

भ्रष्टाचार की लड़ाई

आज के इस कलियुग में
कहाँ है गाँधी की टोपी
साथ में जिसे लिये चलती थी
शांति ही गीता की हम जोली

रामदेव, अन्ना भी गये
सरकार की इस खटाई में
शांति के साथ चतुराई भी गई
भ्रष्टाचार की लड़ाई में ।

नहीं मिला मुकाम अब तक
जिसकी हमें तलाश थी
क्रांति अब वो फिर छिड़ेगी
जो सन 1947 की आवाज थी

अंग्रेज डरके भागे थे
जनता के आगे कांपे थे
वही जनता फिर जागेगी
सरकार को मिलकर भांपेगी

आवाज सत्याग्रह की नहीं
गरमजोशी का दबाव भी था
तभी देश आजाद हुआ था
जिससे भारत का गुमान हुआ था
ये तो सत्याग्रह की आवाज है

गरमजोशी हुई अभी कहाँ
इतने में सरकार लूट गई है ।
नौजवान उतरेंगे तो भी ये भागेगी कहाँ
अंतिम समय तक चलेगी लड़ाई
भ्रष्ट नेताओं पर होगी कड़ाई
जंग हार सकते कभी नहीं
है भ्रष्टाचार की पहली लड़ाई ।

झुक जाएगी ये सरकार
फंस जायेंगे शांति मंत्री
आखिर कब तक झूठी शान रहेगी
भ्रष्टाचार अब नहीं चलेगा
भ्रष्टाचार अब नहीं चलेगा ।



संकलक:
शैलेन्द्र कुमार
एआरसी -जाजपुर



माता-पिता



भारतवर्ष में जन्में हैं हम, निज संस्कृति हम अपनायेंगे ।
'वैलेन्टाइन-डे' नहीं, हम, स्नेह दिवस मनायेंगे ॥

पूजन करके माता-पिता का, आशीष उन्हीं की पायेंगे ।
हम ऋषियों के लाल हैं, आदर्श उन्हीं को बनायेंगे ॥

निज पावन ऋषि परम्परा को सारे जग में फैलायेंगे ।
होंगे जहाँ भी आज दिवस, हम गुरु संदेश अपनायेंगे ॥

माल फूल से थाल सजाकर सुन्दर दीप जलायेंगे ।
सुन्दर आसन एक बिछाकर, माता-पिता को बैठायेंगे ॥

तिलक करेंगे मस्तक पर, फिर चरणों में झुक जायेंगे ।
संकल्प लेंगे उनके सामने, गलती नहीं दोहरायेंगे ॥

जो भी होंगी भूले हमारी, कभी न उनसे छिपायेंगे ।
नेक राह पर हम चलेंगे, बंदी को दूर भगायेंगे ॥

दुर्गण दोष का त्याग करेंगे, जीवन दिव्य बनायेंगे ।
सोचो ऐसा करने से हम कितना आनन्द पायेंगे ॥

सच्चाई की राह चलेंगे, नेक इंसान कहलायेंगे ।
निज महान संस्कृति का हम गौरव खूब बढ़ायेंगे ॥

जन्म लिया है इस धरती पर इसका कर्ज चुकायेंगे ।
संकल्प है प्यारे बापूजी का, भारत को विश्वगुरु बनायेंगे ॥

सख्त रास्तों में भी आसान सफर लगता है,
ये मुझे मेरी माँ की दुआओं का असर लगता है
एक मुद्दत से मेरी माँ नहीं सोई जब मैंने इक बार
कहा था कि- "माँ मुझे डर लगता है ।"

संकलक:
रुचि मिश्रा
पुत्री श्री अरुण के. मिश्रा
एआरसी-हैदराबाद



पश्चिमी जगत में धनी लोग अपने परिवार या बच्चों के लिये अधिक धन-सम्पति नहीं छोड़ते हैं। अमेरिका के श्री वारेन बफेट जो संसार के सबसे बड़े विनिवेशक हैं और श्री बिल गेट्स जो संसार के सबसे बड़े साफ्टवेयर निर्माता हैं, उन्होंने अपनी सम्पति का एक बड़ा हिस्सा मानव जाति के उत्थान के लिये दान कर दिया है। श्री वारेन बफेट कहते हैं “मैं अपने बच्चों को इतना धन देना चाहता हूँ कि वे महसूस कर सकें कि वे कुछ कर सकते हैं। परन्तु उन्हें इतना अधिक भी नहीं देना चाहता कि वे कुछ कर ही न सकें।” श्री वारेन बफेट और श्री बिल गेट्स ने संसार के सभी व्यवसायियों और उद्योगपतियों से अनुरोध किया है कि वे अपने धन का कुछ भाग मानव जाति के उत्थान के लिये दान करें। महात्मा गाँधीजी ने कहा था, “मुझे राज्य नहीं चाहिये, स्वर्ग नहीं चाहिये, मुक्ति भी नहीं चाहिये, लेकिन मेरी इच्छा है मेरा दुबारा मानव के रूप में जन्म हो तथा मेरी भावना जरूरतमंद प्राणियों की सेवा की रहे।” आपको सच्ची शांति तभी मिलेगी जब आपका कमाया हुआ संसाधन दीन-दुखियों की तकलीफों को दूर करने में लगे।

विप्रो के अध्यक्ष श्री अजीम प्रेमजी, जो भारत की तीसरी सबसे बड़ी साफ्टवेयर कम्पनी के मालिक हैं और तीसरे सबसे धनी भारतीय हैं, जिनकी सम्पति रुपये 80 हजार करोड़ से भी अधिक है। इन्होंने रुपये 10 हजार करोड़ का दान अजीमजी प्रेमजी फाउण्डेशन को 1.13 करोड़ विप्रो के इक्विटी शेयर का ट्रांसफर कर किया है। इससे पहले उन्होंने रुपये 700 करोड़ से भी अधिक का दान अजीमजी प्रेमजी फाउण्डेशन को किया था। उन्होंने इस बात को स्पष्ट किया है कि वे विशेषकर ग्रामीण भारत में स्कूल, शिक्षा में महत्वपूर्ण बदलाव लाकर सामाजिक परिवर्तन लाने के इच्छुक हैं। इन्फोसिस के संस्थापक निदेशक श्री नारायण मूर्ति कहते हैं, “पैसे की ताकत इसमें है कि इससे दूसरों का दुख दूर किया जाये।” डेक्कन एयर के संस्थापक कैप्टेन गोपीनाथ कहते हैं, “भारत जैसे देश में मुद्दों की कमी नहीं है। मैं महसूस करता हूँ कि रोजगार देने और युवाओं को जीवन जीने का जरिया प्रदान करने से बढ़कर इस संसार में कोई भी पुण्य का कार्य नहीं है।”

दया और प्रेम की भावना ही इंसान को दान देने के लिये अभिप्रेरित करती है। दान करने से सौभाग्य, आत्मबल और तेज तो बढ़ता ही है साथ में परिवार के अन्दर सुख, शान्ति और धन की वृद्धि भी होती है। दान देने की भावना रहने से मनुष्य के चित्त के विकार एवम् दोष दूर हो जाते हैं। बुरे कर्मों का नाश होता है, अच्छे संस्कार बनते हैं। अन्नदान, वस्त्र दान, विद्यादान, ज्ञानदान, श्रमदान या सेवादान कोई भी क्यों न हो, वह सौभाग्य को बढ़ाता है।

आचार्य चाणक्य ने कहा है कि अगर आप धन का संचय करते हैं लेकिन उसमे से कुछ अंश अच्छे कामों में नहीं लगाते तब आपके संचित धन में से उसी प्रकार से बढबू फैलनी शुरू हो जाती है जैसे लम्बे समय तक संचित पानी की बढबू होती है। हमें यह सोचना चाहिये कि जिस चीज का हम इस्तेमाल नहीं करते उसे हम खो देते हैं। जिस प्रकार से बगैर इस्तेमाल किये बुद्धि कमजोर पड़ जाती है, बगैर इस्तेमाल किये शक्ति क्षीण हो जाती है, बगैर इस्तेमाल की हुई मशीन में जंग लग जाता है, बगैर इस्तेमाल किया समय बरबाद हो जाता है, बगैर इस्तेमाल किया हुआ ज्ञान बोझ बन जाता है तथा बगैर इस्तेमाल किये हुये रुपये की कीमत घट जाती है। मनुष्य की यह मूर्खता है कि वह भगवान से ज्यादा से ज्यादा मांगता रहता है लेकिन जो उसके पास है उसका ठीक से इस्तेमाल नहीं करता। मनुष्य मृत्यु होने के समय यह पश्चाताप करता है कि मेरे पास जितने संसाधन थे मैंने उनका इस्तेमाल ठीक से नहीं किया। इसलिये जरूरी है कि आप अपने जीवन में जो आपके अन्दर खासियत, गुण, बुद्धि और ज्ञान है सभी का ठीक से इस्तेमाल करें अन्यथा वे व्यर्थ जायेंगे। हम सभी चीजों में रुपये को सबसे अधिक महत्व देते हैं, इसलिये मनुष्य की इच्छा रहती है कि उसे धन-सम्पति की ज्यादा से ज्यादा प्राप्ति हो ताकि उससे आराम एवम् खुशी प्राप्त करूँ। ज्यादा धन-सम्पति इकट्ठा करने से उसको खुशी भी होती है लेकिन किसी दुर्घटनावश अगर धन-सम्पति चली जाती है तब असहनीय दुख भी उसी को मिलता है। धन-सम्पति की प्राप्ति से उसे सन्तुष्टि मिलती है, लेकिन खोने से मानसिक पीड़ा भी होती है।

