दगडू (कहानी संकल्प की)

प्रस्तावना

आत्मविश्वास (self confidence) जैसे शब्द अक्सर लोग प्रयोग में लाते हैं और क्रिकेट, फुटबॉल, कबड्डी हो या फिर exam, हर जगह आत्मविश्वास की जरूरत होता है। आखिर क्या है आत्मविश्वास? सरल शब्दों में कहें तो ये है अपने ऊपर किया गया विश्वास और ये विश्वास तब आता है जब हम अपने गुणों पर दृढ़ विश्वास रखते हों, कुछ कर गुजरने की भावना रखते हैं। खुद को छोटा और कमजोर मानने से बात नहीं बनती। अपने भीतर, मन में जब विश्वास का दिया जलता है तो हमारा प्रकाश सारी दुनिया देखती है।

हमारी शारीरिक बनावट, घर की आर्थिक स्थिति या फिर अपनी बस्ती या सोसायटी की कमियों को दिखाकर बच्चों में हीन भावना पैदा करने की कोशिश भी होती है। जाने-अनजाने में अनेक बच्चे इस हीनता का शिकार होते हैं, लेकिन एक बात तय है कि हम सभी मेव कुछ-न-कुछ गुण मौजूद होते हैं और इन गुणों के आधार पर अपनी क्षमता बढ़ाने वाले में आत्मविश्वास अपने आप प्रबल हो जाता है।

प्रश्न

१. क्या आपके साथ कभी कोई ऐसा वाकया हुआ है, जिससे आपके self confidence को कमजोर कर दिया हो?
२. आत्मविश्वास जगाने का कोई प्रसंग सुत्र का अनुभव किया हो तो बताइए?
३. आत्मविश्वास के बल पर सफल होनेवाले बच्चे, मित्र या व्यक्ति का उदाहरण दीजिए।
४. अपने अंदर आत्मविश्वास कम न होने पाए, यह सुनिश्चित करने के लिए हमें क्या करना चाहिए।
५. जैसा हमारा आत्मविश्वास होता है वैसी हमारी क्षमता होती है, आप मानते हो?
६. बड़े काम करने के लिए आत्मविश्वास पहली अनिवार्यता है- किसी को आत्मविश्वास जगाने में आपने मदद की है? हां तो किस्सा सुनाईये।

१. आत्मविश्वास

दो बहनें थीं। बड़ी मेहाली छोटी शेफ़ाली। दोनों बहनें बड़ी ही सभ्य व सुसंस्कृत परिवार की थीं।दोनों बहुत ही समझदार तथा पढ़ाई लिखाई में भी बहुत ही अच्छी थीं।पर दोनों के स्वभाव में बहुत ही अंतर था। जहां बड़ी नम्र स्वभाव की व मृदुभाशी थी वहीं छोटी स्वभाव की तो बहुत ही अच्छी पर थोड़ा उग्र स्वभाव की थी। बचपन से ही छोटी पढ़ने लिखने में बहुत ही तेज थी। उसने छोटी उम्र में ही अपने आप पढ़ना लिखना सीख लिया था। कोई बात एक बार बताने के बाद उसे दुबारा बताना नहीं पड़ता था।धीरे-धीरे दोनों बहनें बड़ी होती गयीं। अब बड़ी बहन मेहाली बी ए और छोटी 10वीं में आ गयी थी।

इसके पहले जब शेफ़ाली 5वीं कक्षा में आई तो उसे दो बार टायफ़ाइड हो गया।वह बहुत जल्द ही ठीक भी हो गयी पर इससे उसकी सेहत और पढ़ाई पर बहुत ही खराब असर पड़ा।फ़िर उसने अगली कक्षा में अपनी मेहनत के बल पर अच्छे अंक लाये।सभी विषयों में तो उसे बहुत अच्छे अंक मिले पर गणित में बहुत ही कम।

