

**Positive सोच  
के  
फंडे**

# Positive सोच के फंडे

एन. रघुरामन



प्रभात प्रकाशन, दिल्ली

ISO 9001:2008 प्रकाशक

प्रकाशक • प्रभात प्रकाशन

4/19 आसफ अली रोड,  
नई दिल्ली-110002

सर्वाधिकार • सुरक्षित

संस्करण • प्रथम, 2013

मूल्य • दो सौ रूपए

मुद्रक • भानु प्रिंटर्स, दिल्ली

---

**POSITIVE SOCH KE FUNDE** by N. Raghuraman      Rs. 200.00  
Published by Prabhat Prakashan, 4/19 Asaf Ali Road, New Delhi-2  
e-mail: prabhatbooks@gmail.com      ISBN 978-93-5048-521-7

## दो शब्द



प्रसिद्ध ब्रिटिश दार्शनिक लॉरेंस स्टेम ने 17वीं सदी में कहा था, “ज्ञान की भूख समृद्धि की भूख की तरह होती है। जितनी मिलती है, भूख उतनी ही बढ़ती जाती है।” लॉरेंस स्टेम की यह छोटी बात बड़ा इशारा करती है। आज का युग ज्ञान का युग है। चहुँओर फैले ज्ञान के इस असीम सागर से कुछ मोती चुनकर लाना आसान नहीं होता। वक्त की आपाधापी में हम अपने बीच ही घटनेवाली कुछ बातों को अनदेखा कर जाते हैं। कुछ ऐसे भी लोग हैं जो इन्हीं बातों का मतलब गहराई से समझते हैं और दूसरों को वही अर्थ सरल भाषा में समझाते हैं। ऐसे ही मानकों पर खरा उतरता है एन. रघुरामन का मैनेजमेंट फंडा। भारी और लच्छेदार वाक्यों का इस्तेमाल किए बगैर, जीवन की हकीकत और जीवन प्रबंधन की कला आम पाठकों तक पहुँचाने का सहज माध्यम साबित हुआ है, दैनिक भास्कर और दिव्य मराठी और दिव्य भास्कर का नियमित स्तंभ, ‘मैनेजमेंट फंडा’।

वर्ष 2003 में विविध क्षेत्रों से जुड़ी जानकारी सहज-सरल भाषा में आम पाठकों तक पहुँचाने के लिए मैनेजमेंट फंडा की शुरुआत हुई। धीरे-धीरे यह स्तंभ लोकप्रियता के नित नए सोपान चढ़ता गया। यहाँ तक कि साल के 365 दिन पाठकों को इसका इंतजार रहने लगा। आज यह स्तंभ गागर में सागर की तर्ज पर ज्ञान समेटे हुए है। इसकी मदद से जीवन के

विभिन्न क्षेत्रों और स्थितियों को देखने का नजरिया विकसित होता है। जीवन का कोई क्षेत्र शायद ही रघुरामन की नजर से बचा हो। यह पुस्तक उनके आठ वर्षों में प्रकाशित स्तंभों का चुनिंदा संग्रह है। उम्मीद है कि पुस्तक विभिन्न आयु के पाठकों में मूल स्तंभ की तरह ही लोकप्रिय होगी और उन्हें विभिन्न स्थितियों में आगे बढ़ने की राह दिखाएगी।

—रमेश चंद्र अग्रवाल

अध्यक्ष

भास्कर समूह

## आभार



मेरे द्वारा लिखित स्तंभों का इस पुस्तक के रूप में आना कई शुभचिंतकों के सहयोग से ही संभव हो सका है। सबसे पहले मैं दैनिक भास्कर समूह के प्रबंध निदेशक, श्री सुधीर अग्रवाल का आभार व्यक्त करना चाहूँगा, जिन्होंने मुझमें विश्वास व्यक्त किया कि मैं साल के 365 दिन और सालो-साल किसी एक विषय पर लगातार लिख सकता हूँ। उनकी प्रतिबद्धता और मुझमें विश्वास ने मुझे अभिव्यक्ति के लिए मंच प्रदान किया। मैं विज्ञापन प्राप्त करने के दबाव से मुक्त होकर निरंतर लेखन कर पा रहा हूँ और इससे मुझे करोड़ों पाठकों का असीम प्रेम मिल रहा है।

अपनी पत्नी प्रेमा और बेटी निशेविता, जिसके क्रमिक विकास से मुझे मैनेजमेंट के नए सिद्धांत और सूत्र मिले, की धैर्यपूर्ण भागीदारी के प्रति भी मैं आभार प्रकट करना चाहूँगा। दैनिक भास्कर समूह के वरिष्ठजनों और सहयोगियों की चिंतनशील सोच और सहयोग के बिना मेरे लेखन को सार्थकता नहीं मिलती; इन सबका मैं कृतज्ञ हूँ—सर्वश्री रमेश चंद्र अग्रवाल, सुधीर अग्रवाल, गिरीश अग्रवाल, पवन अग्रवाल।

