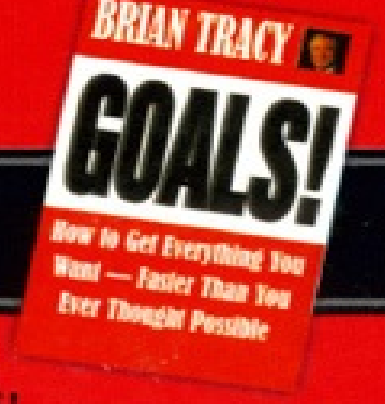
लक्ष्य!

उम्मीद से पहले पाएँ हर मनचाही चीज़



ब्रायन ट्रेसी

Hindi translation of GOALS!

लक्ष्य!

लक्ष्य!
उम्मीद से पहले पाएँ हर मनचाही चीज़

ब्रायन ट्रेसी

अनुवादक : डॉ. सुधीर दीक्षित

मंजुल पब्लिशिंग हाउस

First published in India by

Manjul Publishing House
Corporate and Editorial Office
• 2nd Floor, Usha Preet Complex, 42 Malviya Nagar, Bhopal 462 003 - India
Sales and Marketing Office
• 7/32, Ground Floor, Ansari Road, Daryaganj, New Delhi 110 002 - India
Website: www.manjulindia.com
Distribution Centres
Ahmedabad, Bengaluru, Bhopal, Kolkata, Chennai,
Hyderabad, Mumbai, New Delhi, Pune

Hindi translation of GOALS! by Brian Tracy

This edition first published in 2010
Eleventh impression 2016

Original English language edition first published by
Berrett-Koehler Publishers, Inc., San Francisco, CA, USA.
All Rights Reserved.

Copyright © 2003, 2004 by Brian Tracy

ISBN 978-81-8322-178-8

Translation by Dr. Sudhir Dixit

Printed and bound in India by Thomson Press (India) Ltd.

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in or introduced into a retrieval system, or transmitted, in any form, or by any means (electronic, mechanical, photocopying, recording or otherwise) without the prior written permission of the publisher. Any person who does any unauthorized act in relation to this publication may be liable to criminal prosecution and civil claims for damages.

विषय सूची

आमुख
प्रस्तावना
1. अपनी संभावना का ताला खोलें
2. अपनी ज़िंदगी की बागडोर थामें
3. अपने भविष्य का निर्माण करें
4. अपने जीवनमूल्यों को स्पष्ट करें
5. अपने सच्चे लक्ष्य तय करें
6. अपना प्रमुख निश्चित उद्देश्य तय करें
7. अपने विश्वासों का विश्लेषण करे
8. शुरुआत से शुरू करें
9. अपनी प्रगति मापें
10. राह की बाधाओं को हटा दें
11. अपने क्षेत्र में विशेषज्ञ बनें
12. सही लोगों से जुड़ें
13. कार्ययोजना बनाएँ
14. अपने समय का सही प्रबंधन करें
15. हर दिन अपने लक्ष्यों की समीक्षा करें
16. अपने लक्ष्यों की मानसिक तस्वीर लगातार देखें
17. अपने अतिचेतन मन को सक्रिय करें
18. हर समय लचीले रहें
19. अपनी जन्मजात रचनात्मकता का ताला खोलें
20. हर दिन कुछ करें
21. सफल होने तक जुटे रहे
समापन– आज ही कर्म करें
लेखक के बारे में

रिक मेटकाफ़ को,
जो अच्छे दोस्त,
प्रेमपूर्ण प्रति और पिता,
महान अमेरिकी, असाधारण उद्यमी,
बेहतरीन सेल्समैन और हर परिचित के प्रेरणास्रोत थे!

काश आप यह पुस्तक पढ़ने के लिए
मौजूद होते! लेकिन आप बहुत जल्दी ही हमें छोड़कर चले गए!

