आप गरीब क्यों हैं ?

विनोद श्री

प्रिय दोस्तो

यह पुस्तक आपको आपसे मिलाने में एक मार्गदर्शक के रूप में काम करेगी I यह पुस्तक आपको आपके द्वारा की गयी गलतियों से अवगत कराएगी I इसके साथ यह पुस्तक आपको एक नए जोश और शक्ति से भर देगी I हम सभी जीवन में गलतियां करते हैं कई बार तो गलतियां पता चल जाती हैं पर कई बार हम गलती करते हैं पर हमें गलती का पता नहीं चलता I यह पुस्तक वही गलतियां आपको समझने में सहायक के रूप में कार्य करेगी I

यदि समय पर गलती पता चल जाये तो उसको सुधारा जा सकता है I हम पैसे के बारे में पैदा होने से मरने तक रोज़ सुनते हैं, पढ़ते हैं,समझते हैं पर क्या हम सच में पैसे की समझ जगा पाए I इस पुस्तक के माध्यम से आज में आपकी पैसे की समझ बढ़ाने और अज्ञानता का वो पर्दा उठाने की कोशिश करूँगा जो वर्षों से आपकी आँखों पर पड़ा है I

मैं आपको अमीर बनाने वाले वो सारे रास्ते बताने वाला हूँ जो शायद आपको पता तो होंगे पर आप उन पर चल नहीं पाते I आपको जान कर हैरानी होगी की आपको जीवन में पीछे रखने वाला कोई और नहीं आप खुद हैं I आइये आप और मैं मिलकर इस समस्या को समझते हैं और इसे हमेशा के लिये इसे आपके जीवन से निकाल फेंकते हैं I

गरीबी के बीज

प्यारे मित्रो हम सभी जानते हैं कि हम सभी जब पैदा होते हैं तब हम सभी कच्ची मिट्टी की तरह होते हैं हमें जिस प्रकार से ढाला जाता है हम उसी प्रकार ढल जाते हैं। हम में से ही कोई कंजूस बनता है, कोई शर्मीला, कोई डरपोक ,कोई बहादुर। सब कुछ हमारी परवरिश पर निर्भर करता है। हमारे आस-पास के लोग या वातावरण ही हमारी अब की हालत के जिम्मेदार हैं।

जिस प्रकार किसी पौधे के स्वस्थ होने के लिये उसके आस-पास का वातावरण और स्वस्थ बीज जिम्मेदार होते हैं उसी प्रकार हमारे आस-पास का वातावरण और हमारे दिमाग. में बोये गये बीज हमरी वर्तमान स्थिति के जिम्मेदार हैं। जैसा कि हमने सुना है जो बोएगा वही काटेगा। इस कहावत के अनुसार यदि हमारे मन में जो गरीबी के बीज बोए गए हैं जीवन भर वही गरीबी की फसल काटनी पड़ेगी। यदि आप अपने जीवन में कुछ अलग करना चाहते हैं तो आज से ही आपको अपने दिमाग में बोए गए गरीबी के बीजों को हटाना पड़ेगा और उनकी जगह अमीरी के बीज बोने होंगे तभी आप अमीरी की फसल काट पाओगे।

चलिए हम गरीबी के बीजों को एक और कहानी द्वारा समझने की कोशिश करते हैं आप में से अधिकतर लोगों ने शायद यह कहानी सुनी भी हो। एक व्यक्ति के पास एक हाथी का बच्चा था। वह उस हाथी के बच्चे को एक रस्सी के सहारे बांध दिया करता था। कुछ साल बाद धीरे-धीरे करके वह हाथी बड़ा हो गया। अब हाथी ज्यादा ताकतवर था परंतु फिर भी वह कभी भी उस रस्सी को नहीं तोड़ पाया ऐसा इसलिए हो गया क्योंकि बचपन से वे उस रस्सी को तोड़ने की कोशिश करता था पर उसकी कोशिश नाकामयाब हो जाती थी क्योंकि उस वक्त वह उस रस्सी को तोड़ने की ताकत नहीं रखता था। उसके दिमाग में यह बात बैठ गई कि अब वह इस रस्सी को कभी नहीं तोड़ पाएगा। उसने ताकतवर होने के बावजूद अपनी ताकत का इस्तेमाल करना सही नहीं समझा। वह इस तरह की कोशिश सैकड़ों बार कर चुका था उसके

दिमाग में यह बात बैठ गई थी कोशिशें बेकार होंगी। इस कहानी में हमने यही बात समझी की हमें बचपन से जो चीज सिखाई जाती हैं वह हमारे दिमाग में घर कर जाती हैं और हम सारी जिंदगी वैसा ही कार्य करते रहते हैं जैसा हमें बचपन से सिखाया गया है। साथियों ऐसा नहीं है कि हम भी उसी हाथी की तरह ही अपना जीवन वैसे ही गुजार दें जैसा कि हमें बचपन से सिखाया गया है। अपने दिमाग से गरीबी के बीजो को उखाड़ फेंकने में अब बहुत सी ताकत की जरुरत है। आप के दिमाग पर बहुत सारी बातो का असर है जो आपने बचपन से सुनी या सीखी है। अब आप हाथी की तरह बड़े हो चुके हैं। अब आपके पास वो शक्ति है जिसका प्रयोग कर के आप गरीबी के बीजों को अपने दिमाग से निकाल कर फेंक सकते हैं।

याद कीजिए वे सारी बातें जो बचपन से आपको सिखाई जा रही हैं। पैसा कमाना बहुत मुश्किल होता है। पैसे पेड़ पर नहीं लगते हैं। हम बहुत अमीर नहीं हैं। हमारी कोई मिल नहीं चल रही है। हमको दो वक्त की रोटी के लिए बहुत मेहनत करनी पड़ती है। हम तो गरीब हैं और गरीब ही रहेंगे।

यही वह सब गरीबी के बीज हैं जो आपके मन में बोए गए आपको दिन-रात डराया गया। आपके दिमाग में बार-बार इन बीजों को रोपित किया गया। धीरे-धीरे करके इन बीजो ने जड़ पकड़ ली और आपको गरीबी का पौधा बनाकर उपहार के रूप में दिया जोकि आज एक पेड़ बन चुका है और दिन-रात जो गरीबी आप भोग रहे हो इसी पेड़ के फल हैं। अब यह आपकी मर्जी है कि आप इस पेड़ को उखाड़ दें या इसके फलों का आनंद लेते रहें और अपने नसीब को कोसते रहें।

जैसा कि भगवान बुद्ध कहते हैं कि जैसा हम सोचते हैं हम वैसे ही बन जाते हैं। मतलब कि सब कुछ हमारे दिमाग पर ही निर्भर करता है। हम जिस प्रकार सोचेंगे उस प्रकार की हमारी छवि बन जाएगी। यदि हम अपने आप को कामयाब समझेंगे तो हम कामयाब बन जाएंगे। यदि कमजोर समझेंगे तो कमजोर बन जाएंगे। यदि गरीब समझेंगे तो गरीब और अमीर समझेंगे तो अमीर बन जाएंगे। सब कुछ हमारे दिमाग से ही निर्धारित होता है। अब समस्या इतनी है कि हमें बार-बार एक ही चीज क्यों दोहरा-दोहरा कर समझाई गई है। यदि हमें लगातार बचपन से अमीरी सिखाई जाती तो हम अमीर बनते। हमें लगातार गरीबी सिखाई गई तो हम गरीब बने। याद कीजिए बचपन में हमसे एक सवाल पूछा जाता था कि बेटा बड़े होकर क्या बनोगे। तब हमारा जवाब कुछ इस प्रकार हुआ करता था। हम बड़े होकर डॉक्टर, इंजीनियर, वकील या फिर कोई अफसर बनेंगे। गौर करने वाली बात है हम में से एक ने भी अमीर बनने की बात नहीं कही। न ही हमें कभी अमीर बनने की कोई क्लास दी गई। यहाँ जितने भी

प्रोफेशन हमको बताए गए उन सब में हमको नौकर ही बनाने की साजिश रची गई। यदि हम डॉक्टर बनते हैं तो हमें कहीं नौकरी करनी पड़ेगी। यदि इंजीनियर बने तो इंजीनियरिंग में कहीं नौकरी करनी पड़ेगी। वकील बनते हैं तो वकालत की नौकरी करनी पड़ेगी। अफसर बनते हैं तो किसी ऑफिस में नौकरी करनी पड़ेगी। इन सभी कार्यों में नौकरी ही सिखाई गई। हमको एक भी कार्य ऐसा नहीं बताया गया जिससे हम अमीर बन सके तो दोस्तों हमारी गलती किस प्रकार हुई। हमें अब तक जो सिखाया गया वह नौकरी करना और नौकर बनना। हमारे दिमाग में बार-बार नौकरी नाम का बीज बोया गया नौकरी हमेशा नौकर लोग ही करते हैं इसीलिए हमें नौकरी नाम की सुरक्षा दिखाई गई और हम लोगों ने नौकरी की तैयारी शुरू कर दी।

सभी अमीरों ने मिलकर यह जाल बुना है जिसमें स्कूलों को तय किया गया है कि इसमें हम किस प्रकार से मजदूर बनाएंगे सभी स्कूलों में एक ही तरह की शिक्षा दी जाती है जिसमें यही सिखाया जाता है कि आप बड़े होकर किस प्रकार से किसी कंपनी में नौकरी करेंगे एक भी स्कूल ऐसा नहीं है जिसने कभी कोई क्लास ऐसी दी हो जिसके अंदर पैसा बनाना सिखाया गया हो।

जी हाँ दोस्तों वही पैसा जो हमारे पैदा होने से हमारे मरने तक हर दिन हमारे साथ जुड़ा रहता है उस पैसे को सिखाने के लिए ना एक भी क्लास है ना स्कूल है ना कोई कॉलेज है ना ही कोई इंस्टिट्यूशन है। आखिर ऐसा क्यों है ? हमारा कभी इसकी और ध्यान क्यों नहीं गया। क्या हमारी सरकार हमको नौकर बनाने के लिए प्रेरित करती है ? जी हां असलियत में यही सत्य है ऐसा नहीं होता तो कुछ मुट्ठी भर लोग ही अमीर नहीं बनते। हम में से ही कुछ जिद्दी लोग आगे बढ़ जाते हैं और चुनौतियों को स्वीकार करते हैं और समाज में फैले इस झूठे जाल को तोड़ देते हैं। वह अपने दिमाग से गरीबी के बीज निकाल देते हैं। वह उन सभी पेड़ों को या पौधों को निकाल देते हैं जिनमें उनको बार-बार गरीबी सिखाई गई है। ऐसा करने में उनका कौन साथ देता है। जी हां दोस्तों यही सबसे मुख्य सवाल है कि इन पौधों को या इन पेड़ों को जो हमारे दिमाग में गरीबी की जड़ फैलाए बैठे हैं इनको हम अपने दिमाग से कैसे निकाल सकेंगे। वह तरीका है ज्ञान जी हां सिर्फ ज्ञान। दोस्तो ज्ञान ही इकलौती ऐसी चीज है जिससे हम यह जंग जीतेंगे। आपको लगातार इस पर कार्य करना पड़ेगा। क्योंकि इसकी जड़े हमारे दिमाग में बहुत गहराई तक पहुंच चुकी हैं इनको ठीक करने के लिए आपको लगातार सभी

पड़ेंगे जो अब तक आपने नहीं किए हैं। आपको अपने ज्ञान के प्रकाश से इस अंधेरे को मिटाना ही होगा।

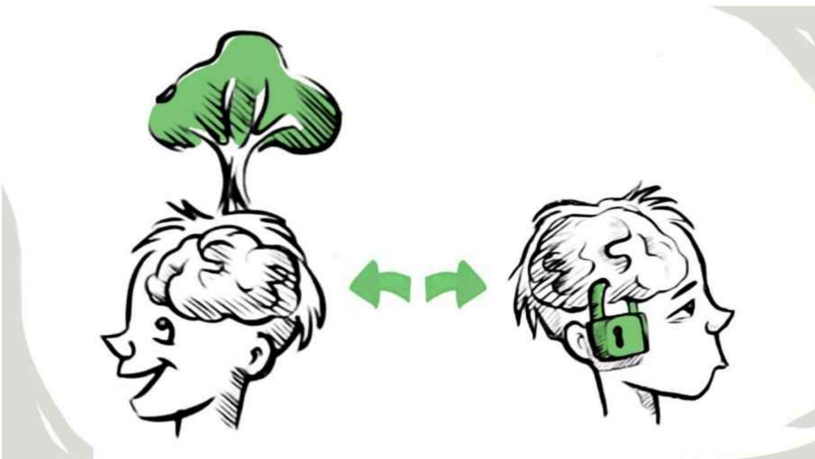
चलिए इसे करना सीखते हैं। हम यह सब कुछ चरणों में सीखेंगे।

1. **नकारात्मक लोगों से दूर रहना सीखेंगे।**
2. **सकारात्मक लोगों का साथ पकड़ेंगे।**
3. **अपने आसपास के वातावरण को सकारात्मक बनाएंगे।**
4. **कोई भी कार्य कल पर नहीं डालेंगे और सबसे महत्वपूर्ण और अंतिम**

5. **छोटे-छोटे कामो से शुरुआत करेंगे।**

चलिए मित्रों अब इसे विस्तार में देखते हैं।

प्रथम चरण :- नकारात्मक लोगों से दूर रहना सीखेंगे।



नकारात्मक लोगों का साथ कैसे छोड़े ? यह बड़े दुख की बात है कि हमारे आसपास के अधिकतर लोग नकारात्मक होते हैं और वह हमारे हर कार्य में अपनी टांग अड़ाये बिना बाज नहीं आते। उनको कार्य कैसे-कैसे नहीं होता इसके सारे तरीके पता हैं। जैसे ही आप उनसे कोई कार्य करने की बात करेंगे वे आपको उससे होने वाले सभी प्रकार के नुकसानो से आपको अवगत करा देंगे। उन्हें ऐसा करने का मौका हम ही लोग देते हैं। जरा सोच कर देखिए मित्रों हम जिन लोगों से सलाह मांग रहे हैं। क्या वे अपने जीवन में कुछ ऐसा कार्य कर चुके हैं ? जिस कारण हमने उनसे सलाह मांगी है। क्या वे व्यक्ति इतने कामयाब हैं ? क्या उन्होने अपने जीवन में जोखिम उठाए हैं। वह आपको हमेशा आपके सुरक्षित क्षेत्र (comfort zone) में रहने की सलाह प्रदान करेंगे।