## अनुक्रमणिका



दो शब्द	5
आभार	7
1. सिद्धांतों के कोई अपवाद नहीं होते	13
2. माहौल पॉजीटिव हो तो असंभव भी संभव हो जाता है	16
3. इच्छाओं को सीमित करेंगे तो खुश रहेंगे	19
4. अंतिम क्षण तक हार कबूल न करें	22
5. दुनिया को चाहिए दिल का इंटेलिजेंस!	25
6. जुझारूपन प्रकृति का नियम है	28
7. दया और करुणा के कई अर्थ	31
8. कोई भी चीज खुद नहीं मिटती हम उसे मिटाते हैं	34
9. जिंदगी एक बार मिलती है, इसे भरपूर जीएँ	37
10. सहानुभूति तलाशने से आपका आत्मसम्मान ही कम होगा	40
11. जिंदगी को अपने हिसाब से जीते हुए कभी भी कर सकते हैं नई शुरुआत	43
12. विपदा में भी आप हो सकते हैं प्रयोगधर्मी	46
13. आपकी शिक्षा को मिले समाज में दोहरा मान	49
14. मुश्किलों के आगे कभी हार न मानें	52
15. सिद्धांतों की दुहाई न दें, बल्कि अमल में लाएँ	55

16.	तलाक से उबारने की भी हों प्रदर्शनियाँ	58
17.	इंफ्रीमेंट के माह नाखुश क्यों रहते हैं कर्मचारी ?	60
18.	चुराएँ खुशियों के छोटे-छोटे से पल	63
19.	लीकेज रोक मजबूत बनाएँ बॉटम लाइन	65
20.	स्वस्थ बुजुर्ग आबादी का लाभ उठाएँ	68
21.	समझें जीवन से जुड़ी बारीक बातों का मोल	71
22.	कहीं ज्यादा जुनूनी है आज का युवा	74
23.	छोटा शहर या गरीब जैसा कुछ नहीं होता	76
24.	जोश और जुनून का ही दूसरा नाम है जिंदगी	78
25.	लुक पर लोगों का आकलन न करें	81
26.	दूसरों की नजर से भी परखें हालात	83
27.	फैसला करने से पहले दूसरा पहलू भी देख लें	85
28.	इस दुनिया में कोई भी व्यक्ति महान् नहीं !	88
29.	विरोध जताने का हो सकता है अंदाज अपना-अपना	90
30.	सामाजिक स्तर पर हो रहा है व्यापक बदलाव	93
31.	तनाव संग दुर्भाग्य भी चलता है	96
32.	जिंदगी में चलताऊ रवैया नहीं चलता	98
33.	समाज की खातिर लाएँ व्यापक बदलाव	100
34.	जिंदगी किसी चीज की गारंटी नहीं देती	102
35.	हर दिन हो सकता है शिक्षक दिवस	104
36.	हर किसी को दूसरा मौका देती है जिंदगी	106
37.	चुनौती मिलने पर उदास होकर न बैठ जाएँ	109
38.	कोई भी इनसान बेकार नहीं होता	112
39.	काम का जज्बा हो तो उम्र मायने नहीं रखती	115
40.	उम्मीद न करें, सीधे फैसले पर आएँ	117
41.	हमारे दिमाग की ही उपज हैं हमारी हदें	120
42.	अपनी आजादी के लिए शुक्रिया जताएँ हम	122
43.	आप किसी भी स्तर पर रहते हुए बुराई से लड़ सकते हैं	125
44.	लीक से हटकर चलने वालों का विरोध होता ही है	128

45.	इनसान के लिए कोई सीमा नहीं होती	131
46.	उद्यमशीलता को एक बार तो आजमाएँ	134
47.	दूसरों को प्रेरणा देती है आपकी जुझारू क्षमता	137
48.	अपनी मान्यताओं पर हमेशा रहें कायम	140
49.	वर्तमान में रहते हुए जी भर जीएँ	142
50.	उत्कृष्टता एक बार की उपलब्धि नहीं, आदत है	144
51.	एक द्वार बंद होने पर कई खुल जाते हैं	146
52.	अपने जीवन को सार्थक बनाएँ हम	148
53.	दृढ़ इरादों से बेहतर काम करता है कॉमनसेंस	150
54.	कामयाबी के लिए ऑटो मोड से बाहर निकलिए	152
55.	दूसरों की जिंदगी में सकारात्मक बदलाव लाने की अनूठी खुशी	155
56.	पिज्जा की तरह है जिंदगी	158