आमुख

यह पुस्तक महत्वाकांक्षी लोगों के लिए है– ऐसे लोगों के लिए, जो ज़्यादा तेज़ी से आगे बढ़ना चाहते हैं। अगर आप भी यही चाहते हैं, तो यह पुस्तक आप ही के लिए लिखी गई है। इसमें बताए गए विचारों पर अमल करके आप बरसों की कड़ी मेहनत से बच सकते हैं और अपने महत्वपूर्ण लक्ष्य ज़्यादा तेजी से हासिल कर सकते हैं।

मैं दो हज़ार से ज़्यादा बार श्रोताओं को संबोधित कर चुका हूँ। मैंने चौबीस देशों में तेईस हज़ार से ज़्यादा लोगों के सामने भाषण दिया है। मेरे सेमिनार और भाषणों की समयसीमा पाँच मिनट से लेकर पाँच दिन तक रही है। हर बार मैंने उस ख़ास विषय से सर्वश्रेष्ठ विचार बताने पर ध्यान केंद्रित किया है, जो मैं उस पल उस श्रोतासमूह के सामने बता सकता था। विभिन्न विषयों पर अनगिनत भाषण देने के बाद अगर मुझे कुछ कहने के लिए सिर्फ़ पाँच मिनट का वक़्त दिया जाए और सफल बनाने वाला कोई एक सबसे अचूक विचार बताने को कहा जाए, तो मैं आपसे कहूँगा, "अपने लक्ष्य तय करें, उन्हें हासिल करने की योजना बनाएँ और अपनी योजना पर हर रोज़ मेहनत करें।"

अमल करने पर यह सलाह आपकी इतनी ज़्यादा मदद करेगी, जितनी कोई दूसरी चीज़ नहीं करेगी। कई यूनिवर्सिटी ग्रेजुएट्स ने मुझे बताया है कि यह साधारण सी सलाह उनके लिए चार साल के गहन अध्ययन से ज़्यादा मूल्यवान साबित हुई है। इस विचार ने मेरी और लाखों अन्य लोगों की ज़िंदगी बदल दी है। यह आपकी भी ज़िंदगी बदल देगा।

बदलाव का बिंदु

कुछ समय पहले सफल लोगों का एक समूह शिकागो में अपने जीवन के अनुभवों को आपस में बाँटने के लिए एकत्रित हुआ। वे सभी मिलियनेअर या मल्टीमिलियनेअर थे। ज़्यादातर सफल लोगों की तरह ही वे भी ज़िंदगी में मिली सफलता और वरदानों को लेकर विनम्र व कृतज्ञ थे। जब इस बारे में बातचीत हुई कि उन्होंने जीवन में इतना कुछ कैसे हासिल किया, तो उनमें से सबसे समझदार व्यक्ति ने उठकर कहा कि उसके हिसाब से "लक्ष्य से ही सफलता मिलती है; बाकी हर चीज़ तो बस कमेंट्री है।"

आपका समय और ज़िंदगी बेशक़ीमती है। समय और ज़िंदगी की सबसे बड़ी बर्बादी यह है कि आप किसी ऐसी चीज़ को पाने में बरसों लगा दें, जिसे सिर्फ़ चंद महीनों में ही हासिल किया जा सकता था। इस पुस्तक में दी गई लक्ष्य निर्धारण और लक्ष्य प्राप्ति की व्यावहारिक, आज़माई हुई प्रक्रिया एक ऐसी ही चीज़ है। इस पर अमल करके आप कम समय में इतना ज़्यादा हासिल

कर सकेंगे, जिसकी आपने कल्पना भी नहीं की होगी। आप इतनी तेज़ी से तरक्की करेंगे कि ख़ुद आप और आपके आस-पास के लोग हैरान रह जाएँगे।

सरल और आसानी से लागू होने वाली इन विधियों और तकनीकों का अनुसरण करके आप भविष्य में ग़रीबी से अमीरी तक पहुँच सकते हैं। कुंठा से संतुष्टि तक पहुँच सकते हैं। आप अपने दोस्तों और परिवार से आगे निकल सकते हैं और अपने अधिकांश परिचितों से ज़्यादा सफल हो सकते हैं।