ये सब वही लोग होते जिन्होने अपने जीवन में कुछ नहीं किया और वह आपको भी ऐसा ही बनाना चाहते हैं। आप उनसे किसी भी कार्य के बारे में बात कीजिए। वह आपको बताएंगे कि यह काम कैसे कैसे नहीं हो सकता। उस काम को करने से आपको क्या क्या नुकसान होगा। मैं इसे आपको अपने जीवन की एक घटना के उदाहरण से समझाने की कोशिश करता हूं। मैं भी आपकी तरह ही एक साधारण सी नौकरी करने वाला व्यक्ति था। मेरे मकान में रहने वाले एक किराएदार ने मुझे सलाह दी कि मैं एक छोटी सी मशीन लगा लूं जिससे मुझे अतिरिक्त ₹5000 महीना प्राप्त होने लगेंगे। मैंने अपने दोस्तों से इस विषय पर बात की। मेरे दोस्तों की संख्या लगभग 8 रही होगी जिनसे मैंने सलाह मांगी।

मेरे दोस्तों ने मुझे यह बताया कि यह काम कैसे-कैसे मुझे नुकसान पहुंचाएगा। मैंने उन सभी की बातें सुनी। सब के द्वारा बताए गए सभी नुकसान वाली बातों को मैंने ध्यान में रखते हुए यह सोचा कि सचमुच वह जो कह रहे हैं वह सब सच हो जाएगा। मेरे मन में भी उसी प्रकार से गरीबी के बीज बोए गए थे जैसे कि आप लोगों के मन में गए हैं। मैं भी वैसा ही सोचने लगा जैसा एक आम व्यक्ति सोचता है तभी मेरे मन में एक विचार आया और मैंने सभी आठों मित्रो की एक लिस्ट बनाई। लिस्ट में मैंने लिखा कि वे सभी लोग क्या क्या कार्य करते हैं। मैंने देखा कि इस लिस्ट के अनुसार वे सभी के सभी खुद ही गरीब थे। मेरी लिस्ट के अनुसार मैं उनके नामों के सामने गरीब और अमीर लिखने लगा। मैंने पाया कि उस लिस्ट में पहला गरीब दूसरा गरीब तीसरा गरीब चौथा गरीब और आखिर तक सभी गरीब थे। मित्रो अब मैं समझ चुका था कि वे सभी गरीब मुझे अमीर बनने की सलाह कैसे दे सकते थे। जीवन में जिन्होंने अपने जीवन में कुछ नहीं किया वह लोग मुझे किस तरीके से अमीर बनने का तरीका बता सकते हैं। जो नकारात्मकता की वजह से खुद कभी कुछ नहीं कर पाए वह मुझे कोई कार्य करने में कैसे सलाह देंगे। इन्हीं शब्दों के साथ मैंने उनकी बातो को नकार दिया और अपना निर्णय खुद लिया। मैंने वह काम चालू किया और उससे बहुत अच्छा मुनाफा भी कमाया। अगले 3 वर्षों में मैंने उस कार्य से लाखों रुपए कमाए। तो मित्रो शायद आप समझ गए होंगे कि मैंने नकारात्मकता को अपने पास से हटा दिया। मैंने इसके लिए एक लिस्ट बनाकर इसको समझा आप भी यह प्रक्रिया कर सकते हैं। बस आपको किसी भी प्रकार से नकारात्मक लोगों नकारात्मक वातावरण से दूर रहना है।

दूसरा चरण :- सकारात्मक लोगों का साथ पकड़ेंगे।

सकारात्मक लोगो के साथ रहेंगे। ऐसा नही है कि आपके आसपास के सभी लोग नकारात्मक प्रवृत्ति के होंगे। ऐसे लोग भी हैं जो सकारात्मक सोच के होंगे। आपको बस उनको ढूंढना हैं। जो लोग आपके साथ सकारात्मक बातें करें। जो आपको सकारात्मकता से भरें। जिन से बात कर के आप ऊर्जा महसूस करें। उनको ढूंढना बहुत आसान है। वे सभी लोग जो आपको कार्य में जोखिम लेने से रोके नहीं। आपको कार्य करने में सहयोग दें। आपको आगे बढ़ने में सहायता प्रदान करें। ना कि रुकावट पैदा करें। वे सभी लोग आपके लिए सकारात्मक हैं। सकारात्मक विचार वाले व्यक्तियों को ढूंढें और उनके संगत में जो भी कार्य करना चाहे वह करें। वे सभी सकारात्मक व्यक्ति आपको ऊर्जा से भर देंगे और आपको सही मार्गदर्शन भी देंगे वह आपका यदि आप से कभी कोई गलती हो भी जाती है तो वे लोग आपको कोसेंगे नहीं। वे लोग आपको नीचा नहीं दिखाएंगे। वे आपको फिर से खड़ा होने में मदद करेंगे। सकारात्मक लोग कभी भी नकारात्मकता की बातें नहीं करते। वे गलतियों से सीखने की बात करते हैं। वे रुकना पसंद नहीं करते। वे गिरना तो जानते हैं पर गिरकर उठने वाले ही लोग आगे चलकर कामयाब होते हैं ऐसे लोगों के संपर्क में रहें। उनसे सीखे और कार्य करते रहें।

अब से कसम खा लो दोस्तो आज से ही आप सकारात्मक लोगों के साथ रहेंगे। आप उन सभी लोगो का साथ आज से ही त्याग देंगे जो आपको नकारात्मकता से भरने की कोशिश में लगे रह्ते हैं।

तीसरा चरण :- अपने आसपास के वातावरण को सकारात्मक बनाएंगे।

आपको ये प्रण लेना होगा कि आप अपने आस-पास के माहौल को सकारात्मक बनाना शुरु कर देंगे। अब से जो किताब आप पढ़ेंगे वो सकारात्मक होनी

चाहिए। जो फिल्म आप देखें वह सकारात्मक होनी चाहिए। जो वीडियो आप देखें वह सकारात्मक होनी चाहिए। जिन लोगों की बातें आप सुने वो सकारात्मक होनी चाहिए। मतलब यह कि आपके आस-पास जो भी हो वह सब कुछ सकारात्मक होना चाहिए। अब आप देखेंगे कि यह सकारात्मकता एक जादू की तरह काम करने लगी है। वो सारे कार्य जो लंबे समय से नहीं हो पा रहे थे। वह कुछ ही समय में आपको होते हुए दिखने लगेंगे। लोग आपको देखकर हैरान होने लगेंगे। आपकी कामयाबी उनके लिए एक मिसाल बनने लगेगी। सकारात्मकता ही आप को बदल कर रख देगी। आप खुद एक नई ऊर्जा से भर जायेंगे। आपको यह सब कुछ एक सपने जैसा लगेगा परंतु यह सचमुच एक हकीकत होगा। आप देख कर हैरान होंगे कि ऐसा कैसे हो सकता है। आप जो चाहेंगे वह आपको मिल जाएगा। जैसा चाहेंगे वैसा मिल जाएगा। बस आपको एक ही कार्य करना है। अपने आसपास के वातावरण को सकारात्मक बना देना है।

चौथा चरण :- कोई भी कार्य कल पर नहीं डालेंगे।

साथियों अब से कोई भी काम आप कल पर नहीं छोड़ेंगे| आप लोगों को अक्सर काम को टालने की एक बुरी आदत पड़ चुकी है| इस आदत को बदलने के लिए आपको आज सही काम शुरू करना होगा| काम छोटा हो या बड़ा बस आप इसको कल पर नहीं डालेंगे| आपको काम को आज ही निपटाने के लिए सारी कोशिशें करनी होंगी| शुरुआत में यह बहुत मुश्किल होगा क्योंकि जो बुरी आदत आपको लंबे समय से पड़ी हुई है उसे आप एकदम से नहीं छोड़ पाएंगे| दोस्तों यह काम मुश्किल जरूर है पर यह नामुमकिन बिल्कुल नहीं है| आप इसे

कर सकते हैं| आप जो भी चाहे वह सब कुछ कर सकते हैं| तो यह तो बस एक छोटी सी बुरी आदत है| आपको सफल बनने के लिए यह काम जरुर करना होगा| आप में से अधिकांश लोग जब यह काम करना शुरु करेंगे| तो यह काम कुछ दिन तो चलेगा लेकिन कुछ दिनों बाद ही वह हार मानकर रुक जाएंगे| साथियों आपको ऐसा नहीं होने देना है| आपको अपने मन की शक्ति के सहारे आप अपने आप को जगाए रखना है| मुझे आशा है कि आप यह मुश्किल काम जल्द ही संभव कर लेंगे| दोस्तों सिर्फ आपको आपकी शक्ति पहचानने की जरूरत है| फिर सभी काम आसान हो जाएंगे

|

पांचवा चरण :- छोटे-छोटे कामो से शुरुआत करेंगे।

सबसे अंतिम और सबसे महत्वपूर्ण चरण है पांचवा चरण। किसी भी काम के सबसे मुश्किल अंग होता है उसकी शुरुआत। हम सीखेंगे कि काम को अभी से कैसे शुरु करना है। आपको जैसे ही कोई काम मिला और बस आपने उस काम को तभी शुरु कर दिया। शुरुआत आप छोटे-छोटे कामो से करेंगे और बड़े काम अपने आप होने लगेंगे। चलिए इसे सीखते हैं। मान लीजिये आपको एक कप चाय बनाने से शुरु करना है। आपको किसी ने बोला एक कप चाय बना दो मेरे लिए और बस आप शुरु हो गए। आपको किसी ने बोला अपने कमरे की सफाई करने के लिए और बस कहने के साथ ही आप शुरु हो गए। आपको किसी ने बोला एक प्रोजेक्ट बनाने के लिए और बस आपका काम शुरु। आप

कुछ ही दिन में इसे एक आदत के रूप में विकसित कर लेंगे और आप पाएंगे कि सभी काम कितनी आसानी से हो रहे हैं। काम करना हमेशा से ही आसान था बस उसको शुरू ना करने की आदत ने हमको इसके मुश्किल रूप से अवगत कराया है। अब आप को बड़े से बड़े काम छोटे लगने लगेंगे। आपकी काम को टालने की आदत काम को अभी से शुरू करने की आदत में बदलने में कुछ ही समय लगेगा। आप पाएंगे कि यह आपके लिए एक दिव्य अस्त्र के रूप में कार्य करेगा। जो आपको सभी जगह विजय पताका फहराने में मदद करेगा आपने इस पुस्तक को पढ़ना शुरू करते ही यह कार्य शुरू कर दिया है। अब आपको जीतने से और अमीर बनने से कोई नहीं रोक सकता।

गरीबी से मित्रता तोड़ें

गरीबी से मित्रता तोड़ने के लिए हमको गरीबों से मित्रता नहीं तोड़नी है। कोई भी व्यक्ति अगर दुनिया में गरीब है तो वह अपनी वजह से गरीब है। हमें सिर्फ गरीबी से मित्रता तोड़नी है। गरीबी क्या है ? यह सिर्फ एक मानसिकता है। ऐसी मानसिकता कि जिसे आप सच मान बैठे हैं। चलिए इसको ध्यान से समझते हैं।

एक रिक्शा चलाने वाला मजदूर दिनभर जी तोड़ मेहनत करता है। शाम तक पैसे भी कमा लेता है। उसकी दिनचर्या इस प्रकार चलती रहती है। सुबह से शाम तक कमाना और शाम को जाकर वह पैसे खर्च कर देना। हम सभी यह जानते हैं कि जिस भी व्यक्ति की जितनी आय होती है वह उस प्रकार अपना व्यय भी तय कर लेता है। चलिए जिस प्रकार रिक्शा वाले की दिनचर्या देखी इस प्रकार एक नौकरी करने वाले व्यक्ति की भी दिनचर्या पर गौर करते हैं। एक नौकरी करने वाला व्यक्ति अपनी नौकरी की टाइमिंग जो सुबह से शाम तक होती है। वह रोज काम पर जाता है। वहां पूरा दिन मजदूरी करता है और शाम को घर लौट आता है। महीने के अंत में अपनी जीविका चलाने के लिए वह पैसे जो उसने पूरे महीने मेहनत कर के कमाए थे ले आता है। अब इन्ही पैसों से वह अपने 1 महीने का सारा खर्च पूरा करेगा। जो अधिकांश लोगो का पूरा नहीं हो पाता। महीने का अंत आते आते वह खाली जेब होने लगता है। अब आप ही बताइए क्या फर्क है उस रिक्शा वाले मजदूर में और एक नौकरी करने वाले मजदूर व्यक्ति में। मजदूर रोज कार्य करके खाली जेब रहता है और नौकरी करने वाला व्यक्ति पूरे महीने कार्य करने के बाद भी खाली जेब रहता है। मेरे अनुसार यह दोनों ही गरीब हैं। गौर करने वाली बात यह है कि इन दोनों ने ही पैसे कमाए थे। इन दोनों ने ही मेहनत की और पैसे कमाने के बावजूद भी यह गरीब कैसे हुए। तो मित्रों यही जानने वाली बात है कि सिर्फ खर्च भर के पैसे कमाने वाले व्यक्ति ही गरीब कहलाते हैं। वे यह भूल जाते हैं कि अकस्मात किसी भी परेशानी के आने से उनका सारा बनाया हुआ जाल टूट जाएगा। गरीबी से समझौता करके उन लोगों ने यह गलती कर रखी है। वह अपने आप को सुरक्षित तो जरूर महसूस करते हैं पर सुरक्षित होते नहीं हैं और इसी को गरीबी कहते हैं।

मुझे आशा है कि आप लोग गरीबी समझ गए होंगे यदि नहीं तो मैं कुछ और उदाहरण देकर आप को समझाने की कोशिश करता हूँ। गरीब व्यक्ति किसी भी प्रकार का जोखिम लेने की कोशिश नहीं करते। वे किसी भी प्रकार के नए कार्य की शुरुआत नहीं करते और यदि करते भी हैं तो उसे जल्दी बंद कर देते हैं। वे कान के कच्चे होते हैं और औरों की नकारात्मकता वाली सोच अपने ऊपर हावी कर लेते हैं। वे अपने जीवन भर हालात से और दुनिया से समझौता करते रहते हैं। वे अपनी गरीबी का दोष हमेशा किसी और को देते हैं। अपनी गरीबी की जिम्मेदारी वे खुद कभी नहीं लेते। वे सिर्फ सपने देखते हैं पर उनको पूरा करने के लिए कोई कार्य नहीं करते। गरीबी के कुछ लक्षण जो आप अपने आसपास के लोगों में बखूबी देख पाएंगे। हो सकता है इन लक्षणों से आप अवगत हो और यह लक्षण आप में भी पाए जा सकते हैं। यदि ऐसा है तो इन लक्षणों की पहचान जल्दी करें और जल्द ही इस से छुटकारा पाने के लिए कार्य शुरू करें।

