधुर संगीत तो हो, पर शोर गुल न हो. हम तो परमात्मा की मूरत को भी 'मौनस्थ' ही देखना पसन्द करते हैं, तब हमें दूसरों से अधिक बोलने का अधिकार कैसे हो सकता है ?

94 अच्छा श्रोता, सबका प्यार होता है (A Good Listener is Liked By Every One)

1. **एक अच्छा श्रोता लोकप्रिय ही नहीं होता, वरन् कुछ ही देर में सब कुछ जान लेता है. एक अच्छा श्रोता शान्ति प्रिय ही नहीं होता, दूसरों को भी धीर–गंभीर बना देता है.** यदि आप अच्छे वक्ता नहीं हैं, तो कोई बात नहीं, किन्तु यदि अच्छे श्रोता नहीं हैं तो आप कुछ भी नहीं. यह भी याद रखिए, **एक अच्छा श्रोता ही अच्छा वक्ता बन सकता है.** वक्ता बनने से पहले श्रोता बनना जरूरी है.
2. **आदमी अक्सर अपनी बात दूसरों पर थोपना चाहता है, भले ही वह खुद भी अपनी बात से सहमत न हो.** वह अक्सर अपनी ही बात सुनाना चाहता है, भले ही श्रोतागण एक मत न हों. ऐसा व्यक्ति अन्ततः अकेला रह जाता है. बड़बोले व्यक्ति से सभी दूर रहना चाहते है. इसलिए बेहतर तो यही है कि दूसरों की बात सुनने और अपनी गलती मान लेने के लिए सदा साहस रखें, तब आपके सामने कोई कठिनाई ही नहीं आयेगी. तर्क–वितर्क से बचें, समस्या अपने आप सुलझ जायेगी.
3. **किसी की बात यदि शान्ति के साथ खुले मन से सुन ली जाय तो समस्या का आधा समाधान तो तत्काल ही हो जाता है.** इससे सुनने वाले के धैर्य और गांभीर्य का भी पता चल जाता है. छोटी से छोटी बात भी यदि ध्यान से सुन ली जाय, तो बड़ा से बड़ा महाभारत भी टल सकता है. अब तक जो भी उपद्रव हुयें हैं, जो भी युद्ध हुये हैं, दूसरों की बातों को ठीक से न सुनने के कारण ही हुए हैं. इसलिए समय पर सुनें, ध्यान से सुनें और उस पर तत्काल कार्यवाही करें.
4. एक सफल अधिकारी सर्वप्रथम अपने कर्मचारियों की समस्याओं को ध्यान से सुनता है, फिर समाधान का ताना–बाना बुनता है. एक सफल अधिकारी अपने वरिष्ठों की बात भी ध्यान से सुनता है और उस पर तत्काल अमल करता है. सफल अधिकारी जनता की बात सबसे पहले सुनता है और कोरे आश्वासन देने की बजाय अपेक्षित कार्यवाही अविलम्ब आरम्भ कर देता है. ऐसा अधिकारी सबका चहेता बन जाता है.
5. **जो अपने दिल और दिमाग का दसवाँ हिस्सा सदैव खाली रखता है, वही अच्छा श्रोता होने की योग्यता रखता है.** जो समस्त पूर्वाग्रहों और दुराग्रहों से दूर रहता है, वही अच्छा श्रोता बन सकता है. सदा दूसरों की गलतियाँ ढूँढ़ने वाला कभी अच्छा श्रोता नहीं बन सकता. गलतियाँ ढूँढ़ने वाला तो स्वर्ग में भी गलतियाँ ढूँढ़ ही लेता है. इसलिए गलतियाँ ढूँढ़ने की बजाय सामने वाले की बात पूरी तरह सुन तो लीजिए. हो सकता है, तब आपको गलतियाँ ढूँढ़नी ही न पड़े.
6. बीच–बीच में बोलने और दूसरों की बात को अनसुनी कर देने वाले व्यक्ति से लोग धीरे–धीरे बात करना छोड़ देते हैं. अपनी प्रतिक्रिया अवश्य दें, किन्तु सामने वाले की बात पूरी होने पर ही दें. अपनी बात आरम्भ करने से पूर्व सामने वाले से पूछ लें कि क्या उसकी बात पूरी हो गई है ? उसके हाँ करने

पर अपनी बात संक्षेप में सटीक और तर्क सहित कहें. जब आप दूसरों से सहमत होना सीख लेंगे, तब ही आप अपनी बात पर दूसरों को सहमत कर सकेंगे.

7. प्रयास करके श्रवण क्षमता एवम् दक्षता बढ़ाई जा सकती है. ध्यान से सुनने पर वक्ता के शब्दों की प्रतिध्वनि सुनाई पड़ने लग जाती है. यह प्रतिध्वनि ही आपको सफलता की ओर अग्रसर करती है. ध्यान रहे, यह समाज अपने आप में बहुत बड़ी सम्पदा है. आप समाज के माध्यम से ही सम्पदा अर्जित कर सकते हैं, समाज से दूर रह कर नहीं. इसलिए समाज की सुनो. लोगों के अनुभवों को अपनी सफलता में रूपान्तरित करते चलो.

8. **सार्थक ढंग से सुनना वस्तुतः परिश्रम भरा होता है.** आधी–अधूरी बात को भी पूरी तरह समझ लेना एक कला है. यदि आपको यह कला आती है तो आप सामने वाले की बात उसके आरम्भ करते ही समझ लेंगे. इससे दोनों का समय बचेगा और आपकी समझ की सर्वत्र प्रशंसा होगी. आप पर लोगों का विश्वास बढ़ेगा और लोगों का विश्वास ही आपकी सफलता का आधार बनेगा.

9. पति–पत्नि, माँ–बाप, भाई–बहिन, बच्चों–बड़ों, मित्रों–शत्रुओं, पड़ोसियों–ग्राहकों, कर्मचारियों–अधिकारियों को यदि आप ध्यानपूर्वक, बिना तर्क–वितर्क किये और बिना उत्तेजित हुए सुन लेते हैं, तो कभी कोई विवाद ही उत्पन्न नहीं होगा. तब आप सबके चहेते बन जायेंगे और सभी आपसे सलाह करना पसंद करेंगे. याद रखें, तर्क–वितर्क और कुतर्क से मिलता कुछ भी नहीं है, महज वक्त, मनोबल और मस्तिष्क जाया होता है. लोग आपको घमण्डी और नासमझ समझने लगेंगे. **आप दूसरों से सहमत होकर तो देखिए, फिर आपसे कोई असहमत हो ही नहीं पायेगा.**

निष्कर्ष–

यह सही है कि व्यक्ति सुनकर ही सीखता है, फिर भी दुर्भाग्यवश वह सुनना कहाँ चाहता है. व्यक्ति बचपन में पहले सुनना सीखता है, और करीब सालभर बाद बोलना सीखता है. किन्तु आश्चर्य तो इसी बात का है कि हर व्यक्ति हर वक्त सबसे पहले बोलना चाहता हैं. इसलिए यदि आप अपने व्यक्तित्व में निखार लाना चाहते हैं, अपनी समझ का लोहा मनवाना चाहते हैं तो दूसरों की सुनें, कम से कम बोलें. बोलने से पहले हर बात को तोलें। क्या आपने किसी डॉक्टर को या बड़े अधिकारी को अधिक बोलते हुए देखा है ? क्या आपने किसी चिन्तक या विद्वान व्यक्ति को अधिक बोलते हुए देखा है ? याद रखें, कम से कम बोलना ही इनका सबसे बड़ा गुण होता है। इस गुण के कारण ही ऐसे लोग कम से कम समय में दूसरों की समस्या समझ लेते हैं और कम से कम शब्दों में समाधान भी कर देते हैं। ऐसे लोगों के प्रति सबकी श्रद्धा होती है.

