

जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक

नारायण

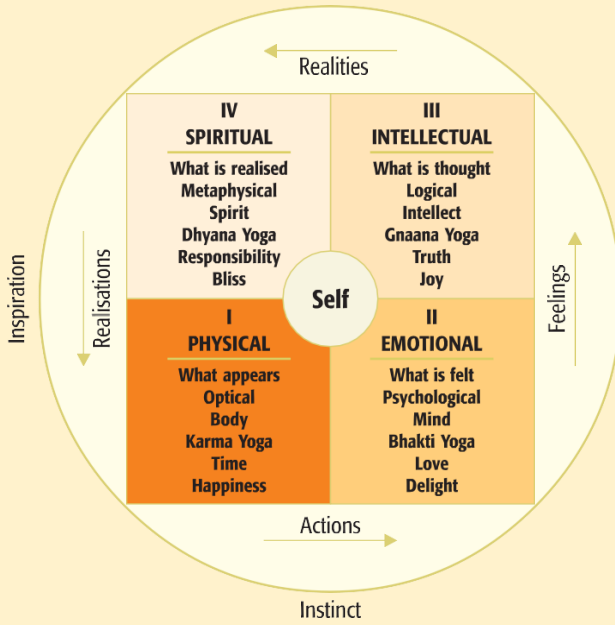


01-01-2014

नई सेवाओं का दिन

अहमदाबाद मेनेजमेंट अशोशिएशन
आदर्श अमदावाद

चार मार्ग की सच्चाई



जिम्मेदार और प्रेरित

स्वयंसेवक

नारायण

01-01-2014

नई सेवाओं का दिन



आदर्श अमदावाद



जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक

जी.नारायण (narayana.guruji@gmail.com)

संशोधित कर्ता - एम.वी पद्मा

पहला संस्करण- अप्रैल 2014

आई एस बी एन -978-93-83215-14-0

अनुवाद कर्ता - श्रीमती श्वेता गुप्ता

हिन्दी संस्करण - जनवरी २०२५

प्रकाशित कर्ता -

अहमदाबाद मैनेजमेन्ट अशोशिएशन

कोर-ए. एम. ए. मैनेजमेन्ट

हाउस टॉरेंट-ए. एम. ए.

मैनेजमेन्ट सेंटर अटीरा केम्पस,

डॉ. विक्रम साराभाई मार्ग

अहमदाबाद -380 015

फोन: +91 79 2630 8601 • **फेक्स:** +91 79 2630 5692

ईमेल: ama@amaindia.org • **वेबसाइट:** www.amaindia.org

प्रिंटिड बाय-

एन.के प्रिंटर्स, अहमदाबाद

समर्पित की गयी –

काकीजी श्रीमती चंदाबेन श्रॉफ

काका जी श्री कांतिसेन श्रॉफ

संसार के सभी स्वयंसेवकों को

सबके लिए नई गीता

हम वॉलेंट्री (स्वेच्छापूरुण) संगठनों, चाहे वे दुनिया के किसी भी हिस्से में काम कर रहे हों, के लिए ऐसे अद्भुत गाइडलाइंस (दिशानिर्देश) विकसित करने के लिए नारायण गुरुजी को हार्दिक बधाई देते हैं।

इसके पुस्तक के हर एक अध्याय में एक व्यक्ति की एक खास विशेषता को लिया गया है, जिसको समाज के लिए प्रभावी ढंग से उपयोगी बनाने की आवश्यकता है, खास तौर से इस इक्कीसवीं सदी में।

हम समाज, समुदायों और संप्रदायों के साथ चालीस सालों से भी ज़्यादा समय से काम कर रहे हैं, फिर भी यह पुस्तक हमें उतनी ही आवश्यक और उचित लग रही है।

हम उन सभी को अपनी शुभकामनाएं देते हैं जिन्होंने ईमानदारी और निष्ठा से इस पुस्तक को पढ़कर और सीखकर अपने जीवन में कुछ पाने का निर्णय लिया।

यह सभी के लिए एक नई गीता बन सकती है।

कान्तिसेन श्रॉफ
चन्दा के. श्रॉफ

श्रीमती चंदाबेन श्रॉफ (काकी) और श्री कांतिसेन श्रॉफ (काका) अभिज्ञ दूरदर्शी हैं और स्वैच्छिक आत्मा से अभ्यास करने में प्रेरित धर्म प्रचारक हैं।

वे एक्सेल ग्रुप ऑफ इंडस्ट्रीज और एक्सेल और ट्रांसपेक परिवार के स्वैच्छिक संगठनों के सहित विवेकानंद इंस्टीट्यूट ऑफ रिसर्च एंड डेवलपमेंट, सृजन और श्रॉफ फाउंडेशन ट्रस्ट के लिए मार्गदर्शक हैं।

वे आजकल कच्छ में रहते हैं और नेक, मूल्यवान और बहुत प्रकार के स्वैच्छिक कार्यों में भाग लेते हैं। भयानक भूकंप के दौरान काका और काकी भुज, कच्छ में मौजूद थे और उन्होंने लोगों के दुखों को साझा किया और निस्वार्थ सेवा के कीर्तिमान(बेंचमार्क) स्थापित किए।

श्री कांतिसेन श्रॉफ और उनके सम्मानित भाइयों और बहनों ने स्वतंत्रता आंदोलन में भाग लिया। उन्होंने एक्सेल में ट्रस्टीशिप प्रबंधन को लागू किया और अभ्यास किया। एक्सेल समूह सामाजिक शासन, नैतिक प्रथाओं, मानव संबंधों और स्वैच्छिक सामाजिक योगदान का एक उदाहरण बन गया। श्रीमती. चंदाबेन श्रॉफ को अद्भुत सामाजिक योगदान और उनकी दृष्टि और भविष्य की सेवाओं के मिशन के लिए रोलेक्स एंटरप्राइज अवार्ड से सम्मानित किया गया।

लक्ष्य और मार्ग

'आदर्श अमदावाद' स्वेच्छापूर्वक प्रभावों से अहमदाबाद को एक आदर्श नगर बनाने का विचार है। यह विचार 2004 में मेरे दिमाग में आया और तब से इसकी शुरुआत हुई। यह एक स्वयंसेवक द्वारा शुरू की गई यात्रा थी जो अब बढ़कर 400 स्वयंसेवकों तक पहुंच गई है। इसकी शुरुआत योग की एक गतिविधि के साथ हुई जो आज 50 से अधिक गतिविधियों तक फैल गया है।

इन सभी 10 वर्षों में हम स्वयंसेवकों को स्वीकार कर रहे थे क्योंकि वे तभी आए-आए थे और उन्हें कोई प्रशिक्षण नहीं दिया था। *यह मन में स्पष्ट था कि यदि अमदावाद आदर्श बन जाएगा तो यह आदर्श स्वयंसेवकों के माध्यम से होगा।* लेकिन, चुनौती और पहली एक आदर्श स्वयंसेवक को परिभाषित करना था।

इस दौरान श्री जनक भाई बंजारा ने मुझे 'गुरु जी' से मिलवाया। गुरु जी ने ए.ए.(आदर्श अमदावाद) के स्वयंसेवकों के साथ पूरा एक दिन बिताकर ए.ए. को अपने मिशन और विजन स्टेटमेंट तैयार करने में मदद की।

मुझे तब यह भी पता चला कि गुरु जी ने 'इंस्पायरिंग एंड रेस्पॉन्सिबल टीचर' और 'रिस्पॉन्सिबल लीडर' सहित सैकड़ों

अनमोल पुस्तकें लिखी थीं। निरंतर तलाश और खोज में होने के कारण, मैं घबरा गया और मैंने विनम्रता से गुरुजी से स्वयंसेवकों के लिए एक अलग और विशेष पुस्तक लिखने का अनुरोध किया। गुरुजी ने अनुरोध स्वीकार कर लिया। मुझे पता था कि गुरु जी बहुत व्यस्त थे, लेकिन एक दिन पूरे स्वयंसेवक समुदाय की मदद के लिए एक अच्छी किताब आएगी।

अंत में गुरु जी का एक फोन आया। यह किताब की शुरुआत के बारे में था। गुरुजी ने किताब के शुरुआती पृष्ठों को पढ़ा और मैंने उसे सुना। मुझे बहुत खुशी हुई कि अब यह पुस्तक पूरी हो जाएगी और यह कि **गुरु जी की कोई भी रचना सर्वोत्तम से कम नहीं हो सकती**, यह मेरा भरोसा और दृढ़ विश्वास था।

पुस्तक 'रेस्पॉन्सिबल एंड इंस्पायर्ड वॉलंटियर' अब मेरे हाथ में है और मैं बहुत उत्साहित हूँ। मैंने पूरी पुस्तक का अध्याय-दर-अध्याय और प्रत्येक अध्याय पंक्ति-दर-पंक्ति पढ़ा। मुझे एहसास हुआ कि मुझे एक 'जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक' बनने के लिए कई कमियों को पूरा करना होगा। *लेकिन अब इस पुस्तक के माध्यम से लक्ष्य और मार्ग दोनों मेरे सामने हैं।*

अब पहले दिखाये गये रास्ते पर चलना और दूसरों को उस मार्ग पर चलने में मदद करने और मार्गदर्शन करने में आसान हो जायेगा। *यह पुस्तक प्रत्येक व्यक्ति को जीवन के प्रत्येक*

चरण में एक आदर्श इंसान बनने में मदद करेगी। जो व्यक्ति इस स्वयंसेवा के प्रशिक्षण से गुजरेगा, वह समय पर अपनी भौतिक दुनिया पर नियंत्रण कर लेगा, वह सभी से प्यार करके अपनी मानसिक दुनिया पर जीत हासिल करेगा, वह सच्चा होकर आंतरिक दुनिया का राजा बन जाएगा और जिम्मेदार बनकर खुद का स्वामी बन जाएगा।*

यहाँ पर 18 आदर्श हैं जो 'सकारात्मक होने' से शुरू होते हैं और एक नदी की तरह बहते हैं और 'आनंद' के सागर में गिरते हैं। व्यक्ति अपने अस्तित्व, विकास और सुख के लिए स्वयंसेवी बन जाता है। गुरुजी ने इस पुस्तक को दुनिया भर के स्वयंसेवकों के लिए एक आदर्श पुस्तिका के रूप में प्रस्तुत करने में उत्कृष्ट प्रदर्शन किया है। ए.ए. सभी स्वयंसेवकों और उन सभी लोगों को प्रशिक्षित करेगा जो स्वयंसेवी बनना चाहते हैं।

प्रत्येक व्यक्ति को स्वयंसेवक होना चाहिए। यह पुस्तक प्रत्येक व्यक्ति में छिपी उस स्वयंसेवी भावना को जागृत करेगी और उस भावना को आकार, निर्माण और कार्य में लाएगी।

यह पुस्तक एक उचित समय पर आई है जब ए.ए. एक लाख स्वयंसेवकों की संख्या तक बढ़ने की उम्मीद कर रहा है। हम सभी स्वयंसेवकों के लिए यह उपयोगी, मूल्यवान और अद्भुत पुस्तक लिखने के लिए हम गुरु जी के बहुत आभारी हैं और इसे पढ़कर, महसूस करके, समझकर, जानकर और सिखाकर

हम निश्चित रूप से अहमदाबाद को एक आदर्श शहर बना देंगे। हम इस सबसे मूल्यवान और सबसे आवश्यक पुस्तक को प्रकाशित करने के लिए अहमदाबाद प्रबंधन(मेनेजमेंट) संघ(अशोशिएशन) के आभारी हैं।

गुरु जी, हमें अपने लक्ष्यों को प्राप्त करने और अपने मिशन और दृष्टि को साकार करने के लिए आपकी निरंतर सहायता, समर्थन, मार्गदर्शन, प्रेरणा और आशीर्वाद की आवश्यकता होगी। हम आपको भरोसा दिलाते हैं कि हम पहले खुद 'जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक' बनने के लिए कड़ी मेहनत करेंगे और फिर अहमदाबाद में सैकड़ों और हजारों अन्य लोगों को ऐसा बनायेंगे। आप जैसे वास्तविक 'जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक' ही ऐसी पुस्तक लिख सकते हैं। गुरु जी, मैं आप में उस स्वयंसेवक को देख सकता हूँ।

यह वह है

यह (गुरुजी) वह है (भारत-जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक)

मार्च 19, 2014

भरत शाह

संस्थापक, आदर्श अमदावाद
“नेहल” स्थानकवासी जैन उपाश्रय
कॉमर्स सिक्स रोड के पास,
नवरंगपुरा, अहमदाबाद, 380009

श्री भरत भाई शाह गांधीवादियों के एक प्रतिष्ठित परिवार से हैं। उनके पिता जूथा भाई अमर्षी शाह ने उनके दिनों में साबरमती आश्रम में महात्मा गांधी के साथ मिलकर काम किया और पूरी निष्ठा के साथ गांधीवादी स्वैच्छिक भावना के साथ सेवा की।

यही भावना श्री भरत भाई को विरासत में मिली है और उन्होंने उसे विकसित किया है। उन्होंने 'आदर्श अमदावाद' की स्थापना की जिसने 400 प्रेरित स्वयंसेवकों को सफलतापूर्वक तैयार किया है। आदर्श संवाद का दृश्य और मिशन समाज, समुदाय, घरों, कार्यालयों, उद्योगों, व्यावसायिक संगठनों, अहमदाबाद के सभी क्षेत्रों और फिर भारत और दुनिया में स्वैच्छिक भावना का प्रचार और स्थापना करना है।

उनकी ज़रूरतें बहुत कम हैं और उन्होंने स्वयंसेवा की भावना के माध्यम से अपना जीवन समाज और लोगों की सेवा में समर्पित कर दिया है।

सभी स्वयंसेवकों के लिये एक धर्मग्रंथ

पूज्य गुरु जी द्वारा "जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक" पर उनकी नवीनतम पुस्तक के लिए प्रस्तावना लिखने के लिए कहे जाने पर मैं सम्मानित महसूस कर रहा हूँ। वास्तव में स्वयं गुरु जी इस बात के उदाहरण हैं कि स्वैच्छिक सेवा क्या है और उनका जीवन दूसरों के लिए समर्पित है।

श्री नारायण गुरुजी ने एक इंजीनियर के रूप में अपना करियर शुरू किया और एक प्रख्यात प्रबंधन गुरु बनने के लिए एक्सेल ग्रुप ऑफ इंडस्ट्रीज में काम किया। उनकी शिक्षा में हमारे प्राचीन ग्रंथों, विशेष रूप से "गीता" का बहुत मजबूत आधार है। उन्होंने अनगिनत पुस्तकें लिखी हैं। "जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक" संबंधित नागरिकों को स्वैच्छिक प्रयासों और सेवाओं को लेने के लिए प्रेरित करता है। हम सब में बदले में कुछ भी मिले बिना किसी की मदद करने की छिपी हुई इच्छा होती है। लेकिन हमारे दिन-प्रतिदिन के काम और उसमें अत्यधिक व्यस्त रहने के कारण, हम में से अधिकांश को यह महसूस नहीं होता है कि उनके पास इसका पालन करने(वेंटिलेशन) के लिए पर्याप्त समय नहीं है। श्री नारायण गुरुजी इसे आयामों के साथ निपटाते हैं। उन्होंने पहचाना कि

एक स्वयंसेवक को एक जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक बनने के लिए किन गुणों की आवश्यकता होती है।

हमारे पास असंख्य नागरिक समाज के सदस्य, गैर सरकारी संगठन (एन. जी. ओ.) और धर्मार्थ संघ हैं। उनमें से कितने वास्तव में जिम्मेदार स्वैच्छिक सेवाएँ कर रहे हैं? उनमें से कितने लोग इन निर्देशों का उपयोग व्यावसायिक गतिविधियों को करने या व्यक्तिगत कल्याण के लिए दान के माध्यम से प्राप्त साधनों का उपयोग करने के लिए कर रहे हैं? हम उनके बारे में जानते हैं लेकिन हमारे पास बोलने की हिम्मत नहीं है!