## सिद्धांतों के कोई अपवाद नहीं होते



**मा**खनलाल ओझा आने वाले 15 जून को 90 वर्ष के हो जाएँगे। उनका जन्म सन् 1924 में हुआ था और गरीबी के माहौल में रहते हुए उन्होंने सन् 1942 में वर्नाकुलर मिडिल परीक्षा पूरी की थी। प्राथमिक शिक्षा पूरी करने में देरी का कारण यही था कि वे तत्कालीन ब्रिटिश सरकार के खिलाफ विरोध-प्रदर्शनों में भी हिस्सा लेते थे। उस समय के युवाओं के लिए हरेकृष्ण पांडे द्वारा संचालित प्रशिक्षण कार्यक्रम आकर्षण का बड़ा केंद्र था। पांडे युवा छात्रों को ब्रिटिश सरकार के खिलाफ प्रशिक्षित करते थे।

परीक्षा पूरी करने से ठीक पहले ओझा अंग्रेजों के खिलाफ एक आंदोलन में शामिल हुए थे। ग्वालियर रियासत के डबरा तहसील में बिलाउवे क्षेत्र में पान के पत्तों की खेती और बिक्री पर सरकार सीमा शुल्क लगाने की तैयारी कर रही थी। यह आंदोलन इसी के खिलाफ था। ग्वालियर का यह इलाका आज भी पान के पत्तों की खेती के लिए जाना जाता है। जागीरदारों ने इसकी बिक्री पर 50 प्रतिशत सीमा शुल्क लगा दिया था, जिसके विरोध में इस इलाके के युवा गोलबंद हुए थे। उस दौर में जागीरदार वे होते थे, जो एक से ज्यादा गाँव के मालिक होते थे, जबकि जमींदारों के पास एक ही गाँव में जमीन के बड़े हिस्से पर मालिकाना हक होता था। आंदोलनकारियों का तर्क था कि सीमा शुल्क उन उत्पादों पर लगाया जाता है, जो बाहर से देश में आते हैं।

तहसील से बाहर जाने वाले उत्पादों पर सीमा शुल्क लगाने का कोई औचित्य नहीं है, लेकिन यह वह दौर था जब आम लोगों की बातों की कोई अहमियत नहीं थी। हालत यह थी कि लोग अपने बच्चों की शादी में भी अपनी मरजी से अपने दोस्तों और रिश्तेदारों को नहीं बुला सकते थे। शादी में कौन शामिल होगा, इसका फैसला भी जागीरदार ही करते थे। ओझा ने सीमा शुल्क के फैसले का जमकर विरोध किया और नतीजा यह हुआ कि उन्हें कैद कर लिया गया (उस जमाने में इसे बंदी कहा जाता था और लोगों को जागीरदार के बँगले के पास किसी अँधेरे कमरे में बंद कर रखा जाता था)। कैद से छूटने के बाद ओझा के माता-पिता और चाचा ने उन्हें समझाया तथा पढ़ाई पूरी करने को कहा।

इसके बाद वे ग्वालियर की सेंट्रल लाइब्रेरी में नियुक्त हो गए और धीरे-धीरे सवा लाख किताबों के संरक्षक बन गए। लाइब्रेरी में हिंदी, अंग्रेजी, मराठी और उर्दू भाषा की किताबें रखी थीं। सालों तक वे यहाँ असिस्टेंट लाइब्रेरियन रहे। उन्हें हर किताब के बारे में सारी जानकारी थी। कम-से-कम 25 कर्मचारी उनके अधीन काम करते थे। सन् 1940 के दशक के मध्य में उनका वेतन 25 रुपए था और रियासत के राजा के घर में किसी नए बच्चे का जन्म होने पर इसमें एक रुपए की बढ़ोतरी की जाती थी।

इसके बाद देश स्वतंत्र हो गया और सरकार ने स्वतंत्रता सेनानियों को रियायतें देने का फैसला किया। इसके बाद से ओझा आज तक यह साबित करने की कोशिश में लगे हैं कि वे एक स्वतंत्रता सेनानी हैं। मध्य प्रदेश हाई कोर्ट के फैसले के साथ ओझा की फाईल दो दशक से ज्यादा समय से यहाँ से वहाँ घूमती रही है, लेकिन अब तक कोई काररवाई नहीं हुई।

