

नज़रिए को मोड़ दें... -ब.कु.मोनिका,शांतिवन

हमारे सामने मौजूद किसी भी तथ्य से ज़्यादा महत्वपूर्ण उस तथ्य के बारे में हमारा नज़रिया होता है, क्योंकि हमारी सफलता या असफलता उसी से तय होती है। हम बचपन में जो भी नज़रिया अपनाते हैं, वो उम्र भर हमारे साथ रहता है। इसमें कोई शक नहीं कि बचपन में हमारे लिए सकारात्मक नज़रिया बनाना बेहद आसान होता है। अगर पैदाइशी मिज़ाज और बचपन के तज़रबे के मेल से आपका नज़रिया सकारात्मक बन गया है, तो आप वाकई खुशकिस्मत हैं। लेकिन जानबूझ कर या हालात की वजह से हमारा नज़रिया नकारात्मक बन गया तो क्या हम उससे चिपके रहेंगे? कतई नहीं! क्या इसे बदला जा सकता है? हाँ! क्या ऐसा करना आसान होगा? बिल्कुल नहीं! क्या यह करने लायक है? यकीनन!

अगर हम सकारात्मक नज़रिया बनाना कायम रखना चाहते हैं, तो हमको सावधानीपूर्वक ये कदम उठाने होंगे।

अपनी सोच बदलें और अच्छाई खोजें

हमें अच्छी चीज़ों का खोजी बनना पड़ेगा। हमें ज़िंदगी के सकारात्मक पहलू पर ध्यान देना होगा। किसी इंसान, या किसी हालात के बुरे पहलू के बजाए उसके अच्छे पहलू पर गौर करना शुरू करें। हममें से ज़्यादातर लोगों को अपनी ही सोच का माहौल इस ढंग से ढाल देता है कि हम गलतियों और कमियों को ढूँढ़ने के आदी हो चुके होते हैं; और इसीलिए तस्वीर का अच्छा पहलू हमसे अनदेखा रह जाता है।

सोने की तलाश में

एंड्रयू कार्नेगी अपने बचपन के दिनों में ही स्कॉटलैंड से अमरीका चले गए। उन्होंने छोट-मोटे कामों से शुरुआत की, और आखिरकार अमरीका में स्टील बनाने वाली सबसे बड़ी कंपनी के मालिक बन गए। एक ऐसा वक्त आया जब उनके लिए 43 करोड़पति काम करते थे। करोड़ रुपये इस ज़माने में भी बहुत होते हैं लेकिन सन् 1920 के आसपास तो उनकी बहुत ज़्यादा कीमत थी। किसी ने कार्नेगी से पूछा, "आप लोगों से कैसे पेश आते हैं?" उन्होंने जवाब दिया - "लोगों से पेश आना काफी हद तक सोने की खुदाई करने जैसा है। हमको एक तोला सोना खोद निकालने के लिए कई टन मिट्टी हटानी पड़ती है। लेकिन खुदाई करते वक्त हमारा ध्यान मिट्टी पर नहीं, बल्कि सोने पर रहता है।"

एंड्रयू कार्नेगी के जवाब में एक बहुत महत्वपूर्ण संदेश छिपा हुआ है। हो सकता है कि किसी इंसान, या किसी हालात में कोई अच्छी बात साफ तौर पर न दिखाई दे रही हो। ऐसी हालत में हमें उसे गहराई में जाकर तलाशना होगा।

कुछ लोग हमेशा नकारात्मक पहलू को देखते हैं

एक शिकारी ने चिड़ियों को पकड़ने वाला

एक अद्भुत कुत्ता खरीदा। वह कुत्ता पानी पर चल सकता था। शिकारी वह कुत्ता अपने दोस्तों को दिखाना चाहता था। उसे इस बात की बड़ी खुशी थी कि वह अपने दोस्तों को यह काबिले-गौर चीज़ दिखा पाएगा। उसने अपने एक दोस्त को बत्तख का शिकार देखने के लिए बुलाया। कुछ देर में उन्होंने कई बत्तखों को बंदूक से मार गिराया। उसके बाद उस आदमी ने कुत्ते को उन चिड़ियों को लाने का हुक्म दिया। कुत्ता चिड़ियों को लाने