श्री नारायण गुरुजी इससे सकारात्मक तरीके से निपटते हैं। वे 18 चरण प्रदान करते हैं जिनकी एक स्वयंसेवक को या स्वैच्छिक संगठन को या किसी भी धर्मार्थ संघ को दूसरों की सेवा करने के लिए मानने की आवश्यकता होती है। यह पुस्तक सभी स्वयंसेवकों और स्वैच्छिक संगठनों के लिए एक धर्मग्रंथ(बाइबिल) है।

जब हम स्वैच्छिक सेवाओं की बात करते हैं तो मुझे परम पूज्य प्रमुख महाराज से प्रेरित बोचासणवासी श्री अक्षर पुरुषोत्तम स्वामीनारायण संस्था की शुरुआत याद आती है। यहां स्वयंसेवक एक ब्रेक लेते हैं, अपने मौजूदा काम से छुट्टी लेते हैं और 2/3 महीने के लिए स्वैच्छिक कार्य करते हैं, चाहे वह कच्छ भूकंप के बाद या सुनामी के पीड़ितों या सूखे से प्रभावित पशुओं से संबंधित हो या दूसरों की देखभाल करके

मंदिर परिसर में स्वैच्छिक सेवा कर रहे हों। पिछले साल अहमदाबाद के सरदार पटेल स्टेडियम में बीएपीएस द्वारा एक युवा महोत्सव का आयोजन किया गया था और इस कार्यक्रम में 2,00,000 से अधिक भक्तों ने भाग लिया था। इस दौरान, कार्यक्रम से पहले और बाद में, कोई ट्रैफिक जाम नहीं था, कोई ट्रैफिक डायवर्जन नहीं था या जनता को कोई असुविधा नहीं हुई थी।

यह स्वैच्छिक संगठन और उनके सदस्यों के अनुशासन को दर्शाता है और शायद श्री नारायण गुरु जी ठीक यही बताना चाहते हैं। वह एक "जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक" होने का रास्ता खूबसूरती से तय करते हैं।

मार्च 24, 2014

डॉ, किरीट एन.शेलत (आई.एस.रिटायर्ड)

(पूर्व प्रधान सचिव जी.ओ.जी)

प्रबंधक चेयरमेन

जलवायु परिवर्तन और लोक नेतृत्व

के सतत विकास के लिये राष्ट्रीय

परिषद((एनसीसीएसडी)

डॉ. किरीट एन.शेलत, आई.ए.एस.(सेवानिवृत्त) वे जर्जों के एक महान परिवार से हैं। उन्हें एक मान्यता प्राप्त वरिष्ठ प्रशासक के रूप में जाने जाते हैं। उन्होंने अपनी कई भूमिकाओं और जिम्मेदारियों और प्रधान सचिव के रूप में भी में गुजरात सरकार को योगदान दिया।

वे अब राष्ट्रीय जलवायु परिवर्तन, सतत विकास और सार्वजनिक नेतृत्व परिषद के कार्यकारी अध्यक्ष हैं और प्रतिबद्ध स्वैच्छिक भावना के साथ जिम्मेदार सार्वजनिक नेतृत्व, कृषि विश्वविद्यालयों, किसान समुदायों और आदिवासी युवा शिक्षा के लिए प्रशिक्षण के संबंध में विकास और उत्कृष्टता में योगदान देते हैं।

डॉ. शेलत सार्वजनिक नेतृत्व, नैतिकता और आध्यात्मिकता के विषयों के लेखक हैं। वे परम पूज्य श्री प्रमुख स्वामी महाराज के एक महान भक्त हैं और स्वामी नारायण संस्था (बीएपीएस) के सेवा कार्यक्रमों में भाग लेते हैं।

बहुमूल्य व्यावहारिक मार्गदर्शक

श्री सीताराम सेवा सदन तेलंगाना में मंथानी (करीम नगर के पास) में स्थित एक स्वैच्छिक संगठन है। यह 2003 से बुजुर्गों की देखभाल, शिक्षा, स्वास्थ्य सेवा, एम्बुलेंस सेवाएं, दाह संस्कार सुविधाएं और सेवाएं, अपशिष्ट प्रबंधन, बच्चों और युवाओं के विकास और स्व-शिक्षण, महिलाओं को स्व-रोजगार के लिए प्रशिक्षण, कंप्यूटर प्रवीणता के अलावा अन्य आवश्यकता-आधारित स्थिति के माध्यम से योगदान के क्षेत्रों में स्वैच्छिक सेवाएं प्रदान कर रहा है। हमारे सदन का मार्गदर्शक सिद्धांत *मानव सेवा माधव सेवा* है "मनुष्य की सेवा करना भगवान की सेवा करना है"। मंथानी में, श्री सीताराम सेवा सदन सभी श्रेणियों के लोगों के लिए एक बड़ा संसाधन और स्रोत बन गया है। यह स्वैच्छिक भावना का भी एक उदाहरण बन गया है। सदन के सभी सदस्य, पदाधिकारी शुद्ध स्वयंसेवा के आधार पर उत्साह और जिम्मेदारी के साथ काम करते हैं और विभिन्न प्रकार की सेवा गतिविधियों का पालन करते हैं, न कि किसी भुगतान, वेतन, मेहनताना या वापसी लाभ के लिए।

श्री सीताराम सेवा सदन की स्थापना श्री जी. नारायण गुरुजी ने की थी, जो स्वयं एक प्रेरित प्रथम स्वयंसेवक हैं। वह हमारे और कई लोगों के लिए *मार्गदर्शक* के रूप में खड़े रहे। वह

एक महान शिक्षक हैं जो पहले अभ्यास करते हैं और फिर पढ़ाते हैं।

मेरे लिए और मेरी समिति के सदस्यों के लिए, सह-स्वयंसेवक जो 12 वर्षों से गुरु जी के साथ काम कर रहे हैं, पुस्तक "जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक" एक महान साहित्यिक प्रसाद है जिसने हमें आश्चर्यचकित किया है और हमें अपार खुशी दी है। यह पुस्तक न केवल हमारे कार्यों, योगदान और पध्दतियों को दिखाती है, बल्कि यह नए विचारों, नए तरीकों और नई जिम्मेदारियों के रूप में भारी मूल्य भी जोड़ती है। वर्णित 18 गुण वास्तव में 18 योग हैं जिनका एक जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक द्वारा ध्यान और अभ्यास किया जाना है। प्रत्येक अध्याय के अंत में दिए गए प्रयोगात्मक कदम एक जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक के व्यक्तित्व को एक तस्वीर की तरह खूबसूरती से चित्रित करते हैं।

जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक वास्तव में स्वयंसेवा पर सबसे मूल्यवान व्यावहारिक पुस्तक और मार्गदर्शक है। यह निश्चित रूप से आदर्श संवाद, आदर्श मंथन, आदर्श इंडिया और आदर्श वर्ल्ड बनाने के लिए प्रभावी, कुशल और मूल्यवान स्वयंसेवक बनने के लिए कई लोगों की सहायता और सेवा करेगा।

नमस्कार |

डॉ, एस.लक्ष्मण राव
प्रेसिडेंट एमिरेट्स, श्री सीता राम सेवा सदन, मंथानी

डॉ. एस. लक्ष्मण राव ने आंध्र प्रदेश सरकार के लिए एक पशु चिकित्सक और पिछड़े, ग्रामीण क्षेत्रों में मंडल विकास अधिकारी के रूप में काम किया है। दूर- दूर और जनजातीय क्षेत्र और एक उल्लेखनीय, ईमानदार और सम्मानित अधिकारी बन गए जिन्होंने ग्रामीण क्षेत्रों के लोगों की देखभाल, स्वास्थ्य, कल्याण और प्रगति और पशु संसाधनों के लिए भी प्रयास किया।

पिछले 12 वर्षों से वे मंथानी में श्री सीताराम सेवा सदन के अध्यक्ष थे और विभिन्न स्वैच्छिक सेवाओं में उनके योगदान के लिए एक उदाहरणात्मक स्वैच्छिक नेता और मिशनरी बन गए।

उन्हें मंथानी के लोगों द्वारा "सेवायोग रत्न" के रूप में सम्मानित किया गया था। वह अब सदन के माध्यम से सेवानिवृत्त राष्ट्रपति के रूप में सेवा करते हैं।

विषय सूची

सबके लिये नई गीता	5
<i>कान्तिसेन श्रॉफ और चंदाबेन श्रॉफ</i>	
लक्ष्य और मार्ग	7
<i>भरत शाह</i>	
सभी स्वयंसेवकों के लिये एक धर्मग्रंथ	11
<i>डॉ. किरीट एन. शेलत</i>	
बहुमूल्य व्यावहारिक मार्गदर्शक	14
<i>डॉ एस. लक्ष्मण राव</i>	
<i>क जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक बनना</i>	1
<i>ख जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक बनने की यात्रा</i>	3
<i>ग प्रस्तावना</i>	9
1 सकारात्मक	11
2 सक्रिय	17
3 यथासमय	26
4. प्रभाव	33
	21

5. आर्थिक	39
6 सीखना	47
7 खोजबीन करना	55
8 उत्साह	62
9 समझना	68
10 योगदान	76
11 साझेदारी	82
12 देना	88
13 प्यार करना	96
14 भरोसा करना	105
15 जिम्मेदार, सच्चा	111
16 जुड़ाव	120
17 एकीकृत करना	125
18 आनंद लेना	130
19 स्वयंसेवक	137
एक स्वयंसेवक और एक वृक्ष बनना	139
कृतज्ञता	144

क.

जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक

बनना

हमारे प्रिय भरत भाई,

कृपया स्वैच्छिक सहयोग, सामंजस्य, योगदान और सचेत निर्माण के आदर्श शहर *आदर्श अमदावाद* के सपने और दृश्य को पूरा करने में आपने और आपकी टीम के 'आदर्श अमदावाद' के लिये किये गये उन सभी महान और प्रेरित योगदानों के लिये नए साल के लिए हमारी हार्दिक शुभकामनाएं स्वीकार करें।

कुछ साल पहले आपके और आदर्श अमदावाद के प्रेरित और जिम्मेदार स्वयंसेवकों का आपकी टीम के साथ होना एक अद्भुत अनुभव था।

आपकी प्रतिज्ञा और दृढ़ता, एस. एस. संजीव शर्मा, जतिन सेठ, सुरेश पटेल, अश्विन टोलिया और आपकी टीम के अन्य सदस्यों का सेवा करना और खुद को पेश करना, ताकि अहमदाबाद एक आदर्श और निस्वार्थ स्वैच्छिक सेवा का एक

उदाहरण बन जाए जहां लोग अपना और दूसरों का समर्थन करते हैं, यह सराहनीय है।

आपका मिशन प्रत्येक व्यक्ति के भीतर छिपे हुए स्वयंसेवकों को आमंत्रित करना और प्रेरित करना है ताकि वे कार्य श्रेष्ठता, शिक्षा, स्वास्थ्य सेवा, स्वच्छता, अर्थव्यवस्था, बड़ों की देखभाल करने, ऊर्जा संरक्षण, शिक्षा में उत्तमता, महिला सशक्तिकरण के क्षेत्र में अपनी शुरुआत करके सेवा कर सकें। मानवता, बाल देखभाल, आत्म सशक्तिकरण, साक्षरता, कंप्यूटर और आईटी साक्षरता, संचार, लेखन कौशल, विभिन्न क्षमताओं के लिए विशेष रूप से सक्षम लोगों की सहायता, कौशल विकास, यातायात अनुशासन और कई अन्य क्षेत्र जो लोगों को आत्मनिर्भर, अधिक सक्षम और अपने स्वयं के क्षेत्रों में उत्तमता प्राप्त करने में श्रेष्ठ बना सकते हैं और साथ ही व्यक्तियों, समूहों, समाज, शहर और फिर देश के रूप में लोगों की प्रगति, विकास, विकास और वृद्धि के लिए नए क्षेत्रों में भी सक्षम बना सकते हैं, वह महान और योग्य है।

हमारी एक परस्पर प्रभाव डालने वाली बैठक के दौरान आपने सुझाव दिया कि "जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक-अपनी पहल पर एक आदर्श योगदानकर्ता" पर लिखी गई एक पुस्तक है जो इस समय की आवश्यकता है क्योंकि यह सभी वर्तमान और भविष्य के स्वयंसेवकों के लिए एक साथी और मार्गदर्शक बन जाएगी।

आपको और आदर्श अमदावाद के सभी सदस्यों को यह पुस्तक जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक देते हुए बहुत खुशी हो रही है , जो कि वर्तमान और भविष्य के सभी स्वयंसेवकों के लिये एक महान आंदोलन है।

एक जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक बनने और जानने की इस यात्रा में आपका स्वागत है, जिस रास्ते पर आपने कई वर्षों तक महान संकल्प और जिम्मेदारी के साथ यात्रा की है।

गर्मजोशी से

प्रेम और प्रकाश,
नारायण

बडौदा

01-01-2014

ब.

जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक बनने की यात्रा

प्रिय स्वयंसेवक,

नमस्कार!

स्वागत है! आप जो भी हों, आप जिस भी क्षेत्र और कार्य क्षेत्र में काम करें और योगदान दें, आपका धर्म जो भी हो , वर्ग, स्थान, कैडर और पहचान जो भी हो, मैं आपको एक नाम दूंगा!

जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक की इस यात्रा के लिए आपका नाम **भरत** है!

प्रिय भरत!