पूर्व राष्ट्रपति प्रतिभा पाटिल ने भी नवंबर 2011 में इस बारे में गृह मंत्रालय को पत्र लिखा, लेकिन इसका भी कोई नतीजा नहीं निकला। इधर ओझा का कहना है कि वे किसी से भीख नहीं लेंगे, रिश्वत नहीं देंगे और उन लोगों के सामने कभी नहीं झुकेंगे, जिन्हें यह भी पता नहीं कि उन्होंने देश की आजादी के लिए किस तरह लड़ाई लड़ी थी। वे इसके लिए दुःखी नहीं हैं कि उन्हें स्वतंत्रता सेनानी होने का प्रमाण-पत्र नहीं मिल रहा, बल्कि यह सोचकर

खुश हैं कि उन्होंने 89 वर्षों की जिंदगी बिना अपने सिद्धांतों से समझौता किए गुजार ली। कुछ साल पहले उनकी पत्नी की मृत्यु हो गई और इसके बाद से उनका समय ग्वालियर या उज्जैन में बीतता है, जहाँ उनके बेटे एक बैंक में नौकरी करते हैं।

फंडा यह है कि नियमों के अपवाद हो सकते हैं, लेकिन जब बात सिद्धांतों की आती है तो इसमें किसी तरह के अपवाद या ढिलाई की गुंजाइश नहीं होती। याद रखिए, सिद्धांत किसी भी कीमत पर खरीदे या बेचे नहीं जा सकते। ओझा इसके साक्षात् उदाहरण हैं।



## माहौल पॉजीटिव हो तो असंभव भी संभव हो जाता है



**कॉ**लोनियल हिल्स एलिमेंट्री स्कूल फील्ड रेस प्रतियोगिता के दौरान एक दिन ओहियो एलिमेंट्री स्कूल का छात्र मैट भी इसमें हिस्सा लेने की जिद करने लगा। नौ वर्षीय मैट मानसिक कमजोरी (स्पैस्टिक सेरेब्रल पाल्सी) का शिकार है, इसके बावजूद वह दौड़ में शामिल होने को तैयार हो गया। दौड़ते हुए वह थक गया, लेकिन अपने सहपाठियों की मदद से उसने दौड़ पूरी कर ली। यू-ट्यूब पर इसका पाँच मिनट का वीडियो अपलोड किया गया है, जिसमें मैट की माँ के हाव-भावों को देखकर आँखों से आँसू निकले बिना नहीं रह सकते। वीडियो की शुरुआत में मैट अपने सहपाठियों के साथ स्टार्ट लाइन पर खड़ा है। दौड़ शुरू होते ही वह पिछड़ जाता है, लेकिन उसका हौसला कमजोर नहीं होता, चेहरे पर मुसकराहट के साथ उसने दौड़ना जारी रखा। दौड़ पूरी करने के लिए मैदान के दो चक्कर लगाने हैं, लेकिन एक चक्कर पूरा करते-करते मैट के चेहरे पर थकान स्पष्ट नजर आने लगती है। उसके जिम टीचर उसके पास पहुँचते हैं, उसे दौड़ पूरी करने के लिए प्रोत्साहित करते हैं और अंत में उसके साथ-साथ दौड़ने लगते हैं।

माहौल तब भावनात्मक होने लगता है जब दौड़ पूरी कर चुके मैट के सहपाठी उसे प्रोत्साहित करने लगते हैं और फिर धीरे-धीरे उसके सभी दोस्त

मैट का उत्साह बढ़ाने के लिए जोर-जोर से उसका नाम पुकारने लगते हैं। इससे निस्संदेह मैट का उत्साह बढ़ता है और वह फिनिश लाइन के करीब पहुँच जाता है। वह जैसे-जैसे नजदीक पहुँचता है, उसके दोस्त और उत्साह के साथ उसे आगे बढ़ने के लिए प्रेरित करने लगते हैं। इसी पड़ाव पर मैट की माँ, जो इस पूरे वाक्ये की रिकॉर्डिंग कर रही हैं, यू-ट्यूब वीडियो के एक कोने में कमेंट लिखती हैं—अब रोने में कोई हर्ज नहीं है। दौड़ अपने अंतिम पड़ाव के करीब पहुँचती है तो मैट का उत्साहवर्धन करने वाले भीड़ में तब्दील हो जाते हैं। वह जैसे ही फिनिश लाइन को छूता है, उसके सहपाठी, शिक्षक और अभिभावकों का समूह जोर-जोर से शोर करने लगता है, उससे हाथ मिलाता है, गले लगाता है और उसको बधाइयाँ देता है।