अपने भाषणों, सेमिनारों और परामर्श के दौरान मैंने दुनिया भर के बीस लाख से भी ज़्यादा लोगों के साथ काम किया है। मैंने बार-बार पाया है कि स्पष्ट लक्ष्य होने पर सामान्य बुद्धि वाला व्यक्ति भी ऐसे जीनियस से आगे निकल जाएगा, जिसे यह मालूम ही न हो कि वह दरअसल चाहता क्या है।

मेरा व्यक्तिगत मिशन स्टेटमेंट बरसों से यही है: “लोगों को उनके लक्ष्यों तक ज़्यादा तेज़ी से पहुँचने में मदद करना।”

इस पुस्तक में हर उस चीज़ का सार है, जिसे मैंने सफलता, उपलब्धि और लक्ष्य प्राप्ति के क्षेत्रों में आज तक सीखा है। आगे के पन्नों में बताए गए स्पष्ट क़दमों का अनुसरण करके आप जीवन की अगली कतार में पहुँच जाएँगे। मेरे बच्चों के लिए यह पुस्तक एक नक़्शे और मार्गदर्शिका जैसी है। तुम चाहे जहाँ रहो, यह मनचाही मंज़िल तक पहुँचने में तुम्हारी मदद करेगी। मेरे दोस्तों और पाठकों के लिए, इसे मैंने इसलिए लिखा, क्योंकि मैं आपको एक आज़माया हुआ सिस्टम देना चाहता हूँ, जिसका इस्तेमाल करके आप ज़िंदगी भर फ़ास्ट ट्रैक पर चल सकें।

स्वागत है! एक महान, नया और रोमांचक अभियान शुरू होने वाला है।

प्रस्तावना

यह जीने के लिहाज़ से अद्‌भुत समय है। आज रचनात्मक और संकल्पवान लोगों के सामने लक्ष्य हासिल करने के जितने ज़्यादा मौक़े हैं, उतने पहले कभी नहीं रहे। हालाँकि अर्थव्यवस्था और ज़िंदगी में अल्पकालीन उतार-चढ़ाव आते रहते हैं, लेकिन इसके बावजूद हम शांति और समृद्धि के एक अभूतपूर्व युग में दाख़िल हो रहे हैं।

सन् 1900 में अमेरिका में सिर्फ़ पाँच हज़ार मिलियनेअर थे। सन् 2000 में मिलियनेअरों की संख्या बढ़कर पचास लाख हो गई, जिनमें से ज़्यादातर ख़ुद अपने दम पर मिलियनेअर बने हैं – और वह भी एक ही पीढ़ी में। विशेषज्ञों का अनुमान है कि अगले दो दशकों में 20 से 30 लाख नए मिलियनेअर बन जाएँगे। आपका लक्ष्य भी उनमें से एक बनना होना चाहिए। यह पुस्तक आपको इसका तरीक़ा बताएगी।

धीमी शुरुआत

अठारह साल की उम्र में पढ़ाई पूरी किए बिना मैंने हाई स्कूल छोड़ दिया। मैं एक छोटे से होटल में बर्तन माँजने का काम करने लगा। वहाँ से निकलकर मैं कार धोने की नौकरी करने लगा। उसके बाद फ़र्श धोने का काम करने लगा। अगले कुछ सालों तक मैं मेहनत-मज़दूरी वाले बहुत से काम करता रहा और पसीना बहाकर रोज़ी-रोटी कमाता रहा। मैंने आरा मशीनों और फ़ैक्ट्रियों में काम किया। मैंने खेतों और पशुपालन केंद्रों पर काम किया। मैंने लकड़ी के पीठों में चेन सॉ पर काम किया और लॉगिंग का मौसम ख़त्म होने पर कुएँ भी खोदे।

मैंने ऊँची इमारतों पर मज़दूर का काम किया और नॉर्थ अटलांटिक में नॉर्वे के जहाज़ पर नाविक का काम भी किया। अक्सर मैं अपनी कार या किसी सस्ते लॉज में सोता था। तेईस साल की उम्र में मैं कटाई के मौसम में घुमंतू खेतिहर मज़दूर का काम करता था, खलिहान में पुआल के ऊपर सोता था और किसान के परिवार के साथ भोजन करता था। मैं अशिक्षित और अकुशल मज़दूर था और फ़सल कटने के बाद फिर बेरोज़गार हो जाता था।