यह लगभग उसी प्रकार है जैसे जब आप बीमार पड़ जाते हैं तो आपको एक मेडिकल चेकअप की जरूरत पड़ती है। जब आप की मेडिकल जांच हो जाती है तो उसकी रिपोर्ट के अनुसार आपको दवाएं दी जाती हैं। तो जैसे ही आप की गरीबी के लक्षण आपको पता चलते हैं आपको इसके इलाज के रूप में कार्य शुरू कर देने होंगे। मैं आशा करता हूं कि आपको मेरी बात समझ आ रही होगी।

गरीबी एक बीमारी के रूप में आपके साथ चिपक गई है। मैं जानता हूं कि यह आप को बुरा भी लग सकता है। दोस्तों बुरा मानने की बात नहीं है। मैं आपको ठीक करने में आपका साथ देने के लिए राजी हूं। यदि मैं सिर्फ आपको बुरा कह रहा हूं तो इसमें किसकी गलती है। आप में कुछ कमी है। उसी को ठीक करने की वजह से ही मुझे यह पुस्तक लिखनी पड़ रही है। चलिए गरीबी से छुटकारा पाने के कुछ उपाय पर कार्य करते हैं। सबसे पहले तो आप कसम खाएंगे कि

आप गरीबी से मित्रता तोड़ देंगे। यह बहुत मुश्किल होगा। मित्रों पर यह समझ लीजिए कि इस मुश्किल को पार करने के बाद जीवन के सारे सुख सारे ऐश्वर्य सब आपके चरणों में होंगे। लोग आपकी प्रशन्सा करते नहीं थक रहे होंगे। आप को गरीबी से मित्रता तोड़कर अमीरी से मित्रता करनी है। चलिए शुरू करते हैं। इसमें सबसे पहले चरण में आप अपने जीवन में समझौता करना छोड़ देंगे। " समझौता " जी हां बहुत साधारण सा दिखने वाला शब्द जिसने आपका पूरा जीवन तबाह कर रखा है। यह कब आपके जीवन में आया और इसने आप को बदल दिया आपको पता भी नहीं चला।

आइये कुछ और उदाहरणो द्वरा इसे समझने की कोशिश करते हैं।

आपको जन्मदिन पर सिर्फ साइकिल मिल सकती है।

आपको तो बस से ही जाना पड़ेगा।

हमें इतने में ही गुजारा करना होगा।

हम अपने बच्चों को ज्यादा महंगे स्कूल में नहीं पढ़ा सकते।

हमारी तनख्वाह जितनी है हमें उतने में ही गुजारा करना चाहिए।

हमारी चादर जितनी हो हमें पैर उतने ही पसारने चाहिए।

हम तो गरीब ही पैदा हुए हैं और गरीब ही मर जयेंगे।

ऐसे ही समझौता करने वाले जितने भी वाक्य आपने अब तक सुने हैं उन सब से आपको छुटकारा पाना है। यह मुश्किल जरूर होगा मित्रों पर यह नामुमकिन नहीं है। अब आपको बड़ी चादर का इंतजाम करना है।

हम सभी यह जानते हैं हमारे वे मित्र जो कभी भी हमारा बुरे वक्त में साथ नहीं देते। वे मित्र जो हमें नुकसान पहुंचाते हैं। वे मित्र जो सिर्फ हमारा समय व्यर्थ करते हैं उन सभी से हम लोगों को जल्द से जल्द छुटकारा पा लेना चाहिए। साथियों जैसा की अब आप जान चुके हैं गरीबी भी आपकी ऐसी एक मित्र है जो बुरे वक्त में आपको और भी बुरा दिखाने वाली है। आपको हमेशा ही नुकसान पहुंचाने वाली है और अब तक आपका समय व्यर्थ करती आ रही है। साथियों जैसा की आपने कई जगह पढ़ा या सुना होगा गलती करना कभी भी इतना बुरा नहीं होता जितना उस गलती को ना सुधारने की कोशिश करना होता है। हम सभी से जीवन में बहुत बार गलतियां होती हैं। हम उन गलतियों से सीखते हैं और जीवन में आगे बढ़ जाते हैं। कई बार हम जीवन में बार-बार वही गलतियां करते हैं जो हमें बार-बार नुकसान पहुंचाती हैं। हम खुद की ताकत को ना पहचान कर दुनिया द्वारा सिखाए गए वह सारे कार्यक्रम करते हैं जिस से हमें सिर्फ और सिर्फ नुकसान हो रहा होता है। जीवन में समय समय पर हम को मौके भी मिलते हैं परंतु दुनिया के डर से हम वो मौके भी खो देते हैं। हम अपने आप को हमेशा सुरक्षित क्षेत्र में रखने की कोशिश करते हैं जोकि असल में कभी हो ही नहीं सकता। मित्रों क्या आप लोग नौकरी कर के सुरक्षित हैं ? क्या नौकरी

करते हुए आपके साथ कोई समस्या नहीं हो सकती ? हम सब यह जानते हैं इस सुरक्षा क्षेत्र जैसी कोई जगह नहीं होती फिर भी जीवन भर हम यही मानकर अपने जीवन का सत्यानाश करते रहते हैं कि हम सुरक्षित क्षेत्र में हैं।

चलिए इस को एक कहानी समझते हैं। एक गांव में एक किसान रहा करता था। वह अपने परिवार के साथ अपने खेत में एक छोटी सी झोपड़ी बना कर रहा करता था। उसके पास एक दिन एक गुरु और शिष्य रात बिताने के लिए जगह मांगने आए। जैसे ही शिष्य ने किसान से जगह मांगी किसान ने उत्तर दिया कि मैं बहुत गरीब आदमी हूं। मेरे पास सिर्फ एक भैंस है जो इतना दूध देती है कि जिससे हम लोग दो वक्त का खाना ही खा पाते हैं। आप और गुरुजी हमारी झोपड़ी में आज रात रुके तो यह हमारा सौभाग्य होगा परंतु आप को खिलाने के लिए मेरे पास ज्यादा भोजन नहीं है। जो कुछ भी रुखा सुखा है आप उसको खाकर ही हमें आशीर्वाद दें। शिष्य ने गुरुजी को सब बताया। गुरु जी ने किसान के घर रुकने का निर्णय लिया। सभी ने रात का भोजन किया और सो गए। रात को जब सभी गहरी नींद में थे तब गुरु जी ने अपने शिष्य को जगाया और कहां चलो अब यहां से चलने का समय हो गया है। शिष्य ने गुरु की आज्ञा का पालन करते हुए वहां से चलने का निर्णय किया। झोपड़ी के बाहर एक भैंस बंधी हुई थी। गुरु जी ने शिष्य को आदेश दिया कि यह भैंस अपने साथ ले चलो। कुछ ही दूर जाकर गुरु ने शिष्य ने उस भैंस को एक कुएं में धकेलने का आदेश दिया। शिष्य ने उस भैंस को एक कुएं में धकेल दिया और भैंस की मृत्यु हो गई। शिष्य गुरु के इस निर्णय से बहुत हैरान था परंतु गुरु तो गुरु थे। वह शंका में होते हुए भी उनसे कोई प्रश्न नहीं कर सका। उसने सोचा कि गुरु जी अगर कुछ कर रहे हैं तो जरूर इसके पीछे कोई ना कोई राज जरूर होगा।

समय बीता और 5 सालों बाद संयोग से वह गुरु और शिष्य एक बार फिर से उसी गांव में आ पहुंचे। उन्होंने देखा कि वहां पर जहां एक झोपड़ी हुआ करती थी अब वहां पर एक बड़ा मकान बना हुआ है। उसके आसपास के खेतों में कई सारे मजदूर कार्य कर रहे थे। शिष्य ने अंदाजा लगाया कि शायद वह किसान यह जमीन बेच कर कहीं और चला गया होगा। गुरु के कहने पर उसने दरवाजा खटखटाया और जैसे ही दरवाजा खुला शिष्य हक्का-बक्का रह गया। किसान को भी उनको पहचानने में कुछ देर नहीं लगी। उसने उन्हें देखते ही नमस्कार किया और कहा कि मैं आप लोगों को कभी नहीं भूल सकता। यह जो कुछ भी आज मेरे पास है वह सब आप लोगो के ही कारण हो सका है। शिष्य अभी भी हैरान था। उसे यकीन नहीं हो रहा था कि वह गरीब किसान इतने कम समय में इतना अमीर कैसे हो गया। किसान ने बताया कि जिस रात आप लोग यहां रुके थे। आप लोग सुबह जल्दी चले गए मुझे पता भी नहीं चला और आपने मुझे बताया भी नहीं। मेरी नींद खराब ना हो एसा सोच कर शायद आप लोगो ने मुझे नहीं जगाया होगा। जिस रात आप लोग यहां रुके थे उसी रात को ना जाने कैसे मेरी भैंस कुएं में जाकर गिर गई और मर गई। हम लोगों की आजीविका चलाने के लिए सिर्फ वही एक साधन हमारे पास था। हमारे घर के आस-पास बहुत सी जमीन थी पर वह सारी बंजर थी। अब हमारे पास कोई और चारा नहीं था तो हमने उसी बंजर जमीन को उपजाऊ बनाने के कार्यक्रम शुरु किए। हमें मेहनत जरूर लगी पर वह जमीन जल्द ही उपजाऊ हो गई और फिर इसी जमीन में फसल उगा कर मैंने पैसे कमाए। उन पैसों से मैंने और पैसे कमाए और उन पैसो से मैंने और भी खेत खरीदे। मैं एसे ही और अधिक खेत खरीदता चला गया। फिर एसे ही मैंने अपने लिये धीरे-धीरे बहुत से साधन अर्जित किये। आज मैं गांव का सबसे अमीर व्यक्ति हूं। यह सब आप लोगो की दया से ही हुआ है। ऐसा कहते हुए किसान ने गुरु शिष्य का बहुत आदर सत्कार किया। उन्हें अच्छा भोजन कराया और बहुत सी भेंट देकर विदा किया।

जब गुरु शिष्य दोनों वापस जा रहे थे तो शिष्य से रहा ना गया। उसने गुरु से पूछा गुरुदेव मैं आपसे उस दिन भी यह प्रश्न करना चाहता था पर मैं कर ना सका। आपको यह कैसे पता चला किया व्यक्ति ऐसे ही अमीर बन सकता है। गुरुजी बोले जब हम पहले यहां पर आए थे तो मैंने देखा कि यह व्यक्ति सिर्फ और सिर्फ अपनी भैंस पर आश्रित होकर अपना और अपने परिवार का पालन पोषण उससे मिलने वाले दूध के द्वारा करता है। इसके आसपास बहुत सारी इसकी जमीन पड़ी हुई थी जो बंजर थी। जिसकी तरफ इसका ध्यान जाता ही नहीं था। मैं यह बात समझ गया कि जब तक यह भैंस रहेगी तब तक इसको यह जमीन कभी दिखाई ही नहीं देगी और बस मैंने वही किया मैंने उस भैंस को हटा दिया। फिर इसको वह जमीन दिखने लगी और उसने उसी से पैसे कमा कर अपने आप को अमीर बना लिया। तो दोस्तों जैसा इस कहानी में बताया गया है जब तक आपके पास अपने दिनचर्या चलाने के लिए विकल्प मौजूद रहेंगे तब तक आप बड़ा काम करने की कोशिश नहीं करेंगे। जब तक आपके पास गरीब बने रहने के साधन हैं तब तक आप अमीर बनने की कोशिश नहीं करेंगे। इसी प्रकार आप गरीबी से रिश्ता बनाए रखेंगे और आपका अमीरी से रिश्ता कभी नहीं बनेगा। आपको आज ही कसम खानी होगी कि मैं अब से गरीबी से कोई रिश्ता नहीं रखूंगा और गरीबी को त्याग दूंगा।

अमीरो द्वारा फैलाया डर छोडे.

जी हां दोस्तो डर अमीरों द्वारा प्रयोग किए जाने वाला सबसे खतरनाक हथियार है। एक ऐसा हथियार जो आपको ना दिखाई देगा ना पता चलेगा पर वार बहुत गहरा करेगा। हम लोगों के अंदर जो डर है वह कहां से आया। किसी ने तो उसे हमारे मन में बैठाया है। हमारे आस पास के वातावरण या आसपास के लोगों में भी जो डर बैठाया गया है वह किसी ना किसी के द्वारा तो बैठाया गया होगा। हां दोस्तों यह वही अमीर लोग हैं जिन्होंने यह डर बैठाया है। जब कभी किसी पर शासन किया जाता है तब वह उन सभी लोगों पर जिन पर उसको शासन करना है उनमें डर भर देता है। यदि आज हम लोग डरे हुए हैं या डर हमारे अंदर बस गया है तो वह सिर्फ और सिर्फ अमीरों ने भरा है। हम दिन रात मेहनत करते हैं और फिर भी कम पैसे कमा पाते हैं। अमीर लोग ऐश्वर्य के सारे आनंद उठाते हैं। वह भी कम काम करके। यह हमेशा इत्तेफाक नहीं हो सकता। कुछ ना कुछ राज तो जरूर छुपा है इसके पीछे। अमीरों ने लगातार हमें डरा डरा कर इतना डर हमारे मन में भर दिया है कि वह डर निकालने में हमको अब बहुत ज्यादा ताकत लगानी पड़ती है। कई लोगो की तो डर से ऐसी दोस्ती हुई है कि वह इस को तोड़ ही नहीं पाते। वे सब लोग इस डर के साथ ही अपना पूरा जीवन व्यतीत कर लेते हैं। इस डर की वजह से ही वे गरीब पैदा होते हैं और गरीब ही मर जाते हैं। तो दोस्तों अब हमारी लड़ाई जो है वह है अमीरों द्वारा फैलाए गए डर से। जी हां वही डर जो हमें हमेशा गरीब बनाए रखने के लिए रचा गया है। हम जैसे ही कोई कार्य करने की कोशिश करते हैं तो हमें हारने का डर सबसे ज्यादा रहता है। हमें नुकसान का डर बताया जाता है। हमें लोगों की बातें सुनने का डर बताया जाता है। हमें रिश्ते खराब होने का डर बताया जाता है। हम कार्य में कैसे-कैसे करके असफल होंगे इस बात के डर से हम लोगों को काम करने से हमेशा ही रोका जाए। अमीर लोगों ने काम करने को इतना मुश्किल बना कर रखा है जिससे कोई भी व्यक्ति उनके मुकाबले ना खड़ा हो सके। इसमें उन्होंने सरकार को भी अपने साथ मिला रखा है सभी अमीर लोग और सरकार आपस में मिलकर सिर्फ और सिर्फ गरीब लोगों का शोषण करते हैं। हम सभी को रोटी कमाने के जाल में इस तरह फसाया गया है कि हम लोग इससे बाहर आने की कोशिश करना चाहते भी हैं तो ऐसा कर नहीं पाते हैं। यदि हम में से कोई ऐसा करने की कोशिश भी करता है तो आसपास के लोगों में जो डर बैठाया गया है जिसमें उन्होंने बहुत सारा समय लगा है। उनके द्वारा हमारे दिमाग में फिर से डाला जाता है ताकि हम लोग किसी भी तरीके से उनके मुकाबले ना खड़े हो सकें। इसी कारण हम में से अधिकतर लोग जब भी यह कार्य करते हैं तो जीत हमेशा डर की ही होती है। दोस्तों एक गरीब व्यक्ति के पास हारने के लिए वैसे