उपलब्धियाँ चाहे कितनी छोटी ही क्यों न हों, बड़ों की प्रशंसा से बच्चों को गर्व का एहसास होता है। उन्हें स्वतंत्र रूप से काम करने की जिम्मेदारी दी जाए तो वे स्वयं को क्षमतावान और मजबूत महसूस करते हैं। इसके विपरीत, उनकी उपलब्धियों को कम करके बताना या दूसरे बच्चों के मुकाबले उन्हें कमतर बताने से उन्हें लगता है कि वे किसी लायक नहीं हैं। मनोवैज्ञानिकों का कहना है कि हमें बच्चों के बारे में भारी-भरकम बातें बोलने या शब्दों को हथियार की तरह इस्तेमाल करने से परहेज करना चाहिए। यह क्या हरकत है या तुम तो अपने छोटे भाई से भी ज्यादा बच्चों की तरह व्यवहार करते हो— इस तरह की बातें बच्चों के दिमाग पर उतना ही गहरा असर करती हैं, जितना पिटाई से उन्हें शरीर पर चोट का एहसास होता है। उनका मानना है कि बच्चों के बेहतर मानसिक विकास के लिए हमें उनके बारे में कुछ भी बोलते समय शब्दों का चुनाव सावधानी से करना चाहिए और दया का भाव रखना चाहिए। अपने बच्चों को यह समझाइए कि गलतियाँ सब करते हैं। उनकी कोई बात आपको पसंद न आए, फिर भी उन्हें यह एहसास दिलाइए कि आप उनसे प्यार करते हैं। याद रखिए, इम्तिहानों का मौसम है और हर घर में इसके चलते माहौल थोड़ा तनावपूर्ण होता है। ज्यादा गुस्सा परीक्षा में बच्चे के परफॉर्मेंस पर बुरा असर डाल सकता है। यह माता-पिता पर निर्भर करता है कि वे स्थिति से कैसे निबटते हैं और माहौल को किस तरह पॉजीटिव बनाते हैं, जिससे भविष्य में उन्हें निराशा न झेलनी पड़े।

फंडा यह है कि यदि आप किसी असंभव को संभव बनाना चाहते हैं तो माहौल तनावपूर्ण होने की बजाय यह सुनिश्चित कीजिए कि यह खुशगवार और पॉजिटिव हो। फिर आप खुद ही फर्क को महसूस कर सकते हैं।



## इच्छाओं को सीमित करेंगे तो खुश रहेंगे



हाल में एक दंपती काउंसलिंग के लिए डॉक्टर के पास पहुँचे। वे पच्चीस साल से विवाहित थे। लेकिन हाल के दिनों में उनके जीवन में तनाव और असहजता अचानक बढ़ने लगी थी। पत्नी की शिकायत यह थी कि पति घर के बजट को इतना कम करते जा रहे हैं कि उनके बच्चों के लिए जीवन की खुशियों का मजा लेना मुश्किल हो रहा है। पत्नी ने हालाँकि यह भी बताया कि उनके पति को कोई बुरी लत नहीं है। वे भविष्य के लिए बचत करने के प्रयास में वर्तमान को भूलते जा रहे हैं। डॉक्टर ने उन्हें एक कहानी सुनाई और उनकी समस्या का समाधान कर दिया। कहानी कुछ इस तरह थी—

बहुत पुरानी बात है। एक राजा था, जिसके पास किसी चीज की कोई कमी नहीं थी। वह आराम के साथ अपनी जिंदगी जी रहा था, लेकिन इसके बावजूद वह न अपने जीवन से खुश था और न ही संतुष्ट। एक दिन राजा की नजर अपने एक नौकर पर पड़ी, जो काम करते हुए गाना गा रहा था।

यह देखकर राजा के आश्चर्य का ठिकाना न रहा। वह यह सोचने लगा कि आखिर ऐसा क्या है, जो राजा होकर भी वह निराश और दुःखी है, जबकि उसका नौकर इतना खुश है। राजा ने नौकर से पूछा, “तुम इतने खुश कैसे हो?” नौकर ने जवाब दिया, “महाराज मैं एक नौकर हूँ। मेरे और मेरे परिवार की जरूरतें काफी सीमित हैं। हमें केवल रहने के लिए छत और पेट भरने के

लिए भोजन चाहिए होता है।” राजा इस जवाब से संतुष्ट नहीं हुआ और उसने अपने सबसे विश्वस्त सलाहकार से इस बारे में पूछा। राजा की परेशानी और नौकर का जवाब सुनने के बाद सलाहकार ने कहा, “महाराज, मुझे लगता है, उस नौकर को अब तक ‘द 99 क्लब’ का सदस्य नहीं बनाया गया है।”