हमें यह सोचना चाहिये कि किसी भी मनुष्य को उसकी दीन अवस्था में अगर हम थोड़े से धन से मदद करते हैं तो उसके जीवन में परिवर्तन आ जायेगा। जिस प्रकार से बहती नदी में से एक नहर निकालकर खेती-बाड़ी की सिंचाई के लिये उसका पानी दे दिया जाता है, उसी प्रकार हमें अपने धन का एक भाग शोषितों और वंचितों के उत्थान के लिये उपयोग करना चाहिये। यहां तक कहा गया है कि दीन-दुखियों की मदद में लगाया हुआ पैसा कई गुणा वापिस होकर आता है।

दान तन, मन, धन से होता है, लेकिन यह जरूरी नहीं कि धन होने से दान हो। अगर आपके द्वारा दिल से किसी के प्रति सहानुभूति दी जाती है या शारीरिक मदद दी जाती है तो उसे भी दान माना जाता है। दान देने की प्रक्रिया उस मनुष्य में ज्यादा होगी जिसका दिल मक्खन से भी नरम हो। कारण कि मक्खन को गर्मी चाहिये तब वह पिघलेगा लेकिन अच्छे इंसान का दिल दूसरों का दुख देखकर पिघल जायेगा। इसलिये जिसका दिल मक्खन के समान नरम है उसे सन्त के तुल्य माना जाता है।

- धनी बनो

दानवीरों में महाभारत के समय में हुये 'महारथी कर्ण' का नाम सबसे पहले आता है जिन्होंने हमेशा उनके पास जो भी आया उसकी जरूरत के अनुसार दान दिया। कहा जाता है कि अर्जुन के दिल में भी यह बात आयी कि मेरे बड़े भाई युधिष्ठिर तो सत्यवादी के साथ-साथ दानवीर भी हैं फिर 'कर्ण' को मेरे भाई युधिष्ठिर से बड़ा दानवीर क्यों मानते हैं? तब भगवान कृष्ण ने उनकी शंका दूर करने के लिये, एक दिन बारिश के समय में ब्राह्मण का भेष बनाया एवम् दोनों युधिष्ठिर के पास जा पहुँचे एवम् उनसे कहा कि हमें हवन के लिये सूखी चन्दन की लकड़ी चाहिये। युधिष्ठिर जी ने कहा कि ब्राह्मण देवता बारिश की वजह से सभी लकड़ियाँ गीली हो गई हैं इसलिये मैं सूखी चन्दन की लकड़ी देने में असमर्थ हूँ। फिर दोनों 'कर्ण' के पास गये। 'कर्ण' ने उनसे कहा, पहले आप भोजन कर लीजिये, सूखी चन्दन की लकड़ी की व्यवस्था हो जायेगी। भोजन करने के बाद 'कर्ण' ने अपने मकान में लगे दरवाजे एवम् अपने पलंग को तुड़वाकर उनको लकड़ी दे दी जो कि चन्दन की लकड़ी के थे एवम् देने से पहले अपने तरकश से वाण छोड़कर गंगाजी का पानी बहाकर पूरी लकड़ी को धुलवाया और फिर तरकश से दूसरा वाण छोड़कर गर्मी पैदा करके सभी लकड़ियों को सुखाकर भी दिया। तब भगवान कृष्ण ने अर्जुन से कहा कि अब आप देख सकते हैं कि श्रेष्ठ दानवीर कौन है।

कोई भी मोमबत्ती दूसरी मोमबत्ती जलाने में अपनी रोशनी नहीं खोती है। इसी प्रकार दूसरों की मदद करना मत छोड़ो, उससे तुम्हारा जीवन सार्थक होगा। प्रसन्नता का स्थाई ठिकाना नहीं है। प्रसन्नता उनके पास रहती है जो दूसरों के लिये जीते हैं। जीवन की सुन्दरता सिर्फ तुम्हारी खुशी में नहीं है बल्कि तुम्हारी वजह से दूसरों को जो प्रसन्नता मिलती है उसमें बसती है।



हमारे पितामह श्री फलतेहचन्दजी गोयल गाँव में साधारण परिवार में रहते हुये भी कोई अगर उनसे कुछ मांगता तो दे देते थे, अगर पास में नहीं है तब उधार लेकर भी उसकी जरूरत पूरी करते थे। कोई भी अनभिज्ञ मेहमान या भिक्षुक अगर उनके पास आ जाता और उसे खाना खिलाने की जरूरत महसूस करते तो उसे खुशी से खाना खिलाते थे। वर्षों बाद आज भी इसी वजह से उनका नाम हरियाणा के हिसार जिले में आदर के साथ दानवीर के रूप में लिया जाता है।

वह मनुष्य अभागा है, जिसने सुबह का उगता हुआ सूरज देखा, और जिसके भीतर कुछ भी न उगा। वह मनुष्य अंधा है, जिसने पूर्णिमा का चाँद देखा, और पूर्णिमा के चाँद में उसे अपने पूर्ण होने की सम्भावना का दर्शन न हुआ! वह मनुष्य निश्चित ही बदकिस्मत है। जीवन परमानन्द से भरपूर है और मनुष्य का जन्म इसका आनन्द उठाने के लिये हुआ है। प्रत्येक व्यक्ति में उर्जा, ज्ञान और सामर्थ्य का अपार भण्डार है तथा इसके सदुपयोग से वह जीवन को सुखद बना सकता है। जिसके पास धन है जरूरी नहीं कि उसके पास खुशी है। इसी प्रकार जिसके पास खुशी है यह जरूरी नहीं कि उसके पास धन है। आपको सच्ची शान्ति तभी मिलेगी जब आपका कमाया हुआ संसाधन दीन-दुखियों की तकलीफों को दूर करने में लगे एवम् उनको खुशी देकर आपके दिल में खुशी महसूस हो। 'दान करे कल्याण' यह हमारा जीवनपर्यन्त नारा रहना चाहिये। मैसर्स विप्रो लिमिटेड के श्री दिलीप रंजेकर एवम् मैसर्स आईसीआईसीआई बैंक लिमिटेड के श्री नचिकेता मोर दोनों ही साधारण परिवार से हैं लेकिन उनका कहना है कि जब अपनी जरूरत की पूर्ति होती है तब मनुष्य को सोचना चाहिये कि बड़े महल में तथा बड़ी गाड़ियों के साथ रहना ही क्या ज्यादा समृद्धशाली होने का यही अर्थ है?

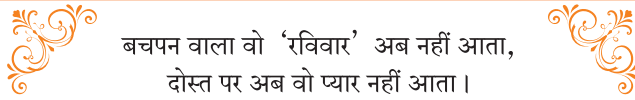
उनका कहना है कि ज्यादा सम्पत्ति का सही अर्थ तब है जब दीन-दुखियों की सहायता की जा सके। दुनिया में दो किस्म के मनुष्य हैं- "देने वाले एवम् लेने वाले। जो लेते हैं वे अच्छा खा सकते हैं, लेकिन जो देते हैं वे सुख की नींद सो सकते हैं।"

परोपकार के कार्य हमें आनन्द प्रदान करते हैं और जीवनभर यही हमारा लक्ष्य होना चाहिये। प्रेम में अथाह शक्ति छिपी होती है। यह हमारे मन मस्तिष्क से दूषित विचारों को निकालकर उसे दैवीय भावों से भर देती है। यदि एक गरीब आदमी अपनी कमाई का 10% दान करता है तो उसके दान का महत्व एक धनी आदमी के द्वारा अपनी कमाई का 10% दान से अधिक महत्व रखता है क्योंकि एक गरीब आदमी अपनी कमाई का 10% अपने दैनिक खर्च में से काटकर देता है जबकि एक धनी आदमी अपने विलासी जीवन के साधन में से। प्यार में ऐसी शक्ति है कि मन के सारे मैल धोकर एक पवित्र भाव से भर देता है। संत शिरोमणि गोस्वामी तुलसीदासजी रामचरितमानस में लिखते हैं :- "दया धर्म का मूल है, नरक मूल अभिमान। तुलसी दया न छोड़िए, जब लग घट में प्राण।"

- रामकुमार गोयल



- सन्डे को सुबह-सुबह नहा-धो कर टीवी के सामने बैठ जाना ।
- 'रंगोली' में शुरू में पुराने फिर नए गानों का इंतजार करना ।
- 'जंगल-बुक' देखने के लिए जिन दोस्तों के पास टीवी नहीं था उनका घर आना ।
- 'चन्द्रकांता' की कास्टिंग से लेकर अंत तक देखना ।
- हर बार सस्पेंस बनाकर छोड़ना चन्द्रकांता में और हमारा अगले हफ्ते तक सोचना ।
- शनिवार और रविवार की शाम को फिल्मों का इंतजार करना ।
- किसी नेता के मरने पर कोई सीरियल ना आए तो उस नेता को गालियाँ देना ।
- सचिन के आउट होते ही टीवी बंद करके खुद बैट-बॉल लेकर खेलने निकल जाना ।
- 'मूक-बधिर' समाचार में टीवी एंकर के इशारों की नकल करना ।
- कभी हवा से ऐंटेना घूम जाए तो छत पर जाकर ठीक करना ।



बचपन वाला वो 'रविवार' अब नहीं आता,
दोस्त पर अब वो प्यार नहीं आता ।
जब वो कहता था तो निकल पड़ते थे बिना घड़ी देखे,
अब घड़ी में वो समय वो वार नहीं आता ।
बचपन वाला वो 'रविवार' अब नहीं आता... ।।।