भी क्या होता है। फिर उसे क्या हारने का डर है। आपके पास जीतने के लिए सारी दुनिया है और हारने के लिए कुछ भी नहीं। फिर आपको किस बात का डर है। दोस्तों आज से ही कसम खाओ कि आप अमीरों के द्वारा फैलाए गए इस डर के ऊपर विजय पाएंगे।

डर पर विजय पाने के तरीके :-

1. **सिर्फ और सिर्फ अपने आप पर विश्वास करें।**
2. **जिन लोगों ने जीवन में खुद कुछ नहीं किया उनसे कोई विचार-विमर्श ना करें।**
3. **अपने फैसले पर भरोसा रखें।**
4. **छोटे-छोटे विजय लक्ष्य बनाएं।**

एक बार स्वामी विवेकानंद ट्रेन से यात्रा कर रहे थे तभी ट्रेन में यात्रा कर रहे एक अन्य यात्री को उनका ये रूप बहुत अजीब लगा और वे स्वामी जी को कुछ अपशब्द कहने लगा। वह आदमी बोला तुम सन्यासी बनकर घूमते रहते हो कुछ कमाते क्यों नहीं। तुम लोग बहुत आलसी हो लेकिन स्वामी जी दयावान थे। उन्होंने उसकी तरफ बिल्कुल भी ध्यान नहीं दिया और हमेशा की तरह चेहरे पर तेज लिए मुस्कुराते रहे। स्वामी जी को बहुत भूख लगी हुई थी क्योंकि उन्होंने सुबह से कुछ खाया पिया नहीं था। एक तरफ स्वामी जी भूख से व्याकुल थे वही वह दूसरा यात्री उनको अपशब्द और बुरा भला कह रहा था। स्टेशन आ

गया और प्लेटफॉर्म पर स्वामी जी और वह यात्री दोनों उतर गए। उस यात्री ने अपने बैग से अपना खाना निकाला और खाने लगा और स्वामी जी से बोला अगर कुछ कमाते तो तुम भी खा रहे होते। स्वामी जी बिना कुछ बोले चुपचाप थके हारे एक पेड़ के नीचे बैठ गए। मैं अपने ईश्वर पर विश्वास करता हूं जो वह चाहेंगे वही होगा अचानक कहीं से एक आदमी खाना लिए हुए स्वामी जी के पास आ गया और बोला क्या आप ही स्वामी विवेकानंद है। इतना कहकर वह स्वामी जी के कदमों में गिर पड़ा और बोला कि मैंने एक सपना देखा था जिसमें खुद भगवान ने मुझे कहा कि स्टेशन पर मेरा परम भक्त विवेकानंद भूखा है। तुम जल्दी जाओ और उसे भोजन देकर आओ। भगवान को देखा नहीं है लेकिन आज जो चमत्कार मैंने देखा उसने मेरे भगवान में विश्वास को बहुत ज्यादा बढ़ा दिया है। स्वामी जी ने दया भाव से व्यक्ति को उठाया। इतना सुनना था कि वह यात्री जो स्वामी जी की आलोचना कर रहा था भाग कर आया और स्वामी जी के कदमों में गिर कर बोला महाराज मुझे क्षमा कर दीजिए। मुझसे बहुत बड़ी भूल हुई। स्वामी जी के जीवन से जुड़ी यह घटना बताती है कि भला हम भगवान को खोजने कहां जा सकते हैं अगर उसे अपने हृदय और हर एक जीवित प्राणी में नहीं देख सकते। आपको किसी से डरना नहीं है। तुम्हारे पास अद्भुत शक्ति है जो सब कुछ कर देगी। आप जो सोचते हो वही हो जाओगे। यदि तुम खुद को कमजोर सोचते हो तो तुम कमजोर हो जाओगे और यदि तुम खुद को ताकतवर सोचते हो तो ताकतवर हो जाओगे।

जैसा कि आपने इस कहानी में देखा स्वामी विवेकानंद बहुत सारी कठिनाइयों को देखते हुए भी डरे नहीं। अभी आपने इस कहानी में देखा सिर्फ एक व्यक्ति ही उनमें डर भरने की कोशिश कर रहा था परंतु स्वामी विवेकानंद बिल्कुल

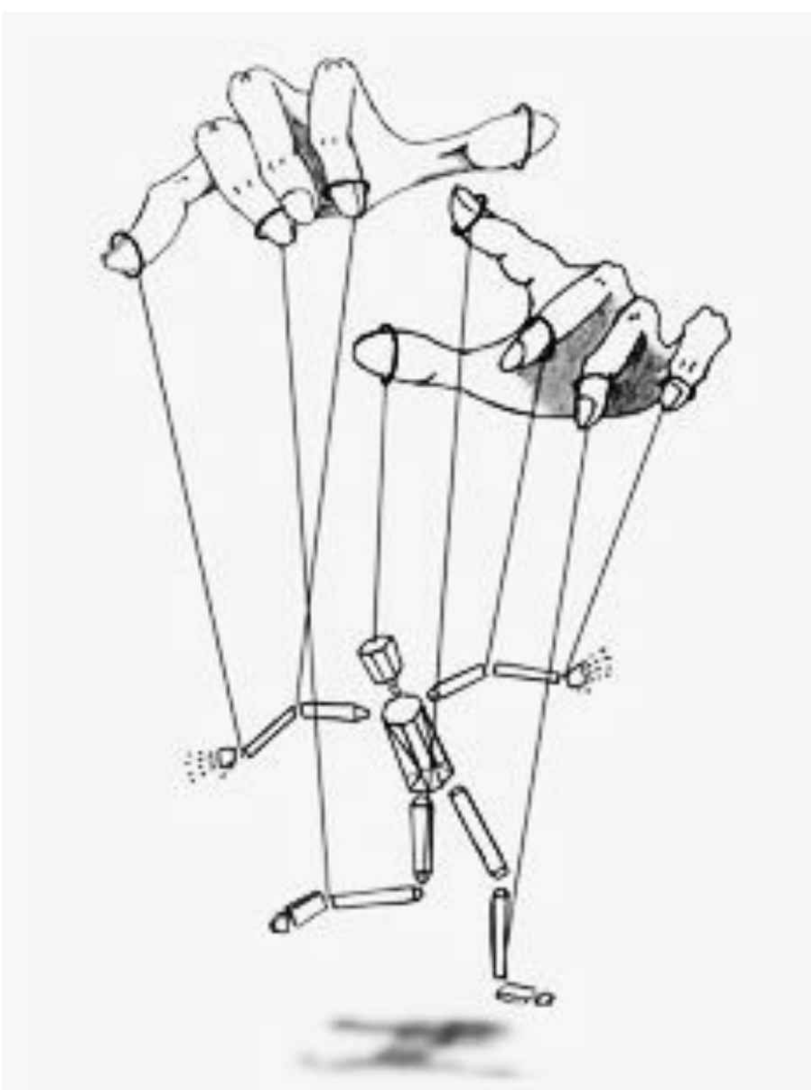
नहीं डरे। आपके इर्द-गिर्द जीवन में कई बार ऐसी स्थितियां और परिस्थितियां आएंगी जिनमें आपके करीबी जन आपके ऊपर डर बनाने का पूरा प्रयास करेंगे पर आपको अपने डर पर विजय पानी हैं। उन सभी परिस्थितियों पर विजय पानी है जो आपको डराने की भरपूर कोशिश करेंगी। दोस्तों हालात बहुत बहुत बुरे हो सकते हैं पर आपकी ताकत से हमेशा ही छोटे होंगे। बस आपको अपनी ताकत पहचाननी है और डर के ऊपर विजय पानी है। जीतने के लिए सिर्फ एक ही चीज की जरूरत होती है और वह होती है जीतने की चाहत। यदि आपने एक बार वो चाहत जगा ली तो ये चाहत इतनी बड़ी होती है कि कोई भी डर उसके सामने टिक नहीं सकता। मैं आशा करता हूं कि आप इस कहानी के माध्यम से यह बात समझ गए होंगे कि सिर्फ डर को जीतने भरसे सारी दुनिया आप जीत सकते हैं। आप कुछ भी पा सकते हैं। कुछ भी बन सकते हैं। आप अपने जीवन के रचयिता खुद हैं तो दोस्तों डर पर विजय पाओ और सब कुछ कर जाओ।

बेकार के कामो का बोझ न ढोयें

हम अपने दैनिक जीवन में बहुत सारे बेकार के कामों का बोझ लेकर घूमते हैं। हम ऐसे बहुत सारे कार्य करते हैं जिनका हमारे दैनिक जीवन में कोई खास महत्व नहीं है फिर भी हमें ये बेकार के कार्य इतनी जरूरी लगते हैं जैसे उनके बिना

हमारा जीवन ही समाप्त हो जाएगा। हम ऐसे कामों को अधिक महत्व देते हैं जिनका हमारे जीवन से कोई सरोकार नहीं है। हम अपने समय को व्यर्थ करने की एक अद्भुत कला सीख जाते हैं और इसी कला की वजह से हम लोग निरंतर गरीबी का जीवन व्यतीत करने के लिए मजबूर हो जाते हैं। ना जाने ऐसे कितने ही बेकार के काम हमारे जीवन में हमारे साथ जुड़ गए हैं जिनके होने ना होने से हमारे जीवन में कोई बदलाव नहीं आने वाला फिर भी हम निरंतर यह काम करते रहते हैं और अपना बहुमूल्य समय खराब करते रहते हैं। हम कभी यह बात नहीं समझ पाते कि जीवन में कुछ भी खरीदा जा सकता है सिवाय समय के। यह समय इतना बहुमूल्य है कि हम इसे कुछ भी दे कर वापस नहीं ला सकते।

चलिए देखते हैं ऐसे कुछ बेकार के काम जो हम अपने जिंदगी में करते हैं। फेसबुक और यूट्यूब पर बिना मतलब समय व्यतीत करना। मनोरंजन के लिए लगातार गाने अथवा फिल्में देखना।



दोस्तों के साथ बैठकर घंटों बेमतलब के मुद्दों पर बातें करना। घंटों तक व्हाट्सएप पर चैटिंग करना। बिना मतलब यहां वहां घूमना। ऐसे ही ना जाने कितने बेकार के कार्य हैं जो हम रोज समय बर्बाद करने के लिए करते रहते हैं। अधिकांश लोगों के मुंह से मैंने सुना है कि हम ऐसा सिर्फ टाइम पास करने के लिए क्या करते हैं। उन मूर्ख लोगों को यही समझ नहीं आता कि वह समय बिता नहीं रहे समय को व्यर्थ कर रहे हैं। हम कैसे पहचाने कि कौन से कार्य हमारे जरूरी है और कौन से व्यर्थ के। इसको करने के लिए हम एक तरकीब का प्रयोग कर सकते हैं। हमें जो कार्य करने हैं उनकी एक सूची बनाएं और उनको आवश्यक और अति आवश्यक के रूप में बांट लें। एक चीज पर और गौर करें किन कार्यों को करने से आपके जीवन पर क्या असर होगा यह बात जरूर ध्यान में रखें। कार्य कोई भी हो सकता है छोटा, बड़ा, घरेलू या बाहर का। जो कार्य आपके जीवन में बदलाव लाने के लिए जरूरी हैं उन सभी कार्यों को करना आपके लिए हमेशा फायदेमंद होगा और वह सभी कार्य जिनको करने से आपके जीवन पर कोई फर्क नहीं पड़ता वह सभी बेकार के कार्य आपको छोड़ने होंगे। मैं आपको आपके दोस्तों को छोड़ने को नहीं कह रहा हूं। ना ही हमारा लक्ष्य आपको मनोरंजन से दूर करने का है आप खुद को खुश रखने के लिए सभी कार्य करें पर सभी कार्यों पर आपका नियंत्रण होना जरूरी है। आप कितनी देर इंटरनेट पर रहेंगे कितनी देर मित्रों से बात करेंगे कितनी देर मनोरंजन के लिए टीवी देखेंगे या फिर गाने सुनेंगे। आपका अपने ऊपर नियंत्रण और कार्यों को छाटने की समझ आपको यह निर्णय लेने में आसानी कर देगी कि आपके लिए कौन से कार्य जरूरी है और कौन से बेकार। जब आप यह करना सीख जाएंगे तो आप अपने आप को एक सुखद और सुचारू रूप से जीवन व्यतीत करने वाले व्यक्ति के रूप में पाएंगे। दोस्तों बदलाव हमेशा से ही तकलीफ देह होते हैं परंतु बदलाव आपको ऐसी दुनिया में लेकर जाते हैं जहां आपने पहले कभी कल्पना भी नहीं की हो। बदलाव के बाद जीवन सरल और आनंदमई हो जाता है।

व्यर्थ के कामों से बचने के लिए आपको कुछ उपाय बताता हूं

1. **रोज अपने कामों की सूची बनाएं।**
2. **यह काम आपके जीवन में क्या फर्क लाएगा पहचाने।**
3. **छोटे-छोटे कामो से शुरुआत करें।**
4. **व्यर्थ के जितने भी काम आप करते हैं जो आपको सूची में नजर आ गए हैं उनसे छुटकारा के उपाय बनाएं।**
5. **नियमों के पालन के लिए कठोर बने।**

दुनिया में जितने भी सफल लोग हैं वे लोग कुछ अलग काम नहीं करते बस वह सभी कार्यों को क्रमबद्ध तरीके में करते हैं। वे व्यर्थ के सभी कामों का त्याग कर देते हैं और जरूरी कामो को वे हमेशा महत्व देते हैं। बस मित्रों आपको भी इसे एक आदत के रूप में विकसित करना है। इसे आप जल्द ही अपने जीवन में ला कर सब कुछ बिल्कुल बदला हुआ सा पाएंगे।

आपके परिवार जन आपको बहुत सारे व्यर्थ के कामों में उलझा कर रखते भी

होंगे। आप सभी से जिम्मेदार हो सकते हैं परंतु बस आपको वह उपाय निकालने हैं जिससे आपके घर के काम आने ही बंद हो जाए।