“यह ‘99 क्लब’ क्या है?” राजा ने पूछा। सलाहकार ने कहा कि वह उसे मानवीय स्वभाव की प्रयोगशाला में कुछ प्रैक्टिकल कर इस बारे में बताएगा। सलाहकार ने एक बैग में सोने के 99 सिक्के रखे और उसे नौकर के घर के दरवाजे पर रख दिया। नौकर ने बैग देखा तो उसे घर के अंदर ले आया। बैग खोलने पर सोने के इतने सारे सिक्के देखकर उसकी खुशी का ठिकाना नहीं रहा। वह सिक्के गिनने लगा। कई बार गिनने के बाद उसे यह पक्का भरोसा हो गया कि इसमें 99 सिक्के ही हैं। वह सोचने लगा एक सिक्का कहाँ चला गया? आखिर कोई 99 सिक्के क्यों छोड़ेगा? जहाँ भी संभव था, नौकर ने सौवें सिक्के को ढूँढ़ा, लेकिन वह उसे नहीं मिला। थक-हारकार उसने फैसला किया कि वह ज्यादा मेहनत कर एक सिक्का कमाएगा और सौ सिक्के पूरे करेगा।

उस दिन के बाद से नौकर की जिंदगी बदल गई। वह हमेशा काम में लगा रहता, छोटी-छोटी बातों पर गुस्सा करता और अपने परिवार के लोगों से शिकायत करता कि वे उसे सौवाँ सिक्का कमाने में मदद नहीं कर रहे हैं। अब उसने काम करते हुए गाना भी बंद कर दिया था। नौकर के व्यवहार में आए बदलावों को देखकर राजा परेशान हो गया। राजा ने इस बारे में फिर से अपने सलाहकार से पूछा तो उसने बताया, “महाराज अब वह नौकर भी ‘द 99 क्लब’ का सदस्य बन गया है।” उसने आगे बताया कि ‘द 99 क्लब’ उन लोगों के क्लब का नाम है, जिनके पास खुश रहने के लिए सारी चीजें हैं, लेकिन वे इससे संतुष्ट नहीं रहते और हमेशा ज्यादा हासिल करने की कोशिश में लगे रहते हैं।

वे खुद से कहते हैं, मुझे यह एक चीज और मिल जाए तो मैं जीवन भर खुश रहूँगा। हम अपने जीवन में थोड़े से भी खुश और संतुष्ट रह सकते हैं, लेकिन जैसे ही हमें कुछ अच्छा और बेहतर मिल जाता है, उससे भी बेहतर हासिल करने की इच्छा जाग उठती है। हम अपनी नींद खो देते हैं, हमारी खुशियाँ छिन जाती हैं, हम अपने आसपास के लोगों को दुःखी करने लगते हैं। और यह सब हमारी बढ़ती जरूरतों और इच्छाओं का नतीजा होता है।

फंडा यह है कि जो हमारे पास है, उसमें खुश और संतुष्ट रहना जीवन की एक कला है। 'द ९९ क्लब' का सदस्य बनना अनिवार्य नहीं है और फैसला खुद आपके ऊपर निर्भर करता है।



## अंतिम क्षण तक हार कबूल न करें



तिथि 18 से 22 सितंबर, 1986। स्थान एम.ए. चिदंबरम स्टेडियम, चेन्नई, मद्रास। भारत और ऑस्ट्रेलिया की टीमों के बीच मुकाबला चल रहा था। आज शुरू हो रहा पाँच दिनों का मुकाबला भी इसी स्टेडियम में खेला जा रहा है। टीमों भी वही हैं, फर्क सिर्फ इतना है कि शहर का नाम बदलकर चेन्नई हो गया है। मैं यह मुकाबला केवल एक वजह से देखने गया था। इस मैच में सुनील गावस्कर लगातार सौ टेस्ट खेलने की उपलब्धि हासिल करने वाले पहले खिलाड़ी बनने जा रहे थे। पहले दिन ऑस्ट्रेलिया ने बल्लेबाजी की शुरुआत की, लेकिन खेल के पहले पचास मिनट के अंदर भारतीय विकेटकीपर किरण मोरे फूड पॉयजनिंग के शिकार हो गए और उनकी जगह चंद्रकांत पंडित को विकेट के पीछे जिम्मेदारी सँभालनी पड़ी।

ऑस्ट्रेलिया ने पहली पारी में सात विकेट के नुकसान पर 547 रनों का पहाड़ सा स्कोर खड़ा किया। इसमें डीन जॉस की 210 रनों की पारी का अहम योगदान था। जॉस ने 503 मिनट तक विकेट पर टिके रहकर 330 गेंदों का सामना किया और 27 चौकों तथा दो छक्कों की मदद से टेस्ट मैचों में किसी ऑस्ट्रेलियाई द्वारा भारत में सबसे ज्यादा रनों की पारी खेली। वे बल्लेबाजी करते हुए इतने थक गए थे कि उन्हें अस्पताल ले जाना पड़ा। उस समय हमारे हीरो रहे गावस्कर दर्शकों की उम्मीद पर खरे नहीं