95

सलाह सबकी, पर राह अपनी
(Take Advices As Much As Needed, But Make Your Own Way)

1. **आश्चर्य कि आदमी पर दूसरों को मुफ्त में सलाह देने का भूत सवार रहता है, जबकि वह खुद भी उस सलाह पर ठीक से अमल नहीं कर पाता है.** कुछ लोग सोचते हैं कि वे बड़े दयावान हैं, क्योंकि मुफ्त में सलाह देते रहते हैं. कुछ लोग समझते है कि वे समझदार हैं, क्योंकि मुफ्त में सलाह लेते रहते हैं. जबकि दोनों ही नासमझ हैं. इसलिए न तो इतने दयावान बनिए और न इतने समझदार ही.
2. **याद रखें, दूसरा व्यक्ति आपको वही सलाह देगा, जो उसके काम की नहीं होगी.** जरा सोचिए, अपनी सफलता के गूढ़ और गोपनीय रहस्य कौन मूढ़ आपको बतायेगा. फिर भी आप हर सलाह में से कुछ न कुछ उपयोगी तथ्य अवश्य चुन सकते हैं और उनका अपने तरीके से उपयोग कर सकते हैं. आप मांग कर तो देखें, हर व्यक्ति आपको सलाह देता हुआ नजर आयेगा, पर सोचिए, आप किस–किस की सलाह पर अमल कर पायेंगे ?
3. **'पता नहीं, किस बात में दम हो, इसलिए जरूरी है सुनना. गर बात गले उतर जाय तो ठीक, वरना राह अपनी ही चुनना.'** अर्थात् जो सलाह आपके लिए उपयोगी हो, उस पर अपनी आवश्यकतानुसार अमल कर सकते हैं. किन्तु यह न भूलें, आप अपनी आत्मा को मार कर या उसकी अनसुनी करके कहीं भी नहीं पहुँच सकते.
4. **'ज्ञान' भीतर से आये तब ही ज्ञान है, बाहर से आने वाला ज्ञान तो 'अज्ञान' ही है.** बाहर से आने वाला ज्ञान किसी अन्य द्वारा अनुभूत है. जब तक आप उसे अपनी अनुभूति में नहीं उतार लेंगे, तब तक वह ज्ञान आपके लिए उधार का ही रहेगा. यदि आप 'ज्ञानी' बनना चाहते हैं तो पहले आपको 'अज्ञानी' बनना होगा. यदि आप समझते हैं कि 'ज्ञानी' बनना जरा महंगा है तो आपको 'अज्ञानी' बने रहना होगा. अज्ञानी बनकर तो देखिए, सलाह देने वालों की भीड़ उमड़ पड़ेगी. चारों ओर से ज्ञान की गंगा बहने लगेगी. किन्तु आपके लिए कौनसी सलाह, कौनसा ज्ञान उपयोगी है, इसका निर्णय आपको ही करना है.
5. **दिमाग कोई कचरापात्र नहीं है कि आप हर व्यक्ति की बात सुनें और हर सलाह को दिमाग में रिकॉर्ड करते चलें. बेहतर तो यही है कि बिना मांगे न सलाह दें, न सलाह लें.** आपके चाहने पर यदि कोई सलाह देता है तो केवल उपयोगी सलाह पर ही ध्यान दें. अर्थात् सार्थक ही सुनें, सुनकर गुनें और जो भी उपयोगी हो, उसे रिकॉर्ड कर लें. फिर उसके गुणावगुण पर विचार करते हुए उपलब्ध संसाधनों के अनुरूप अपने तरीके से अमल करें.

6. हवा के झोंकों की तरह प्रतीतियाँ आती हैं और चली जाती हैं. सही समय पर सही प्रतीति को पकड़कर चलना ही सफलता की राह पर चलना है. कोई भी सलाह जब हमारे अवचेतन में स्थान बना लेती है, तब प्रतीति बन जाती है. जब कोई प्रतीति बार–बार झकझौरने लगे, तब समझ लेना चाहिए कि हमारे लिए यही अभिष्ट है.
7. **जिस प्रकार हम पौष्टिक एवम् सन्तुलित भोजन से ही स्वस्थ रह सकते हैं, उसी प्रकार उपयोगी, चयनित एवम् सन्तुलित सलाह पर चल कर ही लाभान्वित हो सकते हैं.** जो सलाह किसी एक व्यक्ति के लिए उपयोगी है, वह किसी दूसरे के लिए भी उपयोगी ही हो, यह आवश्यक नहीं है. इसलिए जहाँ आवश्यकता हो, वहाँ सलाह अवश्य लें. विचार करें कि कौनसी सलाह किस सीमा तक आपके लिए उपयोगी है.
8. **जब तक खुद न जान लें, तब तक किसी को सलाह न दें.** जब तक खुद पर लागू न हो, तब तक किसी को न बतायें. जिस रास्ते पर चलने पर आपको लाभ हुआ हो, वही रास्ता दूसरों को बतायें. प्राप्तकर्ता की पात्रता के अनुसार ही सलाह देंवे. सलाह सदैव स्पष्ट एवम् संक्षेप में ही दें. ऐसी सलाह किसी को न दें, जिस पर आपने कभी अमल न किया हो, अथवा जिस पर कभी विचार न किया हो. केवल सलाह देने के लिए सलाह न दें.
9. **याद रखें, खुद से बढ़कर कोई दूसरा सलाहकार नहीं हो सकता.** इसलिए सर्वप्रथम स्वयम् से सलाह करें, फिर परिजनों–सहकर्मियों से सलाह करें. जब सबकी सहमति बन जाय, तब ही अमल करें. लोगों की भिन्न–भिन्न सलाहों से भ्रमित न हों. यह सही है कि जहाँ पाँच व्यक्ति एकत्रित हों, वहाँ छः अलग–अलग सलाहें सामने आती हैं. क्योंकि सलाह देने वाले कभी एक मत नहीं हो सकते. सलाह देने वाले कभी सुनिश्चित भी नहीं हो सकते.

दृष्टान्त–

एक बार विदेशी पर्यटकों की एक टोली ने हमारे देश का भ्रमण किया. यात्रा के अन्त में पत्रकारों द्वारा पूछा गया कि 'आप लोगों की नजर में हमारे देश की कोई तीन विशेषतायें कौनसी हो सकती हैं ?' इस पर टीम लीडर ने बहुत ही सहज भाव से जवाब दिया–

1. Here every time is a tea time.
   यहाँ किसी भी समय चाय पी जा सकती है.
2. Here every place is a urinal.
   यहाँ कहीं भी पेशाब किया जा सकता है.
3. Here every person is an adviser.
   यहाँ हर आदमी सलाहकार है.