इधर शेफ़ाली की मां की तबीयत अक्सर खराब रहती।जिससे घर के माहौल व बच्चों की पढ़ाई पर भी असर पड़ा।अब दोनों बच्चों पर अपनी तबीयत की वजह से शेफ़ाली की मां ज्यादा ध्यान दे नहीं पाती थीं। बड़ी बहन मेहाली अपनी पढ़ाई के साथ ही साथ पूरे घर का भी बहुत खयाल रखती थी। साथ ही छोटी बहन शेफ़ाली को भी वह पढ़ाती थी।मां की अस्वस्थता से घर का सारा भार मेहाली के कन्धों पर आ गया था।मां उससे कहती कि बेटा छोटी बहन की मदद भी ले लिया करो लेकिन वो बड़े प्यार से मां से कहती मां अभी वो बहुत छोटी है। मै तो कर रही हूं न। आप परेशान न हुआ करिये मैं सब सम्हाल लूंगी।मां अचानक ही मेहाली के कन्धों पर इतना बोझ आ जाने से और भी चिन्तित रहती थीं।

खैर 10वीं की छःमाही परीक्षा का परिणाम घोषित हुआ फ़िर शेफ़ाली पिछले साल की तरह गणित में कम नम्बर ले आई। जाने क्यों उसे गणित से इतना डर लगने लगा कि वो उससे दूर भागती। जब-जब टेस्ट या इम्तहान होता गणित वाले दिन उसे बुखार जरूर हो जाता था। ऐसा नहीं था कि वो घर पर अभ्यास नहीं करती थी।मां के समझाने पर वो बार बार सवाल लगाती और हल भी कर लेती लेकिन गणित के पेपर वाले दिन

कक्षा में वो पेपर देखते ही इतनी नर्वस हो जाती थी कि आते हुये सारे सवाल उल्टे-सीधे कर आती।उसकी टीचर को भी बड़ा आश्चर्य होता।वो उसे डांटते भी नहीं थे और बड़े प्यार से बुला कर समझाते थे कि बेटा गणित में तुम्हें क्या हो जाता है तुम तो इतनी अच्छी हो पढ़ने में।फ़िर वो रोने लगती। घर आकर भी वो खूब रोती कि मैं कभी भी गणित में पास नहीं हो पाऊंगी। मैं आगे कुछ नहीं कर पाऊंगी।

फ़िर मम्मी पापा ने विचार करके उसका दाखिला कोचिंग में करा दिया।उसकी कोचिंग के सारे शिक्षक भी बहुत ही अच्छे थे और सभी बच्चों पर बहुत ध्यान देते थे। जो बच्चा जिस विषय में कमजोर था ये पता करके उस पर विशेष ध्यान देते।

कोचिंग ज्वाइन करने पर मेहनत तो उस पर ज्यादा पड़ने लगी लेकिन फ़िर से पढ़ाई में खासकर गणित में भी उसका ध्यान लगने लगा।कोचिंग में वो हर सवाल हल कर लेती।उसकी टीचर भी उससे कहतीं कि शेफ़ाली तुम बहुत ही अच्छी विद्यार्थी हो। थोड़ी मेहनत और करो और अपना आत्म विश्वास मत खोओ।देखो तुम्हारी पोजीशन कितनी अच्छी हो जाएगी।बस अपनी लगन इसी तरह बनाये रखो।

एक दिन शेफ़ाली पढ़ाई से थोड़ा खाली होकर अपने घर के बाहर बैठी चिड़ियों को देख रही थी। वह इस उधेड़बुन में भी थी कि कैसे अपनी पढ़ाई को और आगे बढ़ाए। अपना आत्म विश्वास बढ़ाए।तभी उसकी निगाह लान में जा रहे एक गुबरैले पर पड़ी जो एक मिट्टी का बड़ा टुकड़ा आगे ढकेलने की कोशिश कर रहा था। पर बार-बार नाकाम हो जाता था। लेकिन उसने हार नहीं मानी।वह लगातार उसे आगे बढ़ाने की कोशिश करता रहा–करता रहा। और अन्ततः वह मिट्टी के उस टुकड़े को आगे धकेलने में सफ़ल हो गया।---उसे आगे जाते देख शेफ़ाली खुशी से चिल्ला पड़ी---हुर्रे----। बगल में खड़ी उसकी सहेली भी चौंक गयी---क्या हुआ है इसे। पर शेफ़ाली ने उसे समझा दिया कि चिड़ियों का उड़ना देख वो चीखी थी।