उतरे। उन्होंने आठ रन बनाए थे, जब ऑफ स्पिनर ग्रेग मैथ्यूज ने अपनी ही गेंद पर कैच लपककर उन्हें पैवेलियन लौटा दिया।

भारत अपनी पहली पारी में किसी तरह 397 रनों के स्कोर तक पहुँचने में सफल रहा, लेकिन ऑस्ट्रेलिया ने दूसरी पारी में 170 रन बनाने के बाद मैच के अंतिम दिन भारतीय टीम के सामने जीत के लिए 348 रनों का लक्ष्य रखा। चार दिन तक मीडिया में टीम की खिंचाई होने के बाद टीम इंडिया नए जोश के साथ इस चुनौती का सामना करने मैदान में उतरी। गावस्कर ने 90 रन बनाए, मोहिंदर अमरनाथ ने 51, रवि शास्त्री ने 48, मोहम्मद अजहरुद्दीन 42 और श्रीकांत तथा चंद्रकांत पंडित ने 39-39 रन की ताबड़तोड़ पारियाँ खेलीं। हम आसानी से जीत हासिल करने की हालत में पहुँच गए थे। एक समय हमें जीत के लिए केवल 40 रनों की जरूरत थी, जबकि पाँच विकेट शेष थे। इसके बाद 344 के स्कोर तक पहुँचते-पहुँचते हमारे चार और बल्लेबाज धराशायी हो गए। अब जीत के लिए केवल चार रन बचे थे और गेंदबाजी की जिम्मेदारी ग्रेग मैथ्यूज के हाथों में थी। रवि शास्त्री ने पहली गेंद पर दो तथा दूसरी गेंद पर एक रन बनाया। अब स्कोर बराबर हो चुका था, लेकिन शास्त्री नॉन स्ट्राइकर छोर पर थे। भारत की जीत के लिए एक रन की दरकार थी और मैथ्यूज के सामने बल्लेबाज मनिंदर सिंह थे। शास्त्री मनिंदर के पास आए और उन्हें फील्ड में मौजूद खाली जगहों के बारे में बताया। उन्होंने मनिंदर से यह भी कहा कि संभव हो तो एक रन बनाओ नहीं तो जोर से गेंद पर प्रहार करो। तीसरी गेंद पर मनिंदर आउट होते-होते बचे।

अब तीन गेंदें बची थीं। मुझे ठीक से याद नहीं कि दोनों एंपायरों डीएन धोतीवाला और वी विक्रमराजू में से किसने मैथ्यूज को बल्लेबाजी छोर पर पिच को कुरेदने से रोका था। वे इससे परेशान हो गए। कप्तान बॉर्डर उन्हें प्रोत्साहित करने आए और दोनों एक मिनट से ज्यादा समय तक बतियाते रहे। मनिंदर भी दबाव में थे, क्योंकि जीत दिलाने की जिम्मेदारी अब उनके कंधों पर थी।

मैथ्यूज नए उत्साह के साथ दोबारा गेंदबाजी के लिए तैयार हुए।

गेंद उनके बल्ले और पैड से टकराकर लेग साइड की ओर लुढ़क गई। मनिंदर रन लेने के लिए भाग ही रहे थे कि अंपायर ने उन्हें आउट करार दिया और मैच टाई हो गया। एक पल के लिए मैदान के अंदर और पूरे स्टेडियम में सन्नाटा छा गया, फिर पूरी ऑस्ट्रेलियाई टीम खुशी से उछलने लगी। आज यह मुकाबला क्रिकेट के इतिहास का एक हिस्सा बन चुका है। उस दिन एक नई सीख मिली। जब तक आपको मृत घोषित न कर दिया जाए, आप जीवित हैं और कुछ भी कर सकते हैं।

फंडा यह है कि इंसान को उम्मीद नहीं छोड़नी चाहिए, जब तक कि अंत की घोषणा न कर दी जाए।