हमारे यहाँ बिना मांगे वक्त बेवक्त सलाह देने वालों की कमी नहीं है. जो भी मिलता है, किसी न किसी सलाह के साथ ही मिलता है. इसलिए बेहतर तो यही है कि सुनें सबकी, पर अमल अपने विवेक से ही करें. बिना माँगे कोई जिस विषय में आपकी जानकारी न हो, उसमें सलाह न दें. 'क्षमा करें, इस सम्बन्ध में मेरी कोई जानकारी नहीं है' कहने का साहस रखें. आपका यह साहस आपके लिए सर्वाधिक उपयोगी होगा.

96

दोस्ती और दुश्मनी आपकी विचारधारा पर निर्भर करती है (Friends & Foes Depend on Your Attitude)

1. **आपका व्यक्तित्व आपके व्यवहार पर निर्भर करता है और व्यवहार आपकी विचारधारा पर.** विचारधारा पर ही निर्भर करती है, मित्रता और शत्रुता. मित्रता और शत्रुता पर निर्भर करती है, आपकी सफलता. **आप जितने मित्रता से भरे होंगे, उतने ही सफलता से भरे होंगे. जितने सफलता से भरे होंगे, उतने ही मित्रवत होते चले जायेंगे.** शत्रुता से भरे होकर आप कभी सफल नहीं हो सकते.
2. आपके कितने ही मित्र हों, कितने ही शत्रु हों, वे आपको न सुख पहुँचा सकते हैं, न दुख. यदि कोई सुख या दुख पहुँचा सकता है तो वह केवल आप खुद ही हैं. आपके अलावा आपको न कोई सुख पहुँचा सकता है, न कोई दुख. **याद रखें, दुनिया में न कोई आपका दोस्त है, न दुश्मन. दोस्ती और दुश्मनी के लिए तो बस आपका व्यवहार ही जिम्मेदार है.**
3. मित्र ऐसा हो, जिसके सामने दिल खोलकर रखा जा सके. मित्र ऐसा हो, जिसके सामने 'अहम्' को उतारकर रखा जा सके. **ऐसा मित्र बनाने में कई साल लग जाते हैं, किन्तु उसे खोने में एक मिनट भी नहीं लगता.** सम्पन्नता मित्र बनाती है और विपन्नता उनकी परख करती है. जो विपन्नता में मित्रता निभाये, वही सच्चा मित्र हो सकता है. सच्ची मित्रता आदान प्रदान पर नहीं, बल्कि शुद्ध भावनाओं पर टिकी होती है.
4. **आपके सौ मित्र हों, तब भी कम है, किन्तु शत्रु तो एक ही काफी है. जो आपको पसंद न हो, उसके लिए एक क्षण भी बर्बाद न करें.** उसे दुश्मन बनने से रोकने के लिए बस इतना ही काफी है. आप लोगों को कितना महत्व देते हैं ? सार्वजनिक रूप से आप किसी की कितनी प्रशंसा करते हैं ? कितनी बुराई करते हैं ? इसी से आपकी मित्रता अथवा शत्रुता की भावनाओं का पता चलता है.
5. अपने मित्रों की मदद के लिए सदैव तैयार रहें. जब कोई मित्र किसी दुविधा में हो, तब उसकी अवश्य मदद करें. और जब भी आप पर कोई संकट आये, तब ऐसे मित्र से सलाह करके तो देखें. आपको निराश नहीं होना पड़ेगा. आज की इस भागमभाग और आपाधापी से भरी जिन्दगी में रोजाना नये–नये लोगों से सम्पर्क होता रहता है. इसलिए जिसके साथ भी व्यवहार करना पड़े, मित्रवत व्यवहार ही करें. जानबूझकर या अवैध तरीके से किसी को नुकसान पहुँचाने की चेष्टा न करें. **दोस्ती न कर सकें, न सही, किन्तु किसी से दुश्मनी न करें.** इतना सब कुछ करने पर भी कुछ लोग आपकी आलोचना अवश्य करेंगे. उन्हें करने दें. आगे बढ़ने के लिए प्रशंसा से अधिक आलोचनाओं की आवश्यकता पड़ती है.

6. कोई भी व्यक्ति मित्रों के बिना नहीं रह सकता. मैत्री भाव के बिना काम चल भी नहीं सकता. **जो मित्रों के बिना रह सकता है, वह या तो पागल हो सकता है या परमात्मा.** याद रखें, जहाँ मित्र होंगे, वहाँ शत्रु भी होंगे. **समय एवम् आवश्यकतानुसार मित्र, शत्रु बन जाते हैं और शत्रु, मित्र.** लेकिन जिससे कभी मित्रता न रही हो, उससे कभी शत्रुता भी नहीं हो सकती. अर्थात् मित्रता और शत्रुता एक ही सिक्के के दो पहलू हैं, किन्तु मित्रता वाला पहलू पहले आता है.
7. मित्रता में व्यक्तिगत लाभ हानि का हिसाब नहीं लगाया जाता. जहाँ गणित है, वहाँ मित्रता नहीं. जहाँ मित्रता है, वहाँ गणित नहीं. याद रखें, मित्र पर लुटाया गया प्यार सूद सहित लौट कर आता है. नये–नये मित्र बनाते चलें, किन्तु पुरानें को भी न भूलें. वक्त पड़ने पर पुराना ही अधिक काम आता है.
8. **अपने आपको इतना व्यस्त रखो कि दुश्मनों से नफरत करने का वक्त ही न मिले. याद रखें, जब आप अपने दुश्मनों से नफरत करते हैं, तब उन्हें हावी होने की ताकत प्रदान करते हैं.** जब आप किसी से बदला लेने की सोचते हैं, तब अपने आपका ही नुकसान करते हैं. इसलिए दुश्मनों से प्यार करो और भूल जाओ. दोस्तों पर अहसान करो और भूल जाओ, किन्तु दोस्तों को कभी मत भूलो. दोस्तों के अहसान को भी कभी मत भूलो. मित्रों को कभी अनावश्यक कष्ट मत पहुँचाओ, कभी दुविधा में मत डालो. कभी गलती हो जाय तो फौरन माफी मांग लो. दोस्तों और दुश्मनों के साथ ऐसा व्यवहार करो कि कभी आपको स्पष्टीकरण न देना पड़े. मजा तो तब है, जब दोस्त और दुश्मन दोनों ही आपके व्यवहार के कायल हों.
9. **कहा जाता है कि किसी वस्तु का बंटवारा करने पर ही दोस्ती या दुश्मनी का असली चेहरा सामने आ जाता है.** संकट की घड़ी आने पर ही मित्रता का मूल्यांकन हो पाता है. **किसी मित्र के लिए जान देना उतना कठिन नहीं है, जितना कि ऐसा मित्र खोजना, जिसके लिए जान दी जा सके.**

दृष्टान्त–

एक ग्वाले को पक्षियों से बड़ा प्रेम था. जैसे ही वह जंगल में पहुँचता, आस–पास के पक्षी उड़कर उसके पास आ जाते. कोई उसके सिर पर बैठता, कोई कंधे पर बैठता, कोई उसकी हथेली पर बैठ जाता. न ग्वाले के मन में कोई मैल था, न पक्षियों के मन में कोई डर था. एक दिन ग्वाले के बूढ़े बाप ने ग्वाले से कहा–'मैनें सुना है, तुम्हारी पक्षियों से बड़ी दोस्ती है. कल दो–चार पक्षी मेरे लिए पकड़ लाना. मैं तो जंगल में जा नहीं सकता, घर पर ही पक्षियों से मन बहला लूंगा.' ग्वाले ने कहा–'ठीक है.' रोज की भांति ग्वाला अगले दिन भी जंगल गया और निर्धारित स्थान पर जाकर बैठ गया, किन्तु आज एक भी पक्षी उसके नजदीक नहीं आया. उसने पक्षियों को आवाज लगाई तो पक्षी आने की बजाय उड़ कर दूर चले गये. आज पक्षी डरे हुए थे. ग्वाला वही था, पक्षी भी वही थे, किन्तु आज ग्वाले की विचारधारा अलग थी. वह कुछ को पकड़ कर घर ले जाना चाहता था. उसकी मनःस्थिति को पक्षी भांप चुके थे.