चलो इसे मैं आपको अपने उदाहरण के साथ समझाता हूं। मैं जब स्कूल में पढ़ा करता था तो मैं क्रिकेट को बहुत प्यार करता था। मुझे क्रिकेट से इतना प्यार था कि मैं सुबह से शाम तक सिर्फ क्रिकेट ही खेलता था। यहां तक कि फ्री पीरियड में भी हम लोग ग्राउंड में उतरकर क्रिकेट खेलने लग जाते थे। कभी-कभी तो हम लोग क्लास के अंदर भी क्रिकेट खेला करते थे। यह सब छठी कक्षा से दसवीं कक्षा तक चला पर जैसे ही मैं ग्यारहवीं कक्षा में गया और मैंने विज्ञान को अपने विषय के रूप में चुना तो मैंने पाया कि मेरी दुनिया ही बदल गई। मैं हिंदी माध्यम से अंग्रेजी माध्यम का छात्र बन चुका था। मेरी अंग्रेजी अच्छी नहीं थी बस में पास हो जाया करता था। मैं अपने आप को बदलना चाहता था पर ऐसा हो नहीं पा रहा था।

मैं बहुत कोशिश कर रहा था पर अंग्रेजी मेरे लिए एक बड़ा अवरोध बन कर मेरे सामने खड़ी थी। मुझे खेल से बहुत प्यार था। मुझे अपने मित्रों से भी बहुत प्यार था परंतु अपने जीवन में बदलाव लाने के लिए मैंने कुछ नियम बनाए। उन नियमों में मेरा क्रिकेट छूट गया। मेरे मित्र छूट गए और मैंने पाया कि मैं अंग्रेजी पर विजय पाने लगा। अब मुझे अंग्रेजी लिखने पढ़ने में कोई समस्या नहीं आ रही थी। मेरा जो समय क्रिकेट खेलने में और मित्रों से गप्पे लड़ाने में व्यर्थ हुआ करता था अब व्यर्थ नहीं होता था। जिसके फल स्वरूप मैं अंग्रेजी भाषा का ज्ञानी होने लगा मेरे लिए चीजें सरल होने लगी। वही सब चीजें जो अब से कुछ समय पहले मेरे लिए बहुत ही कठिन हुआ करती थी वो अब मेरे लिये आसान हो गयी थी। मुझे पढ़ने में मजा आने लगा। तो दोस्तो आपने देखा जैसे मैंने अपने जीवन से वो सभी व्यर्थ के काम हटा दिए जो मैं पहले किया

करता था। आपको आपके जीवन में सबसे ज्यादा आप ही लोग जानते हैं और आपको आपसे बेहतर दुनिया में कोई नहीं जान सकता। आपको खुद से पूछना है कि आप अपना समय कहां व्यर्थ करते हैं। हर एक व्यक्ति की दिनचर्या अलग अलग होती है इसलिए कोई भी ऐसा तरीका नहीं हो सकता जो सभी पर फिट बैठे। इसमें सारी बागडोर हमारे हाथ में होती है आपको अपनी दिनचर्या के अनुसार अपने कामों की सूची बनानी होगी। उनमें से व्यर्थ के कामों को हटाना होगा। चुनाव आप ही करेंगे और जीत भी आप ही की होगी।

सच से छुपने की कला छोड़े

गरीबी की मानसिकता के साथ आप लोगों ने एक और कला अपने अंदर विकसित की है वह है सच से छुपने की कला। जी हां दोस्तों आप सब लोग सच

को छिपाने की कला में माहिर हो गए हैं। आप अपने दैनिक जीवन में ना जाने कितने ऐसे कार्य करते हैं जिनसे आप इस सच को छुपाने की कोशिश करते हैं कि आप गरीब हैं। आप में से कुछ लोग अपने बेटियों की शादी में ऐसा छुपाने के लिए कि आप गरीब हैं अनाप-शनाप खर्च कर देते हैं। यह खर्च करने के लिए वे बहुत बार अपने जीवन भर की पूंजी लगा देते हैं और कई बार व पूंजी कम पड़ने पर कर्ज जैसी चीजों को अपने जीवन में आगमन कराते हैं। फिर कई वर्षों तक जो कर्ज हुआ है इस कर्ज के बोझ के नीचे दबे रहते हैं। कई बार यह कर्ज का बोझ उनकी जान पर आ पड़ता है। सिर्फ एक सच छुपाने के लिए वे बार-बार झूठ बोलते हैं। दुनिया से नहीं अपने आप से ही झूठ बोलते रहते हैं। झूठ उनको एक ऐसे सुरक्षित क्षेत्र में रखता है जिससे उन्हें लगता है कि यह सच है। वे सच को जान कर भी इससे अंजान बने रहने का जीवन भर नाटक करते हैं। आप में से ही कितने लोग अपने दैनिक जीवन को सुखद बनाने के लिए टीवी, फ्रिज, कार, घर इत्यादि आसान किस्तों पर खरीद लेते हैं। अपनी आय से अधिक खर्च करने की कोशिश में आप भी कर्ज को अपने जीवन में आगमन करवा देते हैं।

अब आप अपने लिए नहीं जिन कंपनियों से आपने वह सामान खरीदा है उनके लिए कार्य करने लगते हैं। आप कुछ ही समय में अपने आप में दोष ढूंढने लगते हैं।

जिस प्रकार एक मछली को फसाने के लिए मछुआरा जाल फैलता है कुछ उसी प्रकार कंपनियां आपको आपके जीवन को सुखद बनाने के लिए आसान किस्तों का प्रलोभन देकर अपनी कंपनी के फायदे के लिए आपको अपने जाल में फंसा लेती हैं। मछली को भी जाल में आने के बाद जब यह एहसास होता है कि अब वह बुरी तरीके से फंस गई है और अब वह इस से बाहर नहीं निकल सकती तब उसे अपनी गलती का एहसास होता है। ऐसे ही आप लोगों के साथ भी होता है कुछ समय तक तो वह सुखद चीजें हमको बहुत अच्छी लग रही होती हैं पर कुछ ही समय बाद में सुख साधन हमको परेशान करने लगते हैं। फिर वही सुख साधन जो हम अपने जीवन को सुखद बनाने के लिए अपने घर लेकर आए थे। वह कुछ ही समय में हमको और हमारे जीवन को दुखद बनाने का कारण बन जाते हैं। दोस्तों में आपको सुख के साधन लेने से या उन्हें भोगने से मना नहीं कर रहा हूं। बस मैं आपको इतनी कोशिश करने को कह रहा हूं कि आप के जीवन से सुख ना जाए। किसी भी रास्ते से आपके जीवन में दुख ना आए। आप अपनी आमदनी के नए मार्ग खोजें। ऐसे नए रास्ते बनाए हैं जिनसे आपको और भी अधिक आमदनी हो। जो भी सुख साधन आप अपने जीवन में चाहते हैं वह आपको उपहार के रूप में मिले।

चलिए फिर से इसको एक बार समझने की कोशिश करते हैं यदि आपकी आय ₹100 है और आप ₹110 खर्च करते हैं तो आप हर महीने ₹10 अधिक खर्च के बोझ के अनुसार 1 साल में ₹120 कर्ज में होंगे। यह संख्याएं छोटी होने से शायद आपको इसका बोझ कम लगेगा पर चलिये जरा इसमें दो ज़ीरो और लगा कर देखते हैं अब आप की आमदनी ₹10000 हो गई और खर्च ₹11000 हो गया साल के अंत में आपके ऊपर ₹12000 अतिरिक्त कर्ज का बोझ होगा। यही वह सच है दोस्तों जिससे हम छुपने की कोशिश कर रहे हैं। आप में से अधिकतर लोग किसी ना किसी तरह किसी ना किसी कंपनी के कर्ज के नीचे दबे हुए हैं। आप अपनी आय से अधिक खर्च करने की आदत उन कंपनियों द्वारा बनाए जाने का शिकार हुए हैं। अब आप अपने सुख के लिए नहीं उन कंपनियों के सुख के लिए कार्य करते हैं। यह सब जानते हुए भी आप इस सच से छुपते हैं और यही सच से छुपने की कला अब आपको छोड़नी होगी। जल्द से जल्द कर्ज मुक्ति के लिए नया कर्ज ना लेकर कर्ज खत्म करने की तरफ कार्य करने होंगे। आय के अतिरिक्त साधन बनाने होंगे। कुछ जोखिम भी उठाने पड़ सकते हैं परंतु यह कर्म कर्ज मुक्ति के नए साधन बनाएंगे और आप जीवन भर अपने आय से कम खर्च करने की एक आदत को अपने जीवन में आगमन करायेंगे जिससे आपका

जीवन सरल और सुखद बन जाएगा। मैं आशा करता हूं कि आज से आप सच से छुपने की कला से छुट्टी पाएंगे।
जिस प्रकार कबूतर बिल्ली को देख कर अपनी आंखें बंद कर लेता है और यह समझता है कि वहां पर बिल्ली नहीं है। लगभग उसी प्रकार हम लोग भी सच से छुपने की कला को विकसित कर के यही समझते हैं कि अब यही सच है। हम लोग अपनी कमजोरी को छुपाने का कार्य करते हैं। अपनी कमजोरी को छुपाने के लिए हम बड़ों का सहारा लेते हैं।

चलिए को एक उदाहरण समझते हैं। आप में से कितने ही लोग बहुत बार जिम जाने का फैसला लेते हैं। आप में से बहुत से लोग जिम जाते भी हैं पर यह सिलसिला कुछ ही दिन तक चलता है और लगभग 90% लोग कुछ दिन में जिम जाना छोड़ देते हैं। वह कई सारे बहाने बनाने लगते हैं। मेरे पास समय नहीं है। मुझे अच्छा नहीं लगता। वहां का ट्रेनिंग देने वाला बेकार है। मेरे साथ जाने वाला कोई नहीं है। ऐसे बहुत से बहाने लगाकर हम काम से कैसे बचें यह काम बखूबी करते हैं। हम सच को छुपा ले जाते हैं पर सच तो सच ही होता है कि असल में हमारे अंदर से कमजोर हैं। यह भाव हम पर हावी हो जाता है। हम मन से हार जाते हैं और फिर भी सच छुपाने के लिए ना जाने कितने ही झूठ बोलते हैं। हम जानते हैं कि यह झूठ हम किसी और से नहीं अपने आप से बोल रहे हैं फिर भी हम यह काम बार-बार करते हैं। हम बार-बार सच को छुपाते हैं और अपने आप को सुरक्षित क्षेत्र में मानते हैं जबकि असल में ऐसा कभी नहीं होता। हम अपनी कमजोरियों पर काम करने के बजाय उन्हें छुपाने में अपनी ताकत मान बैठते हैं और यह उससे भी मजे की बात है कि हम अपने आपको तो कभी कमजोर से ताकतवर नहीं बना पाते पर अपने बच्चों को ताकतवर बनाने के लिए हम अच्छे स्कूलों में भेजते हैं। अच्छे कॉलेजों में भेजते हैं। अच्छे ट्यूशंस भेजते

हैं और उन्हें जिंदगी भर ताकतवर बनाने का काम करते रहते हैं। फलस्वरुप होता क्या है ? वही सब जो आपके साथ हुआ था। आपको भी स्कूल भेजा गया था। कॉलेज भेजा गया था। अच्छे ट्यूशन भेजा गया था परंतु आप एक कमजोर व्यक्ति बने। जो सच से भागता रहता है।

सच का सामना करने की हिम्मत करने वाले ही कामयाब होते हैं यदि आप कहीं कमजोर हैं तो उन क्षेत्रों में आपको अधिक कार्य करना होगा। बस एक बार सच छुपाना अगर आपने छोड़ दिया तो बस सारा जीवन आपके लिए बाहें फैलाए खड़ा है। कामयाबी आपके कदम चूमेगी और सारी दुनिया आप की वाहवाही करेगी। निर्णय आपके हाथ में ही रहता है अपने जीवन से क्या चाहते हैं आप यह आपकी मर्जी है।

आप को सच से छुपने की कला छोड़ने के लिए कुछ कार्य करने होंगे।

1. सजा छोटी हो या बड़ी आपको स्वीकार करनी होगी।
2. आपको छोटे-छोटे झूठ जो आप अपने आप से बोलते हैं छोड़ना होगा।
3. खुद से झूठ बोलने पर आपको अपने लिए सजा रखनी होगी।
4. अपने आप को खुद से सच बोलने के लिए प्रेरित करना होगा।

डर के राक्षस का खौफ हटाएं

डर के राक्षस को अपने जीवन से हटाए। डर का राक्षस इतना भयावह होता है जिसका आप अंदाजा भी नहीं लगा सकते। इस विराट राक्षस के सामने हम हमेशा बौने से ही लगते हैं। यह इकलौती ऐसी चीज है जो हमको गरीब बनाये रखने में सबसे अहम भूमिका निभाती है। डर का राक्षस कुछ चीजें जो अस्तित्व में नहीं है उनको हमारे सामने लाकर खड़ा कर देता है। जैसा कि हमने सुना है भूत प्रेत यहां तक कि भगवान सब का डर हमारे मन में एक राक्षस के रूप में घर कर गया है। याद कीजिए हम सब ने ही कभी ना कभी अकेले कमरे में किसी के ना होने पर भी किसी के होने का एहसास किया है। हम सब जानते हैं कि वहां कोई नहीं होता फिर हमें कौन डरा रहा होता है। जी हां वह यही डर का राक्षस है जो हमें बार-बार डराता रहता है। हर घड़ी हर कदम यह डर हमारे मन में बसा हुआ है। हम चाह कर भी अपने मन से इस राक्षस को नहीं निकाल पा रहे होते। ऐसा क्या है जो हम इस डर के राक्षस से जीत नहीं पाते। यह राक्षस हमारे मन में आया कैसे और कौन है जो इसके लिये हमारे मन में जगह बना कर गया। इसको हटाने के लिए हम क्या कर सकते हैं ? क्या यह में सच कभी मारा जाएगा या यह जीवन भर हमको ऐसे ही परेशान करता रहेगा। आपके इन सभी प्रश्नों का उत्तर मैं एक कहानी से दूंगा।

एक बार की बात है एक गांव हुआ करता था जिसमें एक लड़का जिसका नाम ननकू था। अपने परिवार के साथ रहा करता था। बचपन से ही उसके दादा-दादी उसको भूत प्रेतों की कहानियां सुनाया करते थे। जिसकी वजह से ननकू के मन में भूत प्रेतों के प्रति डर बैठ गया। वह कहीं भी अकेला जाने में डरा करता था। उसके दादा-दादी की कहानियो के अनुसार पीपल के पेड़ के नीचे पेड़ पर भूत प्रेतों का वास होता है। ननकू