वो साईकिल अब भी मुझे बहुत याद आती है
जिसपे मैं उसके पीछे बैठकर खुश हो जाया करता था ।
अब कार में भी वो आराम नहीं आता... ।।।

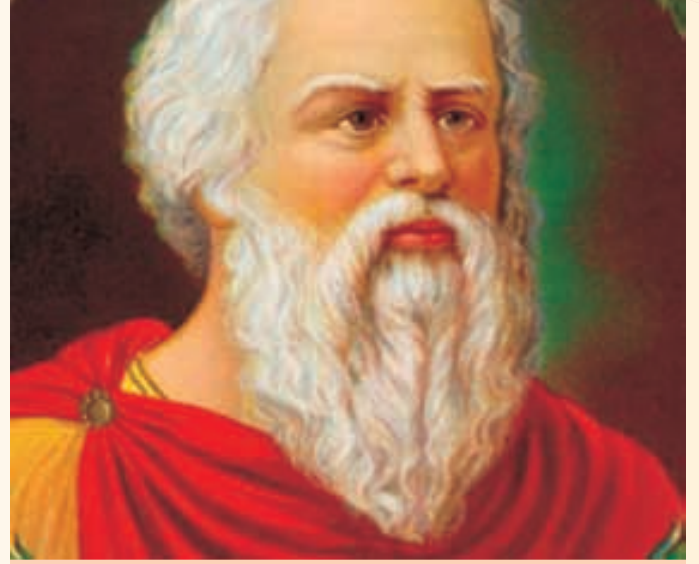
जीवन की राहों में कुछ ऐसी उलझी है गुथियाँ
उसके घर के सामने से गुजर कर भी मिलना नहीं हो पाता... ।।।

वो 'मोगली' वो 'अंकल डलौ' ये जो है जिंदगी
'सुरभि,' 'रंगोली' और 'चित्रहार' अब नहीं आता... ।।।

रामायण, महाभारत, चाणक्य का वो चाव अब नहीं आता
बचपन वाला वो 'रविवार' अब नहीं आता... ।।।
अब हर वार 'सोमवार' है
काम, आफिस, बॉस, बीवी, बच्चे बस ये जिंदगी है ।
दोस्त से दिल की बात का इजहार नहीं हो पाता ।
बचपन वाला वो 'रविवार' अब नहीं आता... ।।।
बचपन वाला वो 'रविवार' अब नहीं आता... ।।।



संकलक:
मुकेश कुमार शर्मा
एआरसी - वालुज
(औरंगाबाद)



सुना आपने!

एक बार संत सुकरात से उनके एक मित्र मिलने आये । सुकरात से उन्होंने पूछा, “आपको पता है, मैंने एक आदमी के बारे में सुना?”

तब सुकरात मुस्कराकर बोले, “इससे पहले कि तुम मुझे उस आदमी के बारे में कुछ बताओ, मैं तुमसे तीन सवाल पूछना चाहूँगा ।”

वह मित्र कुछ भरमा-सा गया, लेकिन जवाब देने के लिए तैयार हो गया । सुकरात ने पहला प्रश्न पूछा, “जो बात तुम मुझे बताना चाहते हो क्या वह बात सच है? मित्र ने कहा, “पता नहीं, मैं तो बस अभी-अभी यह बात सुनकर आ रहा हूँ ।”

“अच्छा-क्या वह बात उस आदमी की अच्छाई या गुणों के बारे में है?” “नहीं, बल्कि मैं जो बात बताना चाहता हूँ, वह उसकी बेइज्जती के बारे में है ।” यह बात सुनकर सुकरात बोले, अब आखिरी सवाल, जो बात तुम मुझे बताना चाहते हो, वह बात कहीं मेरे काम आएगी? मेरे फायदे की होगी ।”

अब मित्र परेशान होकर बोला, “नहीं! मैं तो यँ ही तुम्हें बताने चला आया ।”

अंत में सुकरात लम्बी साँस लेते हुए उस मित्र को समझाने लगे, “फिर तो मुझे माफ कर दो मित्र! मैं तुम्हारी यह बात नहीं सुन सकता । ऐसी बात जो न तो सच है, न किसी की अच्छाई है और न ही मेरे किसी काम की है, उसे सुनकर मैं क्या करूँगा । क्यों मैं अपना और तुम्हारा समय बरबाद करना चाहूँगा । अब कभी किसी की निन्दा मेरे सामने मत करना ।”

Life can begin at 55, it is all in our hands!

Many people feel unhappy, health - wise and security - wise, after 60 years of age, owing to the diminishing importance given to them and their opinions. But, it need not be so, if only we understand the basic principles of life and follow them scrupulously. Here are ten mantras to age gracefully and make life after retirement pleasant.

1. **Never say I am aged:** There are three ages - chronological, biological, and psychological. The first is calculated based on our date of birth; the second is determined by the health conditions; the third is how old we feel we are. While we don't have control over the first, we can take care of our health with good diet, exercise and a cheerful attitude. A positive attitude and optimistic thinking can reverse the third age.
2. **Health is Wealth:** If you really love your kith and kin, taking care of your health should be your priority. Thus, you will not be a burden to them. Have an annual health check - up and take the prescribed medicines regularly. Do take health insurance coverage.
3. **Money is important:** Money is essential for meeting the basic necessities of life, keeping good health and earning family respect and security. Don't spend beyond your means even for your children. You have lived for them all through and it is time you enjoyed a harmonious life with your spouse. If your children are grateful and they take care of you, you are blessed. But, never take it for granted.
4. **Relaxation and Recreation:** The most relaxing and recreating forces are a healthy religious attitude, good sleep, music and laughter. Have faith in God, learn to sleep well, love good music and see the funny side of life.
5. **Time is Precious:** It is almost like holding a horses' reins. When they are in your hands, you can control them. Imagine that every day you are born again. Yesterday is a cancelled cheque, Tomorrow is a promissory note, Today is ready cash - use it profitably. Live this moment; live it fully, now, in the present time.
6. **Change is the only Permanent Thing:** We should accept change - it is inevitable. The only way to make sense out of change is to join in the dance. Change has brought about many pleasant things. We should be happy that our children are blessed.
7. **Enlightened Selfishness:** All of us are basically selfish. Whatever we do, we expect something in return. We should definitely be grateful to those who stood by us. But, our focus should be on the internal satisfaction and the happiness we derive by doing good for others, without expecting anything in return. Perform a random act of kindness daily.
8. **Forget and Forgive:** Don't be bothered too much about others' mistakes. We are not spiritual enough to show our other cheek when we are slapped in one. But for the sake of our own health and happiness, let us forgive and forget them. Otherwise, we will be only increasing our blood pressure.
9. **Everything has a Purpose:** Take life as it comes. Accept yourself as you are and also accept others for what they are. Everybody is unique and is right in his own way.
10. **Overcome the Fear of Death:** We all know that one day we have to leave this world. Still we are afraid of death. We think that our spouse and children will be unable to withstand our loss. But the truth is no one is going to die for you; they may be depressed for some time. Time heals everything and they will go on.



LIFE AFTER 55

Compiled by:
J. Peter
ARC - Secunderabad



समस्या से दुःखी इंसान

एक निराशावादी व्यक्ति को लगता है कि उसका दुःख संसार में सबसे अधिक है और उससे ज्यादा दुःखी इंसान और कोई नहीं है। एक बार एक संत से उसकी भेंट हुई। उसने उन्हें अपनी समस्या बताई। संत समझ गये कि वह मात्र दुःख को पकड़कर बैठ गया है। उन्होंने उसे सुझाव दिया है कि वह अपनी दुःख की गठरी को गांव के बाहर पीपल के पेड़ पर लटका आये। अगले दिन जब वह पीपल के पेड़ के पास अपने दुःखों की गठरी लेकर पहुंचा तो उसने देखा कि वहां बहुत सारी गठरियां लटक रही थी। संत भी वहां बैठे थे। उन्होंने कहा कि तुम्हारी समस्या यह है कि तुम्हें अपना दुःख दूसरों से ज्यादा लगता है। ऐसा करो कि इन लटक रही गठरियों में से कोई छोटे दुःख की गठरी छांटकर ले जाओ और अपनी गठरी वहां लटका दो। वह व्यक्ति किसी दूसरी गठरी से अपनी गठरी नहीं बदल सका। उसे लगा कि उसका दुःख तो सबसे कम है और उसे उसी के साथ जीने का अभ्यास करना चाहिए। दूसरे का दुःख भले छोटा हो, किंतु वह उसके लिये बड़ा साबित हो सकता है। जब वह जाने लगा तो संत ने कहा - अपना दुःख परिचित होने के कारण ज्यादा सहनीय होता है। उसे अपना मित्र बनाओ तो परेशान नहीं करेगा। कहानी का अर्थ यह है कि जीवन में सुख की तरह दुःख का आना भी तय होता है। यदि दुःख में दुःखी होकर जिंएंगे तो कष्ट और अधिक होगा। मनुष्य को अपना आत्मबल दृढ़ रखते हुये सुख के छोटे-छोटे पलों में प्रसन्न रहने ही आदत डालनी चाहिए और यही दुःख की दंशपीड़ा को कम करने की दिशा में सर्वोत्तम उपाय है।



संकलक:
एल.आर.सर्वा
एआरसी-फर्टिलाइजरनगर टीसी

∞ The **SOUL** Always Knows What To Do To Heal ∞

Once there was a farmer who discovered that he had lost his watch in the farm. It was not an ordinary watch because it had sentimental value for him.