97

जैसी भावनायें, वैसी संभावनायें
(Possibilities Are Subject To Your Feelings)

1. **जो जीत के विषय में सोचता है, वही अन्ततः जीतता है. जो जीत में भी हार देखता है, वह अन्ततः हार जाता है.** जो हार में भी जीत देखता है, वह कभी हार ही नहीं सकता. हार और जीत कोई गीत नहीं है, जिसे बार–बार गाया जाय. हार और जीत के जोड़ से ही जिन्दगी बनती है, इसलिए दोनों को ही सहज भाव से लिया जाए. हार और जीत तो वस्तुतः मन की है. हार और जीत का कोई अन्तिम छोर भी नहीं है. आप हार या जीत को किस रूप में लेते हैं, यही महत्वपूर्ण है.

2. **दिन का मूल्यांकन उस फसल से न करें, जो आपने काटी है, बल्कि उन बीजों से करें, जो आपने बोये हैं.** किसी के व्यवहार का मूल्यांकन उस व्यवहार से न करें, जो उसने किया है, बल्कि उस व्यवहार से करें, जो आपने किया है. किसी के व्यवहार पर नाराज होने से पहले उन परिस्थितियों पर भी गौर करें, जिन परिस्थितियों में उसने व्यवहार किया है. आपके व्यवहार पर ही सब कुछ निर्भर करता है और व्यवहार भावनाओं पर निर्भर करता है.

3. **लोगों से घृणा करना ठीक वैसा ही है, जैसा कि अपने आप से घृणा करना.** अहम् एवम् क्रोध से भरना ठीक वैसा ही है, जैसा कि गुब्बारे में हवा भरना. भरे हुए गुब्बारें की जिन्दगी कितनी छोटी रह जाती है. दुनिया एक शीशमहल है, इसमें आप अपने आपको जैसा देखते हैं, वैसे ही लोग दिखाई देते हैं. इसलिए बत्ती बुझाकर अंधेरा मत देखो. जिस प्रकार खण्डित आइने में तस्वीर भी खण्ड–खण्ड ही नजर आयेगी, उसी प्रकार खण्डित भावनाओं में हर संभावना भी विखण्डित ही दिखाई देगी.

4. **यदि हम दूसरों के लिए आग लगायेंगे तो सबसे पहले खुद को ही जलता हुआ पायेंगे.**

   ''बस्ती जो बढ़ रही, जलती हुई अपनी ओर,
   आग वो अपनी ही, लगाई हुई सी लगे.''

   इसलिए आग नहीं, अनुग्रह के दीप जलायें. जब हम अनुग्रह से भरे होंगे, तब हमें सब कुछ अनुग्रह से भरा हुआ ही लगेगा. किसी भी सफलता का रास्ता अनुग्रह के गाँव से होकर ही गुजरता है और अनुग्रह पर ही समाप्त होता है.

5. **यदि आपने किसी को कष्ट पहुँचाकर धन कमाया है तो याद रखें, ऐसा धन आपको भी कष्ट ही पहुँचायेगा.** यदि आपने अनैतिक तरीकों से धन कमाया है तो समाज भी आपके साथ यही सब दोहरायेगा. आप किसी को मूर्ख बनाकर बहुत आगे नहीं जा सकते, पर हाँ मूर्ख बनकर अवश्य जा सकते हैं. सबको मूर्ख बनाना आसान भी नहीं है. ऐसा भी मत समझ लेना कि समझदारी का ठेका केवल आपके नाम ही छूटा है. हर आदमी अपने हिसाब से समझ रखता है.

6. हम अपने जीवन में जो कुछ भी करते हैं, जो कुछ भी प्राप्त करते है, किसी न किसी भावना से प्रेरित होकर ही करते हैं. यदि हमारी भावनायें सकारात्मक होंगी तो हमारे कार्य भी सकारात्मक ही होंगे, हमारी उपलब्धियाँ भी सकारात्मक ही होंगी. अर्थात् कुछ भी करने से पहले भावनात्मक जागरूकता की आवश्यकता होती है. भावनाओं के स्तर पर हम जितने सकारात्मक होंगे, उतने ही सफल होंगे.
7. यदि किसी के पास केवल अंधकार, अहम्, घृणा, लालच, अज्ञानता, अस्वच्छता और अस्वस्थता ही हो, तो वह दूसरों को भी इनके अलावा क्या दे सकता है. बदले में उसे इनसे अधिक कुछ मिल भी नहीं सकता. अर्थात् यदि आप नकारात्मक ऊर्जाओं से घिरे रहेंगे तो आपको अपने आसपास सब कुछ नकारात्मक ही नजर आयेगा. और याद रखें, जैसा नजर आयेगा, वैसा ही उपलब्ध होगा.
8. **यह मत भूलिए कि जब आप किसी की तरफ अंगुली उठाते हैं, तब शेष तीन अंगुलियाँ तो आपकी तरफ ही उठी हुई होती हैं. जब आप किसी पर क्रोध करते हैं, तब क्रोध की लकीरें आपके ही चेहरे पर खिंची हुई होती हैं.** अगला यदि आपके क्रोध को ग्रहण ही न करे, तब तो स्थिति और भी भयानक हो जायेगी. क्रोध मूल ही लौट आने पर आप दुगुने क्रोधित हो जायेंगे. यदि आप किसी के लिए खाई खादेंगे तो आपके लिए पूरा कुआं तैयार मिलेगा. किन्तु इसका अर्थ यह नहीं है कि अन्याय और अत्याचार के विरूद्ध आवाज न उठायी जाए.
9. मानव मस्तिष्क की क्षमतायें असीमित हैं। अभी पूरी क्षमताओं का पता भी नहीं चल पाया है. जैसे–जैसे सभ्यता आगे बढ़ती है, क्षमताओं का विकास होता चलता है और यह क्रम चलता ही रहेगा. इसलिए अपेक्षित होगा कि अपने मस्तिष्क को सभ्यता की दौड़ से पिछड़ने नहीं दिया जाय. मस्तिष्क को सदा उपजाऊ एवम् खुला रखें, ताकि विचारों की नयी–नयी फसलें उगाई जा सकें और सबकी प्रशंसा एवम् सहानुभूति प्राप्त कर सकें.