भरत का अर्थ है भारतीय होना। हर बार जब आपको भरत के रूप में बोला जाता है, तो भारत की भावना, महान सभ्यता, संस्कृति और भारत की भावना का राष्ट्र, चेतना और प्रेरणा का आंतरिक व्यास आपको भर दे और आपके माध्यम से चमकने दे।

इसके अलावा, 'भ' का अर्थ है प्रकाश और 'चूहा' का अर्थ है जुड़ा हुआ और व्यस्त होना। भरत वह है जो प्रकाश, चमक, ज्ञान, बुद्धि और वैभव से जुड़ा हुआ है।

इसके अलावा, 'भर' का अर्थ है पूर्ण, 'एट' का अर्थ है एक राज्य, स्थान, स्तर, भूमिका या जिम्मेदारी। अतः "भरत" का अर्थ पूर्णता की स्थिति में होना भी है।

इसके अतिरिक्त, "भरत" का अर्थ यह भी है कि जो समर्थन करता है, संभालता है और जिम्मेदार होता है। इस प्रकार भरत एक ऐसा व्यक्ति है जो पूरी तरह से जिम्मेदार समर्थक है।

अब 'भरत' का एक चौथा अर्थ और आयाम है- मेरे लिए, 'भरत' चार अलग-अलग भरतों के चरित्रों का एक अनुभव है।

सबसे पहले, भरत राजा दुष्यंत और अत्यंत सुंदर शकुंतला के पुत्र हैं। यह भरत भारत का एक साहसी, महान, निडर और जिम्मेदार राजा था, जिसके नाम पर भारत को 'भारत' कहा जाता था।

दूसरा, भरत श्री राम के महान भाई थे। यह भरत एक अनुकरणीय, विनम्र दाता और प्रस्तावक था, जिसने राज्य को अस्वीकार कर दिया और लोकतंत्र और सबकी अनुमति लेकर सच्ची भावना के साथ राज्य और लोगों की सेवा करने और अपनी सेवाएं और सब कुछ देने के लिए स्वेच्छा से काम किया। उसने बदले में धन, पद, अधिकार और सुख सहित किसी भी वस्तु की उम्मीद नहीं की। भरत अपने बड़े भाई

राम से बेहतर और महान साबित हुए। उन्होंने दिखाया कि एक स्वयंसेवक होना एक नेता होने से बेहतर है।

तीसरा, निरलेप इंडस्ट्रीज के निदेशक भरत भाई ठक्कर एक आदर्श व्यापारिक व्यक्ति हैं, जो मुख्य रूप से सभी के लिए अपनी सकारात्मकता, अनुकूलता, सद्भावना और दोस्ती का व्यापार करते हैं। जो भी उनसे मिलता है, वह इस भरत का ग्राहक बन जाता है चाहे कोई लेन-देन शामिल हो या नहीं। भरत भाई ठक्कर के लिए ग्राहक की खुशी, ग्राहक का सुख, ग्राहक का विश्वास और ग्राहक का प्रेम सबसे ऊपर है।

चौथा, आदर्श अमदावाद के निर्माता और संस्थापक भरत भाई शाह जीवन भर के लिए एक जिम्मेदार स्वयंसेवक हैं। भरत भाई का उत्साह जीवन भर बढ़ने वाला है। वह बिना किसी भेदभाव के दूसरों की सेवा करने के लिए हमेशा तैयार हैं।

उनकी आवश्यकताएं भोजन, आराम, धन और अपने स्वयं के लिये कम, बहुत कम और सबसे अधिक न के बराबर हैं।

भरत भाई शाह ने जोर देकर मुझे सभी स्वयंसेवकों के लिए यह महान पुस्तक लिखने के लिए मनाया। आदर्श के रूप में ऐसा करना मेरे लिए एक बहुत बड़ा सम्मान और विशेष अधिकार मिलने के समान था, जो प्रेरित और जिम्मेदार स्वयंसेवकों के महान नेटवर्क का एक उदाहरण है।

चार मार्ग की सच्चाई

"सत्यनाम चतुरो पड़ाह"

"वास्तविकता चार तरीकों से प्रकट होती है"

इस दुनिया की चार तरह की वास्तविकताएं- भौतिक दुनिया, भावनात्मक दुनिया, बौद्धिक दुनिया और आध्यात्मिक दुनिया हैं।

जो प्रकट होता है वह भौतिक दुनिया में होता है, जो महसूस किया जाता है वह मन की दुनिया या भावनात्मक दुनिया में होता है, जो सोचा जाता है वह बौद्धिक दुनिया में होता है और जो महसूस किया जाता है वह आध्यात्मिक दुनिया में होता है। क्रियाएँ, भावनाएँ, विचार और आत्मा इन चार दुनियाओं के चार अवस्थाएं हैं। इस दुनिया में हर चीज के ये चार पहलू हैं।

इन चार आयामों के चित्र को पूरी तरह से, पूर्ण रूप से, सम्पूर्ण रूप से, सिद्ध करने के लिये, जानने, समझने, देखने और अनुभव करने की आवश्यकता है।

इनमें से कुछ आयामों को इस लघु लेखन में चार-मार्ग की सच्चाई के नमूने के रूप में दिखाया गया है।

आरंभ, मध्य, समाप्ति और शांति।

मौलिक चेतना, बाहरी चेतना, आत्म (आंतरिक) चेतना और
सार्वभौमिक चेतना।

संसार, प्रकृति, प्रकाश और ईश्वर।

जड़, पेड़, फल और बीज।

वृक्ष, पशु, मनुष्य और भगवान।

बच्चे, युवा, वयस्क और बुजुर्ग।

प्रेम, समर्पण, सशक्तिकरण और विश्वास।

पालन-पोषण, प्रबंधन, नेतृत्व और पथ निर्माण।

बताना, बेचना, खरीदना और सुनना।

सीखना, करना, हासिल करना और श्रेष्ठ होना।

आश्चर्य, भटकना, जीतना और ज्ञान।

पारिस्थितिकी, अर्थव्यवस्था, शिक्षा और सशक्तिकरण।

प्रयास, कार्य, योगदान और उत्कृष्टता।

शक्ति, धन, ज्ञान और उत्तरदायित्व।

समर्पण, ईमानदारी, ईमानदारी और कुलीनता।

अंतर्ज्ञान, अंतर्ज्ञान, बुद्धि और प्रेरणा।

शुद्धि, वृद्धि, बुद्धि और सिद्धि।

इकाई, संघ, एकता और सार्वभौमिक उपयोगिता।

एक चीज, सभी चीजें, हर चीज और कुछ भी नहीं।

कोई भी, कोई भी, हर कोई और कोई नहीं।

मैं, आप, हम और सभी।

विश्वास करना, व्यवहार करना, बनना और होना।

भक्ति, शक्ति, युक्ति और मुक्ति।

शारीरिक, भावनात्मक, बौद्धिक और आध्यात्मिक।

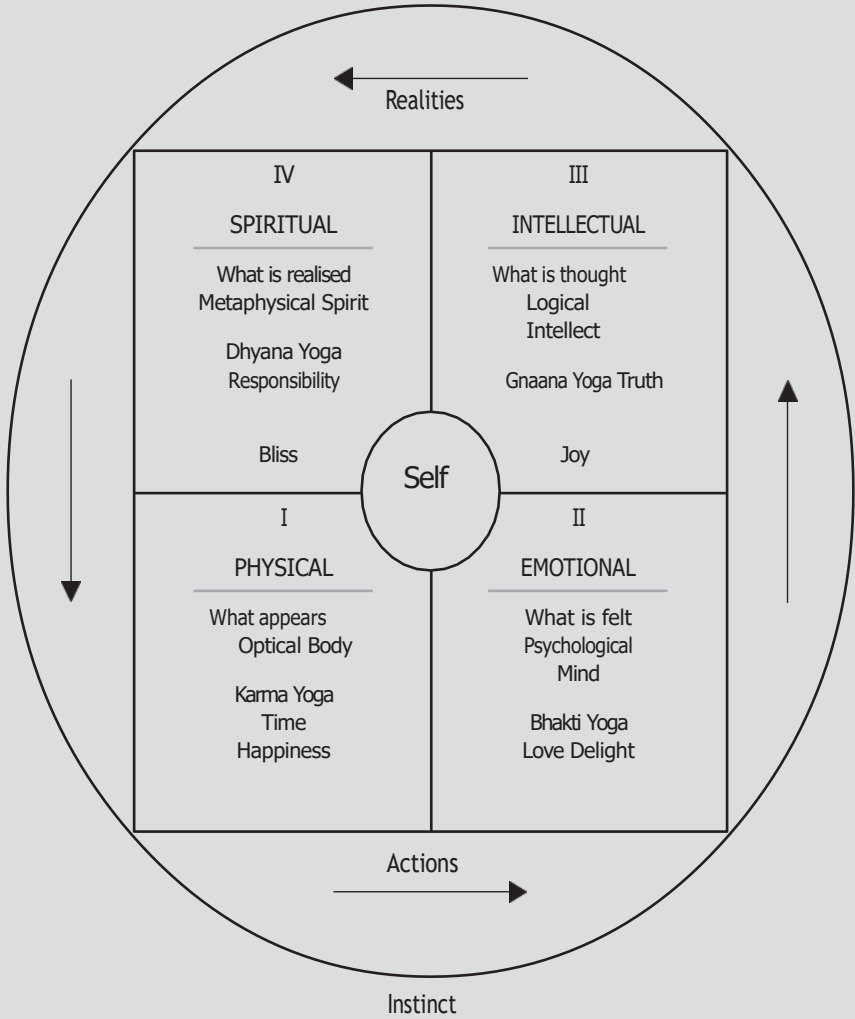
ऑप्टिकल, मनोवैज्ञानिक, तार्किक और रूपक।
शरीर, मन, बुद्धि और चेतना।
पूर्व सक्रिय (प्रीएक्टिव), सक्रिय (प्रोएक्टिव), प्रक्रिया सक्रिय
(प्रोसेस एक्टिव) और अतीत सक्रिय (पोस्ट एक्टिव)
समय, प्यार, सच और स्वयं।
समय, स्थान, विन्यास और चेतना।
अतीत, वर्तमान, भविष्य और अनंत काल।
बनाना (फॉर्मिंग), हमला करना (स्टॉर्मिंग), मानदण्ड बनना
(नॉर्मिंग) और मिलना (मर्जिंग)।
उभरना (इमर्जिंग), आगे बढ़ना (सर्जिंग), अक्षत होना (वर्जिंग)
और मिलना (मर्जिंग)।
सृजन, निरंतरता, निष्कर्ष और चेतना।
जीवन, प्रेम, प्रकाश और प्रभु।
प्रशिक्षण, परामर्श, शिक्षण और प्रेरणा।
जागना, सतर्क, जानकार और चेतना।
रवैया, उपयोगिता, निपुणता और उससे परे।

यह वह है

यह (चार-मार्ग) वह है (पहला)

Four Way Reality

Intellect



तो प्रिय भरत, स्वयंसेवक! जब आपको भरत के रूप में संबोधित किया जाता है, तो भारत की भावना, साहस, त्याग, मित्रता और स्वैच्छिक सेवा के लिए जिम्मेदारी आपके माध्यम से चमकने दें।

राजा भरत, साहसी और जिम्मेदार; राजकुमार भरत, महान और जिम्मेदार; भरत ठक्कर, मित्रवत और जिम्मेदार; और भरत शाह, प्रतिबद्ध और जिम्मेदार इन सभी को आपके भीतर एक साथ और क्रम से जीवित होने दें।

उत्तरदायित्व चारों भरतों की सामान्य चेतना है।

तो! प्रिय भरत! आप एक अनुकरणीय जिम्मेदार, साहसी, नेक, मित्रवत और वचनबद्ध स्वयंसेवक हो सकते हैं।

जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवा की भावना और यात्रा में आपका स्वागत है।

प्रेम और प्रकाश,

नारायण

1-1-2014

ग.

प्रस्तावना

प्रिय भरत,

जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक कौन है?

जिम्मेदार स्वयंसेवक वह अवस्था है जब आपके कार्यो, भावनाओं, विचारों और आत्मा आपके साथ मिलती है और जुड़ जाती है, और आपके चारों ओर के लोगों के साथ जुड़ती है और फैलती है, जिससे उनकी जरूरतें, आवश्यकताएं, अंतर और आवश्यकता को सहारा देने, साथ देने और सक्षम बनाने और सेवा करते हैं ताकि वे स्वयं को और दूसरों को उनकी सेवा करने के योग्य बना सकें।

प्रेरित और जिम्मेदार स्वयंसेवा में, आपके लिए और उनके लिये जो सेवा करने में आपकी मदद करते हैं उनके लिये सुख, खुशी, आनंद और प्रसन्नता होती है।

स्वयंसेवा की भावना में, कोई नकारात्मक विचार, भावनाएँ और कार्य नहीं होते हैं। जब आपका व्यक्तित्व आपकी सहायता और सेवा को प्राप्त करने वालों के लिये पूरे दिल से सहायता

और सहयोग प्राप्त करने के लिए उत्साही ऊर्जा निकालता है, तो स्वयंसेवा की भावना एक अनुभव बन जाती है।

अब, आइए हम एक जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक की एक मनोरम और आकर्षक तस्वीर देखें। एक जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक वह है जो लोगों की सहायता करता है, समर्थन करता है, उन्हें सक्षम बनाता है और सेवा करता है ताकि वे अपनी आवश्यकताओं को पूरा कर सकें, आवश्यकताएँ, अंतर और जरूरतें दूसरों को भी आत्मनिर्भर बनाती हैं और आत्मनिर्भर बनने में सक्षम बनाती हैं।

स्वयंसेवा का अर्थ न तो लोगों का ऊँचा उठाना है, न ही लोगों के लिये दयालु और हमदर्दी रखनी है या लोगों की मदद करना या करना है। वास्तव में, स्वयंसेवा समानता है जिसमें प्रस्ताव और प्राप्त करने की भावना की होती है, न कि केवल देना और लेना। एक जिम्मेदार स्वयंसेवक गुणवत्ता, समानता, सहानुभूति और विश्वसनीयता का एक उदाहरण है।

सकारात्मक विचार, सक्रिय पहल, समय पर उपस्थिति, प्रभावी योगदान, आर्थिक उपाय, सीखने की मनोवृत्ति, उत्सुकता की खोज, उत्साही तैयारी, समझने का नजरिया, प्रकृति का योगदान, झुकाव साझा करना, आदत देना, प्यार करने वाला दिल, भरोसेमंद व्यक्तित्व, जिम्मेदार नेतृत्व, सच्चा अस्तित्व, जोड़ने की शक्ति, एकजुट करने की क्षमता और आनंद लेने की भावना एक उत्तरदायी और प्रेरित स्वयंसेवक के कुछ संकेत, चिह्न, पहचान चिह्न और गुण हैं।

इस पुस्तक, 'जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक' में, जो व्यक्ति स्वैच्छिक सेवाओं को प्राप्त करता है और स्वीकार करता है, उसे प्रतिभागी के रूप में देखते हैं न कि लाभार्थी के रूप में।

एक स्वयंसेवक बनने की प्रक्रिया में, एक व्यक्ति एक चारों ओर से इंसान बनने के लिए प्रगति करता है, विकास करता है, बढ़ता है और खुद को समृद्ध करता है।

अब, आइए हम आगे बढ़ें और एक जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक के चमकते संकेतों में से प्रत्येक को समझें।

प्रेम और प्रकाश के साथ,

नारायण

1

सकारात्मक

एक जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में, सकारात्मक रहें। देखें कि किसी भी स्थिति में क्या संभव है; देखें कि किसी भी व्यक्ति में क्या अच्छा है; हर मुसीबत में एक अवसर देखें।

एक स्वयंसेवक के रूप में, आपको कई स्थितियों, कई लोगों और कई मुसीबतों का सामना करना पड़ेगा।

जब आप किसी व्यक्ति, परिवार, समूह या इलाके से किसी कठिनाई, अंतर, संकट या आवश्यकता के लिये जुड़ते हैं, तो पहले आत्मविश्वास रखें और फिर उनमें विश्वास पैदा करें। सकारात्मक होने का अर्थ है इतिहास और कठिनाई के कारणों के बारे में चिंता करने के बजाय भविष्य के बारे में सोचना कि अभी क्या किया जाना है।

जब आप सकारात्मक होते हैं तो आप अपने भीतर की असीमित ऊर्जा के सागर में डूब जाते हैं, जो आपको असंभव को संभव बनाने में सक्षम बनाता है। जब आप सकारात्मक होते हैं और नकारात्मक होने से बचते हैं, तो आपका विरोध गायब हो जाएगा और आप सद्भावना प्राप्त करेंगे। आपके कार्यक्रमों के सहभागी आपका स्वागत करेंगे। हर स्थिति, मामले और व्यक्ति में एक सकारात्मक पक्ष होता है। उस

सकारात्मक पहलू का पता लगाएं और उस पहलू को बढ़ाने, विस्तार करने, मिलाने में और मजबूत करने में मदद करें।