## दुनिया को चाहिए दिल का इंटेलिजेंस!



निपुन मेहता servicespace.org. के संस्थापक हैं, जो गिफ्ट इकोनॉमी की दिशा में काम करने वाली एक गैर लाभकारी सेवा है। एक बार वह चीन में कुछ प्रभावशाली कारोबारी लीडर्स के समक्ष बोल रहे थे। श्रोताओं में से एक ने उनसे कहा, “आप महात्मा गांधी के आध्यात्मिक उत्तराधिकारी विनोबा भावे के बारे में खूब बातें करते हैं कि कैसे उन्होंने समूचे भारत में 80,000 कि.मी. की पदयात्रा करते हुए लोगों को 50 लाख एकड़ तक भूदान के लिए प्रेरित किया। यह मानव जाति के इतिहास में एक असाधारण उपलब्धि हो सकती है, लेकिन वास्तव में आज कितने लोग विनोबा भावे को याद करते हैं? इसके बजाय जरा इसके बारे में भी सोचें कि कितने सारे लोग स्टीव जॉब्स और उनके द्वारा छोड़ी गई विरासत को याद करते हैं।” यह सुनकर निपुन सोच में पड़ गए और उन्हें लगा कि अल्पकालीन प्रभाव के लिहाज से उस व्यक्ति का कहना सही था, लेकिन निपुन खुश नहीं थे। संभवतः इस वजह से भी कि यह तुलना साठ के दशक में रहे एक व्यक्ति और हालिया दौर के एक शख्स के बीच थी। इसी बीच ‘फोर्ब्स’ पत्रिका ने एक स्टोरी प्रकाशित की, जिसमें एक सवाल था—‘कौन दुनिया में ज्यादा बदलाव लेकर आया बिल गेट्स

या मदर टेरेसा?’ और उसका निष्कर्ष था बिल गेट्स। निपुन ने इसी सवाल को पुणे की एक कक्षा में बच्चों से पूछा। ज्यादातर बच्चों का कहना था मदर टेरेसा। लिहाजा उन्होंने अगला सवाल पूछा—क्यों? जब बच्चे इसका जवाब देने के लिए हाथ उठा रहे थे, तभी उन्होंने देखा कि एक शरमीली सी लड़की (जो शायद 11 साल की रही होगी) ने हिचकते हुए अपना हाथ ऊपर किया और फिर नीचे कर लिया। यह देखकर निपुन ने उसे बोलने के लिए उकसाया और उस लड़की ने जो कहा, उसे सुनकर सब अभिभूत हो गए। लड़की का कहना था, “सर, बिल गेट्स पैसे की ताकत के इस्तेमाल से दुनिया में बदलाव लेकर आए, जबकि मदर टेरेसा ने प्यार की ताकत से दुनिया को बदला। और मुझे लगता है कि प्यार पैसे से ज्यादा ताकतवर है।” यह बिलकुल सरल, स्पष्ट, सुंदर और मौके पर दिया गया माकूल जवाब था और इसके बाद क्लास में किसी और से प्रतिक्रिया लेने की जरूरत नहीं थी। व्यापक अनुसंधान और शिक्षा के बाद हम बौद्धिक लब्धि (आईक्यू) और भावनात्मक लब्धि (ईक्यू) के बारे में तो समझने लगे हैं, मगर अब हमें सीक्यू के बारे में भी समझने की जरूरत है। सीक्यू यानी कंपैशन कोशेंट (करुणा लब्धि)। यह दिल का इंटेलिजेंस है। तकरीबन एक दशक पहले न्यूरोसाइंटिस्ट्स ने पाया कि न सिर्फ हमारे दिमाग में, बल्कि दिल में भी न्यूरोन्स होते हैं, जिनके बीच संवाद होता है। तुलसीदासजी ने भी कहा है, “तुलसी इस संसार में सबसे मिलिए धाय, न जाने किस रूप में नारायण मिल जाए।” हमारे गैजेट्स (यहाँ बिल गेट्स भी पढ़ सकते हैं) से प्रेरणा महज जानकारी के रूप में आती है, कभी-कभी कुछ पलों के भीतर ही, लेकिन जब यही प्रेरणा किसी ऐसे शख्स की ओर से आती है, जो अपनी कथनी के मुताबिक चलता है (यहाँ मदर टेरेसा भी पढ़ सकते हैं) तो इसका कुछ अलग ही असर होता है। यह हमारी चेतना के भीतर गहरे तक प्रतिध्वनित होती है। यही कारण है कि दीर्घकाल में हमारा दिमाग कभी दिल के खिलाफ नहीं जाता।

फंडा यह है कि प्यार के सहारे किए गए काम (चाहे वह कितना ही छोटा या साधारण हो) का असर आपके जीवन के बाद भी कायम रहता है और आगे कई पीढ़ियों को प्रेरणा देता है। बढ़ते अपराध और भौतिकवाद के साथ आधुनिक जगत् में आज करुणा जैसे भाव की जरूरत ज्यादा-से-ज्यादा महसूस की जाने लगी है।