दृष्टान्त–

एक कारीगर (राजगीर) ने अपनी उम्र की ढ़लान पर अपने नियोक्ता (ठेकेदार) से सेवानिवृत्त होने की इच्छा प्रकट की. इस पर ठेकेदार ने पूछा–'अब क्या करोगे ?' कारीगर ने कहा–'आपकी कम्पनी में रहकर मैंने लोगों के लिए सैकड़ों मकान बनाये, किन्तु अपने लिए छोटा–सा घर भी नहीं बना सका, सो अब अपने लिए एक छोटा–सा घर बनाऊँगा और बाकी का जीवन अपनी पत्नी के साथ बिताऊँगा.' ठेकेदार ने कहा–'ठीक है, लेकिन काम छोड़ने से पहले मेरे लिए भी एक छोटा–सा घर बनाकर जाओ. अब मैं भी बच्चों से अलग अपनी पत्नी के साथ किसी छोटे से घर में सुकून से रहना चाहता हूँ.' कारीगर ने हाँ कर ली. उसने ठेकेदार के नक्शे के अनुसार एक अत्यन्त ही खूबसूरत घर का निर्माण किया. इस खूबसूरत एवम् मजबूत भवन के निर्माण के पीछे उसकी यही भावनायें थीं कि वह अपने सेठ जी के लिए घर बना रहा है. सेठ जी ने उस कारीगर की सेवानिवृत्ति पर एक छोटा–सा कार्यक्रम आयोजित किया और सभी कारीगरों–कर्मचारियों की उपस्थिति में उस कारीगर के कार्यों की जमकर प्रशंसा की. कार्यक्रम के अन्त में सेठ जी ने वह नवनिर्मित घर अपनी ओर से उपहार स्वरूप उस कारीगर को संभला दिया. कारीगर को अपनी शुद्ध भावनाओं के बदले इतना बड़ा उपहार मिला, जिसे वह जिन्दगी भर नहीं भुला सका.

98 यदि कहीं स्वर्ग है तो यहीं है, इसी वक्त है (If There is Any "Heaven", it is Here Only)

1. **वस्तु स्थिति तो यही है कि मृत्यु के बाद न कोई स्वर्ग है, न कोई नरक.** यह तो महज कुछ निहित स्वार्थी और चालाक लोगों के दिमाग की उपज है. तथाकथित चालाक लोगों द्वारा हमें सदियों से डराया जा रहा है कि सद्कर्म करो, दान पुण्य करते रहो, वरना मरने के बाद नरक भोगना पड़ेगा. वस्तुतः स्वर्ग नरक की आढ़ में बहुत बड़ा कारोबार चलाया जा रहा है. यदि हम वस्तुस्थिति को समझ लें तो यह गौरखधन्धा स्वतः ही बन्द हो जायेगा.
2. प्रत्येक जीव के लिए आत्मा का अस्तित्व माना गया है. शरीर से पहले और शरीर के बाद भी आत्मा का अस्तित्व माना गया है. यह भी माना गया है कि आत्मा सुख दुख से ऊपर होती है. उसे कभी कोई कष्ट नहीं हो सकता. आत्मा अजर–अमर है. उसका तो बस पुनर्जन्म होता रहता है. माना जाता है कि आत्मा का पुनर्जन्म साल भर के अन्दर–अन्दर हो जाता है. तब उसे स्वर्ग या नरक में रहने का समय ही कितना सा मिल पाता होगा. फिर वह स्वर्ग में रहे या नरक में, उसे कोई फर्क नहीं पड़ेगा.
3. मरने पर स्थूल शरीर तो पंच तत्वों में विलीन हो जाता है. सूक्ष्म शरीर जो सपनों के समय साथ रहता है, वह भी स्थूल शरीर के साथ ही समाप्त हो जाता है. मेरे विचार से सूक्ष्म शरीर का अस्तित्व स्थूल शरीर के साथ ही हो सकता है. पाठकों के विचार अलग हो सकते हैं. जीवात्मा का अस्तित्व आत्मा से अलग क्या हो सकता है ? तब स्वर्ग या नरक में आत्मा ही तो जा सकती है. और आत्मा तो जहाँ भी रहेगी, परमानन्द में ही रहेंगी. तब स्वर्ग या नरक का क्या अर्थ हो सकता है ?
4. **वस्तुतः आपका स्वर्ग, आपका नरक आपके साथ ही है.** ये दोनों आपके साथ ही समाप्त हो जायेंगे. जन्म के बाद और मृत्यु से पूर्व ही इनका अस्तित्व हो सकता है. स्वर्ग या नरक का विकल्प केवल आपके पास ही हो सकता है. किसी अन्य के पास नहीं हो सकता. स्वर्ग और नरक तो वस्तुतः व्यक्तिपरक है. आँख खुली रख कर तो देखिए, चारों ओर स्वर्ग ही स्वर्ग बिखरा पड़ा है.
5. **जब प्रत्येक कार्य जागरण भरा हो, जब हर क्षण जोश से भरा हो, जब हर पल बोध एवम् सिमरन भरा हो, तब समझो यही स्वर्ग है.** यही जीने का मकसद है. आप बैलगाड़ी से यात्रा करें या रेलगाड़ी से, आप कार से यात्रा करें या किसी अन्य वाहन से, जब तक दिल से यात्रा नहीं करेंगे, तब तक यात्रा का असली आनन्द नहीं उठा सकेंगे. दिल से जीवन यात्रा करके तो देखें, आपको किसी स्वर्ग की आवश्यकता ही नहीं रहेगी.
6. यदि आप मानसिक, शारीरिक एवम् आध्यात्मिक रूप से स्वस्थ हैं, सकारात्मक सोच एवम् आत्मविश्वास से भरपूर हैं, राग–द्वेष, चिन्ता और तनाव से मुक्त हैं, तो स्वर्गस्थ ही हैं. स्वर्ग में ही हैं. स्वर्ग तो वस्तुतः

आपके भीतर ही है. तथाकथित बाहरी स्वर्ग कभी आपको स्वर्गीय आनन्द नहीं दे सकता. इसलिए अपने हृदय में विद्यमान स्वर्ग को पहचानो और इतना विकसित करो कि अन्दर–बाहर स्वर्ग ही स्वर्ग दृष्टिगोचर हो.

7. **प्रार्थना का अर्थ कभी मांगना नहीं होता, प्रार्थना का अर्थ होता है, परमात्मा का धन्यवाद. धन्यवाद इस बात का कि–'जो कुछ मुझे चाहिए, वो सब मेरे पास है. जो मेरे पास नहीं है, वो मुझे नहीं चाहिए.'** प्रकृति ने हमें कितना सुन्दर एवम् अद्भुत शरीर दिया है. कौनसा ऐसा सुख या आनन्द है, जिसका हम उपभोग नहीं कर सकते. तब मरने के बाद कौनसा स्वर्ग चाहिए ? ऐसे किसी काल्पनिक स्वर्ग का औचित्य ही क्या है ?

8. **भीतर का सूरज उगेगा, तब ही सुबह होगी.** ऐसी सुबह कितनी शान्त, शीतल एवम् खुशगवार होगी. याद रखें, भीतर का सूरज सदैव सुबह का सूरज ही होगा, जो कभी अस्त नहीं होगा. भीतर का सूरज आपकी आत्मा को अंधकार में भी रास्ता दिखाते हुए प्रकाश की ओर ले जाता है. यही स्वर्ग है.