जब मुझे मेहनत-मज़दूरी का कोई काम नहीं मिला, तो मैं सेल्स लाइन में चला गया, जहाँ मुझे प्रॉडक्ट बेचने पर कमीशन मिलता था। मैं ऑफ़िस और घरों में जाकर अजनबियों को समान बेचने की कोशिश (Cold Calling) करने लगा। अक्सर मेरा लक्ष्य दिन भर में सिर्फ़ एक सामान बेचना होता था, ताकि लॉज का किराया निकल आए और उस रात सोने की जगह मिल जाए। यह ज़िंदगी की कोई बेहतरीन शुरुआत तो नहीं थी।

जिस दिन मेरी ज़िंदगी बदल गई

फिर एक दिन मैंने एक काग़ज उठाया और उस पर अपने लिए बिलकुल असंभव नज़र आने वाला लक्ष्य लिख दिया। यह लक्ष्य था, ऑफ़िस और घर-घर जाकर सामान बेचना और हर महीने 1,000 डॉलर कमाना। मैंने उस काग़ज को मोड़कर दूर रख दिया और फिर वह मुझे दोबारा कभी नहीं दिखा।

लेकिन तीस दिन बाद मेरी पूरी ज़िंदगी बदल गई। इस दौरान मैंने सामान बेचने की एक ऐसी तकनीक खोजी, जिसे आज़माने के पहले ही दिन मेरी आमदनी तीन गुनी हो गई। इस दौरान मेरी कंपनी के मालिक ने एक उद्यमी को कंपनी बेच दी, जो शहर में नया आया था। अपना लक्ष्य लिखने के ठीक तीस दिन बाद नए मालिक ने मुझे 1,000 डॉलर प्रति माह देने का प्रस्ताव रखा, ताकि मैं सेल्स कर्मचारियों का प्रमुख बन जाऊँ और बाक़ी सेल्स कर्मचारियों को भी सामान बेचने के वे गुर सिखा सकूँ, जिनकी बदौलत मैं बाक़ी सबसे ज़्यादा सामान बेच रहा था। मैंने यह प्रस्ताव स्वीकार कर लिया और उस दिन के बाद मेरी ज़िंदगी पहले जैसी नहीं रही।

अठारह महीनों के भीतर मैं वह काम छोड़कर दूसरा ज़्यादा बड़ा काम करने लगा और इसके बाद तीसरा काम। मैं सेल्समैन से सेल्स मैनेजर बन गया और मेरे अधीनस्थों की संख्या बढ़ गई। मैंने 95 लोगों की सेल्स टीम नियुक्त की और उसे सफलता के गुर सिखाए। पहले मुझे रोज़ाना यह चिंता हुआ करती थी कि आगे खाना मिलेगा या नहीं, लेकिन अब मेरी जेब 20 डॉलर के नोटों से भरी रहती थी।

मैं अपने सेल्स कर्मचारियों को सिखाने लगा कि वे अपने लक्ष्य कैसे लिखें और ज़्यादा असरदार ढंग से सामान कैसे बेचें। बहुत ही कम समय में उनकी आमदनी भी कई गुना हो गई। दरअसल, उनमें से कईयों की आमदनी तो दस गुना बढ़ गई। आज उनमें से कई मिलियनेअर और मल्टीमिलियनेअर हैं।

यह ग़ौर करना महत्वपूर्ण है कि पच्चीस साल की उम्र के बाद से मेरी ज़िंदगी का ग्राफ़ हमेशा ऊपर की तरफ़ ही नहीं गया है। इसमें कई उतार भी आए हैं और सफलताओं के साथ-साथ अस्थायी असफलताएँ भी मिली हैं। मैं अस्सी से ज़्यादा देशों की यात्रा कर चुका हूँ, वहाँ रह चुका हूँ या काम कर चुका हूँ। मैंने फ्रेंच, जर्मन और स्पेनिश भाषाएँ सीखी हैं और मैं बाईस अलग-अलग क्षेत्रों में काम कर चुका हूँ।