After searching the hay for a long while; he gave up and called the help of a group of children playing outside the barn. He promised them that, the person who found it, would be rewarded. Hearing this, the children hurried inside the barn, went through and around the hay but still could not find the watch.

Just when the farmer was about to give up looking for his watch, a little boy went up to him and asked to be given another chance. The farmer looked at him and thought, "Why not? After all, this kids looks sincere enough."

So the farmer sent the little boy back in the barn. After a while the little boy came out with the watch in his hand..! The farmer was happy and surprised and so he asked the boy how he succeeded where the rest had failed....!

The boy replied, "I did nothing but sit on the ground and listen. In the silence, I heard the ticking of the watch and just looked for it in that direction."

MESSAGE : *A peaceful mind can think better than a worked up mind. Allow a few minutes of silence to your mind every day, and see, how sharply it helps you to set your life the way you expect it to be..!*

The soul always knows what to do to heal itself..

The challenge is to silence the mind



Compiled by:
Suman Ranganath Navale
A R C - Hubli

∞ दृष्टिकोण के अंतर को समझिए ∞

एक बार की बात है। एक कक्षा में दो सहपाठियों के बीच किसी बात को लेकर बहस छिड़ गई। पहले छात्र के अनुसार वह ठीक था और उसका सहपाठी गलत। वहीं दूसरे छात्र के अनुसार वह ठीक था और उसका सहपाठी गलत। उनकी बात को देखकर अध्यापिका ने पूरी कक्षा को ही जीवन की एक महत्वपूर्ण शिक्षा देने का निर्णय लिया।

अध्यापिका ने दोनों बच्चों को अपने पास बुलाया। एक को अपने सामने रखी टेबल के दाईं ओर और दूसरे को बाईं ओर खड़े होने के लिए कहा। फिर टेबल पर एक बड़ी सी गेंद रख दी। अब अध्यापिका ने दाईं ओर खड़े बालक से गेंद का रंग पूछा। वह बोला सफेद! यही प्रश्न उन्होंने बाईं ओर खड़े लड़के से पूछा, किन्तु उसका जबाब था - काला!

ऐसे में, दोनों बहस करने लगे। उन्हें शांत करते हुए शिक्षिका ने कहा कि अब आप दोनों आपस में अपनी-अपनी जगह बदलो। बाईं ओर खड़ा लड़का दाईं ओर आ गया और दाईं ओर खड़ा लड़का बाईं ओर। पुनः दोनों से गेंद का रंग पूछा गया पर अबकी बार दोनों के उत्तर पहले से उलट थे। पहले जिस छात्र के अनुसार गेंद का रंग सफेद था, अब वह उसका रंग काला बता रहा था। वहीं जिसके अनुसार पहले गेंद काले रंग की थी, उसके लिए अब वह सफेद रंग की थी। दोनों के बीच का विवाद खतम हो गया।

अंततः शिक्षिका सबको समझाते हुए बोली - इन दोनों के झगड़े का कारण था - इनका अलग-अलग दृष्टिकोण और दृष्टिकोण का आधार है, दृष्ट्य। वास्तव में, इन दोनों छात्रों ने भिन्न-भिन्न दृष्ट्य को देखा। इसी वजह से इनके मन में भेद आ गया। परिणामतः दोनों में तकरार की स्थिति पैदा हो गई। केवल इनमें ही नहीं, हर स्तर पर चाहे वह पारिवारिक स्तर हो, सामाजिक या फिर दो राष्ट्रों की बात ही क्यों न हो, हर तरह के विवाद की तह में दृष्टिकोण का अंतर है। क्योंकि हम भूल जाते हैं कि हर इंसान का दृष्टिकोण उसकी मानसिकता के अनुरूप दिखने वाले दृष्ट्य के आधार पर अलग-अलग होता है। इसलिए जरूरत है इस अंतर को समझने की। तभी हम एक-दूसरे को समझ पायेंगे और जिस दिन ऐसा हो जाएगा उस दिन इस तरह के झगड़ों-विवादों का अंत हो जाएगा। यही है, शांति का सूत्र। प्रत्येक व्यक्ति में विवेक का संचार हो, ताकि सभी एक-दूसरे के दृष्टिकोण को समझकर परस्पर प्रेम, शांति व सद्भाव से रह सकें।



संकलक:
विकास कुमार शर्मा
एआरसी - मादावरम (चेन्नई)

पार्थ से सफलतम पथ

“मैं इसलिए तुम्हारे साथ नहीं हूँ कि तुम मेरे मित्र हो, बल्कि मैं इसलिए तुम्हारे साथ हूँ कि धर्म तुम्हारे साथ है।”

यह संवाद महाभारत धारावाहिक में श्रीकृष्ण अपनी मोहक मुस्कान बिखेरते हुए अर्जुन से कहते हैं तो सभी का मन आह्लादित हो जाता है। प्रति सप्ताह पाण्डव अपने धर्मपूर्ण आचरण से सभी का मन जीत लेते हैं। “पार्थ” अर्जुन के अन्य नामों में से सबसे प्रमुख है। क्यों कहते हैं अर्जुन को पार्थ? क्यों “पार्थ” सफलता का विनय प्रतीक है?

महाभारत के अनुसार कुंती का एक नाम पृथा भी है और इसलिए कुंती पुत्रों युधिष्ठिर, भीम व अर्जुन को “पार्थ” भी कहते हैं पर यह अधिकतर अर्जुन के लिए ही प्रयोग किया जाता है। यह कुन्ती पुत्र अर्जुन अपने सच्चरित्र, साहस, आत्मविश्वास, एकाग्रता के लिए विख्यात है और जीवन में लक्ष्य प्राप्ति के लिए इन गुणों का होना आवश्यक है। इन सबका संक्षिप्त सूत्र CCCC है। जी हां, यहां पर हर पाण्डव की ये विशेषता है।

पहले C का अर्थ है - Character चरित्र
दूसरे C का अर्थ है - Courage साहस
तीसरे C का अर्थ है - Confidence आत्मविश्वास
चौथे C का अर्थ है - Concentration एकाग्रता

आप चाहे जीवन के किसी भी लक्ष्य को प्राप्त करना चाहते हैं, चाहे आप कार्यालय में अधिकारी हैं या कर्मचारी CCCC का यह सूत्र अपनाकर आप अपनी मंजिल तक पहुँच सकते हैं और कठिन से कठिन लक्ष्य को प्राप्त कर सकते हैं। यदि “पार्थ” को भी दूसरे रूप में देखें तो प्रत्येक अक्षर सफलता की सीढ़ी है।

P Positive Thinking सकारात्मक दृष्टिकोण
A Aim of life & Ambition जीवन का लक्ष्य एवम् आकांक्षा
R Restrains रुकावटें पार करने की क्षमता
T Training प्रशिक्षण
H Hard work कठोर परिश्रम

सकारात्मक दृष्टिकोण - इसके बिना कुछ भी सम्भव नहीं।

जीवन लक्ष्य व आकांक्षा - मंजिल को पहचानना तथा पहुँचने की अदम्य इच्छा।

रुकावटें पार करने की क्षमता - चलते-चलते अवरोध यानि रुकावटें आयेंगी ही। उनको पार करने की क्षमता से ही मंजिल तक पहुँचा जा सकता है।

प्रशिक्षण - प्रशिक्षण को जीवन का आवश्यक अंग बनाने से ही लक्ष्य सुगम हो जायेगा।

कठोर परिश्रम का कोई विकल्प नहीं - कठोर परिश्रम ने आज तक किसी को नहीं मारा।

यही कारण है कि पार्थ सफलता का प्रतीक है। यदि व्यक्ति इन सूत्रों पर अमल करे तो सफलता अवश्य मिलेगी एवं विजयश्री की प्राप्ति हो कर रहेगी। लक्ष्य बनाइये और उच्च आकांक्षा से देखिए व सकारात्मक दृष्टिकोण लेकर प्रयास शुरू कर दीजिए, फिर प्रशिक्षण व सख्त मेहनत से सभी बाधाओं को पार करते हुए अपने अनवरत प्रयासों से लक्ष्य की प्राप्ति कर लीजिए।



संकलक:
के.के.अवस्थी
एआरसी-कानपुर

बिकता जहां



बिक रहा है पानी, पवन न बिक जाए।

बिक रही है धरती, गगन न बिक जाए ॥

चाँद पर भी बिकने लगी है जर्मी।

डर है कहीं सूरज न बिक जाए ॥

हर जगह बिकने लगी है स्वार्थ नीति।

डर है कहीं धर्म न बिक जाए ॥

दहेज देकर अब खरीदा गया है दूल्हे को।

डर है, कहीं दुल्हन न बिक जाए ॥

हर काम में जब रिश्तव ले रहे हैं ये नेता।

डर है कहीं वतन न बिक जाए ॥

आदमी मरे तो आँखे बिक जाती हैं।

डर है, कहीं कफन न बिक जाए ॥

बिक रहे हैं टीचर बोर्ड की परीक्षा में।

डर है कहीं बैच न बिक जाए ॥

हो रही है लूट-पाट भारत की हर दिशाओं में।

डर है कहीं भारत न लुट जाए ॥



संकलक:
प्रिंस तिवारी
पुत्र श्री अरविंद तिवारी
एआरसी - गुवाहाटी

∞ The Invisible Need To Be Seen!! ∞

"John worked at an ice-cream distribution warehouse. One late evening, when he finished his work schedule, he went into the cold room to inspect something, but all of a sudden the door closed and he was locked inside with no help in sight. Although he screamed and knocked and banged the door with all his might, his cries went unheard as no one could hear him. The cold storage was completely insulated and maintained low temperatures. Unfortunately he did not even carry his mobile along with him. Most of the workers had already gone, and outside the cold room it was impossible to hear what was going on inside. Few hours later, whilst John was on the verge of death, the security guard of the factory eventually opened the door and saved John's life.