दोष न दें। दोष देना एक बेकार का खेल है। जब किसी और को दोष देने के बजाय कठिनाइयाँ, समस्याएं, चुनौतियां या आलोचनाएँ हों, तो सोचें कि आप सुधार के लिए क्या कर सकते हैं।

उन लोगों को देखें जिनके साथ आप बातचीत कर रहे हैं। सचमुच, प्रिय भरत! आपके आस-पास एक भी बेकार व्यक्ति नहीं है। हर एक में कुछ न कुछ सकारात्मक पहलू होता है, और कमजोरियां आपके लिए उन्हें सुधारने में मदद करने के अवसरों के अलावा और कुछ नहीं हैं। उनके सुधार क्षेत्र आपके लक्ष्य हैं। लेकिन याद रखें, कोई भी किसी को सुधार नहीं सकता है। व्यक्ति को अपने आप में सुधार करना होगा। आप केवल उनके सुधार की प्रक्रिया में सहायता, समर्थन, योगदान और सेवा कर सकते हैं। यही एक सकारात्मक जिम्मेदार स्वयंसेवक होने का सार है।

जब आप मदद करेंगे, तो आपको भी अनेक तरीकों से मदद मिलेगी। आपस में मदद करना एक बड़ी ताकत है। जीत-जीत का नजरिया अपनाएँ। जब प्रतिभागी जीतते हैं, तो आप वास्तव में जीतते हैं। जब एक स्वयंसेवक के रूप में आपके योगदानों में तरक्की होती है, तो अपना गौरव साझा करें और अपने स्वयं के गौरव के पीछे न पड़ें। जब आप कुछ भी साझा करते हैं, तो यह एक 'प्रसाद' बन जाता है।

मनुष्य एक सहकारी प्रजाति है। आप अकेले कुछ भी हासिल नहीं कर सकते। सहयोग से आप चुनौतियों के पहाड़ों और खतरों के गड्ढों को पार कर सकते हैं। सहयोग प्रदान करें और सहयोग प्राप्त करें। एक साथ, आप असाधारण सफलता प्राप्त कर सकते हैं। जब आप सफलता या श्रेय साझा करते हैं, तो एकजुटता की भावना मजबूत होती है और भव्यता के साथ चमकती है।

जब आप एक जिम्मेदार सकारात्मक स्वयंसेवक के रूप में लोगों के साथ जुड़ते हैं और बातचीत करते हैं, तो सबसे पहले, उनकी ताकत को पहचानें और उसका उपयोग करें। फिर, उन्हें प्रेरित करें और उनकी कमजोरियों को सुधारने में उनकी सहायता करें। खुले में सकारात्मक प्रतिक्रिया दें और अकेले में नकारात्मक प्रतिक्रिया दें। अपने प्रतिभागियों के आत्मसम्मान और गरिमा की रक्षा करें। इससे आपका आत्मसम्मान बढ़ता है। उनका सम्मान आपके अपने सम्मान से अधिक महत्वपूर्ण है।

जब असफलताएँ आपके दरवाजे पर हों, तो एक स्वयंसेवक के रूप में, पीछे न हटें या उदास न हों। 'चिंतन' (सोच, विश्लेषण, चिंतन और मूल्यांकन) की आवश्यकता है, लेकिन 'चिंता' (चिंता, संदेह, हिचकिचाहट और आशंका) की नहीं। सोचिए कि आप भविष्य की असफलताओं से कैसे बच सकते हैं। असफलताओं से सीखें और उनसे सीखकर भविष्य की सफलताओं के लिए पुल बनाएं। गलतियों को न दोहराएं

बल्कि सफलता की प्रक्रियाओं को दोहराएं और उनसे अधिक से अधिक सीखें।

अतीत के दोष, वर्तमान में संदेह और भविष्य की चिंता से बचें। ये महान ऊर्जा अपव्यय हैं। इसके बजाय, सोचिए कि आप कैसे अपराध बोध को कम कर सकते हैं, शंकाओं को दूर कर सकते हैं और चिंता को दूर कर सकते हैं। जिम्मेदारी ही रास्ता है।

अतीत के कार्यों की जिम्मेदारी लेने से, अपराध बोध को उसी प्रकार कम किया जाता है जैसे गर्मी से धातु की अशुद्धियों को; वर्तमान के लिए जिम्मेदारी लेने से, वर्तमान में संदेह सूर्य के प्रकाश से धुंध की तरह उड़ जाते हैं; भविष्य के लिए जिम्मेदारी लेने से, भविष्य की चिंता हवा से बादलों की तरह बह जाती है।

सभी के साथ मिलनसार व्यवहार रखें। मित्रता वह गुण है जहाँ आपको एक साथ चलना और बढ़ना होता है। सकारात्मकता खुशी है और नकारात्मकता दुख है। जहाँ नकारात्मकता आपके भीतर नकारात्मक भावना पैदा करती है, वहीं दुनिया के प्रति सकारात्मक नजरिया आपके भीतर खुशी की भावना पैदा करता है।

एक सकारात्मक, जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक बनें।

सकारात्मक मार्ग एक सुखद मार्ग है।

मानव सेवा-माधव सेवा

मानव सेवा-ईश्वर सेवा

याताह प्रवृत्ति भूतानी
येना सर्वम इडम ततम्
स्वकर्मना तम अभ्यार्चा
सिद्धिम विंदाटी मानवाह

गीता, 18-46

जिनसे सभी जीवित प्राणी आए,
जिनके द्वारा प्रभावित, यह सब हैं;
पूजा के रूप में अपने काम की दिखा कर,
मनुष्य को एहसास होता है और उसके पास पहुँचता है।

वेद, उपनिषद् और भगवद् गीता यह घोषणा करने में सबसे अधिक सकारात्मक हैं कि भगवान प्रत्येक मनुष्य में निवास करते हैं। जिनसे ये सारी दुनियाँ उभरी हैं, वह वास्तव में हम सभी के भीतर मौजूद है और हर इंसान में मौजूद है।

इस प्रकार, मनुष्य की सेवा करने का अर्थ है भगवान की पूजा करना। जब लोग दर्द और कठिनाई में होते हैं, तो इसका मतलब है कि भगवान आपको बुला रहे हैं। जब हम बिना किसी अपेक्षा के काम को सेवा के रूप में करते हैं तो काम पूजा बन जाता है। भगवान को जानने और उन तक पहुँचने का सबसे आसान तरीका जरूरतमंद लोगों की सेवा करना है।

स्वैच्छिक कार्य एक देवीय कार्य है।

सकारात्मकता के अनमोल तरीके

1. दूसरों की अच्छाई की सराहना करें।
2. अपने और उन लोगों की ताकत को पहचानें जिनके साथ आप बातचीत करते हैं।
3. लोगों को वैसे ही स्वीकार करें जैसे वे हैं।
4. ध्यान दें और तनाव को दूर करें।
5. जवाब दें और मेल करें।
6. सुखद बनें और मुस्कराहट पैदा करें।
7. आदर और सम्मान करें।
8. देखें, 'क्या किया जा सकता है...' हर बार जब कोई समस्या, कठिनाई या चुनौती होती है।
9. सहयोग और मिलाप करें।
10. अपने आप में, अपने सह-स्वयंसेवकों, अपने सहभागियों और पूरी टीम में विश्वास रखें।
11. प्रत्येक दिन के अंत में, एक दैनिक अंक रखें कि आप कितनी बार सकारात्मक थे और कितनी बार नकारात्मक थे। फिर, अपने सकारात्मक तरीकों को बढ़ाने का प्रयास करें; अपने नकारात्मक तरीकों को कम करें और उन्हें समाप्त करें। साथ ही, मासिक समीक्षा(रिव्यू) करें।
12. एक जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में, जब आप नकारात्मक हो जाते हैं तो खुद को फटकारें और खुद को सही करें, और जब आप सकारात्मक हो जाते हैं तो खुद की सराहना करें और खुद को बढ़ावा दें।
13. जवाब दें, जवाब दें और जवाब दें। जिम्मेदारी क्षमता के साथ जवाब दे रही है।
14. हर दिन एक सकारात्मक मूल्य जोड़ने वाले स्वयंसेवक बनें।

सकारात्मक-अभ्यास

1. एक जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में सकारात्मक होने का क्या महत्व है?

क) _____

ख) _____

ग) _____

2. एक सकारात्मक, खुशमिजाज, प्रेरित और जिम्मेदार स्वयंसेवक बनने के लिए आप किन तरीकों का अभ्यास करेंगे?

क) _____

ख) _____

ग) _____

3. आपकी कौन सी क्षमताएँ, कौशल, ज्ञान क्षेत्र और शक्तियाँ हैं जो एक सकारात्मक स्वयंसेवक के रूप में आपकी सहायता कर सकती हैं?

क) _____

ख) _____

ग) _____

4. आप किन क्षेत्रों, क्षेत्रों, स्थानों और क्षेत्रों में अपनी स्वैच्छिक सेवाएं देना चाहेंगे?

क) _____

ख) _____

ग) _____

2

सक्रिय

प्रिय भरत,

एक प्रेरित स्वयंसेवक के रूप में सक्रिय रहें और लोगों की सेवा से परिणाम प्राप्त करें। अपने स्वयं के लाभ की अपेक्षा किए बिना तरक्की के लिए काम करें और कार्य करें। किसी भी स्वैच्छिक कार्य से कभी न बचें। स्वयंसेवा को एक कर्तव्य, प्राथमिकता और जिम्मेदारी बनने दें।

एक स्वस्थ और खुशहाल समाज, गाँव, शहर और देश की दूरदर्शी धारणाएँ बेहतर भविष्य के लिए वर्तमान में आवश्यक हैं। स्वस्थ भविष्य के लिए वर्तमान के में धर्म को फैलाने के कार्य आवश्यक हैं। अभी कार्य करें और भविष्य का निर्माण करें। अपनी सक्रियता से धर्म को फैलाने के कार्य में स्वैच्छिक भूमिका निभाएँ। सही कार्य उज्ज्वल सफलताएँ देते हैं। सही कार्य वे हैं जो उन सभी की देखभाल करते हैं जो जरूरतमंद हैं, जो कठिनाइयों में हैं, जो दर्द में हैं और जो अलग तरह से सक्षम हैं।

कर्म इरादों से उत्पन्न होते हैं। एक प्रेरित स्वयंसेवक के रूप में, अपने उपयोगी स्वैच्छिक कार्यों को प्रज्वलित करने के लिए सहायक और सदभावना से भरे हुए इरादे पैदा करें। *वास्तव में कार्य करें!* अपने इरादों और कार्यों को लोगों, समुदाय और समाज की जरूरतों, अंतरालों, प्राथमिकताओं और जरूरतों की वास्तविकता पर आधारित होने दें। सक्रिय रूप से प्रगतिशील बनें और सहायक कार्य जो स्वैच्छिक सेवा में आपके प्रतिभागियों और भागीदारों की सेवा करते हैं, और उनसे हमेशा जुड़े रहें।

योजना भविष्य के कार्यों के लिए ब्लूप्रिंट है! अपने काम के लिए योजना बनाएँ और तैयारी करें। योजना के अनुसार संसाधनों को आयोजन करें और उस योजना को पूरा करने के लिए खुद को और अपने प्रतिभागियों को आयोजित करें। लोग कुंजी हैं। प्रगति के पथ पर लोगों के साथ आगे बढ़ें। हाथ मिलाएँ, आगे बढ़ें, दिमाग को जोड़ें और बढ़ी हुई और उत्तम सेवाओं और योगदानों के लिए दिलों को एकजुट करें। फिर, प्रिय भरत! आप कार्य में एक प्रेरित और जिम्मेदार स्वयंसेवक होंगे।

सक्रिय रहें। पूर्व-सक्रिय, सक्रिय, प्रक्रिया-सक्रिय और अतीत-सक्रिय रहें।

सोचने और तैयारी के लिए, काम से बहुत पहले कार्य करें। काम शुरू करने से ठीक पहले यह देखने के लिए कार्य करें कि क्या सब कुछ ठीक है। स्वैच्छिक परियोजना या

असाइनमेंट की प्रक्रिया के दौरान यह देखने के लिए कार्य करें कि क्या आगे किसी ट्यूनिंग, समायोजन या सुधार की आवश्यकता है। कार्य पूरा होने के बाद कार्य करें ताकि मूल्यांकन किया जा सके और देखा जा सके कि क्या मात्रा और गुणवत्ता में कोई अंतर है। यह भी कल्पना करें, "आगे क्या?"

टीमों में काम करें और कार्य करें। टीम वर्क से परिणाम और संबंध कई गुना बढ़ जाते हैं। टीम का अर्थ है *ट्यूनिंग, ऊर्जा, समायोजन और मिशन*। ट्यूनिंग एक कार्य के लिए एक व्यक्ति के गुण से संबंधित है। काम करने के लिए ऊर्जा की आवश्यकता होती है, टीम की विभिन्न भूमिकाओं को निभाने के लिए समायोजन की आवश्यकता होती है, और मिशन प्राप्त किए गये उद्देश्य और उपलब्धि से संबंधित है। ट्यूनिंग और समायोजन लोगों से जुड़े हुए हैं, जबकि ऊर्जा और मिशन काम से जुड़े होते हैं। इस प्रकार, टीम लोगों और कार्य का एकीकृत समूह है।

सक्रिय रहें लेकिन प्रतिक्रिया शील नहीं। जवाब दें लेकिन लापरवाही से प्रतिक्रिया न दें। बिना किसी नामंजूरी और पुनः कार्य के अपने कार्यों को कुशल और प्रभावी होने दें। आप जो काम करते हैं उसे पूरा करें। अपर्याप्त कार्यों का परिणाम अधूरा है, जो बिल्कुल भी काम नहीं है। दृढ़ता और दृढ़ता के साथ लक्ष्यों का पीछा करने, बाधाओं को दूर करने, अवसरों का

उपयोग करने और लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए गहन रूप से सक्रिय रहें।

कार्यों के लिए निर्णय लें और देर न करें। सही योजना बनाना हमेशा संभव नहीं होता है। इसलिए, अस्पष्टता और अनिश्चितता से निपटना सीखें। प्रगति के मार्ग में बने रहने और मिशन को पूरा करने के लिए स्थिति के अनुसार नदी की तरह कार्य करें।

काम ही रास्ता है। काम ही दवा है। काम ही समाधान है। काम का मूल्य है। काम का मूल्य है और काम पूजा है। स्वैच्छिक कार्य एक श्रेष्ठ तरीका, सुखद चिकित्सा, इष्ट तम समाधान, उच्च मूल्य, अधिक मूल्य और समर्पित पूजा है।

लोगों और समाज के लिए अपने द्वारा किये गये स्वैच्छिक कार्य और मूल्य योगदान से एक अनुकरणीय, प्रेरित और जिम्मेदार स्वयंसेवक बनें।

प्रिय अद्भुत भरत, सकारात्मक रहें, सक्रिय रहें और एक उपयोगी और योग्य स्वयंसेवक बनें। सकारात्मक और सक्रिय होने से खुशी और सेवा का मूल्य प्राप्त होता है। आपके महान स्वैच्छिक योगदान के माध्यम से, न केवल सभी प्रतिभागियों को और आपकी सेवा के प्राप्त कर्ता खुश होंगे, लेकिन आप स्वयं पूरी तरह से खुश होंगे क्योंकि जब आप लोगों की सेवा करते हैं, तो आप खुशी के हकदार होते हैं।

