**अखनूर-ज्यौड़ियाँ(जम्मू कश्मीर)।** किसान मेले में उप मुख्यमंत्री डॉ. निर्मल सिंह, किसान सलाहकार बोर्ड के वाइस चेयरमैन दलजीत सिंह, विधायक डॉ. कृष्ण भगत, एम.एल.सी. रमेश अरोड़ा तथा अन्य गणमान्य जनों को ग्राम विकास प्रदर्शनी पर समझाते हुए ब्र.कु. रतन।

**डालटनगंज-सुदना।** पूर्व सांसद एवं झारखण्ड राज्य विधान सभा के प्रथम अध्यक्ष इंदर सिंह नामधारी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. रजनी। साथ हैं जिला परिषद उपाध्यक्ष संजय सिंह तथा सांसद प्रतिनिधि मंगल सिंह।

**दिल्ली-पीतमपुरा।** वरिष्ठ नागरिक पंजाब केसरी क्लब द्वारा शिव जयंती पर निमंत्रण दिये जाने पर वहाँ ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा आयोजित कार्यक्रम में शिव ध्वज लहराते हुए ब्र.कु. सुनीता, सोनम बहन,पुत्र वधू,किरण चोपड़ा,डायरेक्टर,पंचाब केसरी व चेयरपर्सन,वरिष्ठ नागरिक पंजाब केसरी क्लब, सुरेश भाटिया,डायरेक्टर,लॉरेल स्कूल तथा अन्य।

**शामली-उ.प्र.।** शामली व आस-पास के जिलों के लोकप्रिय समाचार पत्र दैनिक 'नवचेतन सत्यभाष' के मुख्य सम्पादक व प्रकाशक सत्यप्रकाश अग्रवाल को ज्ञानचर्चा के पश्चात् शांतिवन,माउण्ट आबू में आयोजित होने वाले अंतर्राष्ट्रीय कॉन्फ्रेन्स में आने का निमंत्रण देते हुए ब्र.कु. अवनीश,शांतिवन।

**बिजनी-असम।** ज्ञानचर्चा के पश्चात् विधायक कमल सिंह नार्जारी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. शोभा।

**रादौर-करनाल(हरियाणा)।** महाशिवरात्रि के शुभ अवसर पर मंचासीन हैं सुरेन्द्र मलिक,एम.सी.,रादौर, ब्र.कु. किरण तथा ब्र.कु. गीता।

# आत्मविश्वास बनाम अहंकार

- ब्र.कु. विश्वनाथ

आत्मविश्वास एवं अहंकार में बड़ा अंतर है। दोनों एक दूसरे के विपरीत एवं विरोधी हैं। आत्मविश्वासी स्वयं पर विश्वास करता है, जिसका अर्थ है-अपनी आत्मा पर संपूर्ण आस्था, जो सदा अजर, अमर, शुद्ध, बुद्ध एवं मुक्त है, जो कभी नष्ट नहीं होती है, जो कभी मरती नहीं है, जो कभी हारती नहीं है एवं सदैव उपस्थित रहती है। इस आत्मतत्व पर आस्था और विश्वास करना ही आत्मविश्वास है।

इसके विपरीत अहंकारी का विश्वास उन गुणों पर ज़्यादा होता है, जिनका अस्तित्व तात्कालिक और क्षणभंगुर हो, जैसे-उसका शारीरिक सौष्ठव व सौंदर्य, उसकी संपदा एवं आर्थिक क्षमता इत्यादि। अहंकारी को लगने लगता है कि उसके जैसा कोई नहीं है इस संसार में, केवल वही है जो सर्वश्रेष्ठ है एवं सब पर भारी है। यही अंतर दोनों के मध्य है।