John then asked the security guard how he got to open the door, as it wasn't part of his work routine, and he explained thus: "I've been working in this premises for 30 years, hundreds of workers come in and out every day, but you're one of the few who greets me in the morning and says goodbye to me every night when leaving after working hours.

Many treat me as if I am 'Invisible' and I don't exist. Even Today, like every other day, you greeted me in your simple manner : 'Hello ' at the entrance when arriving for work. But curiously, after working hours today, I observed I've not heard your usual 'Good bye', 'see you tomorrow '. Hence I decided to check around the factory. I look forward to your 'Hi' and 'Good bye' every day. To you, I am someone. By not hearing your farewell, I knew something had happened. Then I sought and found you!!

"Moral Lesson to reflect upon: Be humble, Love and respect those around you. Try to have an impact on people in ways we can't even imagine, especially the people that cross our path every day. Someone seemingly so insignificant and irrelevant today could be the only help you will get tomorrow.



Compiled by:
Jainamma George
A R C - Secunderabad

∞ असली धन ∞

एक सेठ के यहां कई नौकर काम करते थे। उनमें एक का नाम राजू था जो सेठ के साथ सभी नौकरों का खाना एक साथ बनाता था। एक दिन सेठजी जब खाना खाने लगे तो उन्हें सब्जी मीठी लगी। वह समझ गये कि राजू ने आज सब्जी में नमक की जगह चीनी डाल दी है, मगर सेठ जी ने राजू एवम् सेठानी के सामने बड़े चाव से खाना खाया और राजू को पता भी नहीं चलने दिया कि सब्जी बनाने में क्या गलती हुई है।

खाना खाने के बाद सेठ जी ने राजू को पास में बुलाकर बड़े आत्मीय लहजे में पूछा कि बेटा क्या बात है, कुछ समय से तुम परेशान दिख रहे हो। इस पर राजू ने बताया कि घर में उसकी माँ बीमार है और सेठ जी की ड्यूटी कर रात में माँ की सेवा में रहता है। जबाव सुनकर सेठ जी ने कुछ पैसे निकाले और राजू को देते हुये बोले कि तुम अभी के अभी घर जाओ और अपनी माँ का अच्छा इलाज करवाना एवम् पैसे की और आवश्यकता हो तो और मांग लेना। राजू पैसे लेकर चला गया। उसके जाने के बाद सेठानी जी ने कहा आपने उसे जाने क्यों दिया? अभी तो और लोगों ने खाना भी नहीं खाया है और काम पूरा भी पड़ा है। सेठजी ने जबाव दिया उसके मन में खुद से ज्यादा हमारी चिंता है तभी वह बिना एक दिन की भी छुट्टी लिये काम करता गया और माँ की सेहत की चिंता के साथ अपना काम करने आता रहा। उसी परेशानी के कारण आज उसने सब्जी में नमक की बजाय चीनी डाल दी और मैं उसके सामने सब्जी खा गया ताकि उसे पता न चले। यह बात है छोटी सी, मगर इसे गहराई से सोचो और देखो! इसी सब्जी को दूसरे आदमी (नौकर) खायेंगे तो सभी मिलकर राजू का मजाक उड़ायेंगे और उसे लज्जित होना पड़ेगा और मैं चाहता कि मेरा कोई आदमी लज्जित न हो। तुम ऐसा करो कि बाकी बची हुई सब्जी जानवरों को खिला दो और सभी नौकरों के लिये दूसरी सब्जी बना दो और सबको खिलाओ।

सेठानी ने कहा आप भी कमाल हैं। हमारे पास दौलत है, सम्मान है, फिर नौकरों को लेकर इतनी चिंता क्यों? सेठ जी ने जबाव दिया, "आज हमारे पास जो कुछ है इन्हीं लोगों की मेहनत और ईमानदारी का फल है और मुझे मेरे सभी आदमियों से विशेष प्रेम है। बीते समय में मैंने इनसे पाया है और समय-समय पर इन्हें दिया है। बीते समय में हमारा रिश्ता मालिक-नौकर का न रहकर बाप-बेटों जैसा हो गया और इसे मैं किसी भी कीमत पर नहीं खो सकता।" यही मेरा "असली धन है।" ॥



संकलक:
राजकुमार शर्मा
एआरसी-शिरवल

My Mom Had Only One Eye



My mom had only one eye. I hated her.... She was such an embarrassment. She cooked for students and teachers to support the family. How could she do this to me? I ignored her and threw her a hateful look.

The next day at school one of my classmates said, "EEEE, your mom has only one eye!" I wanted to burn myself. I also wanted my mom to just disappear. I confronted her that day and said, "If you're only gonna make me a laughing stock, why don't you just die?" My mom did not respond... I didn't even stop to think for a second about what I had said, because I was full of anger.

I was oblivious to her feelings. I wanted to be out of that house. So I studied real hard and got a chance to go abroad to study. Then, I got married. I bought a house of my own. I had kids of my own. I was happy with my life, my kids and the comforts. Then one day, my mother came to visit me. She hadn't seen me in years and she didn't even meet her grand children. When she stood by the door,

my children laughed at her, and I yelled at her for coming over uninvited. I screamed at her, "How dare you come to my house and scare my children! GET OUT OF HERE! NOW!!!" And to this, my mother quietly answered, "Oh, I'm so sorry. I may have gotten the wrong address", and she disappeared out of sight.

One day, a letter regarding a school reunion came to my house. So I lied to my wife that I was going on a business trip. After the reunion, I went to the old shack just out of curiosity. My neighbors said that she died. I did not shed a single tear. They handed me a letter that she had wanted me to have.

My dearest son,

I think of you all the time. I'm sorry that I came to your house and scared your children. I was so glad when I heard you were coming for the reunion. But I may not be able to even get out of bed to see you. I'm sorry that I was a constant embarrassment to you when you were growing up.

You see... when you were little, you got into an accident, and lost your eye. As a mother, I couldn't stand watching you having to grow up with one eye. So I gave you mine. I was so proud of my son who was seeing a whole new world for me, in my place, with that eye. The times that you were angry with me, I thought to myself, "It's because he loves me". I miss the times when you were still young around me.

I miss you so much. I love you. You mean the world to me.

With all my love to you,

Your mother.

My world shattered. I hated the person who only lived for me. I cried for my Mother, I didn't know of any way that will make up for my worst deeds....

MORAL: Never hate anyone for their disabilities. Never disrespect your parents, don't ignore and under estimate their sacrifices. They give us life, they raise us better than they had been, and they give and keep trying to give better than they ever had. They never wish unwell for their kids even in their wildest dreams. They always motivate us and try showing the right path. Parents give up all for their children and forgive all their mistakes. There is no way to repay what they do for their children. All we can do is try giving what they need and it is just time, love and respect.



Compiled by:
M. Sunnamma
A R C – Chennai

मत बाँटो इंसान को

मन्दिर, मस्जिद, गिरजाघर ने बाँट लिया भगवान को
धरती बाँटी, सागर बाँटा, मत बाँटो इंसान को ।

अभी राह तो शुरू हुई है, मंजिल बैठी दूर है
उजियाला महलों में बंदी, हर दीपक मजबूर है ।
मिला न सूरज का संदेशा, हर घाटी मैदान को
धरती बाँटी, सागर बाँटा, मत बाँटो इंसान को ।

अब भी हरी-भरी धरती है, ऊपर नील गगन है
पर न प्यार हो तो जग सूना, जलता रेगिस्तान है ।
अभी प्यार का जल देना है, हर प्यासी चट्टान को
धरती बाँटी, सागर बाँटा, मत बाँटो इंसान को ।

साथ उठें सब तो पहरा हो, सूरज का हर द्वार पर ।
हर उदास आंगन का हक हो, खिलती हुई बहार पर ।
रौंद न पाएगा फिर कोई, मौसम की मुस्कान को
धरती बाँटी, सागर बाँटा, मत बाँटो इंसान को ।

संकलक:

विनय कुमार शर्मा
एआरसी - अहमदाबाद





रिश्ते

आज रिश्ते कितने अजीब हो गए
लहू के रिश्ते,
अपने ही खून के प्यासे हो गए
तोड़ी मर्यादा की हर सीमा
पिता तुल्य भी इज्जत के लुटेरे हो गए
आज रिश्ते कितने अजीब हो गए
भावनाओं के सारे भंवर,
कहीं गुम हो गए
हुमायूं ने रखी थी राखी की लाज
बहन की रक्षा के लिये कुर्बान हो गए
आज रिश्ते कितने अजीब हो गए।
उसी बहन के प्यार और दुलार,
सिक्कों की खनक में खो गए
भाई-भाई के दुश्मन हो गए
रिश्ते आत्मीयता से अधिक
शत्रुता के हो गए
आज रिश्ते कितने अजीब हो गए।
अहसासों के सागर,
सूख के रेगिस्तान हो गए
सम्पत्ति की चमक-दमक में
बेटे-बाप की सुपारी
बांटने वाले हो गए
आज रिश्ते कितने अजीब हो गए।
जो दुःख का आभास भी ना होने दे,
वही रक्षक बेटे के सौदागर हो गए
आज रिश्ते कितने अजीब हो गए।
ना प्यार के ना दोस्ती के
सिर्फ पैसों के हो गए।