अनुभहीनता और कई बार तो निरी मूर्खता के कारण मैंने अपनी सारी दौलत गँवा दी या फिर ख़र्च कर डाली और मुझे दोबारा शुरू करना पड़ा – कई मर्तबा जब भी यह होता था, तो मैं एक काग़ज लेकर बैठ जाता था और उस पर अपने नए लक्ष्य लिखने लगता था। मैं इस काम में जिन विधियों का इस्तेमाल करता था, वे आपको आगे के पन्नों में मिलेंगी।

कई सालों तक लक्ष्य बनाने और उन्हें हासिल करने के बाद मैंने आख़िरकार अपनी सीखी हुई हर चीज़ को एक सिस्टम में ढालने का फ़ैसला किया। मैंने सभी विचारों और रणनीतियों को एक जगह पर एकत्रित किया। इस तरह लक्ष्य बनाने की ऐसी विधि और प्रक्रिया विकसित हुई, जिसका एक आरंभ, मध्य, और अंत था। फिर मैं हर दिन इसका अनुसरण करने लगा।

एक साल में मेरी ज़िंदगी दोबारा बदल गई। उस साल जनवरी में मैं एक किराए के अपार्टमेंट में किराए के फ़र्नीचर के साथ रह रहा था। मुझ पर 35,000 डॉलर का कर्ज़ था और मेरे पास एक सेकंड हैंड कार थी, जिसका मैंने भुगतान नहीं किया था। दिसंबर तक मैं एक लाख डॉलर

के कॉन्डोमिनियम और एक नई मर्सिडीज़ कार का मालिक बन गया था, मैंने अपने सारे कर्ज़ चुका दिए थे और मेरे ख़ाते में 50,000 डॉलर थे।

इसके बाद तो मैं सफलता को लेकर सचमुच गंभीर हो गया। मुझे एहसास हो गया कि लक्ष्य तय करने में कमाल की ताक़त होती हैं। मैंने लक्ष्य तय और हासिल करने पर सैंकड़ों-हज़ारों घंटे तक पढ़ा और शोध किया। मुझे जो भी सर्वश्रेष्ठ विचार मिले, उन्हें संशोधित करके मैंने एक पूरी प्रक्रिया में ढाला, जो बेहद कारगर और सफल थी।

यह कोई भी कर सकता है

1981 में मैं वर्कशॉप्स और सेमिनारों में अपना सिस्टम सिखाने लगा, जो अब पैंतीस देशों के बीस लाख लोगों तक पहुँच चुका है। मैंने अपने कोर्स के ऑडियो और वीडियो टेप्स बनाए, ताकि दूसरे उनका आसानी से इस्तेमाल कर सकें। अब तक हम कई भाषाओं में दुनिया के लाखों लोगों को इन सिद्धांतों का प्रशिक्षण दे चुके हैं।

मैंने पाया कि ये विचार हर जगह, हर व्यक्ति के लिए, लगभग हर देश में काम करते हैं, चाहे आपकी शिक्षा, अनुभव या पृष्ठभूमि जो भी हो।

सबसे अच्छी बात, इन विचारों की बदौलत आपकी ज़िंदगी की बागडोर आपके हाथों में आ सकती है, जैसा मैंने और दूसरे लोगों ने पाया। लक्ष्य निर्धारण के नियमित और व्यवस्थित अभ्यास की बदौलत ही हम ग़रीब से अमीरी, कुंठा से संतुष्टि, कम उपलब्धि से सफलता तक पहुँच गए। यह सिस्टम आपके लिए भी यही करेगा।

मैंने जल्द ही यह सीख लिया कि योजना न होने से तो कैसी भी योजना का होना अच्छा होता है। वैसे इस मामले में पहिए का दोबारा आविष्कार करने की क्या ज़रूरत है? लगभग सारे जवाब पहले से ही मौज़ूद हैं। शून्य से कैरियर शुरू करने वाले लाखों स्त्री-पुरुष इन सिद्धांतों पर अमल करके ज़बर्दस्त सफलता पा चुके हैं। और उन्होंने जो किया है, आप भी वही कर सकते हैं, बशर्ते आपको तरीक़ा मालूम चल जाए।