9. **आदमी भूत की जुगाली और भविष्य की चिन्ता करने में ही अपना बहुमूल्य समय खराब कर देता है.** पर यह भूल जाता है कि उसका भूत और भविष्य पर कोई नियन्त्रण नहीं है. नियन्त्रण तो केवल वर्तमान पर ही हो सकता है. और वर्तमान पर नियन्त्रण कर लेना ही भूत व भविष्य पर नियन्त्रण कर लेना है. अर्थात् वर्तमान ही सत्य है, वर्तमान ही स्वर्ग है. हमारे सारे सिद्धान्त कर्म को प्रधानता देते हैं. वस्तुतः कर्म ही जीवन का धर्म है. कर्म ही जीवन का मर्म है. कर्म ही जीवन की सार्थकता है. जहाँ कर्म, वही सफलता है. जहाँ सफलता, वही स्वर्ग है. याद रखें, स्वर्ग से सफलता नहीं, सफलता से स्वर्ग है.

निष्कर्ष–

(क) जीवन में शान्ति–अशान्ति मन के कारण है. जीवन में प्रेम–घृणा दिल के कारण है. और जीवन में आनन्द आत्मा के कारण है. अर्थात् आत्मा में केवल आनन्द ही आनन्द है. जब हम मन और हृदय के स्तर पर सोचते हैं, तब हमें सुख–दुःख दोनों की अनुभूति होती है, किन्तु जब आत्मा के स्तर पर सोचते हैं, तब केवल आनन्द की अनुभूति होती है. वस्तुतः आनन्द की अनुभूति ही स्वर्ग है. यह महत्त्वपूर्ण नहीं कि आपका जन्म कैसे हुआ ? यह भी महत्व नहीं कि आपकी मृत्यु कैसे होती है ? महत्वपूर्ण तो यही है कि आप जीते कैसे हैं ? अर्थात् स्वर्ग और नरक का अस्तित्व तो जन्म और मृत्यु के बीच ही हो सकता है. (ख) सदियों से हमें डराया जा रहा है कि चौरासी लाख यौनियों में भटकने के बाद ही मनुष्य शरीर मिल पाता है. लेकिन हमें डरने की कतई आवश्यकता नहीं है. जरा तर्क की कसौटी पर देखिए–चौरासी लाख की गणना किसने की है ? क्या नये–नये जीव, नयी–नयी वनस्पतियों का आविर्भाव नहीं हो रहा है ? क्या किसी मनुष्य का पुनर्जन्म, कुत्ता–बिल्ली के रूप में सम्भव है ? इस सम्बन्ध में क्या कोई ठोस साक्ष्य उपलब्ध है ? कथायें तो सब काल्पनिक होती हैं. धर्म, अर्थ, काम और मोक्ष की प्राप्ति मृत्यु से पूर्व ही सम्भव है. यदि पुनर्जन्म होता है तो यह एक प्राकृतिक प्रक्रिया है, ईश्वरीय व्यवस्था है. इस व्यवस्था को तोड़ने वाले हम कौन होते हैं ? तथा कथित मोक्ष सम्बन्धी कोई साक्ष्य भी उपलब्ध नहीं है. इसलिए स्वर्ग, नरक, मोक्ष सब कुछ हमारे इसी जीवन में सम्भव है. मृत्यु के बाद नहीं. अर्थात् सफलता का नाम ही स्वर्ग है, मोक्ष है और असफलता ही नरक है.

99

धन को माया मत मानिए (Assets Are Not To Be Considered "Maya")

1. हमारे लगभग सभी साधु–सन्तों और धार्मिक ग्रन्थों ने 'धन' को माया बताया है. और 'माया' को ही मोक्ष प्राप्ति के मार्ग में सबसे बड़ी बाधा ठहराया है. देखा जाय तो इसी दार्शनिक पृष्ठभूमि ने हमारे देश को सर्वाधिक नुकसान पहुँचाया है. परिणामतः इक्कीसवीं सदी में भी भारतवासियों की औसत आय विश्व की तुलना में इक्कीस गुणा कम है. दूसरी ओर यह भी सच है कि धन को 'माया' बताने वाले तथाकथित साधु–सन्तों और धार्मिक व्यक्तियों ने जम कर धन कमाया है. जरा सोचिए, इस दोहरे मापदण्ड का क्या अर्थ है ? अब तो धन के महत्व को समझना ही पड़ेगा.

2. **शरीर, मन, विचार एवम् भाव की दृष्टि से हम प्रकृति के गुलाम हैं, वस्तुतः यही 'माया' है. सृष्टि की माया को समझ पाने में हम अभी तक नाकाम हैं, वस्तुतः यही 'माया' है.** अर्थात् भौतिक सुख–सुविधायें 'माया' की परिधि में नहीं आती हैं. और भौतिक सुख–सुविधाओं के लिए धन की आवश्यकता होती है. इसलिए 'धन' को माया कैसे कहा जा सकता है.

3. **स्वास्थ्य, सुरक्षा, नियन्त्रण, निर्भरता, शक्ति, स्वतन्त्रता, प्रेम, प्रसन्नता, आजीविका आदि सभी मानवीय क्रिया–कलापों के लिए सर्वप्रथम धन की आवश्यकता होती है.** आज तो 'धन' के बिना जीवन की कल्पना भी नहीं की जा सकती. धन तो हमारी छटवीं इन्द्री है, जो पाँचों कार्मेन्द्रियों को सुख पहुँचाती है. यह सही है कि धन की कोई अन्तिम सीमा नहीं है, किन्तु एक परिवार के लिए न्यूनतम सीमा के आधार पर गरीबी रेखा का निर्धारण किया जाता है. दुर्भाग्यवश आज भी हमारे देश की करीब एक चौथाई जनसंख्या गरीबी रेखा के नीचे लटक रही है.

4. हमारे यहाँ एक सोची समझी साजिश के तहत धन को 'माया' बताया गया है. और पिच्चासी प्रतिशत लोगों को सदियों से बेवकूफ बनाया जा रहा है. इसी दुर्भाग्यशाली सामाजिक व्यवस्था के कारण 'धन' का तर्कपूर्ण वितरण नहीं हो पाया है. आज भी देश की कुल सम्पदा के बावन प्रतिशत हिस्से पर मात्र पाँच प्रतिशत अति चालाक लोगों का आधिपत्य है. बीस प्रतिशत के पास तो कोई सम्पदा ही नहीं है. लेकिन अब धीरे–धीरे सामाजिक परिवर्तन आ रहा है.

5. कौन कहता है कि संतोषी सदा सुखी रहता है. जब आबादी बहुत कम थी, आवश्यकतायें बहुत कम थीं, तब संतोष में सुख मिलता होगा. आज कौन ऐसा है, जो केवल संतोष के साथ जी सकता है ? यदि हर व्यक्ति संतोषी होता तो दुनिया में इतना विकास हर्गिज नहीं होता. इसलिए हर व्यक्ति को अधिक से अधिक सम्पदाओं का सृजन करना चाहिए, ताकि हमारा देश दुनिया की दौड़ में आगे निकल सके.

6. हमारे यहाँ एक अजीब दौड़ चल रही है. एक व्यक्ति 'धन' की तरफ दौड़ रहा है. और दूसरा 'धन' के विपरीत दौड़ रहा है. प्रथम व्यक्ति धन के और करीब आना चाहता है, जबकि दूसरा धन से और

दूर निकल जाना चाहता है. अर्थात् दोनों ही दौड़ रहे हैं और दोनों की दौड़ का केन्द्र बिन्दु 'धन' ही है. मजे की बात तो यही है कि इस दौड़ में पहला व्यक्ति अभी भी धन से दूर है और दूसरा व्यक्ति अभी भी धन के नजदीक ही है. तो आइए, इस दो तरफा दौड़ को सही दिशा दें. जब सबकी दौड़ धन की तरफ होगी, तब ही दौड़ सार्थक होगी.