संकलक:

राजकुमार शुक्ला
एआरसी - वाराणसी



★★★
Second Best Article
April 2014 Edition
★★★



THE CANDLE

Suddenly the light went off, on a rainy day,
I shivered in the dark and I recollect even today.
I got up, went for the matchbox slowly, beside the table,
And I found the candle, with a little fumble.
I lit the candle, sat in the chair in front,
Light traveled around me, as the wax burnt.
I watched the wax drip, and "who cares!"
But for me it's a women standing before me, with long
hair!
I was watching a woman, with beautiful face,
Looking at me, with the 'wow' grace.
Melting slowly, giving everyone a light,
As women melt themselves, to keep everyone happy
'right'!
When it was burning, it looked like crying
Yet to give us light through the difficult wind, and it
keeps on trying.
As she gets all the burns of life from every relation time
to time
Yet she becomes the sweet poem with the perfect
rhyme.
Don't let women burn, as we do with the candle
they are the only reason, we are secure in this jungle
She secure us when we are in the womb of women
She secure us when we take first steps in the race as a
human
Women love us when there is no love in the trend
Being a mother, sister, wife and sometimes a friend.
Don't destroy them as they are our roots
Ignite them with love and respect to always get the
fragrance of the sandalwoods.

Compiled by:

Vijay Singh
A R C - Sanathnagar



★★★
Second Best Article
July 2012 Edition
★★★

कम्पनी के प्रति एक कर्मचारी की सोच



काम के प्रति लगन तथा साथ में कुछ कर गुजरने का जज्बा हो तो आदमी किन ऊँचाइयों को छू सकता है, इसके मिशाल के तौर पर हमारी कम्पनी के संस्थापक श्री आर०के०गोयल जी का नाम लें तो कुछ अनुचित न होगा।

मात्र कुछ टूक, थोड़े से इन्फ्रास्ट्रक्चर तथा थोड़े से धन के साथ शुरू की गई कम्पनी ने आज कितना विशाल रूप धारण कर लिया है, जो आज भारत की दूसरी सबसे बड़ी ट्रांसपोर्ट कम्पनी के रूप में खड़ी है। कम्पनी ने आश्चर्यजनक रूप से कुछ ही सालों में इतनी प्रगति की है कि इससे अपने संचालकों के योगदान का अंदाज लगाया जा सकता है। इसके अलावा कम्पनी के तीव्र विकास में मैनपावर या कह सकते हैं कि कर्मचारी वर्ग जो किसी भी कम्पनी की आधारशिला होते हैं, का भी बड़ा हाथ है।

इस कम्पनी से कितने ही परिवारों का भरण-पोषण हो रहा है। समाज सेवा के लिये कम्पनी के द्वारा कितने ही धर्मशालायें, स्कूल, मन्दिर, गोशाला आदि बनवाये गये हैं। इन धार्मिक, शैक्षणिक क्रियाकलापों से स्पष्ट होता है कि केवल पैसा कमाना ही एआरसी

का उद्देश्य नहीं है, अपितु मानव सेवा भी एआरसी का एक समानान्तर कर्म है।

कम्पनी की इस प्रगति को देखकर हमें भी कम्पनी के सफल कर्मचारी होने का परिचय देना चाहिये। मन में एक संकल्प लेकर उसी आधार पर आगे की योजना बनाते हुये कार्य करना चाहिये। सुबह कार्य शुरू करने से पहले ईश्वर से हमें प्रार्थना करनी चाहिये कि हे ईश्वर, कल जो मैंने कार्य किये उसकी अपेक्षा आज ज्यादा कार्य सफल हों। इस प्रकार की प्रार्थना करने से मन में एक ऐसी शक्ति का संचार होता है, जिससे कठिनाईयों के सारे बन्धन टूट जाते हैं, तथा हमें अपार सहायता मिलती है।

अगर मुझ में कुछ करने की लालसा है तो मैं उस कार्य को अवश्य करूँगा। सुभाषचन्द्र बोस ने कहा था कि तुम मुझे खून दो, मैं तुम्हें आजादी दूँगा। इसका मतलब क्या है? जब तुम मर मिटने को तैयार हो तो दुश्मन कितना ही बलशाली क्यों न हो, इससे क्या फर्क पड़ता है। एक बार में काम न बने, दो बार या चाहे हजार बार असफल क्यों न हो गये हो, फिर भी कोशिश करो, सफलता शत-प्रतिशत मिलनी है। सोचो मैं यह क्यों नहीं कर सकता या मैं दूसरों से कम क्यों? जैसे सार्थक विचार साथ में लेकर चलने से एक जुनून मिलता है, स्वयं में निहित बुराईयों को दूर कर अच्छाईयों की पगडण्डी पर चलने से एक नई दिशा मिलती है।

हौसले बुलन्द होंगे जब, एक नया इतिहास रचा जायेगा।

यह कुछ शब्द मात्र नहीं है। जिन्हें एक दूसरे से केवल जोड़कर रख दिया गया हो। इनकी गहराई में जाने की जरूरत है। हम भारत की एक बड़ी कम्पनी के साथ जुड़े हुये हैं। क्यों न इस कम्पनी को अपनी मेहनत से इस मुकाम पर ले जायें कि प्रगति में भी इसका कुछ हिस्सा हो। इसके लिये हमें एक जुट होकर कार्य करना होगा। अगर टीम वर्क नहीं होगा तो हम उस गति से विकास नहीं कर पायेंगे, जिसकी प्रायः अपेक्षा की जाती है। हमें उन हाथों को एकजुट करना होगा जो इस कम्पनी को थामें हुये हैं। एक पौजिटिव विचारधारा से बात आगे बढ़ानी चाहिये। इस प्रकार हर दृष्टिकोण को सामने रखकर कार्य करने से कम्पनी के साथ तुम्हारा विकास भी निर्विवाद रूप से आगे बढ़ेगा।

बाजुओं में दम कितना तब नजर आयेगा।।
काम से जी चुराओगे तो जीवन बेकार जायेगा।
कर ले सत्कर्म बन्दे तो स्वर्ग-द्वार मिल जायेगा।।



संकलक:
राजेश शर्मा
एआरसी-हलौल

जीवन का सबसे बड़ा सच

था मैं नींद में और मुझे इतना सजाया जा रहा था,
बड़े प्यार से मुझे नहलाया जा रहा था,
ना जाने वो कौन सा अजब खेल मेरे घर में,
बच्चों की तरह मुझे कंधे पर उठाया जा रहा था।

था पास मेरा हर अपना उस वक्त,
फिर भी हर किसी के मन से भुलाया जा रहा था।
जो कभी देखते भी न थे मोहब्बत की निगाहों से,
उनके दिल से भी प्यार मुझ पर लुटाया जा रहा था।

मालूम नहीं क्यों हैरान था हर कोई मुझे सोते हुए देखकर,
जोर-जोर से रोकर मुझे जगाया जा रहा था।
काँप उठी मेरी रूह वो मंजर देखकर,
जहाँ मुझे हमेशा के लिये सुलाया जा रहा था।

मोहब्बत की इन्तहा थी जिन दिलों में मेरे लिये,
उन्हीं दिलों के हाथों आज मैं जलाया जा रहा था।

संकलक :
जीतपाल शर्मा
एआरसी - जयपुर



HOW CAN WE WIN OUR GOALS



1. Review your sales goals first thing in the morning every day. Say your big picture goal loud, then scan your plan for the week and review goals and actions for the day. At the end of each day, review how the day went, and set goals and actions for the next day.
2. On Friday or Saturday, review the week and set goals and actions for the next week.
3. Once per week (this can be at your Friday or Saturday review session), review your goals with a goals partner. Your goals partner can be a peer, a mentor, a coach, or a friend, but it's someone you explicitly work with each week to make sure you are on top of your goals, staying committed, and pushing yourself. Along with goals, milestones, and progress, you should discuss the hassles or potholes that are holding you back so you can fight your way through them.
4. Once per month, meet with a small group of people you trust to review what you're doing, where you're headed, what you'll do in the next month, and get ideas for how you can achieve more and shake off any nagging hassles that are holding you back.
5. Once per quarter, review your progress towards your annual goal. Set no more than 3 quarterly priorities that you'll direct all your passions, energy and intensity towards so you can stay on track to meet your annual targets. During the quarterly meeting, step back and ask yourself, "What do I absolutely, positively need to get done over the next three months to achieve my annual goals?" Define it, commit to it, and set your monthly targets and actions for the next three months.
6. Once per year, set your targets for the next year. Make sure you ask yourself, "What do I need to get my big picture goals?" When you're done with your goals and plan, ask yourself, "If I get done what I am about to do, will it help me get to my big-picture goals?" Make sure it does before you put your head down for a year and make it happen.



