

शून्य से शिखर तक पहुंचने वालों ने कहा- मुश्किलों से हारें नहीं, लड़ें और जीतें

नईदुनिया
सोच
बदलो!

आईआईटी इंदौर में हुए टेडएक्स इवेंट में विभिन्न क्षेत्रों की जानी-मानी हस्तियों ने साझा किए अनुभव

इंदौर। उदय प्रताप सिंह

आईआईटी इंदौर में रविवार को हुए टेडएक्स इवेंट में रक्षा, खेल, शिक्षा और स्वास्थ्य के क्षेत्र में बेहतर मुकाम हासिल कर एक अलग सोच व राह के साथ काम करने वाले देश के प्रमुख दिग्गज शामिल हुए। 'नईदुनिया' से खास बातचीत में उन्होंने अपने जीवन के अनुभवों को साझा किया और बताया कि किस तरह उन्होंने अपनी सोच को बदलकर मुश्किलों पार कर मुकाम हासिल किया। खेल, स्वास्थ्य और शिक्षा के क्षेत्र से जुड़े इन नामचीन लोगों ने अपने जज्बे से लोगों को प्रेरित भी कर रहे हैं।

लाइव भी पढ़ें...

ओलिंपिक के पहले लगी चोट, छह महीने बैठे रहे लेकिन हार नहीं मानी

मैं 2016 के ओलिंपिक के लिए तीन साल से लगातार तैयारी कर रहा था, लेकिन एक साल पहले मुझे पैर में चोट लगी। मैं छह माह तक नहीं खेल सका, एक पल के लिए मुझे लगा कि मेरी सारी मेहनत बर्बाद गई। मैंने हार नहीं मानी और चोट से उबरकर फिर प्रैक्टिस की और ओलिंपिक में खेला। अब 2020 में होने वाले ओलिंपिक में देश के लिए टेबल टेनिस में पहला गोल्ड मेडल लाने का प्रयास करूंगा। यह कहना है भारतीय टेबल टेनिस खिलाड़ी अचांता शरथ कमल का। उन्होंने कॉमनवेल्थ गेम में 9 मेडल हाल ही में हुए एशियन गेम में



2 ब्रांस मेडल जीते और 8 बार नेशनल खेल चुके हैं। टेबल टेनिस छोटा खेल है लेकिन हर स्कूल व कई ऑफिस में भी खेला जाता है। यदि खिलाड़ी बड़े टूर्नामेंट में मेडल लाएंगे तो अन्य खेलों की तरह इसकी लोकप्रियता बढ़ेगी। देश में टेबल टेनिस के लिए इंफ्रास्ट्रक्चर की कमी है। चुनिंदा बड़े स्टेडियम हैं इसलिए खिलाड़ियों को चीन, जापान, कोरिया जैसे देशों में जाकर प्रैक्टिस करना पड़ती है।

नानी की सीख के बाद खेलकूद छोड़ पेड़ लगाना बना जीवन का ध्येय

बचपन में मेरी नानी ने कहा था कि पूरी कायनात पेड़ों से शुरू होती है और उस पर ही खत्म। तुम सवा करोड़ पेड़ लगाना। यह कहना है कि पीपल बाबा के नाम से मशहूर गिव मी ट्री एनजीओ के संचालक प्रेम परिवर्तन का। उन्होंने बताया कि बचपन में नानी से मिली इस सीख के बाद उन्होंने हॉकी-फुटबॉल खेलना छोड़ पेड़ लगाने को अपना ध्येय बना लिया। वे अभी तक एक करोड़ से ज्यादा पीपल, 40 लाख नीम, 28 लाख जामुन के वृक्ष अपने साथियों व आम लोगों के साथ लगा चुके हैं। उन्होंने बताया कि अभी अधिकांश शहरों में नगर निगम व वहां का प्रशासन ठेकेदारों को



फायदा पहुंचाने के लिए डिवाइडर व सड़क किनारे सजावटी वृक्ष लगवाते हैं। इनका मेंटनेंस व अन्य खर्च भी ज्यादा होता है, जबकि पीपल, नीम जैसे वृक्षों को सिर्फ दो साल तक पानी देना होता है। महाराष्ट्र व अन्य कई राज्यों में एक्सप्रेस वे के निर्माण के लिए पीपल व बरगद के 20 से 25 लाख पेड़ काट दिए गए लेकिन उनके स्थान पर दोबारा ऐसे वृक्ष नहीं लगे। इन वृक्षों को बढ़ावा देने की जरूरत है।

कैंसर हुआ तो हार नहीं मानी, अब दूसरों को करती हैं जागरूक

मुझे 2012 में ब्रेस्ट कैंसर हुआ, लेकिन मैंने हार नहीं मानी और इस बीमारी का मुकाबला किया। आज भी हमारे देश में कैंसर को एक टैबू (निषिद्ध) माना जाता है, लोग इसके बारे में सुनना नहीं चाहते। महिलाएं खासकर ब्रेस्ट कैंसर के बारे में बात ही करना नहीं चाहती। यह कहना है ट्रेनर व मोटिवेशनल स्पीकर और यस टू लाइफ एनजीओ की फाउंडर नीति लिखा छाबड़ा का। उन्होंने बताया कि जागरूकता नहीं होने के कारण कई महिलाओं को ब्रेस्ट कैंसर के बारे में तीसरी या चौथी स्टेज में पता चलता है। सिर्फ महिलाओं ही नहीं पुरुषों में भी इसे



लेकर जागरूकता होना चाहिए। भारत में महिलाएं खुद को प्यार कम करती हैं, यदि वे नियमित एक्ससाइज करें, तनाव से दूर रहें और हेल्दी डाइट लें तो इस तरह के कैंसर से काफी हद तक दूर रह सकती हैं। उन्होंने आईआईटी इंदौर के छात्रों से कहा कि कभी भी मुश्किल आने पर यह न सोचें कि मेरे साथ ही क्यों हो रहा है। आप उससे उबरने और उस बुरे वक्त से सीखकर बेहतर करने के लिए सोचें।

साहित्य का व्यक्ति साइंस और साइंस वाला साहित्य पढ़ें

बच्चों को पहले स्कूल की पढ़ाई फिर



प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी, कॉलेज में ग्रेजुएशन, पोस्ट ग्रेजुएशन जैसे कोर्सस में डालकर उन्हें डिग्री में बंद कर दिया जाता

है। जो डॉक्टर या इंजीनियर बन जाते हैं वे अपने दायरे से बाहर न देख पाते हैं और न सोच पाते हैं। यह कहना है लेखक व शिक्षाविद् आशीष जायसवाल का। उन्होंने कहा कि आज जरूरत है कि साइंस व टेक्नोलॉजी का व्यक्ति साहित्य पढ़े और साहित्य का व्यक्ति साइंस की किताबें पढ़े। सफल व्यक्तियों ने अपने निर्धारित दायरे से बाहर जाकर काम किया है।