रात को ही नहीं दिन में भी पीपल के पेड़ के नीचे जाने से डरा करता था। उसके दादा-दादी द्वारा उसके अंदर भूत प्रेतों का डर कूट-कूट कर भरी दिया गया था। वैसे तो वो सिर्फ कहानियां थी परंतु ननकू के लिए अब वह हकीकत जैसी हो गयी थी। धीरे-धीरे ननकू 16 वर्ष का हो गया। एक दिन ननकू को किसी कार्य से अपने गांव से दूसरे गांव जाना पड़ा। शाम का समय था अचानक ही मौसम खराब हो गया। देखते ही देखते दिन जैसे रात में बदल गया। काले घने बादल तूफान और वर्षा होने की वजह से जल्दी ही अंधेरे ने उजाले को समाप्त कर दिया। ननकू रास्ते में ही फंस गया।

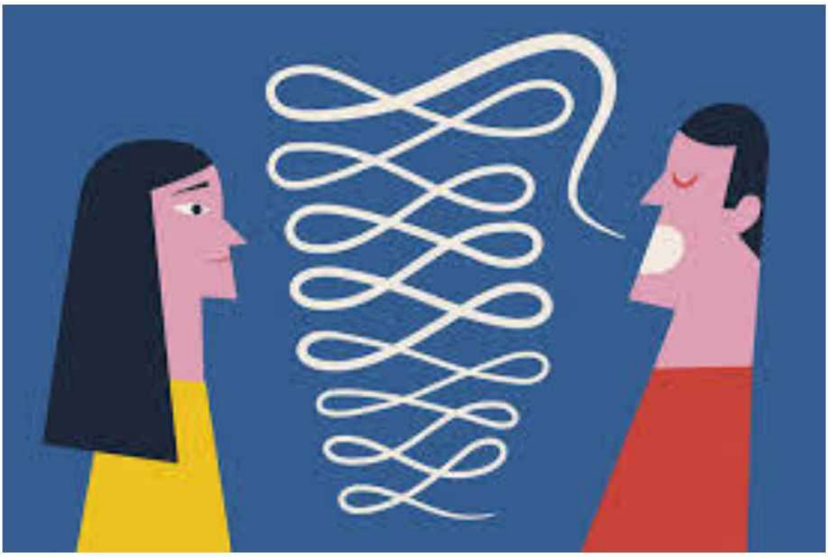
घनघोर वर्षा और तूफान की वजह से ननकू को जहां सहारा मिला वह एक पीपल का पेड़ ही था। उस भयानक रात में ननकू के पास उस पीपल के पेड़ के अलावा कोई सहारा नहीं था। वह उसी पेड़ के तने की ओट में बैठा हुआ था। वह वर्षा के धीमे होने का इंतजार कर रहा था परंतु ऐसा कुछ नहीं होता दिख रहा था। वर्षा और तेज और तेज होती जा रही थी। ननकू डर कर कांपने लगा। अब ननकू का डर और बढ़ने लगा ननकू जो दिन में भी पीपल के पेड़ के नीचे नहीं जाता था। वह आज रात पीपल के पेड़ के नीचे कैसे गुजारता। ननकू बहुत डरा हुआ था। उसे भूत प्रेतों के डर की वजह से नींद भी नहीं आ रही थी। वह डर से अपनी आंखें नहीं खोल रहा था। डर के मारे उसको सांस लेने में भी तकलीफ हो रही थी। कुछ देर ननकू रोया। घबराहट की वजह से ननकू ने जो आंखें बंद कर रखी थी उनमे नींद ने कब बसेरा कर लिया उसको को पता ही नहीं चला। उस पूरी रात वर्षा होती रही। ननकू को सारी रात उस पेड़ के नीचे ही गुजारनी पड़ी। जी हां वही पीपल का पेड़ जिस पर भूत प्रेतों का निवास होता है। ऐसा उसने सुना था। जब सुबह हुई तो उसकी आंख खुली। अब ननकू एक नए जोश और जज्बे के साथ उठा। रात भर पेड़ के नीचे रह कर भी उसे कोई भूत या प्रेत कोई नुकसान नहीं पहुंचा सका था। ननकू समझ चुका था कि भूत और प्रेत जैसी कोई चीज नहीं होती है। उसके मन का डर अब छू हो चुका था। अब ननकू को भूत प्रेत नाम की चीज से डर नहीं लग रहा था।

तो देखा दोस्तों जैसे ननकू के मन से डर के राक्षस को हटा दिया गया। ऐसा करने के लिए नियति ने उसके लिए घनघोर वर्षा और ऐसी परिस्थितियां बना दी जिसके कारण वह जिस से डर रहा था उसको उसी के साथ समय बिताना पड़ा। जी हां दोस्तों आपको भी जिन चीजों से डर लगता हो आपको उनसे अगर यदि डर हटाना है तो आपको उनके साथ ज्यादा समय बिताना होगा। जितना ज्यादा समय आप अपने डराने वाली चीजों

के साथ बिताएंगे आपका डर उतना ही कम होता जाएगा। यकीन नहीं होता तो आप एक बार ऐसा कर के देखिए।

जैसा कि मैंने किसी पुस्तक में पड़ा था जो चीज डराती हो आप उन सब की एक सूची बनाइए। जो भी चीजें सबसे डरावनी हो उनको सबसे ऊपर रखें फिर बाकी सभी मुश्किलें आपको छोटी लगने लगेंगी। सबसे पहले वही कार्य करें जो सबसे ज्यादा आपको डरा रहा हो। यह करने में बहुत मुश्किल होगा परंतु यदि आज एक बार आप ने ऐसा कर दिया तो बाकी के सारे डरावने काम आपको छोटे लगने लगेंगे क्योंकि सबसे डरावना काम तो आप कर चुके। सबसे डरावने काम पर विजय पाते ही बाकी डरावने काम आपके लिए डर वाले नहीं रहेंगे। आपको उनको करना बहुत आसान लगेगा और आपके मन का डर का राक्षस अपने आप वहां से जगह छोड़ देगा। जैसा कि मैंने शुरु में ही का पूछा था की डर का यह राक्षस आपके मन में कैसे आया। हमने पहले भी इस विषय पर बात की है। जैसा कि पहले ही बताया गया है कि हमारे आसपास के लोगों ने, हमारे माता-पिता ने, हमारे प्रिय जनों ने और जो भी लोग हमारे आसपास हैं उन्होंने ही हमारे मन में इस राक्षस के लिए जगह बनाई है। इस राक्षस का विकराल रुप करने में भी हमारे आसपास के लोगों ने बखूबी अपना काम किया है। हमें डर के राक्षस से बचाने के बजाय उन्होंने हमें डर के राक्षस से डरने की ही सलाह दी है। वे कभी नहीं चाहते कि हम इस राक्षस से जीत जाएं। इस राक्षस को अपने मन से हटा दें। वे सब यह जानते हैं कि एक बार अगर हमारे मन से यह डर का राक्षस हट गया तो आपके जीवन में सभी खुशियां दस्तक दे देंगी और वे शायद ऐसा नहीं चाहते हैं।

बहानो के मायाजाल से कैसे निकले



दोस्तो हम सभी अपने बनाए हुए बहानों के मायाजाल में इस कदर उलझे हैं कि क्या सही है और क्या गलत हमको समझ में ही नहीं आता। अपने आप को कभी भी किसी काम से बचाने के लिए हम लोग जल्द से जल्द कोई ना कोई बहाना मार देते हैं। हमें बहानों की ऐसी आदत हुई है कि हम कोई काम जैसे ही हमको बताया जाए उससे पहले कोई ना कोई बहाना हमारे पास तैयार रहता है। बहाने हमारी तरक्की में अवरोध के रूप में कार्य करते हैं। हमारी बहाना बनाने की आदत हमें जल्दी ही ऐसी मुसीबत की ओर ले जाती है जो हम सपने में भी नहीं सोचते। हर काम, हर बात पर बहाना अब तो हमारे पास बहानों का भंडार है। याद कीजिए की शुरुआत कैसे हुई हम सभी को कभी ना कभी होमवर्क मिला करता था। जब भी हम लोग से होमवर्क पूरा नहीं होता था तो हमारे पास उससे बचने के लिए एक बहाना तैयार रहता था। हमें स्कूल नहीं जाना होता था तो हमारे पास पेट दर्द का बहाना होता था। हम प्रोजेक्ट पूरा नहीं कर पाए तो फिर एक और बहाना तैयार होता था। हम एग्जाम में अच्छे नंबर क्यों नहीं लाए फिर एक बहाना तैयार रहता था। हम खेल में अच्छे नहीं हो पाए तो फिर एक बहाना तैयार। हम लोगों ने बहाने मार-मार कर बहानों का एक इतना बड़ा भंडार तैयार किया है कि वह कभी खत्म ही नहीं होगा। चाहे जितने भी बहाने मारने पड़े। बस हम काम से बचने के लिए हमेशा कोई ना कोई बहाना मार ही देते हैं। अब तो हम इसमें इतने पारंगत हो गए कि हमें पता ही नहीं चलता कि हमने काम से बचने के लिए कोई बहाना बना दिया है।

चलिए इसे और समझते हैं घर पर जैसे ही हमें कोई काम बताया जाता है हमारे पास उसको ना करने के कई बहाने होते हैं। बीवी ने बोला बर्तन उठाकर दो हमारे पास कमर दर्द, बदन दर्द या मैं टीवी देख रहा हूं ऐसा कोई ना कोई बहाना साथ में होता है। पति ने कहा पैर दबा दो मैं थक गया हूं बीवी के पास मेरी कमर में दर्द है, आज मैंने बहुत काम किया मेरे हाथों में खुद दर्द हो रहा है, कंधे बहुत थक रहे हैं आदि ऐसे कई बहाने फिर हमारे पास उपलब्ध होते हैं।

दोस्तों क्या आप मायाजाल समझते हैं ? जी हां वह जाल जिसे आप ठीक से समझ ही नहीं पाते वह जाल मायाजाल कहलाता है। हमने अपने आसपास जो बहानों का मायाजाल बनाया है वह भी बिल्कुल ऐसा ही होता है। हम बार-बार बहाने बनाते हुए यह बात समझ ही नहीं पाते कि उन बहानों को बनाने से हम ही कमजोर होते जा रहे हैं। आप सबको बहाने बनाते हुए यह आदत ऐसे पड़ जाती है कि आपको पता ही नहीं चलता कि कब-कब में अपने बहाना बना दिया। यह बहाने आपके जीवन का एक हिस्सा बन जाते हैं। वो हिस्सा जो आपके जीवन को ही नर्क बनाता चला जाता है। आप काम से मन चुराने लगते हैं। काम ना होने पर हमेशा ही आपको नुकसान होगा और यह कोई बताने वाली बात नहीं है। जब काम नहीं होगा तो उसका फल भी नहीं मिलेगा। जब आप कोई काम ही नहीं करेंगे तो कामयाब होना या अमीर होना तो नामुमकिन बात हो गई। बस बहाने बनाने की कला को छोड़ने से हमारे लिए रास्ते खुल जाएंगे। यदि हम ऐसे ही बहाने बनाते रहे तो जीवन के सारे रास्ते आपके लिए बंद हो जाएंगे। दोस्तों यह काम सरल भी है और मुश्किल भी। सरल इसलिए कि इसे कभी भी शुरु किया जा सकता है और मुश्किल इसलिए कि इसको लाख कोशिश करने के बावजूद आपको अपने जीवन से निकालने में बहुत ज्यादा मेहनत लगने वाली है। अक्सर काम आसानी होते हैं बस उनको करने का दृढ़ निश्चय होना चाहिए। इस कार्य को भी आप एक लक्ष्य के रूप में लें और अपने जीवन में बदलाव लाने के लिए इसको अभी से ही शुरु कर दें। अब से कोई बहाना ना बनाएं और बस आपका जितना शुरु हो चुका है।

दोस्तों हम सब एक सुंदर जीवन की कामना करते हैं। हम सभी अपने जीवन में सब कुछ पाना चाहते हैं। हम सभी जीवन के सभी सुख चाहते हैं पर क्या आप उसके लिए सचमुच कार्य करते हैं ? क्या आप सचमुच वह सब कुछ पाना

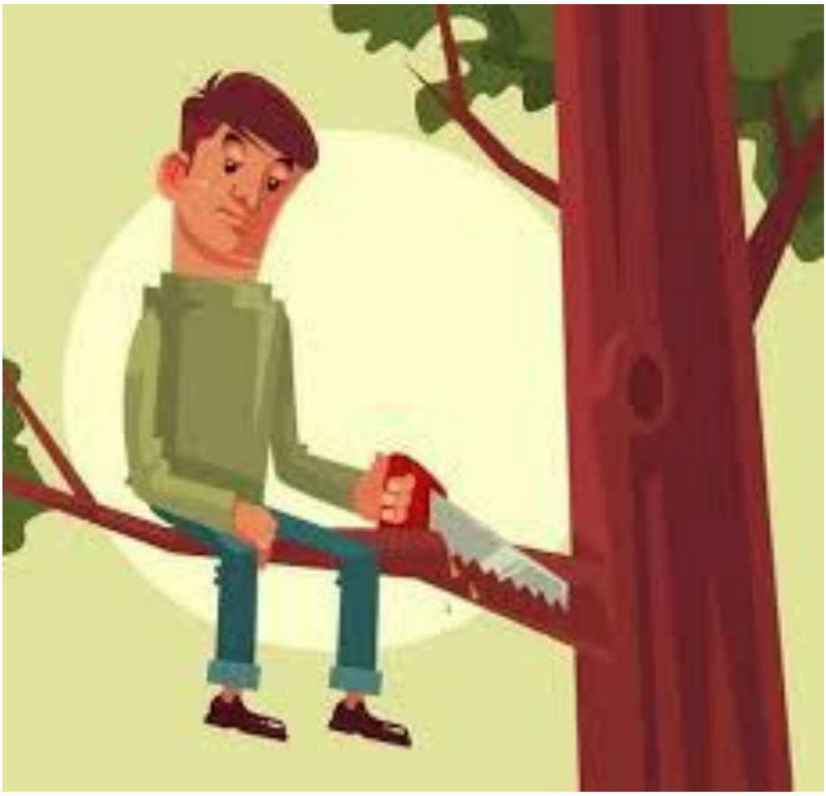
चाहते हैं ? यदि हां तो आपको अपने आप से झूठ बोलने की कला छोड़नी होगी। बहानेबाजी को हमेशा के लिए त्यागना होगा। लक्ष्य कितना भी दूर हो पर हर एक छोटा कदम उसकी ओर बढ़ते हुए उस दूरी को छोटा करता चला जाता है। आपका लक्ष्य कितना ही बड़ा हो इस बात से कोई फर्क नहीं पड़ता। आप बस उसकी और अपने छोटे छोटे कदम बढ़ाने की शुरुआत कर दीजिए। आपके काम में बाधा डालने के लिए आपके इर्द-गिर्द जो भी लोग रह रहे हैं वे सभी आपको फिर से बहाने बनाने के लिए विवश कर सकते हैं क्योंकि उनको भी ऐसी ही आदत पड़ी हुई है। आप इसके विपरीत कार्य करना शुरू करें। ना बहाने बनाए ना ही बहाने सुने। जब भी कोई व्यक्ति आपके सामने बहाना बनाता है तो बस मुस्कुरा कर आगे बढ़ जाए और या फिर उसको बहाना बनाने की कला छोड़ने के लिए प्रेरित करें। जैसे आपने बहाने बनाने की कला को त्यागा है हो सकता है आपकी बातों से प्रेरित होकर वह व्यक्ति भी बहाने बनाने की इस कला को छोड़ दे और अपने जीवन में वह सारी खुशियां पाए जैसे आप पा सकेंगे।