**कार्य करें और अपनी क्षमता को स्वैच्छिक
वास्तविकता में बदलें।**

**इसके माध्यम से एक अनुकरणीय, प्रेरित और
जिम्मेदार स्वयंसेवक बनें।**

**आपका समर्पित स्वैच्छिक कार्य और बहुमूल्य
योगदान।**

वैष्णव जन

वैष्णव जन तो तेने कहिए जे
पीड़. पारायी जाने रे
पर-दोखे उपकार करे तोये
मन अभिमान न आने रे (वैष्णव)

साकाल लोक मान सहन वंदे
नंदा ना करे केनी रे
वाच कछ मन निश्चल राखी
धन-धन जननी तेनी रे (वैष्णव)

साम-दृष्टि ने तृष्णा त्यागी
पर-स्त्री जिने मात रे
जीव ठकी असत्य ना बोले
पर-धन नव झली हाथ रे (वैष्णव)

मोह-माया व्यापे नहीं जेने
द्रिध वैराग्या जेना मन रे
राम नाम शून ता ली लागी
सकल तिरथ तेन तन मान रे (वैष्णव)

वान-लोभी ने कपत-राहित छे
काम-क्रोध निवार्या रे
भाने नरसैय्यो तेनुन दर्शन कर्ता
कुल एकोटेर तार्या रे (वैष्णव)

समर्पित

उसे समर्पित कहा जाना चाहिए, जो दूसरे लोगों के दर्द को जानता है।

जब वह दूसरों के दुख में सेवा और सहायता करता है, तो वह गर्व को अपने मन में नहीं आने देता है।

वह पूरी दुनिया के सभी लोगों का सम्मान करता है और किसी की भी बुराई नहीं करता है।

उसकी वाणी, कर्म और मन चंचल हैं; उसकी माँ को बार-बार आशीर्वाद मिलता है।

वह सभी को समान समझता है और लालच नहीं करता है; वह अपनी माँ की तरह अन्य महिलाओं का सम्मान करता है।

वह झूठ नहीं बोलता है; वह दूसरों के धन की लालसा नहीं करता है।

वह किसी भी भ्रम या भ्रम के बिना है; वह इस भौतिक दुनिया के लिए अलग है।

राम का नाम हमेशा उनके होंठों पर रहता है, सभी तीर्थ उनके दिल में हैं।

वह लोभ और छल से रहित है; उसने इच्छा और क्रोध को खत्म कर दिया है।

इस प्रकार नरसी मेहता एक दिव्य व्यक्ति के बारे में कल्पना करते हैं जिससे सभी लोग मुक्ति प्राप्त करने के लिए जुड़ते हैं। उसे समर्पित व्यक्ति कहा जाना चाहिए जो दूसरे लोगों के दर्द को जानता है।

स्वयंसेवक वैष्णव

एक समर्पित स्वयंसेवक या स्वयंसेवक वैष्णव वह होता है जिसका दिल दयालु होता है। वह दूसरों के दर्द को जानता और समझता है। इसलिए, वह बिना गर्व या अहंकार के कठिनाई में लोगों की सहायता और सेवा करता है। वह सभी लोगों का आदर और सम्मान करते हैं। वह हर महिला को अपनी माँ के रूप में मानता है, इस प्रकार उसकी माँ को उस पर गर्व होता है। उसके लिए सब बराबर हैं।

एक समर्पित और जिम्मेदार स्वयंसेवक एक योगी की तरह अपनी वाणी, कार्यों और विचारों में अडिग और स्थिर होता है। वह न तो स्वार्थी है और न ही दूसरों की संपत्ति या अपने लाभ में रुचि रखता है। वह कभी झूठ नहीं बोलते। उसे कोई भ्रम या दुविधा नहीं है। वह जमीन से जुड़ा हुआ है और भौतिक दुनिया से अलग हो चुका है।

दुख में डूबे व्यक्ति के रूप में भगवान का नाम हमेशा उनके होंठों पर रहता है, और तीर्थयात्राएं उनके दिल में होती हैं।

गुजरात के महान नरसी मेहता के पास ऐसे समर्पित, प्रेरित और जिम्मेदार स्वयंसेवक की दिव्य दृष्टि थी। वे कहते हैं, ऐसा जिम्मेदार और समर्पित स्वयंसेवक अपनी स्वैच्छिक सेवा के कारण अपने जीवन से मुक्त हो जाता है। उनके सहयोगी, समर्थक, प्रतिभागी, योगदानकर्ता, मार्गदर्शक और संसाधन व्यक्ति भी उनसे जुड़े होने के कारण मुक्ति प्राप्त करते हैं।

अहंकारी स्वयंसेवक प्रबुद्ध वैष्णव हैं।

आपका नाम स्वयंसेवक है, आपका उपनाम वैष्णव है।

सक्रियता प्राप्त करने के मार्ग

1. उन कार्यों की एक सूची बनाएं जो आप अपने स्वैच्छिक कार्यक्रम में हर दिन करेंगे। जब आप दिन में उन कार्यों को पूरा कर लेते हैं तो टिक मार्क करें।
2. बनायी गयी सूची के कार्यों को पूरा करें। कुछ भी बाद के लिये न छोड़ें। छोड़ा हुआ काम कभी पूरा नहीं होता है।
3. अभी कार्य करें (अभी करो), कोई कल नहीं है! कल भ्रम है, आज और अब रोशनी है! !
4. हर बार, प्रत्येक बार और हर समय सही मात्रा और सही गुणवत्ता(क्वालिटी) के लिए कार्य करें। बार- बार गलतियां करने से बचें और अपने परिणामों और कार्यों में लगातार सुधार करें।
5. जब भी आप कोई कार्य करते हैं, तो सोचें कि क्या उन कार्यों से उन लोगों को खुशी होगी जिनके आप स्वयंसेवक और सहयोग कर्ता हैं। सोचिए कि क्या यह आपको भी खुशी देगा।
6. यह भी सोचें कि क्या यह आपके प्रतिभागियों, प्राप्त कर्ता या खुद को कोई नाखुशी, असुविधा या पीड़ा देगा। ऐसे मामले में, आपको किसी भी तरह की पीड़ा और असुविधा की जगह, अपने कार्यों को सुधारें और ठीक करें। स्वयंसेवा गुलाबों का बिस्तर नहीं है, बल्कि काँटों का स्वर्ग है।
7. अपने टीम के साथियों, सह-स्वयंसेवकों और प्रतिभागियों को इसी तरह से उनके कार्यों का मूल्यांकन करने में सहायता करें।

सक्रियता अभ्यास

1. स्वयंसेवक के रूप में सक्रिय होने का क्या महत्व है?

क) _____

ख) _____

ग) _____

2. एक प्रेरित और जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में सक्रिय होने के लिए आप किन तरीकों का अभ्यास करेंगे?

क) _____

ख) _____

ग) _____

3. एक सप्ताह के लिए दिन की गतिविधि की योजना बनाएँ।

क) _____

ख) _____

ग) _____

4. अपनी गतिविधियों की एक जाँच सूची बनाएं।

क) _____

ख) _____

ग) _____

3

यथासमय

सकारात्मक और सक्रिय होने से अधिक उपयोगी है जब शुरुआत, कार्य, पूर्णता और परिणाम समय पर हो। प्रत्येक कार्य समय पर हो। एक स्वयंसेवक के रूप में, किसी भी घटना, कार्यक्रम, परियोजना, बैठक, समारोह या नियुक्ति के लिए कभी भी देर न करें। समय के साथ तालमेल बनाकर रहें।

याद रखें, "समय में एक सिलाई नौ बचाती है!" इसलिए, चीजों और लोगों को जोड़ने के लिए समय पर सिलाई करें, और यदि कोई अंतर हो तो उससे बचें। जब अन्य स्वयंसेवकों, योगदानकर्ताओं और प्रतिभागियों के साथ संबंध टूटने वाले हों, तो समय पर निर्णय लें, तो यह न केवल सिलाई करेगा, बल्कि लोगों को एकजुट भी करेगा।

समय एक बड़ा संसाधन है। जब पैसा खो जाता है तो आप इसे अधिक प्रयास और कोशिश से वापस पा सकते हैं, लेकिन गया हुआ समय हमेशा के लिए बर्बाद हो जाता है। *समय एक तीर है जो किसी का इंतजार नहीं करता है।* एक जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक के रूप में, समय के साथ चलें और

अपने नजरिये और शुरुआती कदमों के माध्यम से समय से आगे बढ़ें।

समय बर्बाद न करें। समय पर निवेश करें। जब समय बिना किसी योगदान और महत्वपूर्ण कार्य किये बिना बीत जाता है, तो यह समय बीतना बन जाता है और समय की बर्बादी हो जाती है। जब आप प्रत्येक मिनट का उपयोग आदर्श जोड़ने के लिए करते हैं, तो यह उपयोगी समय बन जाता है। आगे की सोचने से समय मिलता है। उम्मीद अधिक समय देती है। कुशलता से काम करें और समय की बचत करें। प्रभावी ढंग से काम करें और समय का लाभ उठाएं। बेकार की आदतों से बचें और समय निकालें। तालमेल समय का सार है। तालमेल करें और समय पर रहें। काम को कम करें और समय बचाएं।

लीड टाइम को समझें। किसी भी संसाधन और सेवा को प्राप्त करने के लिए समय की आवश्यकता होती है। लीड टाइम आवश्यकता या आवश्यकता के पैदा होने के समय और उस आवश्यकता या आवश्यकता के पूरा होने के समय के बीच की अवधि(ड्यूरेशन) है।

लीड टाइम के लिए समय देकर एक नेता बनें। समय और समय पर होना दोनों बहुत महत्वपूर्ण हैं। आवश्यकता, कठिनाई, संकट, दुर्घटना और आपदा की स्थिति में समय पर पहुँचना सबसे अधिक आवश्यक है।

संभावना, योजना और अपने कार्यों की गति से सही समय पर सही स्थान पर रहें। कभी न कहें कि आपके पास समय नहीं है। अगर आप वहां हैं, तो समय है। प्यार में समय बहुत जल्दी गुजरता है। जब आप किसी व्यक्ति, काम या सेवा से प्यार करते हैं, तो आपको हमेशा समय मिल सकता है।

समय बीतता जा रहा है। समय को देखें, प्रत्येक पल का सही उपयोग करें और जीवन में गति प्राप्त करें।

प्रिय भरत, *वस्तुनिष्ठ(ऑब्जेक्टिव) समय और व्यक्ति परक(सब्जेक्टिव) समय* के बीच का अंतर जानें। वस्तुनिष्ठ समय घड़ी का समय है और व्यक्ति परक समय है कि आप समय का अनुभव कैसे करते हैं। समान अवधि कुछ लोगों को लंबी और असहनीय लगती है, जबकि दूसरों को यह छोटी और सुखद लगती है। इस बात का ध्यान रखें कि लोग खुश रहें, अपने समय को एक अच्छा और सुखद समय बनाएं। अपने उत्साह, सद्भावना, मुस्कान, शुरुआत और अपनी समय पर की गयी सहायता के द्वारा, अपने प्रतिभागियों और योगदान कर्ताओं के लिए एक अच्छा समय बनाएं।

याद रखिए प्यारे भरत! समय चोर है! यदि आप समय को नज़र अंदाज करते हैं, तो यह आपसे अवसरों को छीन लेगा। वास्तव में, समय अपनी यात्रा में चीजों, लोगों, अवसरों, संगठनों को छीन लेता है। संभावनाओं के बारे में सोचकर समय से आगे रहें और पूर्व-सक्रिय, सक्रिय, सक्रिय प्रक्रिया, सक्रिय होने के बाद और पूर्ण-सक्रिय होकर समय को हराएं।

वर्तमान समय वास्तविक समय है। वर्तमान समय अपने आप में एक महान संसाधन है क्योंकि यह अतीत, वर्तमान और भविष्य का संगम है। प्रत्येक पल यह देखते रहें कि अभी क्या-क्या हो रहा है, एक बेहतर समय बनाने के लिए वर्तमान समय में क्या सुधार होगा।

सकारात्मक-सक्रिय-समय पर रहकर एक सहायक और समय के अनुसार स्वयंसेवक बनें, और अपने स्वैच्छिक जीवन के हर पल का आनंद लें। उन लोगों को याद रखें जिनकी आप हर समय सेवा करते हैं; उनके लिए हर समय उपलब्ध रहें, ताकि हर बार आपका स्वागत किया जा सके।

***समय से आगे रहें लोगों की आवश्यकताओं,
जरूरतों, कठिनाइयों और प्राथमिकताओं का
अनुमान लगाकर।***

समय और अवसर

कलस्चसुकृतभ्येथी
ये नारम् काला काङ्क्षिणम्
दुर्लभा सा पुनास्ताश्य
कालाह कर्म चिकर्षिता

(कौटिल्य अर्थशास्त्र 5.6.31)

अवसर का इंतजार करने वाले व्यक्ति के लिए समय आता जरूर है, लेकिन उस व्यक्ति के लिए उस समय को फिर से प्राप्त करना मुश्किल होता है जब वह अपना काम करना चाहता है।

कोई भी अवसर सिर्फ एक बार आता है। यह बार-बार नहीं आता है। आपके लिए यह, एक स्वयंसेवक बनने का, दूसरों की जरूरतों में सहायता करने का अवसर है।

जब भी कोई समस्या, अंतर, कठिनाई, मुसीबत, चुनौती या खतरा होता है, या जब भी सहायता की वास्तविक आवश्यकता होती है, तो उस अवसर का लाभ उठाएं, उस पल को समझें और तेजी से उस कार्य में हिस्सा लें, काम करें, योगदान करें और खुद को साबित करने के लिए अच्छे से अच्छा काम करें, तब भी काम करें जब आपसे मदद नहीं मांगी जाती है, संपर्क नहीं किया जाता है, प्रार्थना नहीं की जाती है या अनुरोध नहीं किया जाता है।

इस तरह, सेवा करने के लिए आपकी अचानक और बिना मांगे की गई सहायता के कारण आप एक अमर स्वयंसेवक बन जाएंगे।

प्रिय भरत, एक प्रेरित स्वयंसेवक को निमंत्रण की आवश्यकता नहीं होती है। वह अपने दम पर हर पल सभी के लिए उपयोगी होने की जिम्मेदारी लेता है।

***जिम्मेदार स्वयंसेवक को किसी निमंत्रण की
आवश्यकता नहीं है।***

***वह खुद को प्रस्तुत करता है क्योंकि वह आत्म-
प्रेरित है।***

अब

1. अब वह समय है जो आपके पास है आपके पास जो कुछ भी है उसका सर्वोत्तम उपयोग करें।
2. अच्छे पुराने दिनों के बारे में मत सोचिए वर्तमान के दिनों को भविष्य के अच्छे दिन बनाएं।
3. 'उज्ज्वल भविष्य के दिनों' की उम्मीद न करें ये कल के उज्ज्वल भविष्य के दिन हैं।
4. अब क्या करना है, यह सोचकर हैं अवसर को हाथ से न जाने दें।
5. वर्तमान पल को खोने न दें वर्तमान पल में छिपा हुआ है भविष्य और अतीत।
6. वर्तमान में अतीत से सीखें बीत चुके समय से सबक लें।
7. वर्तमान समय में भविष्य की तैयारी करें, भविष्य के बारे में जागरूक होने के लिए अभी तैयार करें।
8. वर्तमान समय में बेहतर काम करें। इसे एक सहायक मूल्यवान कार्य होने दें।
9. अतीत, वर्तमान, भविष्य को अभी समझें प्रत्येक पल को एक यादगार 'अभी' होने दें।
10. अब सबसे कीमती समय है दूसरों की सेवा करके इसे शुभ समय बनायें।
11. समय का ध्यान रखें! बस बीत गया। वर्तमान पल, बस अतीत बन जाता है।
12. समय बर्बाद न करें, बचत जरूरी है सबसे पहले दूसरे को बचाएँ
| गुरु बोध, 154-1