आगे के पन्नों में आप इक्कीस सबसे महत्वपूर्ण विचार और रणनीतियाँ सीखेंगे। इनकी बदौलत आप हर वह चीज़ हासिल कर सकते हैं, जिसे आप ज़िंदगी में हासिल करना चाहते हैं। आप पाएँगे कि आप कितना हासिल कर सकते हैं, इसकी कोई सीमा नहीं है – सिवाय उन सीमाओं के, जो आप अपनी कल्पना पर लगाते हैं। और चूँकि आपकी कल्पना की कोई सीमा नहीं है। इसलिए आपके हासिल करने की भी कोई सीमा नहीं हैं। यह बहुत ही महान खोज है। आइए, शुरू करते हैं।

हज़ार मील लंबी यात्रा भी एक क़दम से ही शुरू होती है।

–कनफ़्यूशियस

1
अपनी संभावना का ताला खोलें

आम इंसान की संभावना उस महासागर की तरह है, जिसमें यात्रा नहीं की गई है, उस नए महाद्वीप की तरह है, जिसे खोजा नहीं गया है। संभावनाओं की पूरी दुनिया मुक्त होने और महान काम करने के लिए मार्गदर्शन का इंतज़ार कर रही है।
– ब्रायन ट्रेसी

सफलता का मतलब लक्ष्य है और बाक़ी सारी चीज़ें कमेंट्री हैं। सभी सफल लोग पूरी तरह लक्ष्य केंद्रित होते हैं। वे जानते हैं कि वे क्या चाहते हैं और उसे हासिल करने के लिए वे हर दिन अपना पूरा ध्यान केंद्रित करते हैं।

लक्ष्य तय करने की आपकी क्षमता ही सफलता की सबसे प्रमुख योग्यता है। लक्ष्य आपके सकारात्मक मस्तिष्क का ताला खोलते हैं और मंज़िल तक पहुँचाने वाले मददग़ार विचारों तथा ऊर्जा को मुक्त करते हैं। लक्ष्यों के बिना आप बस ज़िंदगी की लहरों पर डूबते-उतराते रहते हैं, जबकि लक्ष्य होने पर आप तीर की तरह उड़कर सीधे निशाने पर पहुँच जाते हैं।

सच तो यह है कि आपमें इतनी ज़्यादा नैसर्गिक संभावना है कि उसका पूरा इस्तेमाल करने के लिए आपको शायद सौ से ज़्यादा बार जन्म लेना पड़ेगा। आपने अब तक जो भी हासिल किया है, वह आपकी सच्ची संभावना का सिर्फ़ एक छोटा सा अंश है। सफलता का एक नियम यह है : इससे कोई फ़र्क़ नहीं पड़ता कि आप कहाँ से आ रहे हैं; फ़र्क़ तो इस बात से पड़ता है कि आप कहाँ जा रहे हैं। और आप कहाँ जा रहे हैं, यह सिर्फ़ आप और आपके विचार ही तय करते हैं।

स्पष्ट लक्ष्य होने पर आपका आत्मविश्वास बढ़ता है, आपकी क्षमता का विकास होता है और आपकी प्रेरणा का स्तर ऊँचा होता है। जैसा कि सेल्स प्रशिक्षक टॉम हॉपकिन्स कहते हैं, “लक्ष्य उपलब्धि की अँगीठी का ईंधन हैं।”

आप अपना खुद का संसार रचते हैं

शायद मानव इतिहास की महानतम खोज यह है कि आपके मस्तिष्क में आपके जीवन के लगभग हर पहलू का निर्माण करने की शक्ति होती है। मानव निर्मित जगत में आप अपने चारों ओर जो भी चीज़ देखते हैं, वह किसी इंसान के दिमाग़ में एक विचार के रूप में आई थी और उसके बाद ही भौतिक जगत् में साकार हुई। आपके जीवन की हर चीज़ किसी विचार, इच्छा, आशा या सपने के रूप में शुरू हुई थी – या तो आपके दिमाग़ में या फिर किसी और के दिमाग़