ना कोई कॉल ना कोई बहाना मेले चाचू की शादी में जरूर-जरूर आना। दोस्तों यह स्लोगन अधिकतर आपने शादी के कार्ड पर देखा होगा। यह हमारी बहाने बनाने की कला पर एक कमाल का तमाचा है जिसे हम हंसते-हंसते पढ़ लिया करते हैं। यदि हम बहाने बनाने की कला में पारंगत नहीं हुए होते तो इस प्रकार के कोई स्लोगन कभी भी किसी की शादी के कार्ड पर हमें नहीं मिलते। हमें बहाने बनाने की एक बहुत बुरी आदत या ऐसा कहे कि बहुत बुरी बीमारी लग चुकी है। एक ऐसी बीमारी जिसका इलाज बाहरी रूप से कभी हो ही नहीं सकता। दोस्तों यह एक आंतरिक बीमारी है। हमारी मानसिकता से जुड़ी हुई एक आंतरिक बीमारी जिसका इलाज कोई बाहरी डॉक्टर नहीं कर सकता। इसका इलाज हमें स्वयं ही करना पड़ता है। इसका निरंतर प्रयास करना पड़ता है। जैसे ही मौका मिलता है हम बहाने की तरफ जाएं हमें अपने आप को रोकना

होता है। किसी काम की जिम्मेदारी लेना या किसी गलती की जिम्मेदारी लेना हमें बहाने बनाने से रोकता है। लोग बहाने सिर्फ अपनी कमी छुपाने के लिए ही बनाते हैं।

जिस दिन आप अपने व्यक्तित्व को निखारने के लिए अपनी गलती को मान लो तो समझो की आपने काम शुरु कर दिया। समझ लीजिए उसी दिन से आपकी बहाने बनाने की कला खत्म होने लगी और यह कला खत्म होते ही आपके सारे कार्य होने लगेंगे। आप सभी कामों में मन लगा पाएंगे और दोस्तों जब आप किसी भी काम में मन लगाकर उस काम को करेंगे तो आपकी जीत निश्चित है। अब यदि वह कार्य आपको तरक्की दिलाता है या कामयाबी दिलाता है तो जाहिर है कि वह आपको बहुत सारे पैसे भी दिलाएगा। आप दिन दुगनी रात चौगुनी तरक्की करेंगे। एक बार आपने यह कला छोड़ दी तो यह शायद ही जीवन में दोबारा आपकी ओर कभी आएगी। आपको अपने मन पर विजय पानी है और बहाने बनाने वाली कला को हमेशा के लिए त्याग देना है।

जान बूझ कर मूर्ख बने रहना छोड़े



दोस्तों अपनी दिनचर्या में हमने एक और आदत को विकसित किया है और वह है जानबूझकर मूर्ख बने रहने की आदत। क्या सचमुच हम जानबूझकर मूर्ख बने रहते हैं ? चलिए इस को एक उदाहरण से समझते हैं। दोस्तों यदि हम गलती से किसी गड्ढे में गिर जाते हैं तो यह हमारे लिए गलती होती है परंतु यदि हम जानबूझकर किसी ऐसे रास्ते पर जाते हैं जहां पर हमको पता है कि वहां पर गड्ढा है और हम उसमें गिर जाते हैं तो यह गलती नहीं मूर्खता कहलाती है और ऐसे ही मूर्खता हम दिन रात कई बार करते रहते हैं। चलिए देखते हैं कैसे हम में से कितने ऐसे लोग हैं जो यह जानते हैं कि हम नौकरी करते हुए जीवन में कभी भी अपने सपनों को नहीं पा सकते। नौकरी करते हुए बड़ी गाड़ी और बड़े बंगले का सपना कभी पूरा नहीं हो सकता। यह बात हम सभी जानते हैं फिर भी दिन रात अपनी नौकरी में हम लोग अपने आप को झोंके रहते हैं। वही काम हम रोज-रोज करते रहते हैं जिससे हम को पता है कि इसके फलस्वरूप सिर्फ हमें आजीविका ही मिलेगी। तो बताइए दोस्तों इस को क्या कहा जाएगा गलती या मूर्खता।

मैं नौकरी करने के बिलकुल खिलाफ नहीं हूं बस में आप सभी को जगाना चाहता हूं कि नौकरी करते हुए भी आप अतिरिक्त आय के साधन बनाते जाएं और एक दिन नौकरी को अलविदा कहें। यदि आप नौकरी को अलविदा नहीं भी कहना चाहते तो भी आपको लगातार अपने लिए आय के नए-नए साधन खोजने चाहिए जो साधन आपके लिए वह सभी सपने पूरा करने का काम करेंगे

जो आपने देखे हैं। अतिरिक्त आय के साधन होने की वजह से आप वह सब कुछ कर पाएंगे जो आप चाहते हैं। आपको ना ही अपनी दिनचर्या बदलने की जरूरत है ना ही नौकरी छोड़ने की जरूरत है। आपको अतिरिक्त साधन बनाने की जरूरत है जिसे आप थोड़ी सी हिम्मत कर के बना सकते हैं। बस वह हिम्मत लाना ही आपके लिए इकलौती मुश्किल है।

दोस्तों जीतने के लिए सिर्फ एक ही चीज की जरूरत पड़ती है और वह होती है जीतने की चाहत। आप जीतने की चाहत रखते हैं तो आपको दुनिया में कोई ऐसा व्यक्ति नहीं है जो आप को हरा सके। आपकी जीत में सिर्फ एक ही व्यक्ति बाधा के रूप में खड़ा है और वह आप स्वयं हैं। दोस्तों आपको जानबूझकर मूर्ख बने रहने की आदत है उसे छोड़ना होगा। दोस्तों जो आदते आपके लिए फल स्वरूप कुछ नहीं देती उन सभी आदतों को त्याग दो। जैसे कि देर तक सोने की आदत। आपको पता है इससे आपका शरीर भी खराब हो रहा है आप की फुर्ती खो रही है और आप समय भी खो रहे हैं। आप सब सच जानते हुए भी इसे ठीक करने की कोशिश नहीं करते और रोज देर तक सोते रहते हैं। दोस्तों अब यह गलती जो आप जानबूझकर कर रहे हैं इसे क्या कहा जाएगा। इसे ही जानबूझकर मूर्ख बने रहना कहते हैं। आप सभी को पता है ज्यादा देर तक सोने से आपका समय नष्ट हो रहा है। आप जल्दी उठकर बहुत सारा कार्य खत्म कर सकते हैं। व्यायाम कर सकते हैं। किताबे पढ़ सकते हैं। कुछ भी ऐसा कार्य कर सकते हैं जो आपके जीवन में बदलाव के रूप में आपको बहुत कुछ

देने वाला है फिर भी आप ऐसा कुछ नहीं करते। बस आप चादर ताने सोए रहते हैं। एक पुरानी कहावत के अनुसार जो सोवत है वह खोवत है जो जागत है सो पावत है। यह कहावत हमने न जाने कितने बार सुनी है। आपको सुनकर अनसुना करने की जो आदत बन गई है वही आपके लिए सबसे बड़ी समस्या के रूप में खड़ी हो गई है। यह समस्या एक विशाल समस्या के रूप में तब खड़ी होती है जब हमें पता चलता है कि अब इसको ठीक करने के लिए कुछ नहीं किया जा सकता। गलतियां समय पर ठीक कर ली जाएं तो मित्रों इससे अच्छी कोई बात नहीं है परंतु हम में से अधिकतर लोगों को दोबारा मौका नहीं मिल पाता। जिंदगी आपको दोबारा मौका देगी या नहीं ऐसा कभी तय नहीं हुआ है तो जो समय आज मिला हुआ है उसी में जो हम कर सकते हैं वह कर लेते हैं। दोस्तों ज्यादा सोच कर अपना समय बर्बाद मत करो। जानबूझकर मूर्ख बने रहना छोड़ दो आज ही और अभी ही।

दोस्तों मेरा अर्थ आपको चिढ़ाने से बिल्कुल नहीं है। मैं जानता हूं आप सभी समझदार हैं। आप में से कोई भी मूर्ख नहीं है। जैसा कि मैं जानता हूं मूर्ख और समझदार व्यक्ति दोनों एक ही तरह के दिखते हैं दोनों के एक सिर, दो पैर, दो हाथ, दो आंखें और एक मुंह सब एक जैसा ही होता है तो फिर कौन तय करता है कोई व्यक्ति मूर्ख है या समझदार। किसी भी व्यक्ति के समझदार या मूर्ख होने के लिए सिर्फ एक पल की जरूरत होती है। जी हां वह पल कोई भी हो सकता है। जब वह पल आएगा जिस पर दो व्यक्ति के नजरिए की बात होगी तो दोनों का नजरिया अलग-अलग होगा तभी उनमें आपस में कोई बहस हो सकती है। अब मूर्ख और समझदार की पहचान करने के लिए सिर्फ एक ही तरीका बचता

है और वह होता है अधिक लोगों का मत। जैसा कि हम जीवन भर सीखते रहे हैं कि जिसके पास किसी बात को लेकर ज्यादा मत होते हैं वह व्यक्ति विजयी मान लिया जाता है।

चलिए इसे एक उदाहरण द्वारा समझते हैं। एक बार दो व्यक्तियों को एक एक पेड़ काटने का लक्ष्य दिया गया। दोनों को एक जैसे कुल्हाड़ी दी गई। एक ने पेड़ 3 घंटे में काट दिया और एक को पेड़ काटने में 6 घंटे लगे। जिस व्यक्ति को 6 घंटे लगे उसने सीधे कुल्हाड़ी उठाई और वह जाकर काम पर लग गया। जिसमें 3 घंटे में पेड़ काटा था उससे पूछा गया कि आपने यह काम जल्दी कैसे कर दिया। उसने बताया कि मैंने पहले 2 घंटे सिर्फ कुल्हाड़ी को धार लगाई। अब इस छोटी सी कहानी के अनुसार हम किसको समझदार कहेंगे। जैसा कि तर्क कहता है जो जल्दी काम कर देगा अपनी बुद्धि का प्रयोग करके वही व्यक्ति समझदार कहलाएगा। दोस्तों असल जिंदगी में भी ऐसा ही हो रहा है हम में से जो व्यक्ति जल्दी-जल्दी अपने जीवन के सुख साधन जमा कर लेता है वही व्यक्ति कामयाब कहलाता है। जिसने जल्दी घर बना लिया या जिसने जल्दी गाड़ी खरीद ली। जिसने 4 गाड़ियां खरीद ली और जो जितनी तेजी से पैसे कमा रहा है वहीं यहां पर कामयाबी के आयाम तय कर रहा है। मैं यह भी मानता हूं कि हर व्यक्ति के लिए अपनी कामयाबी के अलग अलग आयाम हैं परंतु दुनिया जिन चीजों को पहचानती है वह यही सभी चीजें हैं। आप और मेरे लिए आपकी तरक्की जोकि सिर्फ आपके सुख साधनों की वजह से ही नापी जाएगी। दोस्तों जिन साधनों से आपको अभी आय मिलती है यदि वह साधन आपके लिए परिपूर्ण नहीं है या आपके सपनों को पूरा नहीं कर रहे हैं तो आप सचमुच जानबूझकर मूर्ख बने रहने की आदत बना चुके हैं। बस मेरा लक्ष्य इतना ही है कि आप यह जानबूझकर मूर्ख बने रहने की आदत को छोड़ दें। इसको छोड़ कर आप जीवन के सभी सुख प्राप्त करेंगे।

तो दोस्तों बस आज से ही मुर्ख बने रहने की आदत को छोड़ दें। उन सभी साथियों को भी छोड़ दें जो इस आदत को अपना रखे हैं। आपके वह सभी दोस्त जो आपको मूर्ख बने रहने में सहायता कर रहे हैं वह असल में आपके दोस्त नहीं आपके दुश्मन हैं। ना ही वह जीवन में कुछ करने वाले हैं और ना ही वह आपको जीवन में कुछ करने देंगे। आपको दिन-रात मेहनत करनी पड़ेगी। कामयाबी का कोई भी विकल्प नहीं होता। कामयाबी सिर्फ मेहनत से ही मिलती है। आप कामयाब बनना चाहते हैं तो आपको मेहनत करनी होगी दोस्तो याद करो कि आपने जीवन में जो भी कार्य आज तक किये उनमें से कौन कौन से ऐसे काम है जो आपने बिना गलती किए हुए सीखे।

चलिए शुरुआत से देखते हैं। आपने चलना सीखा गिर-गिर कर मतलब कि आप से गलतियां हुई। आपने लिखना सीखा गलत लिख-लिख कर मतलब गलतियां हुई। आपने पढ़ना सीखा गलत पढ़-पढ़ कर मतलब फिर से वही गलतियां हुई। आपने साइकिल चलाना सीखा, मोटरसाइकिल चलाना सीखा, आपने कार चलाना सीखा इन सभी कामों को आपने गलतियां कर-कर के ही सीखा है तो जैसा कि हम देख पा रहे हैं कि जीवन के सारे वह कार्य जो हम आज करते हैं वह सभी हमने गलतियां कर-कर के ही सीखे हैं तो हम गलतियां करने से डरने क्यों लगते हैं। क्या पैसे कमाने के नए साधन बनाते हुए गलतियां होंगी तो वह पाप है। फिर हमें उनसे इतना डर क्यों लगता है। हमें इनसे इतना क्यों डराया जाता है। दोस्तों आपका दिमाग आप की सबसे बड़ी ताकत है। आपके पास वह सब कुछ है जो आप पाना चाहते हैं बस आपको आपके दिमाग को प्रयोग करना है। अपनी क्षमताओं को पहचानना है और कार्य शुरु कर देना है। मुझसे तो यह हो नहीं पाएगा। तुम यह करोगे तो तुमसे यह गलती हो जाएगी। तुम्हें यह नुकसान हो जाएगा। तुम मुश्किल में आ जाओगे। एसे मूर्खतापूर्ण वाक्यों से और ऐसे वाक्य कहने वालों से आपको दूर रहना सीखना होगा। जो लोग खुद नेगेटिव हैं वह आपको पॉजिटिव कैसे रहने दे सकते हैं। वे खुद मूर्ख बने रहना चाहते हैं। यह उनकी जीवनशैली का एक हिस्सा है। वे चाहते हैं कि आप भी वैसे ही बन जाए जैसे वे हैं। आप ऐसा ना होने दें। अपनी पॉजिटिविटी का सहारा लें और वह सभी काम करें जो आपको कामयाबी तक पहुंचाने में आपकी सहायता करते हैं। अपने जीवन के लक्ष्य अपनी चाहत के अनुसार बनाएं ना कि किसी और की चाहत के अनुसार। आपका दोस्त कुछ भी चाहता हो, आपके माता-पिता कुछ भी चाहते हो या आपके गुरुजन कुछ भी चाहते हो। असलियत में जिसकी चाहत सबसे ज्यादा जरूरी है वह आप हैं जी हां सिर्फ आप। आप जो चाहेंगे वह बन जाएंगे। सिर्फ आपको अपनी जानबूझकर मूर्ख बने रहने की आदत को त्यागना होगा। जो आपके दिमाग की शक्ति के साथ आप बहुत ही आसानी से कर सकते हैं।