आत्मविश्वास होने का मतलब है-स्वयं पर गहरा विश्वास, अटूट आस्था, अडिग निष्ठा, और किसी भी परिस्थिति में निराश और हताश न होना। आत्मविश्वास एक सकारात्मक गुण है, विधेयात्मक चिंतन है, और जब यह व्यवहार में उतरता है तो शालीनता, विनम्रता एवं श्रेष्ठता के रूप में परिभाषित होता है। इसके दोनों छोर सकारात्मक की ओर बढते हैं, कहीं भी इसमें नकारात्मकता प्रवेश नहीं कर पाती है। आत्मविश्वास किसी अन्य पर आश्रित नहीं होता, बल्कि वह मात्र स्वयं पर व ईश्वर पर भरोसा करता है। औरों पर भरोसा किया जाए तो पता नहीं वे किस मोड़ पर, किस विशेष क्षण में साथ छोड़ जाएँ और सारा-का-सारा कार्य अधूरा छूट जाए या फिर बीच में ही समाप्त हो जाए। परंतु जब स्वयं पर विश्वास किया जाता है तो ऐसी अप्रिय स्थिति कदापि नहीं आ पाती है।

जिनको स्वयं पर भरोसा है, स्वयं पर विश्वास है, वे कुछ भी करने में समर्थ होते हैं। ऐसा कुछ भी नहीं, जो उन्हें असंभव लगता है, उसे करने में वे संदेह करते हों। असंभव तो उनके लिए कुछ भी नहीं है, क्योंकि उनका विश्वास स्वयं पर शत-प्रतिशत होता है। वे दूसरों के भरोसे आगे नहीं बढ़ते हैं। उनका अपने पर विश्वास उस साहस को पैदा करता है, जिसके सामने कितनी भी बड़ी कठिनाइयाँ क्यों न हों उन्हें डिगा नहीं पाती हैं, कितनी भी बड़ी बाधाएँ सामने खड़ी क्यों न हो जाएँ, उन्हें वे हँसते-हँसते लांघ जाते हैं, कितनी भी भारी विपत्तियाँ क्यों न चुनौती बनकर सामने आ जाएँ, वे उन्हें आसानी से पार कर जाते हैं। आत्मविश्वासी के साहस के सामने विपत्तियाँ भी टिक नहीं पाती हैं। वे न तो किसी से डरते हैं और न ही उन्हें कोई डिगा पाता है। वे तो हर चुनौती के सामने पर्वत जैसे अटल और अडिग खड़े रहते हैं और कभी-कभी तो उनके साहस एवं जज़्बे के सामने चुनौतियाँ एवं कठिनाइयाँ भी उनसे डरने-घबराने लगती हैं।

**आत्मविश्वास रखने वालों को चुनौतियाँ और कठिनाइयाँ भी सौ गुना साहसी बनाकर जाती हैं और विपत्तियाँ एवं बाधाएँ हज़ार गुना बढ़ाकर जाती हैं। जैसे सोने को आग में डाला जाता है तो उसमें और भी निखार आ जाता है, उसकी चमक बढ़ जाती है और उसका मूल्य बढ़ जाता है। उसी तरह अपने ऊपर विश्वास करने वाले के लिए तो ऐसी अनगिनत बाधाएँ उसे निखारने आती हैं, उसके साहस को उभारने आती हैं, उसके सामर्थ्य को बढ़ाने आती हैं।**

वह इनसे डरता नहीं, बल्कि और भी निडर

बनकर उनका सामना करने के लिए सहर्ष तैयार रहता है। उसका ध्येय होता है-विजय के लिए सदा आगे बढ़ना और अपने अभीष्ट लक्ष्य की प्राप्ति करना। यदि किसी तरह से परिस्थितिवश उसे थोड़ी देर के लिए रुकना या पीछे हटना भी पड़ा तो ऐसी स्थिति में वह पल भर विश्राम करके, अपने में नई स्फूर्ति भरकर संपूर्ण साहस के साथ फिर से संघर्ष की उसी दिशा में चल पड़ता है।

