

चेतावनी आदेश

समय क्षेत्र: 24/7 (हर समय, हर पल)

कार्य संगठन: एकल अभियान (SOLO MISSION)

- 1. परिस्थिति:** तुम इतनी आरामदायक और नरम जिंदगी जीने के खतरे में हो कि तुम अपनी असली क्षमता को जाने बिना ही मर जाओगे।
- 2. लक्ष्य:** अपने मन की बेड़ियाँ तोड़ो। शिकार होने की मानसिकता को हमेशा के लिए त्यागो। अपने जीवन के हर पहलू की पूरी जिम्मेदारी लो। एक अटूट नींव बनाओ।

3. कार्यान्वयन:

क. इसे शुरू से आखिर तक पढ़ो। इसमें दी गई तकनीकों का अध्ययन करो, सभी दस चुनौतियाँ स्वीकार करो। फिर दोहराओ। दोहराव तुम्हारे मन को मज़बूत बनाएगा।

ख. अगर तुम अपना काम अपनी पूरी क्षमता से करोगे, तो दर्द होगा। यह अभियान तुम्हें अच्छा महसूस कराने के लिए नहीं है। यह अभियान बेहतर बनने और दुनिया पर अधिक प्रभाव डालने के लिए है।

ग. थकने पर मत रुको। तब रुको जब काम पूरा हो जाए।

- 4. गोपनीय:** यह एक नायक की उत्पत्ति की कहानी है। वह नायक तुम हो।

आदेशानुसार: डेविड गॉगिन्स

हस्ताक्षरित:

– डेविड गॉगिन्स

पद एवं सेवा: चीफ़, यू.एस. नेवी सील्स, सेवानिवृत्त

परिचय

क्या आप जानते हैं कि आप वास्तव में कौन हैं और आप किस चीज़ के सक्षम हैं?

मुझे यकीन है कि आप ऐसा सोचते हैं, लेकिन सिर्फ इसलिए कि आप किसी बात पर विश्वास करते हैं, वह सच नहीं हो जाती। इनकार सबसे बड़ा आरामदायक क्षेत्र है।

चिंता मत करिए, आप अकेले नहीं हैं। हर शहर में, हर देश में, पूरी दुनिया में, लाखों लोग सड़कों पर भटकते हैं — जॉबी की तरह बुझी हुई आँखों के साथ, आराम के आदी, पीड़ित की मानसिकता को गले लगाते हुए, और अपनी असली क्षमता से अनजान। मैं यह इसलिए जानता हूँ क्योंकि मैं उनसे मिलता हूँ और उनकी बातें सुनता हूँ — और इसलिए भी कि आपकी तरह, मैं भी कभी उन्हीं में से एक था।

मेरे पास एक बहुत अच्छा बहाना भी था।

जिंदगी ने मुझे बुरे पत्ते दिए। मैं टूटा हुआ पैदा हुआ, मार-पिट्टाई के साथ बड़ा हुआ, स्कूल में प्रताड़ित किया गया, और इतनी बार नस्लभेदी गाली सुनी कि गिनती भूल गया। हम एक समय बेहद गरीब थे — सरकारी सहायता पर जीते, सरकारी आवास में रहते — और मेरा अवसाद मुझे दबाए जा रहा था। मैं जिंदगी के सबसे निचले पायदान पर जीता था, और मेरा भविष्य बेहद धुंधला था।

बहुत कम लोग जानते हैं कि तल पर होना कैसा लगता है, लेकिन मैं जानता हूँ। यह दलदल जैसा है — यह आपको पकड़ता है, अंदर खींचता है, और छोड़ता नहीं। जब जिंदगी ऐसी हो, तो वही घिसी-पिटी, आत्म-सीमित करने वाली चुनाव करते रहना आसान हो जाता है — जो आपको धीरे-धीरे खत्म कर रहे हैं।

लेकिन सच यह है कि हम सभी ऐसे आदतन, आत्म-सीमित चुनाव करते हैं। यह उतना ही स्वाभाविक है जितना सूर्यास्त, और उतना ही बुनियादी जितना गुरुत्वाकर्षण। हमारा दिमाग इसी तरह बना है — इसीलिए प्रेरणा बेकार है।

यहाँ तक कि सबसे अच्छा भाषण या आत्म-सहायता का नुस्खा भी एक अस्थायी समाधान से ज़्यादा कुछ नहीं। यह आपके दिमाग को नए सिरे से नहीं जोड़ेगा। यह आपकी आवाज़ को बुलंद नहीं करेगा और न ही आपकी जिंदगी को ऊँचा उठाएगा। प्रेरणा किसी को नहीं बदलती। मेरी जिंदगी का वह बुरा हाथ सिर्फ मेरा था, और उसे ठीक करना भी सिर्फ मेरा काम था।