आज को बेहतर बनाएँ और इसका भरपूर आनंद लें। इसका यह मतलब नहीं है कि हमें भविष्य के लिए कोई योजना नहीं बनानी चाहिए, बल्कि पैगाम यह है कि हमें आगे की योजना बनाने की ही ज़रूरत है और अगर हम अपने 'आज' का भरपूर इस्तेमाल खुशहाली के लिए कर रहे हैं, तो हम खुद-ब-खुद आने वाले बेहतर कल के लिए बीज बो रहे हैं।



के लिए दौड़ पड़ा। उस आदमी को उम्मीद थी कि उसका दोस्त कुत्ते के बारे में कुछ कहेगा, या उसकी तारीफ करेगा; लेकिन उसका दोस्त कुछ नहीं बोला। घर लौटते समय उसने अपने दोस्त से पूछा कि क्या उसने कुत्ते में कोई खास बात देखी। दोस्त ने जवाब दिया, "हाँ, मैंने उसमें एक खास बात देखी। तुम्हारा कुत्ता तैर नहीं सकता।" **चेतावनी** - अच्छे पहलू पर ध्यान देने का यह मतलब नहीं है कि कमियों को नज़रअंदाज़ कर दिया जाए।

हर काम फौरन करने की आदत डालें

हम सभी ज़िंदगी में कभी न कभी टालमटोल करते हैं। टालमटोल की आदत की वजह से हमारा नज़रिया नकारात्मक बन जाता है। किसी काम को न करने से अधिक थकान उस काम को न करने के लिए की जाने वाली टालमटोल की वजह से होती है।

कोई भी काम पूरा होने पर खुशहाली लाता है और हौसला बुलंद होता है, जबकि आधा-अधूरा काम हमारी हिम्मत को वैसे ही खत्म कर देता है, जैसे पानी के टैंक में कोई छेद टैंक को खाली कर देता है। अगर हम सकारात्मक नज़रिया बनाना और कायम रखना चाहते हैं, तो आज में जीने और हर

काम को तुरंत करने की आदत डालें।

जब मैं बड़ा हो जाऊंगा

यह वैसी ही बात है, जैसे कि कोई छोटा बच्चा कहता है - मैं बड़ा होने पर फलों काम करूंगा, जिससे मुझे खुशियाँ मिलेंगी। जब वह बड़ा हो जाता है तो कहता है - मैं खुशियाँ पाने के लिए फलों काम कॉलेज की पढ़ाई समाप्त करने के बाद करूंगा। जब वह कॉलेज की पढ़ाई समाप्त कर लेता है, तो कहता है कि उसे खुशियाँ पहली नौकरी हासिल करने पर मिलेंगी। पहली नौकरी मिलने के बाद वह कहता है कि उसे खुशियाँ शादी हो जाने पर मिलेंगी। शादी हो जाने पर वह कहता है कि उसे खुशियाँ तब मिलेंगी, जब उसके बच्चे स्कूल जाने लगेंगे। जब उसके बच्चे स्कूली पढ़ाई पूरी कर लेते हैं, तो वह कहता है कि उसे खुशियाँ रिटायर होने के बाद मिलेंगी। और रिटायर होने के बाद वह क्या देखता है? वह देखता है कि उसकी आँखों के सामने ही उसकी पूरी ज़िंदगी गुज़र चुकी है।

कुछ लोग अपनी टालमटोल की आदत को भारी-भरकम शब्दों की आड़ में छिपाते हैं। वे कहते हैं, "मैं बारीकी से सोच रहा हूँ।" और छः महीने के बाद भी वे सोच ही रहे होते हैं। वे यह नहीं समझते कि दरअसल उन्हें एक बीमारी है, जिसे बारीकी से सोचने का लकवा कहते हैं। इस वजह से वे कभी सफल नहीं हो पाते। टालमटोल करने वालों की एक और नस्ल होती है। ये लोग कहते हैं, "मैं तैयारी कर रहा हूँ।" न केवल एक महीने, बल्कि छः महीने के बाद भी वे तैयारी ही कर रहे होते हैं। ये लोग भी नहीं समझ पाते कि उन्हें 'बहानेबाज़ी' की बीमारी है। वे लगातार बहाने बनाते रहते हैं।