Compiled by:
S. Anandhan
A R C - Karur

खिली चमेली



झुरमुट में थी खिली चमेली,
दुल्हन जैसी नई नवेली ।
समाँ सुगंधित करे अकेली,
आशा मन की एक पहेली ।
नये वर्ष में खिली चमेली ॥

दर-दर से खुशबू लाऊँगी,
महके सब जग बिखराऊँगी ।
नीलगगन के मस्त पवन में,
उड़ी हाथ में बाँण सुपेली ।
नए वर्ष में खिले चमेली ॥

बेला, जूही, चम्पा रानी,
मत करना अब ताना-तानी ।
एक ताल में ताल मिलाकर,
एक साथ में चले सहेली ।
नए वर्ष में खिले चमेली ॥

खुद हँसकर खुशियाँ लाऊँगी,
दुःख सहकर भी इठलाऊँगी ।
मेरे जीवन में यूँ ही कटती,
एक हाथ से एक हथेली ।
नए वर्ष में खिले चमेली ॥

जहां-तहां बिखरी रहती हूँ,
सर्दी-गर्मी सब सहती हूँ ।
किसी के सर पे किसी के पर पे,
होती मेरी सेज हवेली ।
नए वर्ष में खिले चमेली ॥

फिर भी हमको नहीं रहा गम,
किसी काम आये तेरे हम ।
मैं खुश हूँ तुम खुश हो जाओ,
खाँये सब मिल बाँट जलेबी ।

नए वर्ष में...॥



संकलक:
मनोज कुमार पाण्डेय
एआरसी - अगरतल्ला

अपने दृष्टिकोण से सर्वोत्तम विकास



आजकल हर किसी को यही शिकायत है कि उनके बहुत प्रयास करने पर भी रिश्ते-नाते बिखर रहे हैं। आखिर कारण क्या है? क्या इस युग में लोगों को रिश्ते नहीं चाहिए या फिर रिश्तों में कुछ ऐसा है जो उन्हें ना पसंद है। जब हम दोनों पक्षों की बात सुनते हैं तो एक कारण मिलता है, अलग दृष्टिकोण! हम जब किसी से स्नेह करते हैं तो यह मान लेते हैं कि जो हमें इसके लिए उत्तम लगता है वही उसमें सही लगना चाहिए। फिर लोग अपनी मर्जी दूसरों पर थोप देते हैं। दूसरा व्यक्ति सोने के पिजरे में पंछी के समान बंधा हुआ महसूस करता है। उसके पास स्नेह व विश्व के सारे सुख हैं लेकिन वह फिर भी दुःखी है क्योंकि वह आजाद नहीं है। उससे आशा रखी जाती है कि वह अपने दृष्टिकोण का बलिदान कर देगा। पर यह असंभव है। क्योंकि हम सब अद्वितीय हैं और हमारा दृष्टिकोण हमारा सर्वोत्तम विकास कर सकता है। कोई भी अपने दृष्टिकोण का बलिदान नहीं करना चाहता। चाहे कितनी ही कठिनाइयों का सामना क्यों न करना पड़े।

अगर हमें अपने रिश्ते मजबूत करने हैं तो एक ऐसा दृष्टिकोण बनाना होगा जो दूसरों के यथार्थ को लेकर संवेदनशील हो। जीवन में हम सब दो बड़ी भूल करते हैं। पहली, अपने अहंकार को बढ़ावा देकर। यही हमें भ्रमित करता है कि जो हम सोच रहे हैं वही सही है। दूसरी व्यक्ति की सोच तुच्छ और बचकानी लगती है। अहंकार ऐसी दीवार खड़ी कर देता है जो हमें दूसरों से पृथक् कर देती है। इस अहंकार को खत्म करें और खुद को याद दिलाये कि हमारा दृष्टिकोण वास्तविक नहीं है। दूसरे की आँखों से दुनिया को देखने का भरपूर प्रयास करना चाहिए तभी हम एक नया दृष्टिकोण बना पायेंगे। जिसमें केवल मैं नहीं हम होंगे। हमारी दूसरी भूल है हर किसी को नियंत्रण में रखने की कमी न खत्म होने वाली इच्छा। वह उसे काबू में करना चाहता है। लोग सोचते हैं कि ऐसा करने पर वो खुश रहेंगे। लेकिन ऐसा करने पर दूसरे लोग उनसे ऊब जाते हैं। अपनी आजादी की खोज में एक दिन दूर भाग जाते हैं। इसलिए अपने रिश्तों में दूसरों को अपनी तरह से जीने की छूट देनी चाहिए। अगर मतभेद हों तो मिल-जुलकर रास्ता निकालना चाहिए पर अपनी मर्जी नहीं थोपनी चाहिए। जितने लोग इस संसार में हैं उतने ही अलग दृष्टिकोण हैं। अगर हम इस सत्य को मान लें और हर किसी के दृष्टिकोण का आदर करने लगे तो एक नया दृष्टिकोण बनेगा जो हर तरफ सुख और खुशहाली लायेगा।

संकलक:

रामनिवास सोनी
एआरसी - बीकानेर



होली सुसराड़ की



मैं गया सुसराड़, नया कुर्ता गाड़
दाढ़ी बनवाई, बाल रंगवाए
रेहड़ी पर ते संतरे तुलवाए
हाथ में दो किलो फ़ुट
मैं हो रया सूटम-सूट।

फागन का महीना था
आ रया पसीना था
पोंहच गया गाम में
मीठे-मीठे घाम में।

सुसराड़ का टोरा था
मैं अकड़ में होरा था
साले मिलगे घर के बाहर
बोले आ रिश्तेदार आ रिश्तेदार

बस मेरी खातिरदारी शुरू होगी।
रात ने खा पीके सो गया
तड़के मेरी बारी शुरू होगी

सोटे ले ले शाहली आगी
मेरे तो मिठाईयां के पैसे मांगने लागी।
दो-दो, चार-चार सबने लगाए
पैसे भी दिए और सोटे भी खाए

साली भी मेरी मुँह ने फेर गी
गाढ़ा रंग घोल के सर पर गेर गी
सारा टोरा होग्या था ढिल्ला-ढिल्ला
गात हो गया गिल्ला-गिल्ला।

रहा सहा टोर साला ने मिटा दिया
भर के कोली नाली में लिटा दिया
साँझ तहि देहि काली, आँख लाल होगी
बंदर बरगी चाल मेरी होगी।

बटेऊ हाडे तो नु हे सोटे खावेगा
बता फिर होली पे हाडे आवेगा

मैं हाथ जोड़ बोल्या या गलती फेर ना दोहराऊँगा
होली तो कै मैं थारे दिवाली पे भी नहीं आऊँगा।

संकलक:

राजेश कुमार
एआरसी - सिकन्दराबाद



आसान तरीका

विमल काका अपनी बैलगाड़ी पर अनाज की बोरी चढ़ाने की कोशिश कर रहे थे। बोरी काफी वजनी थी इसलिए काका बोरी को लाद नहीं पा रहे थे। तभी एक कम उम्र का राहगीर उनके पास आया और बोला, आप जिस तरीके से बोरी को चढ़ाने की कोशिश कर रहे हैं उस से आसान तरीका मेरे पास है। यह सुन कर काका क्रोधित हुए और बोले, तुम अपना काम करो, मैं इससे भी भारी बोरी चढ़ा चुका हूँ। यानि पहले भी आपने गलत तरीका इस्तेमाल किया होगा, राहगीर बोला।

यह सुन काका ने बोरी छोड़ी, अपने हाथ झाड़े और बोले, तुम नौजवानों की यही समस्या है, थोड़ा पढ़-लिख लेते हो तो खुद को बहुत होशियार समझने लगते हो, ये नहीं जानते कि हम सालों से यही काम कर रहे हैं... चले आते हो अपनी बुद्धि अजमाने। राहगीर उनकी बात पर मुस्कराया, आपकी मर्जी, मैं तो आपके भले की बात कर रहा था और ये कह कर वह जाने लगा। काका को लगा क्यों न उसकी बात सुन ली जाए, अगर ठीक हुई तो सही नहीं तो जैसे काम होता आया है वैसे ही होता रहेगा।

सुनो लड़के, बताओ तुम कौन सा तरीका बता रहे थे, काका बोले। राहगीर उनके पास आया और इशारे से उन्हें दूसरी तरफ जाने को कहा। चलिए, अब आप उधर से पकड़िये मैं इधर से पकड़ता हूँ और फौरन बोरी गाड़ी पर लोड हो गई। काका मुस्कराये, आज एक अनजान राहगीर ने उन्हें एक बड़ी सीख दे दी थी। मित्रों, ये छोटी सी कहानी हमें दो बातें सिखाती है।

पहली, मिलजुल कर काम करने से काम आसान हो जाता है। आज Corporate World और अन्य जगहों पर भी इस बात पर बहुत जोर दिया जाता है कि ऐसे लोगों का चुनाव किया जाए जिनके अंदर टीम भावना हो और वो मिलजुल कर काम करना जानते हों यानि Team Worker हो। अतः अपने अंदर इस क्वालिटी को अवश्य डेवलप करें।

दूसरी, बहुत बार किसी की मदद करने के लिए कुछ बहुत complicated नहीं करना होता, बस अपना हाथ बढ़ाना ही काफी होता है। इसलिए अगर हमें कभी किसी की मदद का मौका मिले तो हमें अपना हाथ जरूर बढ़ाना चाहिए।



संकलक:
अशोक पंवार
एआरसी -इलाहाबाद

How To Live & Die

I've often thought about what it is that makes people happy—what one has to do in order to achieve happiness.