दोस्तों जीवन में ऐसी कोई चीज नहीं है जो आप नहीं कर सकते। जब लोगों ने कुछ अलग करने की कोशिश की है तो सारी दुनिया ने उनका मजाक ही बनाया है परंतु वह लोग अपनी जिद पर अड़े रहे और दुनिया को ऐसी चीजें दे गए जिनकी वजह से आज

जीवन बहुत आसान हो गया है। इसमें कोई शक नहीं कि कोई उनको याद भी नहीं करता पर उनके करे हुए कामों की वजह से लोगों के जीवन में जो बदलाव आए हैं वह उन्हीं लोगों की जीत का नतीजा है। मैं आशा करता हूं कि आपको मेरी बातें समझ आ रही हैं और आप भी अपने जीवन में बदलाव के लिए आज से ही कार्य करना शुरू कर देंगे। अपनी एक बुरी आदत को छोड़कर आप अपने जीवन में ऐसे बदलाव लाएंगे कि जीवन भर सभी लोग आपके जैसा बनने की कोशिश करने लगेंगे।

संयम बना कर जीत की और बढ़े

दोस्तों हमारे साथ एक सबसे बड़ी समस्या जो होती है वह होती है कुछ भी जल्दी से जल्दी पाने की समस्या। हम कोई भी काम जैसे ही शुरु करते हैं हमें उसका फल जल्द से जल्द चाहिए होता है। हम में हमेशा से ही संयम की कमी रहती है। संयम एक साधना के अनुसार होता है जैसे साधना करते हुए आपको अपने आप को शांत और

स्थिर रखना होता है। ऐसे ही संयम बनाकर किसी भी कार्य को शांत और स्थिर मन के साथ किया जाता है। हम सभी ने कहावत के रूप में एक बात सुनी है जल्दी का काम शैतान का होता है तो फिर हम किसी कार्य का फल जल्द से जल्द क्यों चाहते हैं। सभी कामों में समय सीमा जरूर होनी चाहिए। उससे हमें निर्धारित समय में काम करने में आसानी होती है। हमें कोशिश करनी चाहिए कि हमारा जो निर्धारित समय मिला हो हमें काम उससे पहले ही खत्म कर लेना चाहिए। ऐसा करने से हमारा जोश दोगुना हो जाता है। अब हम जो नये लक्ष्य तय करेंगे उनके लिए समय सीमा के अंदर काम करने की हमारी आदत बनेगी जो हमें समय से पहले जीतने में मदद करेगी और हमें अपनी जीत का सुख भोगने के लिए अधिक समय मिलेगा। संयम वह तरीका है जो आपको हड़बड़ाहट से बचा ले जाएगा। आपको हारने से बचाएगा और आपको जीत की ओर ले जाएगा हम सभी ने खरगोश और कछुए की कहानी सुनी है। हम सभी को पता है कि खरगोश ने जल्दबाजी की और हार का मुंह देखा जबकि कछुआ संयम के साथ सिर्फ अपने काम में लगा रहा और अंततः विजय कछुए की हुई। दोस्तों में काम को धीरे धीरे करने की सलाह बिल्कुल नहीं दे रहा हूं। मैं आपको सिर्फ और सिर्फ काम में संयम बनाए रखने के लिए कह रहा हूं। हम सभी जानते हैं कि संयम के साथ किए गए सभी कार्य सही-सही हो जाते हैं। यदि हम खान-पान पर संयम रखें तो ना ही हम कभी मोटापे, थकान, अनिद्रा आदि बीमारियों के शिकार होंगे। यदि हम संयम से व्ययाम करें तो भी यह हमारे शरीर को बहुत सारे फायदे पहुंचाता है। संयम रखकर शराब तक पीना शराब जैसी बुरी चीज को आपके शरीर के लिए एक दवा के रूप में बदल देता है। संयम वह जादू है जो बुरी चीजों को भी अच्छे में बदल देता है। आप सभी अच्छे और बुरे में फर्क समझते हैं। हम अधिकतर अपने रिश्ते भी सिर्फ और सिर्फ संयम की वजह से खराब कर लिया करते हैं। बस जल्द से हम लोग किसी निर्णय पर पहुंचने के लिए रिश्ते को खत्म करने को ही सबसे आसान तरीका समझते हैं। दोस्तों जीवन में प्रेम से बड़ा कोई धन नहीं है और जहां संयम नहीं है वहां पर प्रेम ही नहीं है। संयम आप में प्रेम, क्षमा, दयालुता आदि गुण भर देता है। संयम आप में से लोभ, ईर्ष्या, मानसिक विकार, क्रोध आदि दुर्गुण समाप्त कर देता है। यदि आप संयम के साथ कोई काम करते हैं तो काम करते हुए आप खुद को आनंद से भरा हुआ महसूस करेंगे। आपको काम को खत्म करने की किसी प्रकार की कोई जल्दी नहीं होगी जिससे आपका काम गलत नहीं होगा। आप लक्ष्य की और धीरे-धीरे बढ़ेंगे परंतु आप उसमें गलतियों से बच जाएंगे। सही मायने में आपका लक्ष्य पाते हुए संयम आपको लक्ष्य के रास्ते पर ले जाते हुए संतुलित बनाए रखने का एक हथियार जैसा है। यदि आप संतुलित रहेंगे तो आपका जीतना तय है।

उदाहरण के तौर पर जब कभी भी आपके सामने गरमा गरम स्वादिष्ट हलवा आता है और वह अधिक गर्म होने के कारण अभी खाने योग्य नहीं होता परंतु उसको देखते ही आपके मन में लालच आ जाता है और आप अपना संयम खो कर उसको तुरंत अपने मुंह में रख लेते हैं। आप जैसे ही उसे खाते हैं आपका मुंह जल जाता है। आपको उसका स्वाद नहीं आता और आपका ध्यान एकदम से बदलकर अपने जले हुए मुंह की और चला जाता है तब जाकर आपको पता चलता है कि आपके द्वारा एक गलती कर दी गई है। दोस्तों यदि आप थोड़ा सा संयम रखकर उसी हलवे को थोड़ा ठंडा करने के बाद खाएं तो आपको अति उत्तम आनंद का एहसास होता है। आप उसके स्वाद में खो जाते हैं और आपका मन एक असीम आनंद को प्राप्त कर लेता है। देखा दोस्तों संयम का जादू एक ही चीज को इसने कुछ ही समय में अच्छा और बुरा बना दिया। कुछ देर पहले बहुत अधिक गर्म होने के कारण जो हलवा खराब हो गया था या जिसने हमारे मुंह को जला दिया था। जिससे हमें नफरत होने लगी थी थोड़ा ठंडा कर कर खाने पर वही हलवा हमारे लिए एक स्वादिष्ट भोजन का रुप ले लेता है। ऐसा ही जादू आपको आम जीवन में भी प्राप्त होगा।

चलिए एक उदाहरण से समझते हैं। मान लीजिए आप के किसी साथी से कोई कार्य करते हुए कोई गलती हो जाती है। हम सब मनुष्य ही गलती करते हैं ऐसा कोई व्यक्ति नहीं है जो कभी कोई गलती नहीं करता हो। हम सभी के द्वारा गलतियां की जाती हैं। कहावत के अनुसार यही माना जाता है कि मानव तो गलतियों का पुतला है। चलिए फिर से बात पर आते हैं आपके एक साथी द्वारा एक गलती कर दी गई और यदि आप उससे सीनियर हैं तो आप उसकी गलती के लिए उसको भला बुरा कहने लगते हैं। कई बार गलतियां बहुत छोटी होती हैं जिन को नजरअंदाज किया जा सकता है परंतु हम ऐसा न कर के अपने औधे और अपनी ताकत का प्रयोग कर के उसे नीचा दिखाते हैं। अपने से नीचे काम करने वाले लोगों को नीचा दिखाने में हम कोई कसर नहीं छोड़ते। हम उनको मानसिक हानि पहुंचाते हैं। यदि हम संयम रखें तो वही व्यक्ति अपनी गलती सुधार भी सकता है और यदि आपने उसे गलती सुधारने में उसको मदद की है तो वह आपके लिए जीवन भर आपका अनुयायी बनकर रहने के लिए तैयार हो जाएगा। संयम का जादू फिर से एक बार देखा आपने वही व्यक्ति वही गलती बस संयम द्वारा उसके साथ निपटने का तरीका ही सब कुछ है। संयम ने आपका क्रोध दिखाने या बचाने मैं आपको सहयोग किया। यदि आपने क्रोध दिखाया तो आप अपना काम करने वाला साथी खो देंगे और यदि आपने बचाने वाला तरीका अपनाया तो आपको एक अच्छा साथी मिल जाएगा। हम सभी सामाजिक प्राणी हैं। हम सभी से गलतियां होती हैं। गलती करना कभी भी कोई बुरी बात नहीं है पर गलती से न सीखना सबसे बुरी बात होती है। जो व्यक्ति गलती नहीं मान सकते उनसे बड़ा मूर्ख दुनिया में कोई नहीं होता। मित्रों गलती करना बहुत आसान काम है पर गलती को मानना बहुत मुश्किल काम है। जो कुछ ही हिम्मती लोग कर पाते हैं। मैं जानता हूं कि आप में से बहुत सारे वह हिम्मत वाले लोग यह किताब पढ़ रहे हैं। संयम के जादू को सीखे। संयम के साथ कार्य करने में आपको कार्य करने में आनंद आएगा। आप अधिक से अधिक मित्र बना पाएंगे। आप काम को समय से पहले खत्म कर पाएंगे क्योंकि संयम से आप जो भी निर्णय लेंगे वह आपके काम के प्रति ऐसा उपहार आपके लिए लेकर आएंगे जो अविश्वसनीय होगा और जो आपको हैरान कर देगा।

जी हां दोस्तों अब आप सारे नियम सीख चुके हैं। कुछ नियम हमने आपको इस किताब के माध्यम से आप तक पहुंचाएं और कुछ नियम आप जीवन में खुद बनाएंगे। बस दोस्तों इतना ही याद रखना है कि नियम कुछ भी हो आपको आपकी जीत तक पहुंचाना हम सब का लक्ष्य है। आपकी कामयाबी ही मेरी और आपकी जीत है। जी हां दोस्तो हम सभी जब किसी ट्रेनिंग के बाद काम करने उतरते हैं तो पहले हमारा एक टेस्ट होता है जिसको पास करने के बाद हम को एक सर्टिफिकेट दिया जाता है। वह सर्टिफिकेट यह बताता है कि हमने जो भी कुछ पढ़ा और सीखा वह आप सीख चुके हैं और अब आप उसके आगे का कार्य करने के लिए तैयार हैं। जैसे मैंने कुछ नियम इस पुस्तक में आपको सिखाएं उसके अनुसार अब आप जीवन में कुछ भी कामयाबी और कुछ भी पाने की कला सीख गए हैं। वह पैसा हो सकती है। वह आपके जीवन का कोई लक्ष्य हो सकता है। वह बहुत अच्छी नौकरी हो सकती है। वह आपका बिजनेस शुरू करने का सपना हो सकती है। मतलब दोस्तों ऐसा कुछ भी जो आपने अभी तक सिर्फ अपने सपनों में बसा के रखा हुआ था पर आप उस पर कार्य नहीं कर पाए थे। मेरी पुस्तक द्वारा मुझे आपको आपके सपने को जीने के लिए ही तैयार करना था। मैं आशा करता हूं कि आप इन नियमों द्वारा अपने जीवन के वह सभी सुख भोग पाएंगे जो आप चाहते हैं। यह पुस्तक सिर्फ और सिर्फ आपको जगाने के लिए ही लिखी गई है। दोस्तों पुस्तके तो बहुत सारी लिखी जाती हैं। आपके द्वारा पढ़ाई भी जाती हैं पर आपके जीवन में बदलाव जो भी पुस्तक ला पाए वहीं पुस्तक आपके लिए सबसे महत्वपूर्ण बन जाती है। एक सुंदर सी लाइन जो मैंने कहीं पर पड़ी थी कि जीवन में अच्छा ज्ञान आप अर्जित करेंगे परंतु यदि आपको उस ज्ञान का प्रयोग करना नहीं आता तो वह सारा ज्ञान कूड़े के समान है। दोस्तों यह नियम जो भी मैंने इस पुस्तक में आपको बता कर जगाने की कोशिश की है वह

आपके लिए खुशियां तब लेकर आ पाएंगे जब आप इन नियमों का पालन कर के अपने जीवन में बदलाव की कोशिश करेंगे। यदि आप ऐसा ना कर सके तो मेरा पुस्तक लिखना बेकार हो गया और आपका पुस्तक पढ़ना बेकार हो गया। आपको याद होगा वह कायदा जो बचपन में आपने पढ़ा था। उसके अंदर हमारे पढ़ने की बुनियाद छुपी थी। बेशक से दो से ₹5 का ही आता हो परंतु उसमें ज्ञान तो था। आज तक अगर हमने प्रयोग करना ना सीखा होता तो हम आज भी निरक्षर होते। कोई किताब बड़ी या छोटी नहीं होती। उसमे बताया ज्ञान ही असलियत में उस पुस्तक की जान होती है। उसके द्वारा ज्ञान जो आपके अंदर लेखक प्रवेश कराना चाह रहा है वह हो पाता है तो उस पुस्तक का लिखना और पढ़ना दोनों ही सफल हो जाते हैं।