वर्तमान में जीएँ

ज़िंदगी कोई ड्रेस रिहर्सल नहीं है। हम किसी भी दर्शन में विश्वास करते हों, पर हमें ज़िंदगी का खेल खेलने का मौका एक ही बार मिलता है। दांव पर इतनी कीमती चीज़ें लगी होती हैं कि आप ज़िंदगी यूँ ही बरबाद नहीं कर सकते। दांव पर आने वाली पीढ़ियों का भविष्य लगा होता है।

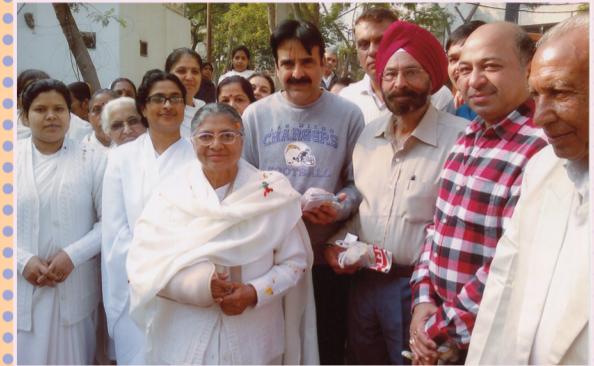
हम कहां हैं और किस दौर में हैं?

जवाब है कि इसी दौर में हैं और यहीं हैं। इसलिए हम आज को बेहतर बनाएँ और इसका भरपूर आनंद लें। इसका यह मतलब नहीं है कि हमें भविष्य के लिए कोई योजना नहीं बनानी चाहिए, बल्कि पैगाम यह है कि हमें आगे की योजना बनाने की ही ज़रूरत है और अगर हम अपने 'आज' का भरपूर इस्तेमाल खुशहाली के लिए कर रहे हैं, तो हम खुद-ब-खुद आने वाले बेहतर कल के लिए बीज बो रहे हैं।

जो काम आप आज कर सकते हैं, उसे कभी भी कल पर न टालें। यकीनन जीत हासिल करने वालों के मन में भी टालमटोल करने की इच्छा ज़रूर पैदा हुई होगी, पर उन्होंने उसे अपने ऊपर कभी हावी नहीं होने दिया।



सिरोही-राज. अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के उपलक्ष्य में सिरोही पेन्शनर समाज में आयोजित कार्यक्रम के अंतर्गत एडवोकेट सुरेश सुराजा, ब.कु. अरुणा, नारी चेतना मंच की अध्यक्ष रोजी बानु शेख एवं डॉ. उषा चौहान।



दिल्ली-कालकाजी. आर.डब्ल्यू.ए. के प्रेसीडेंट कमल अरोड़ा, आर.दास. कुमार, पैट्रॉन, प्रवीन वाधवा, अमित सरिन तथा ब.कु. बहनें समूह चित्र में।



मणीनगर-अहमदाबाद. सीनियर सिटिज़न क्लब के सदस्यों के समक्ष आध्यात्मिक जादू का कार्यक्रम प्रस्तुत करते हुए ब.कु. प्रो.हेमन्त। साथ हैं ब.कु.जया एवं क्लब प्रमुख बंसी भाई।



सासाराम-बिहार. जिला परिषद अध्यक्षा प्रमिला सिंह को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब.कु.सुनीता।



ओलपाड-गुज. शिवजयंती महोत्सव के अंतर्गत परमात्म स्मृति में ब.कु. रंजन, सांसद दर्शना जरदाशेन, विधायक मुकेश पटेल, आचार्य प्रवीण भाई ब.कु.धर्मिष्ठा तथा अन्य।



उज्जैन-म.प्र. 'नारी सुरक्षा-हमारी सुरक्षा' अभियान का दीप प्रज्वलन कर उद्घाटन करते हुए ब.कु. उषा, डी.एफ.ओ. पदमप्रिया बालकृष्णन, पूजा जैन, संध्या ऐरन, डॉ. गायत्री अटल, डॉ. सतविन्दर कौर सलूजा, पार्षद ऋतु बाला व्यास तथा अन्य।