तो मैंने दर्द को खोजा, पीड़ा से प्यार किया, और अंततः खुद को इस धरती के सबसे कमज़ोर इंसान से बदलकर वह बना दिया जिसे मैं ईश्वर की सबसे कठोर रचना कहता हूँ — कम से कम यही मैं खुद से कहता हूँ।

संभावना है कि आपका बचपन मुझसे कहीं बेहतर रहा हो, और शायद अभी भी आपकी जिंदगी ठीक-ठाक हो — लेकिन इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि आप कौन हैं, आपके माता-पिता कौन थे, आप कहाँ रहते हैं, क्या करते हैं, या कितना पैसा है — आप शायद अपनी असली क्षमता के केवल 40 प्रतिशत पर जी रहे हैं।

कितनी शर्म की बात है।

हम सभी में इससे कहीं ज्यादा बनने की क्षमता है।

कुछ साल पहले, मुझे मैसाचुसेट्स इंस्टीट्यूट ऑफ टेक्नोलॉजी में एक पैनल में शामिल होने का निमंत्रण मिला। मैं कभी एक छात्र के रूप में किसी विश्वविद्यालय के व्याख्यान कक्ष में नहीं गया था। मैं मुश्किल से हाई स्कूल पास कर पाया था, फिर भी मैं देश के सबसे प्रतिष्ठित संस्थानों में से एक में मानसिक दृढ़ता पर चर्चा करने के लिए था। किसी बिंदु पर एक वरिष्ठ MIT प्रोफेसर ने कहा कि हम सबकी आनुवंशिक सीमाएँ होती हैं — कठोर छतें — और कुछ चीज़ें हैं जो हम चाहे कितने भी मानसिक रूप से मजबूत हों, नहीं कर सकते। जब हम अपनी आनुवंशिक छत को छू लेते हैं, तो मानसिक दृढ़ता समीकरण में आती ही नहीं।

उस कमरे में सभी ने उनकी बात मान ली — क्योंकि वे एक वरिष्ठ, कार्यकाल-प्राप्त प्रोफेसर थे जिन्होंने मानसिक दृढ़ता पर शोध किया था। यह उनके जीवन का काम था। लेकिन यह बकवास भी था — और मुझे लगा कि वे विज्ञान का उपयोग हम सबको जिम्मेदारी से बचाने के लिए कर रहे थे।

मैं तब तक चुप था क्योंकि मैं इन सभी होशियार लोगों के बीच खुद को बेवकूफ महसूस कर रहा था — लेकिन दर्शकों में से किसी ने मेरे चेहरे के भाव देखे और पूछा कि क्या मैं सहमत हूँ। और अगर कोई मुझसे सीधा सवाल पूछे, तो मैं झिझकता नहीं।

"इसे जीकर देखने और इसका अध्ययन करने में फर्क होता है," मैंने कहा, फिर प्रोफेसर की तरफ मुड़ा। "जो आपने कहा वह अधिकतर लोगों के लिए सच है, लेकिन 100 प्रतिशत के लिए नहीं। हमेशा 1 प्रतिशत ऐसे लोग होंगे जो मेहनत करने के लिए तैयार हैं और संभावनाओं को चुनौती देते हैं।"

मैंने आगे वह बताया जो मैं अनुभव से जानता था — कि कोई भी इंसान पूरी तरह अलग बन सकता है और वह हासिल कर सकता है जिसे तथाकथित विशेषज्ञ असंभव कहते हैं, लेकिन इसके लिए बहुत दिल, इरादा, और एक मजबूत दिमाग चाहिए।

हेराक्लिटस — पाँचवीं शताब्दी ईसा पूर्व फारसी साम्राज्य में जन्मे एक दार्शनिक — ने युद्धभूमि के योद्धाओं के बारे में लिखा था: "हर सौ में से दस को वहाँ होना ही नहीं चाहिए, अस्सी तो बस निशाने हैं, नौ असली लड़ाके हैं और हम खुशानसीब हैं कि वे हैं — क्योंकि वही युद्ध को परिभाषित करते हैं। लेकिन वह एक... वह एक योद्धा है।"

जिस क्षण आप पहली साँस लेते हैं, आप मृत्यु के लिए पात्र हो जाते हैं। लेकिन आप अपनी महानता खोजने और वह एक योद्धा बनने के लिए भी पात्र हो जाते हैं। यह आप पर निर्भर है कि आप खुद को आने वाली लड़ाई के लिए तैयार करें। केवल आप ही अपने मन को वश में कर सकते हैं — और यही वह चीज़ है जो एक साहसी