- Good Health - If you do not enjoy good health, you can never be happy. Any ailment, however trivial, will deduct something from your happiness.
- Bank Balance - It need not run into crores, but it should be enough to provide for comforts, and there should be something to spare for recreation—eating out, going to the movies, travel and holidays in the hills or by the sea. Shortage of money can be demoralising. Living on credit or borrowing is demeaning and lowers one in one's own eyes.
- Own Home - Rented places can never give you the comfort or security of a home that is yours for keeps. If it has garden space, all the better. Plant your own trees and flowers, see them grow and blossom, and cultivate a sense of kinship with them.
- Understanding Companion - Be it your spouse or a girlfriend or a best friend. If you have too many misunderstandings, it robs you of your peace of mind. It is better to accept the differences than to be quarrelling all the time. Stop envying those who have done better than you in life—risen higher, made more money, or earned more fame. Envy can be corroding; avoid comparing yourself with others. Do not allow people to descend on you for gossip. By the time you get rid of them, you will feel exhausted and poisoned by their gossip-mongering.
- Cultivate a hobby or two that will fulfill you—gardening, reading, writing, painting, playing or listening to music. Going to clubs or parties to get free drinks, or to meet celebrities, is a criminal waste of time. It's important to concentrate on something that keeps you occupied meaningfully.

Every morning and evening devote 20 minutes to meditation or introspection. In the mornings, 10 minutes should be spent in keeping the mind absolutely still, and five listing the things you have to do that day. In the evenings, five minutes should be set aside to keep the mind still and 10 to go over the tasks you had intended to do.

Don't lose your temper. Try not to be short-tempered, or vengeful. Even when a friend has been rude, just move on.

Above all, when the time comes to go, one should go like a person without any regret or grievance against anyone.

- Late Kushwant Singh



किसान का दर्द



किसानों ने खेती करना छोड़ दिया तो तपस्वियों का तप, उद्योगपतियों के कारखाने, नेताओं के भाषण और देश का विकास, सब रखे के रखे ही रह जाएंगे।

यह कहानी हर मध्यम व छोटे किसान की है। कहते हैं इंसान सपने देखता है तो वह जरूर पूरा होता है। पर किसान के सपने कभी पूरे नहीं होते। किसान बड़े अरमान और कड़ी मेहनत से फसल तैयार करता है और जब तैयार हुई फसल को बेचने मंडी जाता है तब वह बड़ा खुश होता है और बच्चों से कहता है आज तुम्हारे लिए नये कपड़े लाऊँगा, फल और मिठाई लाऊँगा। किसान अपनी पत्नी से कहता है कि तुम्हारी साड़ी कितनी पुरानी हो

गई है, फटने लगी है, आज एक साड़ी नई तुम्हारे लिए लाऊँगा।

पत्नी: अरे जी नहीं, ये तो अभी ठीक है। आप तो अपने लिए जूते ले लेना, कितने पुराने हो गये हैं और फिर फट भी तो गये हैं।

जब किसान मंडी पहुंचता है ये उसकी मजबूरी है कि वो अपने माल की कीमत खुद नहीं लगा पाता। व्यापारी उसके माल की कीमत अपने हिसाब से तय करते हैं और माल बिक जाता है लेकिन कीमत उसकी सोच के अनुरूप नहीं मिल पाती और बाद में जब पेमेंट मिलता है – तब किसान सोचता है कि इसमें से दवाई वाले को पैसा देना है, खाद वाले को देना है, मजदूर को देना है, अरे हाँ बिजली का बिल भी तो जमा कराना है। सारा हिसाब लगाने के बाद कुछ बचता नहीं तो मायूस हो जाता है और घर लौट आता है। बच्चे उसे बाहर इंतजार करते हुए मिल जाते हैं। पिताजी-पिताजी कहते हुए उससे लिपट जाते हैं और पूछते हैं हमारे लिए नये कपड़े नहीं लाए? तब पिता कहता है वो क्या है कि बाजार में अच्छे कपड़े मिले ही नहीं। दूकानदार कह रहा था कि इस बार दिवाली पर अच्छे कपड़े आयेंगे तब ले लेंगे। पत्नी समझ जाती है कि अनाज कम दाम में बिकी है। वो अपने बच्चों को समझाकर बाहर भेज देती है।

पति: अरे, तुम्हारे लिये साड़ी नहीं ले पाया।

पत्नी: कोई बात नहीं जी, हम बाद में ले लेंगे। लेकिन आप अपने लिए जूते तो ले आते।

पति: अरे वो तो मैं भूल ही गया। पत्नी पति के साथ इतने असें से रह रही है। पति का मायूस चेहरा और बात करने के तरीके से उसकी परेशानी समझ जाती है। लेकिन फिर भी पति को दिलासा (ढाढस) देती है और अपनी नम आँखों को साड़ी के पल्लू से छिपाती हुई रसोई की ओर चली जाती है। फिर अगले दिन किसान एक नई उम्मीद, एक नई आशा, एक नये सपने के साथ, नई फसल की तैयारी के लिए जुट जाता है।

ये कहानी हर छोटे और मध्यम किसान की जिंदगी में हर साल दोहराई जाती है।



संकलक:
आशीश कुमार मिश्रा
एआरसी – वैधान



संकलक:
शशिकान्त
एआरसी – सिकन्दाराबाद



देह मेरी, हल्दी तुम्हारे नाम की।
हथेली मेरी, मेंहदी तुम्हारे नाम की।
सिर मेरा, चुनरी तुम्हारे नाम की।
मांग मेरी, सिन्दूर तुम्हारे नाम का।
माथा मेरा, बिंदिया तुम्हारे नाम की।
नाक मेरी, नथनी तुम्हारे नाम की।
गला मेरा, मंगलसूत्र तुम्हारे नाम का।
कलाई मेरी, चूड़ियाँ तुम्हारे नाम की।
पांव मेरे, महावर तुम्हारे नाम की।
उंगलियाँ मेरी, बिछुए तुम्हारे नाम के।
बड़ों की चरण-वंदना मैं करूँ

और सदा सुहागन का आशीष तुम्हारे नाम का।
और तो और,

कर्वाचौथ/बड़मावस के व्रत भी तुम्हारे नाम के।

यहां तक कि,

कोख मेरी, खून मेरा, दूध मेरा और बच्चा?

बच्चा तुम्हारे नाम का।

घर के दरवाजे पर लगी 'नेम प्लेट' तुम्हारे नाम की।

और तो और,

मेरे अपने नाम के सम्मुख लिखा गोत्र भी मेरा नहीं
तुम्हारे नाम का।

सब कुछ तो तुम्हारे नाम का...

नम्रता से पूछती हूँ आखिर तुम्हारे पास...

क्या है मेरे नाम का?

अजन्मी बेटी की पुकार



सौभाग्य मिला माँ बनने का, तो माँ का कर्म किया होता, क्यों दफन कोख में कर रही, मुझको भी जन्म दिया होता, तू भी तो किसी की बेटी है, इस बात को कैसे भुला दिया, बेटी होकर एक बेटी को, जगने से पहले सुला दिया।

शायद, मैं भी तेरे जीवन की बगिया में खुशबू भर देती, छूकर नई ऊँचाइयाँ, रोशन नाम आपका कर देती, मासूम कली मैं खिल जाती, यदि रहम तुमने किया होता, गर्भ में है बेटी सुनकर माँ इतनी क्यों लाचार हुई।

बेटी ही कल्पना चावला थी, जो अंतरिक्ष पार हुई, लक्ष्मीबाई जैसी रानी, यहां देवी का अवतार हुई, सीता, सावित्री, शकुंतला, पन्ना भी यहां महतार हुई, इतिहास बेटियों का पढ़कर, माँ कुछ तो मनन किया होता।

गर्भ में ही हत्या करके, पूतना की जगह भर दी तूने, इस कुकृत्य का फल तुझको उस समय समझ में आयेगा, जब तेरा ही प्यारा बेटा, बिन दुल्हन के रह जायेगा, यह निर्णय लेने से पहले, कुछ तो सोच लिया होता।



संकलक:
आशा कुमारी
एआरसी-जयपुर



अपनी देह से लें प्रेरणा

(वर्तमान में आम आदमी अपने अहम् लोभ, लालच में डूबा हुआ है। अगर आप अपने शरीर से ही प्रेरणा लें, उसकी ओर झुकाव आपको जीवन में ऊँचाइयों पर ले जायेगा।)

मस्तक नवाकर देखिये, अभिमान मर जायेगा।
आँखें झुकाकर देखिये, पत्थर दिल पिघल जायेगा ॥

हाथों को काम देकर देखिये, चहुँओर उजियारा पसर जायेगा।
दाँतो को कुछ देर आराम देकर देखिये, स्वास्थ्य सुधर जायेगा ॥

जिह्वा पर विराम लगाकर देखिये, क्लेश का कारवां गुजर जायेगा।
ख्वाहिशों को घटाकर देखिये, खुशियों का संसार नजर आयेगा ॥

भटकते कदमों को राह पर लगाकर देखिये, सीना गर्व से तन जायेगा।
पीठ को छलनी करने वाला छुरा फेंककर देखिये, दुश्मन भी जिगर का टुकड़ा बन जायेगा ॥

परमात्मा का ध्यान लगाकर देखिये, आत्मा से अज्ञानता का आवरण हट जायेगा।
भावनाओं को तराश कर देखिये, जीवन खुद-ब-खुद संवर जायेगा ॥

अपने आपको दूसरों के लिये समर्पित करके देखिये।
सब आपके हो जायेंगे और कोई पराया न रहेगा ॥

दूसरों को खुशी देकर देखिये, अपने हिस्से की खुशियाँ।
आपको ढूँढ़ते हुये आ जायेंगी ॥
सबको अपना बनाकर देखिये, कि कितना अच्छा लगता है।
और उसके बाद कोई पराया नहीं रहेगा ॥



संकलक:
कृष्ण कुमार नैन
एआरसी- हैदराबाद