7. गहराई से देखा जाए तो इस जगत में सब कुछ माया ही तो है. जो हमारे पास है, वो केवल हमारे पास है, हमारा नहीं है. पर इसका अर्थ यह तो नहीं कि हम अपने पास कुछ भी न रखें. पास होने का अहसास ही हमारे विकास का असली कारण है. अब तो सब ओर विकास की ही माया है. और यदि हम इस माया से बचने के प्रयास करेंगे तो विकास से कट जायेंगे.
8. प्रतिभा से सम्पदा अर्जित की जा सकती है, पर सम्पदा से प्रतिभा नहीं. इसलिए सर्वप्रथम प्रतिभा अर्जित करें, फिर सम्पदा अर्जित करें. और सम्पदा के माध्यम से अपनी प्रतिभा का सदुपयोग करते चलें. याद रखें, प्रतिभा तो हर स्थिति में महत्वपूर्ण है. चाहे कितना ही धन हो, यदि प्रतिभा नहीं हो तो धन को जाने में भी देर नहीं लगेगी. कहा भी जाता है कि धन को आने में तो बहुत देर लगती है, किन्तु जाने में कोई देर नहीं लगती.
9. किसी ने ठीक ही कहा है–'पैसा खुदा तो नहीं, पर खुदा की कसम, खुदा से कम भी नहीं.' खुदा के नाम पर कब तक मांगते रहोगे ? अपने नाम पर मांग कर तो देखो. पूर्ण आत्मविश्वास के साथ अपनी योग्यता को समुचित रूप से लगाकर तो देखो, तब आपको किसी के नाम कुछ भी मांगने की आवश्यकता नहीं रहेगी.

दृष्टान्त–

एक किसान ने अपनी बैलगाड़ी के दोनों तरफ दो–दो बैल जौत लिए और दोनों तरफ हाँकने लगा, किन्तु गाड़ी किसी भी तरफ नहीं बढ़ रही थी. किसान ने दोनों तरफ दो लक्ष्य निर्धारित कर रखे थे. एक तरफ धन और दूसरी तरफ ध्यान. वह दोनों तक पहुँचना चाह रहा था. तब एक बृद्ध पुरुष वहाँ से गुजरा. उसने किसान को समझाया कि चारों बैलों को गाड़ी के आगे की ओर जोत दो, गाड़ी सरपट दौड़ने लगेगी और तुम अपने लक्ष्यों को प्राप्त कर लोगे. याद रखो, धन और ध्यान एक दूसरे के विपरीत नहीं हैं, बल्कि एक दूसरे के पूरक हैं. और दोनों एक ही स्थान पर उपलब्ध हैं. जब तक धन नहीं होगा, तब तक हमारा समूचा ध्यान धन की ओर ही लगा रहेगा. धन की प्राप्ति पर ही हमारा ध्यान भीतर की तरफ उतर सकता है. परन्तु मजा तो तब है, जब धन और ध्यान साथ–साथ रहें. आज के इस भौतिक युग में तो धन को सर्वोच्च प्राथमिकता दी जानी चाहिए. यदि गहराई से देखा जाय तो धर्म, अर्थ, काम और मोक्ष जैसे पुरुषार्थों का 'धन' के बिना कोई अस्तित्व ही नहीं है. सफलता का मापदण्ड केवल 'धन' ही है. जीवन का सार केवल 'धन' ही है.

100 अपने संसार को भी पहचानिए (Identify Your World Also)

1. आदमी अपने परिवार एवम् आसपास के लोगों को जानने के जितने प्रयास करता है, हर व्यक्ति उतना ही अधिक अजनबी बनता चला जाता है. **सबसे बड़ा आश्चर्य तो यही है कि सबसे निकटतम व्यक्ति ही सबसे अधिक अनजाना रह जाता है.** इसलिए कभी भी लोगों को जानने का कोरा दम्भ मत भरिए. पहले लोगों को जानिए, फिर सतर्कता पूर्वक व्यवहार करिए और सदा सावधान रहिए.
2. **याद रखें, आपके जानकार लोग कभी भी आपको कामयाब होते हुए देखना नहीं चाहेंगे.** यदि किसी तरह आप कामयाब हो भी गये तो आपके तथाकथित शुभचिन्तक ही आपको बर्बाद होते हुए देखना चाहेंगे. यह एक मानवीय कमजोरी है, जो उतनी ही स्वाभाविक है, जितनी कि मानव प्रगति है. इसलिए सबसे पहले अपनी इस कमजोरी को पहचानते हुए अपने से दूर करें, फिर आपको आगे बढ़ने से कोई नहीं रोक पायेगा.
3. वैसे तो आज समूचा संसार एक छोटा सा गाँव बन गया है. संचार क्रान्ति के कारण पूरा जगत ही आपकी टेबिल पर सिमट आया है. इन्टरनेट, इलैक्ट्रोनिक मीडिया आदि के माध्यम से आज हम घर बैठे–बैठे ही दुनिया भर की जानकारी प्राप्त कर सकते हैं. मोबाइल क्रान्ति के द्वारा हम हर समय, हर स्थान पर किसी से भी सम्पर्क कर सकते हैं, लोगों से सम्पर्क में रह सकते हैं. वार्ता, सूचना, मनोरंजन, ध्वनि एवम् चित्र रिकॉर्ड करने जैसी अनेकों सुविधायें इस छोटे से यंत्र से प्राप्त की जा सकती हैं. किन्तु अपने सम्पर्क में आने वाले व्यक्तियों को जानने के लिए अपना माध्यम इन सबसे अलग ही खोजना पड़ेगा.
4. **यह सही है कि संसार की सबसे सुन्दर वस्तु को न देखा जा सकता है, न छुआ जा सकता है, उसे तो केवल दिल की गहराई से अनुभव किया जा सकता है.** स्नेह, श्रद्धा, प्यार, ममत्व, अपनत्व आदि सुन्दरतम भाव हैं, जिन्हें महज अनुभव किया जा सकता है. ऐसे भावों पर टिके सभी रिश्तों को स्वार्थ से ऊपर उठकर देखिए. फिर देखिए, संसार कितना सुन्दर है.
5. **यह भी सही है कि जमाने के जितने गम हैं, उनके सामने हमारे गम बहुत कम हैं.** जब हम इस जगत को इस नजरिए से देखेंगे तो अपने आपको बहुत हल्का पायेंगे, अपने आपको दूसरों की अपेक्षा अधिक सौभाग्यशाली समझेंगे. इसलिए, हमें सदैव प्रसन्न रहना चाहिए. मुस्कुराने से मुसीबतें सिकुड़ जाती हैं, हँसने से मुसीबतें हल्की पड़ जाती हैं. दुनिया में आये हैं तो दुनिया में ही रहना पड़ेगा. चाहे सुखी रहें या दुखी रहें. जब रहना ही है तो दुखी हो कर नहीं, सुखी होकर रहें, हँसते हुए रहें. यही हमारी सफलता है.
6. **हम संसार को तो नहीं बदल सकते, किन्तु अपने आपको अवश्य बदल सकते हैं.** जब हम अपने आपको बदल लेते हैं, तब संसार भी अपने साथ बदला हुआ ही लगता है. हमें अपना निर्माण

करना चाहिए, संसार का निर्माण तो अपने आप होता चला जायेगा. जिसे बदला नहीं जा सकता, उसे स्वीकार करने में कोई हर्ज नहीं है.