यह वह है

यह(अब) है वह(नारायण)

समय पर होने के सामयिक रास्ते

1. अपने स्वैच्छिक कार्यों की घटनाओं का एक कैलेंडर बनाएँ और समय-समय पर इसे अपडेट करें।
2. दैनिक समय-सारणी बनाएँ।
3. टेलीफोन या मोबाइल पर जरूरत से अधिक बात न करें।
4. समय का उपयोग करने में ज्यादा या कम न करें। बिना देर किये या बर्बादी के पर्याप्त और प्रभावी समय का उपयोग करें। प्रत्येक संचार, प्रत्येक सेवा और प्रत्येक कार्रवाई के लिए समय प्रभावी बनें।
5. समय और समय पर कार्य होना दोनों महत्वपूर्ण हैं।
6. अपने स्वैच्छिक सेवा क्षेत्रों के लिए समय का अंतर दें ताकि प्रतिभागी भी अपना काम कर सकें। जैसे पौधों को उगने और हरियाली, फूल, फल और वातावरण बनाने के लिए समय दिया जाता है, वैसे ही लोगों को आगे बढ़ने और योगदान करने के लिए पूरा समय दें। लोगों को आगे बढ़ने और हरित दृष्टिकोण, विचार फूल, कार्य फल, अनुकूल और खुशहाल वातावरण पैदा करने के लिए पूरा समय दिया जाना चाहिए।
7. अपने जीवन के बारे में सोचने के लिए पूरा समय दें और खुद को प्रेरित करें।
8. दूसरों के समय का सम्मान करें और दूसरों का समय बर्बाद न करें।
9. हर चीज का अपना समय होता है। अपने समय में विनम्र, सहयोगी, सहायक और दयालु बनें।
10. सकारात्मक-सक्रिय-समय पर रहकर दूसरों और अपने बुरे समय को भी अच्छे समय में बदलें।

यथासमय - अभ्यास

1. समय, यथासमय और समय पर होने के महत्व क्या हैं?
एक जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में आपके लिए?
क) _____
ख) _____
ग) _____
2. समय, यथासमय और समय पर होने के संबंध में आप किस दृष्टिकोण का अभ्यास करेंगे?
क) _____
ख) _____
ग) _____
3. अपनी गतिविधियों के साथ-साथ अपने स्वैच्छिक कार्यों के लिए दैनिक/साप्ताहिक कार्यक्रम तैयार करें।
क) _____
ख) _____
ग) _____
4. एक स्वयंसेवक के रूप में अपने योगदान की घटनाओं का एक मासिक और वार्षिक कैलेंडर तैयार करें (जिसमें सेवा का प्रकार, स्थान, लोग, कौशल और शामिल लक्ष्य शामिल हैं)
क) _____
ख) _____
ग) _____

4

प्रभाव

प्रिय स्वयंसेवक भरत,

आपका सकारात्मक व्यवहार, सक्रिय कार्य और समय पर की गई शुरुआत प्रभावी और फलदायी होनी चाहिए। प्रभावशीलता(इफैक्टिवनेस) उद्देश्यों की पूर्ति और पहले से बनायी गयी योजनाओं और वांछित(चाहना) परिणामों की उपलब्धि है। पहले से सोची गयी सभी योजनाएं और लक्ष्य मनचाहे परिणाम नहीं देते हैं, जिससे भाग्य अनिश्चित हो जाता है। पहले से सोचे गये परिणाम प्राप्त करने के लिए, आपको बाधाओं को दूर करना होगा और हर बार अवसरों का उपयोग करना होगा।

असाधारण प्रभावशीलता तब होती है जब आप मौजूदा अवसरों का उपयोग करते हैं और बाधाओं को भी अवसरों में बदल देते हैं।

एक स्वयंसेवक के रूप में आपके लिए हर व्यक्ति, परिवार, समूह, टीम, समुदाय, समाज, तालुका, जिला, राज्य, पूरे देश और

मानवता की सेवा करने और उपयोगी होने का अवसर है। उपरोक्त स्थानों में कमी, अंतर, आवश्यकता, कठिनाई, संकट और चुनौती की समस्याएं एक अवसर है। सकारात्मक, सक्रिय और समय पर रहकर उन जरूरतों को पूरा करने में प्रभावी बनें।

आप बिना किसी उम्मीद के सहायता करके और अपना हाथ बढ़ाकर अपने परिवार में भी एक प्रभावी स्वयंसेवक बन सकते हैं। वास्तव में, परिवार सेवा करने के लिए आसानी से उपलब्ध स्थान है। क्या आप अपने बच्चों, भाइयों, बहनों और उनके परिवारों, अपने जीवन साथी, उसके परिवार, माता-पिता और दादा-दादी की सेवा कर सकते हैं? इस बात का ध्यान रखें कि आपके परिवार के बुजुर्ग और रिश्तेदारों के परिवार के लोग वृद्धाश्रम न जाएं।

प्रभावी स्वैच्छिक सेवा महान विचारों (परहित चिंतन), महान कार्यों (परोपकार), महान संबंधों (प्रमोद भाव), महान निर्णयों (प्रतिज्ञा) और महान शांति (प्रशांत) की एक प्रक्रिया है।

महान विचारों के लिए विचारों का निर्माण, महान कार्यों के लिए योजनाएं, महान संबंधों के लिए बातचीत, महान दृढ़ संकल्प के लिए सही आचरण और महान शांति के लिए मूल्यांकन की आवश्यकता है। महान शांति रचनात्मकता को सक्षम बनाती है जो महान विचारों को उत्पन्न करती है।

एक प्रेरित और जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में आपकी भूमिका-- (1) सरल बनें। लोगों की जरूरतों को चुपचाप स्वीकार करें और उनकी भलाई के लिए लोगों की कठिनाइयों को दूर करें। (2) विनम्र रहें। स्थिरता के साथ संसाधनों को समझें और लोगों के लिए उपयोगी होने के लिए अंतर को दूर करें। (3) गवाह बनें। समानता के साथ, एक सहानुभूति पूर्ण तरीके से संभावनाओं की पहचान करें और सुधार करें। (4) समभाव रखें। बेहतर योगदान के लिए अपना प्यार साझा करें। (5) शांत रहें। सच्चाई का साथ दें। उपयोगी स्वैच्छिक योगदान के लिए खुशी-खुशी भूमिकाएँ बनायें।

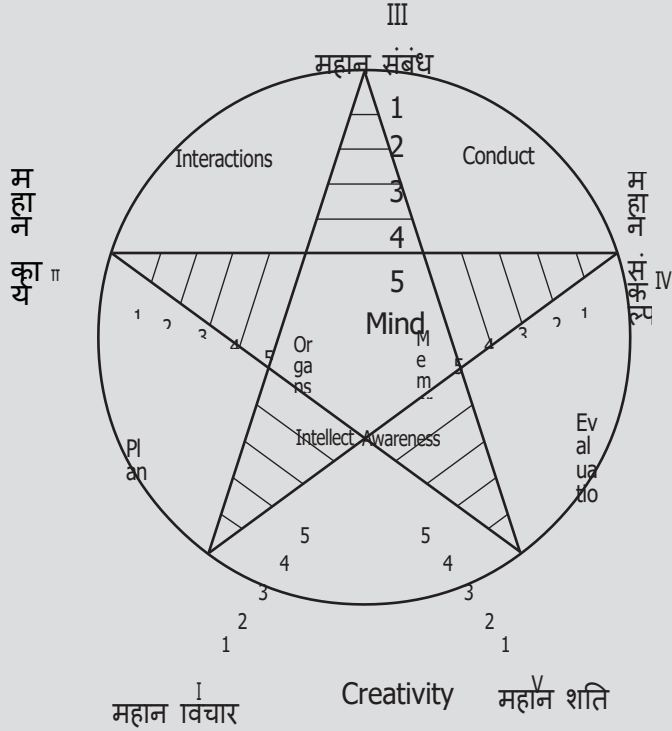
बेहतरीन बनें। श्रेष्ठ कार्य प्रभावी कार्य और कुशल कार्य होते हैं। दक्षता का अर्थ है कि आप काम कैसे करते हैं। प्रभावशीलता का अर्थ है सही काम करना। जब आप एक स्वयंसेवक के रूप में अपनी क्षमताओं और क्षमताओं का पूरी तरह से उपयोग करते हैं, और जब आपकी क्षमता की मात्रा और गुणवत्ता सेवाएँ सही हैं, तो आप प्रभावी हैं। प्रभावी कार्य में सही समय पर सही परिणाम प्राप्त होते हैं। जब आपके स्वयंसेवक सहयोगी, आपके प्रतिभागी और प्राप्त कर्ता सही गुणवत्ता और सही अर्थव्यवस्था के साथ सही समय पर सही परिणाम देते हैं, तो आप और आपकी टीम प्रभावी होती है।

जब आपकी सेवाएं प्राप्त करने वाले आपके प्रतिभागी संतुष्ट, खुश और प्रसन्न होते हैं, तो आप वास्तव में प्रभावी होते हैं। जब आपको सहायता के लिए फिर से संपर्क किया जाता है

और आप फिर से आते हैं तो आपका स्वागत किया जाता है,
तो आप प्रभावी होते हैं।

प्रभावशीलता और दक्षता श्रेष्ठता है।

Pentagon of Effectiveness



I
परहित चिंतन
महान विचार

1. लोगों की जरूरतों के बारे में सोचें

II
परोपकार
महान कार्य

1. कठिनाइयों को दूर

- करने के उपाय
- | | |
|---|----------------------|
| 2. उपलब्ध संसाधनों के बारे में सोचें
के लिए कदम | 2. कमियों को भरने |
| 3. संभावनाओं के बारे में सोचे
गए कदम | 3. सुधार के लिए उठाए |
| 4. सबसे अच्छे मार्ग के बारे में सोचें
लिए कार्यवाही | 4. नए योगदान के |
| 5. अपनी भूमिका के बारे में सोचें
सुनिश्चित करने लिये कार्यवाही | 5. निरंतरता |

III प्रमोद भाव महान संबंध	IV. प्रतिज्ञा महान संकल्प	V. प्रशांति महान शांति
1. स्वीकृति के संबंध	1. सरलता का निर्णय	1. महान मौन
2. समझ के संबंध	2. नम्रता का निर्णय	2. महान स्थिरता
3. सहानुभूति के संबंध	3. समानता का निर्णय	3. महान गवाह
4. प्रेम संबंध	4. साझा करने का निर्णय	4. महान समानता
5. आनंद के संबंध	5. सत्य का निर्णय	5. महान शांति

प्रभावशीलता के प्रभावी तरीके

1. आपके प्रत्येक क्षेत्र के लिए जहाँ आप सेवा करते हैं, प्रत्येक गतिविधि, परियोजना और सेवा कार्यक्रमों में, मात्रा, गुणवत्ता, समय और लागत के चार प्रमुख उद्देश्य निर्धारित करें। निष्कर्ष के समय, इसकी जाँच करें कि आप कितना सफल हुए हैं।
2. आप जो कार्य कर सकते हैं उसे पूरा करके और जो कार्य आपने किया है उसे पूरा करके प्रभावी बनें। आप जो कहते हैं उसे पूरा करें और जो कहते हैं उसे जरूर पूरा करें।
3. आपकी स्वैच्छिक सेवा प्राप्त करने वाले लोगों और समूहों की संतुष्टि का मूल्यांकन करें और यह भी कि आप उन्हें कितना प्रभावी और किस हद तक खुश कर सकते हैं।
4. अपनी संतुष्टि और खुशी को खुद मापें।

प्रभाव- अभ्यास

1. एक प्रभावी स्वयंसेवक होने के क्या महत्व हैं?
 - क) _____
 - ख) _____
 - ग) _____
2. प्रभावी रहने के लिए आप किन तरीकों का अभ्यास करेंगे?
 - क) _____
 - ख) _____
 - ग) _____
3. स्वैच्छिक सहायता की प्रभावशीलता का वर्णन करें, जो आपने अब तक प्रदान की है?
 - क) _____
 - ख) _____
 - ग) _____
4. वर्णन करें कि आप अपने प्रतिभागियों को प्रभावी होने में कैसे मदद करेंगे।
 - क) _____
 - ख) _____
 - ग) _____

आर्थिक

किफायती(एकोनोमिकल) बनें। पैसे की बर्बादी न करें। पैसे की बचत करें।

प्रिय भरत! जब कोई स्वैच्छिक सेवा में समर्थकों से धन,दान या धन के योगदान के लिए तरसता है, तो पैसा नहीं आता है। जब कोई काम करता है और प्रतिभागियों और समाज के लिए जोड़ने के लिए काम करता है,उन्हें नये गुण सिखाने के लिये काम करता है, तो धन जरूर ही आता है। सभी लोगों की भलाई के लिए आपका कार्यक्रम लोगों, संगठनों और दुनिया से योगदान इकट्ठा करेगा। आपकी स्वैच्छिक सेवा के लिए जो भी धन जुटाया जाता है या जो भी राशि आप कमाते हैं और बचाते हैं, उस राशि का सही अनुपात में, अपने अभियान और कोशिशों के लिए, योग्य जरूरतमंद लोगों के लिए उपयोग में लाने के लिए इस्तेमाल करें।

मुझे अर्थव्यवस्था के कुछ रहस्य बांटने दें। अर्थव्यवस्था का अर्थ केवल अधिक कमाना नहीं है, बल्कि यह अपशिष्ट को समाप्त करने के बारे में भी है। लोग और आपके प्रतिभागी यह नहीं जानते कि वे कितना भोजन, जल ऊर्जा, लकड़ी, तेल,

ईंधन, गैस, बिजली, पैसा, समय और अन्य संसाधनों की बर्बादी करते हैं। सभी अपशिष्ट प्रक्रियाओं को समाप्त करने के लिए लोगों के साथ-साथ स्वयं का भी साथ दें और मार्गदर्शन करें। तब आप और आपके प्रतिभागी उसी क्षण समृद्धि का अनुभव करेंगे।

पैसे के बारे में चार बातें हैं, जिन्हें आपको एक जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में स्वयं जानना होगा और लोगों के साथ बांटना होगा। ये चार चीजें हैं लागत, कीमत, मूल्य और मोल।

लागत वह है जो हम लेते हैं-इसे कम करें।

कीमत वह है जिसका हम भुगतान करते हैं-इसे अनुकूलित करें।

मूल्य वह है जिसे हम जोड़ते हैं-इसे अधिकतम करें।

मोल वह है जो हम रखते हैं-इसकी रक्षा करें।

लागत और व्यय को कम करना की जिम्मेदारी लें, अपने द्वारा खरीदी गई वस्तुओं की कीमत को पता करें, अपने प्रयासों में अधिकतम मूल्य जोड़ें, और जो कमाया और बचाया जाता है उसकी रक्षा करें और उसे बनाए रखें।

स्वयं में और जिन लोगों की आप सेवा करते हैं, उनमें बचत की आदत डालें। बचत जरूरतमंद और संकट के समय में बचाती है। आर्थिक जीवन का अभ्यास करें। हर एक इच्छा को पूरा किये बिना अपनी जरूरतों को पूरा करें। इच्छाएँ तल हीन