बस उसी दिन शेफ़ाली ने तय कर लिया कि उसे परीक्षा होने तक वही गुबरैला बन जाना है। और वह जुट गयी मेहनत से पढ़ने में।इस बार कोचिंग के सभी टेस्ट में उसके अच्छे नम्बर आए। उसकी शिक्षिकाओं ने भी उसे बहुत सराहा।

अब उसका खोया अत्म विश्वास लौट आया था। और वह दुगनी लगन से अगली परीक्षा की तैयारी में जुट गयी।मां भी जो उसकी पढ़ाई देख कर काफ़ी चिन्तित रहती थीं अब काफ़ी निश्चिन्त हो गयीं।उन्हें लगने लगा कि उन्हें बचपन वाली जिम्मेदार शेफ़ाली बेटी वापस मिल गयी है। और वह अच्छी तरह से इस बात को समझ गयी है कि मेहनत लगन और आत्मविश्वास ही जीवन में आगे बढ़ने की कुंजी है।

२. आत्मविश्वास ही सबसे बड़ा हथियार है

अकबर और बीरबल के बीच कभी-कभी ऐसी बातें भी हुआ करती थीं जिनकी परख करने में जान का खतरा रहता था। एक बार अकबर ने बीरबल से पूछा-"बीरबल, संसार में सबसे बड़ा हथियार कौन-सा है?" "बादशाह सलामत! संसार में सबसे बड़ा हथियार है आत्मविश्वास।" बीरबल ने जवाब दिया।

अकबर ने बीरबल की इस बात को सुनकर अपने दिल में रख लिया और किसी समय इसकी परख करने का निश्चय किया। दैवयोग से एक दिन एक हाथी पागल हो गया। ऐसे में हाथी को जंजीरों में जकड़ कर रखा जाता था।

अकबर ने बीरबल के आत्मविश्वास की परख करने के लिए उधर तो बीरबल को बुलवा भेजा और इधर हाथी के महावत को हुक्म दिया कि जैसे ही बीरबल को आता देखे, वैसे ही हाथी की जंजीर खोल दे।

बीरबल को इस बात का पता नहीं था। जब वे बादशाह अकबर से मिलने उनके दरबार की ओर जा रहे थे तो पागल हाथी को छोड़ा जा चुका था। बीरबल अपनी ही मस्ती में चले जा रहे थे कि उनकी नजर पागल हाथी पर पड़ी, जो चिंघाड़ता हुआ उनकी तरफ आ रहा था।

बीरबल हाजिर जवाब, बेहद बुद्धिमान, चतुर और आत्मविश्वासी थे। वे समझ गए कि बादशाह अकबर ने आत्मविश्वास और बुद्धि की परीक्षा के लिए ही पागल हाथी को छुड़वाया है।

दौड़ता हुआ हाथी सूंड को उठाए तेजी से बीरबल की ओर चला आ रहा था। बीरबल ऐसे स्थान पर खड़े थे कि वह इधर-उधर भागकर भी नहीं बच सकते थे। ठीक उसी वक्त बीरबल को एक कुत्ता दिखाई दिया। हाथी बहुत निकट आ गया था। इतना करीब कि वह बीरबल को अपनी सूंड में लपेट लेता। तभी बीरबल ने झटपट कुत्ते की पिछली दोनों टांगें पकड़ीं और पूरी ताकत से घुमाकर हाथी पर फेंका। बुरा तरह घबराकर चीखता हुआ कुत्ता जब हाथी से जाकर टकराया तो उसकी भयानक चीखें सुनकर हाथी भी घबरा गया और पलटकर भागा।

अकबर को बीरबल की इस बात की खबर मिल गई और उन्हें यह मानना पड़ा कि बीरबल ने जो कुछ कहा है, वह सच है। आत्मविश्वास ही सबसे बड़ा हथियार है।

३. आत्मविश्वास की महत्ता...

कहानी एक ग़रीब किसान की लड़की की हैं जो अलग-२ गावों के लोगों को दूध पहुचाने का काम करती थी | उन्हीं लोगों मे एक पुरोहीत के घर भी दूध पहुचती थी | उस पुरोहित के घर जाने के लिए उस ग्वालिन को एक तेज धारा मे बहने वाली नदी को पार करके जाना पड़ता था | दूसरे लोग उस नदी को एक टूटे से छोटी सी नाव से पार करते थे उसके बदले लोग, नाविक को एक छोटा सा धन का कुछ भाग नाविक को दे देते थे|

एक दिन जब उस ग्वालिन को उस पुरोहित के घर आने मे देर हो गई और पुरोहित जो की रोज ताजे दूध से भगवान का अभिषेक करता था और देर हो जाने की वजह से उस पर चिल्लाया की अब मैं इससे क्या कर सकता हूँ?