आत्मविश्वासी के लिए जीत अथवा हार का कभी कोई मूल्य नहीं होता है। इसलिए वह हार कर भी कभी नहीं हारता है। हारना या हार की कल्पना करना केवल वे करते हैं, जिनको स्वयं पर विश्वास नहीं होता। जिसे स्वयं पर विश्वास होता है, वह हार की कल्पना भी नहीं करता, वह जब तक उसकी अंतिम साँस चुक न जाए और जब तक उसकी देह से प्राणों का एक-एक कतरा बह न जाए, वह सदा लड़ता रहता है। ऐसे दुर्धर्ष योध्दा की भला कभी हार हो सकती है! और वह जब जीतता है या सफलता प्राप्त करता है तो उसे ईश्वरीय अनुदान मानता है व सफलता का सारा श्रेय सर्वशक्तिमान ईश्वर को प्रदान कर देता है। इसे औरों में बाँटने, अपने श्रेय, समृद्धि व सम्मान के द्वारा दूसरों की पीड़ा निवारण के लिए भरसक प्रयत्न करता है। इस प्रकार सफलता के लिए उसका संघर्ष भी सद्गुण संवर्धन की एक प्रक्रिया बन जाता है। सफलता पाकर उसके अंदर अहंकार पैदा नहीं होता है, वह इठलाता, इतराता घूमता नहीं है, बल्कि औरों के लिए अर्पित कर देता है।

आत्मविश्वासी को न तो सफलता उन्मादी बनाती है और न विफलता उसे डराती है और बाधा बनती है। विफलताएँ तो उसे अपने दुर्गुणों को पहचानने में और उन्हें दूर करने में मददगार साबित होती हैं। वह देखने लगता है सूक्ष्मता से कि कहाँ कमी हुई, जिस वजह से उसे विफलता हाथ लगी और वह उसी क्षण उन सभी कमियों को दूर करते हुए सफलता के लिए प्रयत्न करने लग जाता है। इस कार्य में न तो वह थकता है और न रुकता है, वह सदा प्रयत्नशील रहता है।

इसके विपरीत अहंकारी व्यक्ति सफलता पाते ही सातवें आसमान में उड़ने लगता है। सफलता उसे गर्वोन्मत कर देती है और वह मदोन्मत हो जाता है। सफलता के क्षण में वह स्वयं को सर्वोपरि मानकर दूसरों को तुच्छ एवं क्षुद्र समझने लगता है। उसके विचार बड़े गर्वीले हो जाते हैं और उसका व्यवहार अशिष्टता, गर्वोन्मतता एवं उद्दंडता से भर जाता है। वस्तुत: सफलता को पचा पाने की क्षमता उसके पास नहीं होती है और वह आत्ममुग्ध होकर घूमता रहता है।

इसीलिए अहंकारी व्यक्ति को जीवन में जब असफलता या विफलता मिलती है तो वह गंभीर रूप से हताश, निराश एवं व्यथित हो उठता है। अहंकार एक ऐसे गुब्बारे के समान है, जिसमें हवा भरी होती है, कोई ठोस तत्व नहीं होता है, इसलिए तो वह एक विफलता रूपी पिन के चुभने से ही फट जाता है। अहंकार को जब एक चोट पडती है तो वह बिलबिलाने लगता है, बौखलाने लगता है और ऐसी स्थिति देर तक बनी रहे तो वह घबराने लगता है। असफलताओं की श्रृंखला से वह इतना हताश और निराश हो जाता है कि उसके मन में आत्महत्या जैसे कायरता के भाव निरंतर आने लगते हैं। अहंकार एक आभासी तत्व होने के कारण उसका कोई वास्तिविक अस्तित्व नहीं होता हैं, परंतु अहंकारी इस झूठे एवं आभासी तत्व को सब कुछ मानकर आगे बढ़ता है और ये जब गिरने लगते हैं, टूटने लगते हैं तो उसे निराशा व हताशा हाथ लगती है।

आत्मविश्वास बढ़ाने के लिए सुख का जीवन जीने के बजाय, फूल पर पाँव रखने की अपेक्षा अँगारों पर चलने का साहस होना चाहिए। फूल पर सभी चल लेते हैं, यहाँ तक कि एक नादान बच्चा भी इस पर खेलने में संकोच नहीं करता है, किंतु अँगारों पर चलने का साहस विरले ही दिखा पाते हैं। जो व्यक्ति कठिनतम कार्यों को भी अपने करने योग्य बना लेता है, सरल एवं सहज बना लेता है, भीषणतम चुनौतियों को भी आसान कर लेता है, वह अपनी शक्ति पर विश्वास करता है

- शेष पेज 7 पर...