छेद हैं। जब कुछ इच्छाएँ पूरी हो जाती हैं, तो दूसरी इच्छाएँ पैदा हो जाती हैं।

लोगों की सहायता और उनका साथ दें जिससे आप सभी बुरी आदतों से बच सकेंगे। आप भी हर एक लालच से दूर रहें।

इस बात का अच्छे से ध्यान रखें कि कोई बिना आवश्यकता के कोई ऋण(लोन) न लिया जाए। जो भी ऋण लिया गया है उसे समय पर या समय से पहले वापस कर दें।

अपने स्वयं के खर्च को कम करें। बिना किसी दिखावे के कम खर्च में जिएँ। बस जरूरत के अनुसार ही सेवन करें। जीने के लिए खाओ,खाने के लिए मत जीओ। *जीने के लिए कमाएँ,कमाने के लिए न जिएँ।*

स्वयंसेवक किसी संत या फकीर से कम नहीं होता। कम से कम जरूरतों और अधिक से अधिक सेवा करके एक फकीर या संत बनें।

एक अमीर व्यक्ति भी अपने लालच को छोड़ कर और सभी की सेवा करके संत या फकीर बन सकता है। तब, आप लोगों से सम्मान, सद्भावना, सहयोग और पूरे दिल से स्वीकृति अर्जित करने के योग्य होंगे।

अर्थव्यवस्था अपशिष्ट को समाप्त कर रही है।

अर्थव्यवस्था मूल्यों को बढ़ा रही है।

अर्थव्यवस्था का सार

1. इति। न तु विद्याते किञ्चिद्
यदर्थना न सिद्ध्यती
यत्नेन मतिमान् तास्माद्
अर्थमेकम् प्रसादायित् पंचतंत्र-1.2
2. आर्थीभ्योपी वृद्धेभ्य
संवृत्तेभ्य इतस्ततह
प्रवर्तन्ते क्रियाह सर्वह
प्रवर्ततेभ्य इवागावाह पंचतंत्र-1.3

1. इस दुनिया में ऐसा कुछ भी नहीं है जो धन की मदद से संभव नहीं हो सकता है। इसलिए, एक बुद्धिमान व्यक्ति को धन अर्जित करने के लिए बहुत मेहनत करनी होती है।

2. थोड़ा- थोड़ा कमाकर इकट्ठा करके और बचत करके धन को बढ़ा सकते हैं, जैसे कि पहाड़ों पर पानी की छोटी-छोटी बूंदों को इकट्ठा करके धाराएं, नदियाँ और महासागरों को बनाया जाता है। इस तरह की इकट्ठा किया गया धन, आगे आने वाली जरूरतों के लिए एक स्रोत और जरिया बन जाता है।

एक स्वयंसेवक और एक स्वैच्छिक संगठन के लिए आर्थिक शक्ति(धन) आवश्यक है। अर्थव्यवस्था का अर्थ केवल पैसा

कमाना और अमीर और समृद्ध होना नहीं है। यह कमाने और बचत करने के बारे में भी है। छोटी-छोटी बचत और कमाई, एक बड़ा खजाना बन जाती है।

प्रिय भरत, स्वैच्छिक सेवा के लिए धन की आवश्यकता होती है। एक स्वयंसेवक के रूप में जीवित रहने, संघर्ष करने, प्रयास करने और सफलता के लिए धन की आवश्यकता होती है। लेकिन, पैसा महत्वपूर्ण नहीं है। मूल्य महत्वपूर्ण है। पैसा इकट्ठा न करें बल्कि मूल्यों को इकट्ठा करें। पैसा केवल एक साधन है; लोगों की भलाई करना और उनकी खुशी ही लक्ष्य है।

पैसे का सम्मान करें, इसे बचाएं, इसकी रक्षा करें, इसका प्रयोग करें और जरूरतमंद लोगों के लाभ के लिए इसका उपयोग करें। इसी तरह, आपकी, आपके सहयोगी, सह-स्वयंसेवकों और आपकी सहायता के प्रतिभागियों और प्राप्त कर्ताओं की छोटी-सी स्वैच्छिक सेवाएं और योगदान समाज की भलाई के लिए मूल्यों में वृद्धि का सागर बन सकते हैं।

कुछ भी छोटा नहीं है। कुछ भी तुच्छ नहीं है। कम में, सब कुछ पहले से वहाँ है।

***अर्थव्यवस्था का सार सभी के लिए छोटा है।
स्वयंसेवा पूजा है।***

अर्थव्यवस्था के आर्थिक रास्ते

1. अपने रोज के खर्च को अपनी रोज की कमाई से कम होने दें।
2. अपने मासिक खर्च का हिसाब रखें और आपके द्वारा की गयी स्वैच्छिक सेवा का भी हिसाब रखें।
इसके अलावा, अन्य तरीकों से सेवा कार्यक्रम के लिए प्राप्त योगदान, सहायता और समर्थन का अलग से हिसाब रखें।
3. अपने और सेवा कार्यक्रमों के लिए मासिक बचत खाता शुरू करें और बनाए रखें। चाहे आप गरीब हों, मध्यम वर्गीय हों या अमीर हों, बचत जरूरी है। बचत समाज के लिए संसाधन है।
4. कुछ धनराशि को बचत के रूप में अपने और सेवा कार्यक्रम के लिए जरूरत की समय पर काम आने के लिये जमा करके रखें।
5. आप कितनी बचत करते हैं, यह महत्वपूर्ण नहीं है। बचत करने की आदत महत्वपूर्ण है।
6. प्रतिभागियों को भी बचत करने के लिये प्रोत्साहित करें और यह सुनिश्चित करें कि वे भी बचत करने की आदत बनायें और उसका अभ्यास करें और बचत की आदत बनाये रखें।
7. बड़े स्वैच्छिक सेवा कार्यक्रम के लिए, एक धनराशि निश्चित करें।
8. जरूरतों को पूरा करें। अपनी क्षमता से अधिक इच्छाओं को न बढ़ायें।

9. अपनी कमाई और बचत का एक हिस्सा जरूरतमंद, कठिनाई और दर्द में दूसरों की मदद करने के लिए दें।
10. बेकार चीजों को कम करें और हटाएं।
11. अपने घर, अपने स्वैच्छिक सेवा केंद्र को साफ-सुथरा रखें। स्वच्छ परिसर आर्थिक परिसर हैं।
12. अपने कागजों, कपड़ों, बॉल पेन, खाद्य पदार्थों और उन सभी का फिर से प्रयोग करें जिनका पुनः उपयोग किया जा सकता है। ऐसी किसी भी चीज़ को फेंकें जो दूसरों को उपयोग के लिये दी जा सकती है जिनके पास वह नहीं है।
13. जरूरत से अधिक कर्जा लेने से बचें।
14. आप जो भी कम से कम कर्जा लेते हैं, समय पर उसका वापस करें।
15. आप समाज से जो भी प्राप्त करते हैं उससे अधिक उन्हें दें।

आर्थिक- अभ्यास

1. आर्थिक होने के क्या महत्व हैं?

क) _____

ख) _____

ग) _____

2. आर्थिक होने के लिए आप किन तरीकों का अभ्यास करेंगे?

क) _____

ख) _____

ग) _____

3. इस वर्ष के लिए आपकी कमाई, बचत और योगदान के लिए मासिक योजना क्या है?

क) _____

ख) _____

ग) _____

4. आपकी कमाई, बचत और स्वैच्छिक योगदान के लिए वार्षिक योजना क्या है?

क) _____

ख) _____

ग) _____

5. आपके प्रतिभागी किस तरह की आर्थिक प्रगति करेंगे?

प्रथम वर्ष: _____

द्वितीय वर्ष: _____

तृतीय वर्ष: _____

6

सीखना

सीखना बढ़ना है। जब कोई सीखना बंद कर देता है, तो वह बढ़ना बंद कर देता है।

सीखना समझना है। समझने के लिए किसी को नीचे खड़ा होना चाहिए। नीचे खड़ा होना विनम्रता है।

प्रिय भरत! एक जिम्मेदार स्वयंसेवक के लिए सीखना बहुत महत्वपूर्ण है क्योंकि स्वैच्छिक कार्य एक रोजाना किये जाने वाला नियमित कार्य नहीं है। नए लोगों, नई स्थितियों, नई चुनौतियों और नए अवसरों का सामना करना होगा और उन्हें अपने लिये उपयोगी और सहायक बनाना होगा। एक स्वयंसेवक के लिए सीखना एक दिन-प्रतिदिन की वास्तविकता है।

सीखने और बढ़ने के लिए गुरुओं के पास जायें और उनकी सेवा करें, उनके साथ विनम्रता से बात करें। गुरु वे होते हैं जो जानकार, अनुभवी और जिनके पास महान वार्तालाप(कम्युनिकेशन) क्षमताएँ होती हैं। *पढ़ाने का अंत होता है, लेकिन सीखने का कोई अंत नहीं होता।* शिक्षण सीमित

और समय पर पूरा हो जाता है, सीखना असीमित और असीम है।

एक शिक्षक को कैसे ढूँढें? जब आप पक्के इरादे और भक्ति के साथ तैयार होते हैं, तो गुरु प्रकट होते हैं। विभिन्न क्षेत्रों में एक सफल स्वयंसेवक बनने के लिए विभिन्न चुनौतियों और प्रश्न चिहनों पर सही शिक्षकों के लिए देखें और प्रार्थना करें। सीखने के लिए, एक शिक्षक सबसे अच्छा है। इसके बाद, किताबें सबसे अच्छी हैं। जब एक शिक्षक और एक किताब न हों, तो एक समूह सबसे अच्छा शिक्षक होता है। जब कोई समूह नहीं होता है, तो हम स्वयं सबसे अच्छा शिक्षक होते हैं। स्व-अधिगम वह अधिगम(सीखना) है जिसे कभी भी, कहीं भी किया जा सकता है। जब आपके स्वामी देखेंगे कि आप पूरी निष्ठा के साथ पढ़ रहे हैं, तो वे और भी अधिक प्यार से आपको पढ़ाएंगे।

एक स्वयंसेवक के रूप में, लगातार सीखें और अपने सह-स्वयंसेवकों और प्रतिभागियों को भी सीखने के लिए लगातार प्रोत्साहित करें। अपनी स्वैच्छिक सेवाओं के बारे में जानें कि क्या करना है, कैसे करना है, कहाँ करना है, कब करना है, किसको करना है और क्यों करना है। ये छह प्रश्न, क्या, कैसे, कहाँ, कब, कौन और क्यों, सीखने की मशाल(टॉर्च) हैं।

जानें कि प्रबंधन(मैनेजमेंट) क्या है, प्रौद्योगिकी(टेक्नोलॉजी) का उपयोग कैसे किया जाता है, रसद(लॉजिस्टिक्स) का प्रयोग कहाँ करना है, कब समय का प्रबंधन(मैनेजमेंट) किया जाना है,

कौन मानव स्रोत नेतृत्व (मानव संसाधन नहीं है!) है और विज्ञान क्यों है!

जब आप उत्तर को ढूँढते हैं, खोजते हैं और उस पर कब्जा करते हैं, तो आपकी शिक्षा आपके ज्ञान का बढ़ायेगी। अपने समूह के लिए एक शिक्षक बनें और अपने ज्ञान, जानकारी, विचारों और समाधानों को उनके साथ बाँटें। ज्ञान अतीत है, सूचना वर्तमान है, विचार भविष्य हैं और समाधान अनंत हैं। इस तरह, सीखने से आप त्रिकालदर्शी (तीन बार देखने वाले) स्वयंसेवक बन सकते हैं। आपके ज्ञान, जानकारी, विचारों और समाधानों से लोगों को खुश होने, सफल होने और अपने वर्तमान दर्द, कठिनाइयों और समस्याओं को दूर करने में मदद मिलती है। अपने प्रतिभागियों को उनकी अपनी शिक्षा के माध्यम से मजबूत बनायें। अपने प्रतिभागियों के पूर्व ज्ञान और अनुभव से सीखें।

एक शिक्षार्थी, एक मास्टर-स्वयंसेवक और एक मास्टर-शिक्षार्थी-स्वयंसेवक बनें। सीखने में, आगे और सबसे आगे रहें। पढ़ाना और सीखना बहुत खुशी और उत्साह प्रदान करता है।

शिक्षण सीमित और बाध्य है।

सीखना असीमित और अबाध्य है।

साथ में सीखना

साथ में योगदान देना

ओम साह ना वावतु
साह नौ भुनाक्टु
सह वीर्य करुवा वाहै
तेजस्विनवधीता मास्तु
मा विद विष वाहि
ओम शान्ति, शान्ति, शान्ति

सभी सार्वभौमिक भव्यता।
आइए हम एक साथ सुरक्षित रहें,
आइए हम एक साथ समर्थित रहें,
आइए हम ऊर्जा के साथ मिलकर काम करें,
आइए हम एक साथ चमक के साथ सीखें,
आइए हम एक साथ बिना घर्षण के रहें।
ओम शांति, शांति, शांति।

एक दूसरे की रक्षा करना और एक दूसरे का साथ देना, प्रेरित और जिम्मेदार स्वयंसेवा की भावना है। सब की सुरक्षा, सब का कल्याण, सब का समर्थन, सब की सद्भावना स्वैच्छिक प्रक्रिया को बढ़ाती है जहां स्वयंसेवकों, प्रतिभागियों, योगदान करने वालों, विशेषज्ञों और जानियों सहित हर कोई एक साथ

सीखता है, एक साथ काम करता है, एक साथ योगदान करता है और एक साथ तरक्की करता है।

एक साथ सीखने से स्वयंसेवकों, शिक्षकों और प्रतिभागियों, शिक्षार्थियों के बीच आपसी समझ पैदा होती है। यह प्रतिभागियों, अन्य स्वयंसेवकों और सभी के बीच एक दूसरे को अच्छे से समझने की भावना भी पैदा करता है। कभी-कभी, सीखने की प्रक्रिया में भूमिकाएँ उलट जाती हैं जहाँ प्रतिभागी शिक्षक बन जाते हैं और स्वयंसेवक शिक्षार्थी बन जाता है।

ज्ञान की जानकारी, विचार और समाधान एक महान चमक, उत्साह, आशा और सकारात्मकता पैदा करते हैं। एक साथ मिलकर काम करने से परिणाम और मूल्य कई गुना बढ़ जाते हैं, जहां ऊर्जा सहयोग, समन्वय, सह-निर्माण और सामान्य सुधार के रूप में तालमेल में बदल जाती है। एकजुटता में, एक जिम्मेदार स्वयंसेवक को यह सुनिश्चित करना होता है कि कोई गलतफहमी, बुरी भावनाएं, नकारात्मक विचार और झगड़ा न हो। यह निरंतर प्रतिक्रिया, साथ देने, बात करने और साफ विचार रखने से पैदा होती है।

इस तरह, शांति कायम रहेगी, जिससे स्वयंसेवकों और प्रतिभागियों के मिशन को खुशी के साथ पूरा किया जा सकेगा।