उस ग्वालिन ने कहा की रोज की तरह आज भी मैं सुबह ही घर से निकली थी लेकिन एक ही नाविक उस नदी मे नाव चलता हैं और उसी नाविक के वापस आने के इंतजार करने की वजह से देर हो गई| तब ये सुनकर पुरोहित ने गंभीर मुद्रा धारण करते हुए उसे कहा की लोग तो भगवान का नाम जपते हुए बड़े-२ समुन्द्र पार कर जाते हैं और तुम ये छोटी सी नदी पार नही कर सकती?

उस ग्वालिन ने पुरोहित की इस बात को बड़ी ही गंभीरता से लिया| और रोज उस दिन के बाद से पुरोहित को सुबह ठीक समय पर दूध पहुचाने लगी| इतने सुबह सही समय

पर ग्वालिन की आते देख, पुरोहित के मन मे उत्सुकता उत्पन्न हुई कि वो रोज सुबह समय पर कैसे आ जाती हैं |

तो एक दिन वो पुरोहित अपने आप को रोक नही पाया और उस ग्वालिन के आते ही पूछा कि अब तो तुम कभी देर नही करती लगता हैं नदी मे और भी नाविक आ गये हैं| तब वो ग्वालिन बोली नही पंडित जी अब तो मुझे नाविक की कोई ज़रूरत ही नही पड़ती | आप ने ही तो उस दिन कहा था कि लोग बड़े २ समुंद्र भगवान का नाम जप कर पार कर लेते हैं और मैं ये छोटी सी नदी पार नही कर सकती |

तो बस रोज भगवान का नाम जपते हुए मैं वो छोटी सी नदी अब बस ५ मिनट मे पार कर लेती हूँ | लेकिन उस पुरोहित को उस ग्वालिन की बातों पर विश्वास नही हुआ उसने कहा की तुम उस नदी को कैसे पैदल पार करती हो ये मुझे दिखा सकती हो?

तब ग्वालिन और पुरोहित दोनो उस नदी की तरफ चल पड़े| और वो ग्वालिन उस नदी के पानी पर पैदल चलने लगी ये देख कर वो पुरोहित भी उसके पीछे-२ नदी पर चलने को आगे बढ़ा लेकिन जैसे ही पैर आगे नदी मे बढ़ाया वो नदी मे गिर पड़ा तब वो ग्वालिन ज़ोर से चिल्लाई की आपने भगवान का नाम नही लिया देखो आपके सारे कपड़े गीले हो गये|

ये भगवान मे विश्वास नही हैं| अगर आप विश्वास नही करते किसी पर तो आप सब कुछ खो देते हैं| विश्वास अपने आप पर और विश्वास भगवान पर यही जीवन का रहस्य हैं|

यदि आप सभी तीन सौ और तीस लाख देवताओं में विश्वास है ... और अपने आप पर विश्वास नही हैं तो भी आपका उद्धार नही होगा|

उस पुरोहित ने उस ग्वालिन को जो कहा उस ग्वालिन ने सच माना और वैसा ही किया लेकिन उस पुरोहित को न अपने द्वारा कही गई बातों पर ही विश्वास था और न ही भगवान पर विश्वास किया|

सुविचार

- सफलता के लिए आत्म-विश्वास आवश्यक है, और आत्म-विश्वास लिए तैयारी **- आर्थर ऐश**
- बड़े काम करने के लिए आत्मविश्वास पहली अनिवार्यता है **-सैम्युएल जोंसन**
- यदि आप एक बार अपने साथी नागरिकों का भरोसा तोड़ दें, तो आप फिर कभी उनका सत्कार और सम्मान नहीं पा सकेंगे. **-अब्राहम लिंकन**

संकल्प

हम संकल्प लेते हैं कि अपने गुणों और क्षमता के पहचान कर अपने आत्मविश्वास में निरंतर मजबूत करते जाएंगे।