7. शैयर्स की भांति व्यक्ति के भी दो मूल्य होते हैं, एक अंकित मूल्य (Face Value) और दूसरा बाजार मूल्य (Market Value). दोनों मूल्य सामान्यतः कभी समान नहीं होते. अंकित मूल्य तो स्थित रहता है, किन्तु बाजार मूल्य चढ़ता उतरता रहता है. नीचे शून्य तक और ऊपर आसमान तक जा सकता है. इसलिए लोगों को उनके अंकित मूल्यों की बजाए उनके बाजार मूल्यों की कसौटी पर कसना चाहिए. यदि आप अपना बाजार मूल्य अंकित मूल्य से सदा ऊपर बनाये रखेंगे तो अपने को 'ए' क्लास में बनाये रख सकेंगे और लोगों का विश्वास प्राप्त करते रहेंगे.

8. **लोगों से न अधिक दूरी रखें, न अधिक नजदीकी ही, वरना या तो जम जाओगे या जल जाओगे.** लोगों पर न अधिक विश्वास करें, न अधिक अविश्वास ही, वरना या तो डूब जाओगे या विश्वास खो दोगे. विश्वास तो करें, मगर आँख खोलकर. बिना उचित कारण अविश्वास भी न करें. संसार में रहें, किन्तु संसार को अपने भीतर न रहने दें.

9. दुनिया एक दौड़ है. इसी दौड़ के कारण आज हम यहाँ तक आ पहुँचे हैं. और आगे कहाँ तक पहुँचेंगे, कह नहीं सकते. यह सही है कि जहाँ दौड़ है, वहाँ होड़ है. इस होड़ से हम अपने आपको अलग नहीं कर सकते. **कहीं दुनिया हमें दौड़ से अलग नहीं कर दे, इसलिए हमें दौड़ और होड़ दोनों में बने रहना पड़ेगा.**

दृष्टान्त–

एक दार्शनिक की हार्ट अटैक से अचानक मृत्यु हो गई. उसे ऐसा लगने लगा, जैसे उसका शरीर उससे दूर पड़ा है. वह दूर से अपने शरीर को देखने लगा, किन्तु उसे कुछ समझ में नहीं आ रहा था. कहते हैं, मृत्यु के समय कुछ ऐसा ही घटता है. दार्शनिक का छोटा बेटा नौकरी के कारण कस्बे से दूर था. बस उसी का इन्तजार था. धीरे–धीरे परिचित रिश्तेदार एकत्रित होने लगे. हर व्यक्ति कुछ न कुछ सोच रहा था. दार्शनिक की आत्मा को सबके अन्दर की आवाज स्पष्ट सुनाई पड़ रही थी. पत्नी सोच रही थी–'इतनी जल्दी क्या थी ? थोड़ा बैंक बैलेन्स तो छोड़ जाते ? मेरा बन्दोबस्त तो कर जाते ?' बड़ा बेटा–'पैसा तो बिजनेस में फंसा हुआ है. अचानक आ गये खर्चे का इन्तजाम कहाँ से होगा ? छोटे भाई पर ही डालना पड़ेगा.' बहु–'सास से बदला लेने का अब मौका मिलेगा.' पड़ौसी–'बेचारा, जिन्दगी भर कंजूसी में ही रहा. अच्छा हुआ कि चलता फिरता ही चला गया, वरना बेचारे की दुर्गति ही होती.' उधार माँगने वाला–'अब बारह दिन तो माँग भी नहीं सकते. पूरा हिसाब बना कर दोनों बेटों को पकड़ा देंगे.' उधार चुकाने वाला–'फिलहाल चुप रहना ही बेहतर है. बेटों द्वारा माँगने पर देखा जायेगा.' मित्र–'आदमी भला था. सुख–दुःख में काम आता था.' अभी तैयारी ही चल रही थी कि मृत शरीर में अचानक हलचल हुई. धीरे–धीरे साँस चलने लगी. थोड़ी ही देर में दार्शनिक पुनः जीवित होकर बैठा हो गया. इस पर सबके सब आश्चर्यचकित होकर खुशी से रोने लगे. दार्शनिक धीरे से बोला–'आप लोग शान्त हो जाइए, मैं आप लोगों के जज्बातों को समझ सकता हूँ. थोड़ी देर पहले मैं आपके गम को भी महसूस कर रहा था.'

सात आश्चर्य

1. आदमी कभी भी अपनी गलती स्वीकार नहीं करता, बल्कि अपनी तमाम असफलताओं का दोष दूसरों पर डालने में ही अपनी सफलता समझता है.

2. आदमी अपने दुःखों के कारण दुःखी नहीं रहता, बल्कि पड़ोसियों के तथाकथित सुखों के कारण दुःखी रहता है और पड़ोसी भी इसी तरह दुःखी रहते हैं.

3. आदमी अपनी प्रशंसा के लिए सब कुछ दाव पर लगा देता है, फिर भी कभी सन्तुष्ट नहीं हो पाता है.

4. आदमी सदैव इसी गलतफहमी में रहता है कि वह सब कुछ जानता है, जबकि हकीकत तो यही है कि वह खुद को भी ठीक से कहाँ जान पाता है.

11912934

5. आदमी अपने अनुभवों से कुछ भी सीखना नहीं चाहता है, जबकि वह अपने अनुभवों के आधार पर ही आगे बढ़ सकता है.

6. आदमी अक्सर अपनी बात दूसरों पर थोपना चाहता है, भले ही वह खुद भी अपनी बात से सहमत न हो.

7. आदमी पर दूसरों को मुफ्त में सलाह देने का भूत सवार रहता है, भले ही वह खुद भी ऐसी सलाह पर कभी अमल न करता हो.

(इसी पुस्तक से)

सफल होने का मतलब करोड़पति होना नहीं है।
करोड़पति होने का मतलब भी सफल होना नहीं है।

सकारात्मक सोच ही जीवन की सार्थकता है।
सार्थकता ही सफलता है, सफलता ही सार्थकता है।

सफलता हर व्यक्ति का जन्मसिद्ध अधिकार है।

किसी स्थान विशेष पर पहुँचना उतना महत्वपूर्ण नहीं है,
जितना कि प्रतियोगिता में बने रहना है।

व्यक्ति काम करने पर उतना नहीं थकता,
जितना निर्णय न ले पाने के कारण थकता है।

आप सबको धोखा दे सकते हो, पर खुद को नहीं दे सकते।
आप खुद को भी धोखा दे सकते हो, पर वक्त को नहीं दे सकते।

जब आपकी पहचान आपके नाम से नहीं, बल्कि
आपके काम से होने लगे, तब ही जीवन को सार्थक समझें।

YOUR SUCCESS
IS
OUR AIM
SURE SUCCESS
WITH
OUR NAME
THAT IS
UPKAR

उपकार प्रकाशन, आगरा-2

ISBN 978-81-7482-106-5

9 788174 821065

₹ 140·00