एक साथ सीखना और एक साथ काम करना एक दूसरे को मजबूत करता है।

मिलकर सीखने के प्रकाशमय रास्ते

1. उन विषयों और क्षेत्रों की पहचान करें जो आपके प्रतिभागियों के लिए उपयोगी हैं, जिनके लिए आप स्वयंसेवी हैं, और गुरु, ज्ञान, समूह या स्व-अध्ययन और अभ्यास के माध्यम से उनके सीखने की व्यवस्था करें।
2. उन विषयों और क्षेत्रों की पहचान करें जिनमें आप और आपके प्रतिभागी कमजोर हैं और लगातार सीखने और अभ्यास के माध्यम से सुधार करने का प्रयास करें।
3. एक स्वयंसेवक के रूप में अपने काम और सेवा की अलग-अलग स्थितियों में उपयोगी शिक्षकों और गुरुओं से जुड़ें।
4. साथ ही, उन शिक्षकों और गुरुओं को अपने प्रतिभागियों और सह-स्वयंसेवकों से जोड़ें।
5. आप और आपके प्रतिभागी एक साथ मिलकर गुरुओं से भक्ति के साथ सीखते हैं।
6. आप और आपके प्रतिभागी स्व-अध्ययन करते हैं। इसके अलावा, गहन अध्ययन के लिये पुस्तकों से सीखें।
7. भाषा हल्की होती है। कम से कम एक भाषा में महारत हासिल करें। प्रतिभागियों की स्थानीय भाषा सीखें। उनकी भाषा का सामान्य ज्ञान होना आवश्यक है।

8. एक-दूसरे, अपने सह-स्वयंसेवकों, प्रतिभागियों और स्वयं से सीखें।
9. प्राप्त करें, अभ्यास करें और सुधार करें।
10. आप स्वयं ज्ञान, सूचना और संचार क्षमता प्राप्त करते हैं। रचनात्मक विचारों और नवीन समाधानों को उत्पन्न करने के बारे में सोचें।
11. अलग-अलग समय पर एक पुस्तक को आपका साथी बनने दें। सप्ताह में कम से कम एक बार या महीने में एक बार अपने प्रतिभागियों के लिए पुस्तक रिव्यू सभा का आयोजन करें। उन्हें अपनी पसंद की एक पुस्तक चुनने दें और एक रिव्यू बताने दें। इससे उन्हें स्व-अधिगम, समूह अधिगम और सभी के सामने बोलने का आत्मविश्वास मिलेगा।
12. लिखें, लिखें और लिखें। अपने प्रतिभागियों को विभिन्न विषयों पर लिखने और अपने स्वैच्छिक कार्यक्रमों की प्रगति रिपोर्ट तैयार करने के लिए प्रोत्साहित करें।

सीखना-अभ्यास

1. सीखने के क्या महत्व हैं?
 - क) _____
 - ख) _____
 - ग) _____
2. सीखने के संबंध में आप किस दृष्टिकोण का अभ्यास करेंगे?
 - क) _____
 - ख) _____
 - ग) _____
3. आप किस दृष्टिकोण का अभ्यास करेंगे ताकि आपकी टीम, स्वयंसेवक और प्रतिभागी कुशल और प्रभावी शिक्षार्थी बन सकें?
 - क) _____
 - ख) _____
 - ग) _____
4. उन विषयों की पहचान करें जिन्हें आप और आपके प्रतिभागी एक साथ सीख सकते हैं?
 - क) _____
 - ख) _____
 - ग) _____

खोजबीन करना

खोजबीन करने का अर्थ है विस्तार करना, जांच करना, खुदाई करना और अनुभव करना।

एक प्रेरित और जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में, क्षितिज(हॉरिजन) का पता लगाएं और विस्तार करें, संभावनाओं की जांच करें, अपने और अपने स्वैच्छिक कार्यक्रमों और मिशनों के प्रतिभागियों के अंदर क्षमताओं के सुनहरे खजाने को ढूँढ़ें और क्षमताओं की प्राप्ति का अनुभव करें।

सीखने, काम करने और योगदान करने के नए तरीकों की खोज करें। अपनी स्वैच्छिक सेवा से संबंधित समूहों, स्थानों, गाँवों, कस्बों, शहरों और नये-नये स्थानों से जुड़ने के तरीकों की खोज करें। इस आधुनिक युग में, इंटरनेट का उपयोग करके खोज करें। अपने प्रतिभागियों को उनकी अपनी भाषा में इंटरनेट सिखायें।

अब तक कौन-कौन से स्वैच्छिक योगदान किए गए हैं, इस बात का पता लगायें। पता करें कि कौन सी नई योजनायें

बनानी हैं। भौतिक रूप से स्थानीय संसाधनों का मानव और भौतिक दोनों रूपों में पता करें, जिससे उनका उपयोग किया जा सके। गहरी सोच के माध्यम से और अपनी और अपने प्रतिभागियों की छिपी कमजोरियों और ताकतों के बारे में गहरी समूह सोच के माध्यम से खोज करें। कमजोरियों को दूर करने और ताकत बढ़ाने की संभावनाओं की जांच करें।

सृजन, स्व-सहायता केंद्र, विवेकानंद अनुसंधान और प्रशिक्षण संस्थान, सद्गुरु फाउंडेशन, श्री सीता राम सेवा सदन, श्री रामकृष्ण मिशन और आदर्श अमदावाद जैसे अन्य सफल स्वैच्छिक संगठनों के लिए उपयुक्त अध्ययन यात्राओं के लिए अपने, और अपने प्रतिभागियों और सह-स्वयंसेवकों की यात्रा की व्यवस्था करके नई-नई खोज करें।

इसके अलावा, भूकंप, चक्रवात, सुनामी, बाढ़ और आग दुर्घटनाओं के बाद राज्य की विकास गतिविधियों और परियोजनाओं का दौरा करें और देखें। इन स्थानों पर जाएं और देखें कि क्या किया जाता है और कल्पना करें कि और क्या किया जा सकता है। जैसे जल प्रबंधन, स्वच्छ ऊर्जा, अन्य क्षेत्रों जैसे विकास और योगदान के नए क्षेत्रों की खोज करें। खुद सीखें और अपने प्रतिभागियों को आधुनिक उपकरणों और नवीनतम तकनीक का उपयोग करने के लिए प्रोत्साहित करें।

खोज करने के लिए ऊंचाइयों पर चढ़ें। जब आप पहाड़ पर चढ़ते हैं तो आप अनंत तक देख पाते हैं। जब आप और आपका समूह ज्ञान, सूचना, विचारों, समाधानों और समान

प्रयास के साथ समन्वय, सहयोग और सह-निर्माण के नए स्तरों की नई ऊंचाइयों पर पहुंचेंगे, तो प्रगति और खुशी के नए ऊंचाइयाँ और संभावनाएं सामने आएंगी।

हमेशा अच्छा और अधिक अच्छा करें जिससे लोग खुश अधिक खुश, स्वस्थ और अधिक स्वस्थ रहें। लगातार सोचें कि और क्या, और कौन, और कहाँ, और कब, नए रास्ते कैसे तलाशें।

इसके अलावा, एक जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में अपने जीवन के लिए नए उद्देश्य का पता लगाने के लिए खुद से पूछें "और क्यों"...

पूछताछ अन्वेषण(खोज) की शुरुआत है।

प्रिय भरत! एक जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में अपनी भूमिका के लिए भारत की यात्रा करें, जिससे अन्य लोग भी अपने जीवन को बेहतर बना सकें।

एक सकारात्मक-सक्रिय-समय पर-प्रभावी-आर्थिक-अध्ययन की खोज करने वाले स्वयंसेवक के रूप में उत्सुक और उत्साही बनें।

पूछताछ खोज की शुरुआत है।

दृढ़ संकल्प और समर्पण के साथ खोज करना

सुग्रीवेन समाख्याता
सर्वे वनारा यूथपाह
ततरा देशान् विचिनवन्ती
सा शैला वन कनान

वाल्मीकि रामायण-4-4-73

सुग्रीव के आदेश पर, बंदरों की सेनाओं के सभी नेताओं ने सभी भूमि, पहाड़ों, पहाड़ियों, जंगलों और अन्य स्थानों की खोज की। अन्वेषण एक समर्पित खोज, अनुसंधान, आवश्यक वस्तु या विषय के लिए खोज और देखना है।

राजा सुग्रीव द्वारा भेजी गई बंदरों की सेनाओं का नेतृत्व सक्षम बंदर नेताओं ने किया था। बंदरों के नेता और बंदर समर्पित, दृढ़ और जिम्मेदार थे। श्री राम और सुग्रीव के बीच दोस्ती एक व्यावसायिक समझौता नहीं था, बल्कि आपसी दोस्ती, विश्वास और स्वैच्छिक प्रसाद की भावना के साथ सहयोग पर आधारित थी।

देश के हर नुक्कड़ और कोने का पता लगाने के लिए बंदरों को चारों दिशाओं में भेजा गया था। खोज के दौरान उन्हें कई नए स्थान, लोग और खजाने मिले। अंत में, हनुमान को सीता का पता मिला।

हनुमान राम के कर्मचारी नहीं थे, बल्कि एक सच्चे भक्त और एक अनुकरणीय सेवक (सेवा के स्वयंसेवक) थे। हनुमान ने न

केवल राम की बल्कि सीता, सुग्रीव, लक्ष्मण, जाबंद और बाली की भी सेवा की। वास्तव में, हनुमान ने जब भी जरूरत पड़ी, सभी की मदद की। उन्होंने सतर्कता से खोज की और जोरदार प्रयास किया।

एक जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में, हनुमान की तरह बनें और बंदरों की तरह बने रहें ताकि वे दृढ़ रहें, मजबूत रहें और समाधान और संसाधनों की खोज जारी रखें।

जब आप प्रयास करेंगे तो आपको खजाना मिल जाएगा। जब तुम खोजोगे तो तुम पाओगे। जब आप खोज करेंगे, तो आप पहुंच जाएंगे। जब आप प्रयास करेंगे तो आप श्रेष्ठता प्राप्त करेंगे।

***संसाधनों, समाधानों और परिणामों की खोज,
खोज, प्रयास और अन्वेषण करें।***

खोज करने के व्यापक तरीके

1. दर्द और परेशानियों में फंसे लोगों और स्थानों का पता लगाने के लिए लगातार खोज करें।
2. दर्द और परेशानियों को कम करने और समाप्त करने के तरीकों की खोज करें।
3. आपके मिशन में आ रही मुसीबतों और परेशानियों को कम करने के लिये आवश्यक संसाधनों की खोज करें।
4. उन उद्यमों, विधियों और प्रथाओं की खोज करें जिनके द्वारा दर्द और परेशानियों में लोग अपने आप दर्द रहित और समस्या मुक्त हो सकें। और अपने आप को भविष्य में आने वाली समस्याओं को हल करने में सक्षम बना सकें।
5. खोज, अनुसंधान, छानबीन और समाधान खोजें।
6. अपने भीतर समाधानों की खोज करें और अपनी समस्याओं के आंतरिक समाधान खोजें जिससे लोग शांत रहें, और खुश रह सकें।

खोज-अभ्यास

1. अन्वेषण(खोज) का क्या महत्व है?

क) _____

ख) _____

ग) _____

2. नई स्वैच्छिक सेवाओं और नए स्थानों और लोगों को उपयोगी बनाने के लिए आप किन तरीकों का अभ्यास करेंगे?

क) _____

ख) _____

ग) _____

3. एक प्रभावी और जिम्मेदार स्वयंसेवक बनने के लिए आने वाले 6 महीनों में आप कौन से नए कौशल हासिल करेंगे?

क) _____

ख) _____

ग) _____

4. और क्या किया जा सकता है?

क) _____

ख) _____

ग) _____

5. और कौन कर सकता है?

क) _____

ख) _____

ग) _____

6. और कहाँ किया जा सकता है?

क) _____

ख) _____

ग) _____

7. और कैसे?

क) _____

ख) _____

ग) _____

उत्साहित

एक प्रेरित स्वयंसेवक के रूप में उत्साही बनें। उत्साह ईश्वर की आत्मा है। मुस्कराना ईश्वर का संकेत है। *खुशी ईश्वर का स्वभाव है।* उत्साह के साथ मुसकुराएँ और चारों ओर खुशी फैलाएँ। *उत्साह संक्रामक है।* जब आप अपने प्रतिभागियों के लिये खुश होंगे, तो स्वयंसेवकों का समूह, समुदाय और पूरा वातावरण उत्साही हो जाएगा।

जब आप नीरस होते हैं तो दुनिया नीरस होती है। जब आप उत्साही होते हैं, तो दुनिया उत्साही होती है। आप दुनिया को जैसे देखते हैं दुनिया भी आपको वैसे ही देखती है। जब आप उन लोगों से मिलते हैं जिनका आप साथ देते हैं, सहायता करते हैं और सेवा करते हैं, तो उनका उत्साह और मुस्कान के साथ स्वागत करें। एक स्वयंसेवक के रूप में आपका उत्साह आपके प्रतिभागियों को सकारात्मक, सक्रिय, और ऊर्जा से भरा देगा।

उत्साह का अर्थ, दूसरों का स्वागत करना, परिवर्तन का स्वागत करना और भागीदारी का स्वागत करना है। उत्साह,

जिम्मेदारी लेने, भाग लेने, योगदान करने और सेवा करने के लिए लोगों से मिलने की तैयारी है।

एक उत्साही स्वयंसेवक लोगों का मित्र और साथी होता है। जब लोग आपसे किसी काम को करने के लिये कहते हैं या आपसे कुछ भी पूछते हैं, तो तुरंत 'हां' कहें और फिर उनकी जरूरत को पूरा करने के तरीके खोजें। आपकी 'हां' सुनकर चारों ओर से सभी प्रतिभागी उस काम को पूरा करने की कोशिश करेंगे, और नये-नये समाधान सामने आएंगे।

जल्दी उठने, खुद ताजा महसूस करने और दूसरों को तरोताजा महसूस कराने के लिए प्रोत्साहित करने, तैयार होने, अपने स्वैच्छिक काम और काम के स्थान पर जाने और श्रेष्ठ सेवा करने के लिए उत्साहित रहें। आपका उत्साह दर्द, जरूरत, कठिनाई और संकट में लोगों के व्यवहार को बदल देगा।

उपयोगी बनने के लिए, उत्साह उत्सुकता, तैयारी, तत्परता और स्वीकृति है। जिम्मेदारी स्वीकार करने वाले पहले व्यक्ति बनें, लोगों का अभिवादन करने वाले पहले व्यक्ति बनें, पहल करने वाले पहले व्यक्ति बनें, सबसे कठिन कार्य को स्वीकार करने वाले पहले व्यक्ति बनें, असंभव का प्रयास करने वाले पहले व्यक्ति बनें और चुनौती, संकट और आपदा का सामना करने के लिए पहले व्यक्ति बनें। अपनी पहचान के रूप में उत्साह के साथ अनजान रास्ते पर आगे बढ़ें, एक साथी के रूप में सेवा करने की आपकी तैयारी, आपकी ताकत के रूप में

आपका काम और जरूरतमंद लोग आपकी प्रेरणा के रूप में आपका उत्साह बन कर आपका साथ देंगे।

मुस्कराहट, चमक, और सही शारीरिक भाषा साथ उत्साह से लोगों को स्वीकार करें, उनका स्वागत करें, बात करें, लेन-देन करें और धन्यवाद दें। आप जो भी करें, उत्साह से करें। इस तरह आप अपने स्वैच्छिक कार्य करने में अपनी खुशी ढूंढ लेते हैं।

उत्साह को अपनी पहचान बनने दें।

उत्साह के लिये ऊर्जा भरी छलांग

1. उत्सहेयम् हि विस्तीर्णम्
अलिखन्तमिव अम्बरम्
मेरुम गिरिम असङ्गेना
परिगन्तुम् सहस्रशाह्

वाल्मीकि रामायण 4-67-1

2. स वेगावान् वेगा समहितात्मा
है प्रविरा पर वीरा हन्ता
मनह् समधाया महानुभावो
जगम लङ्काम मानस मनस्वी

वाल्मीकि रामायण 4-67-49

1. मैं इतने उत्साह से भरा हुआ हूँ कि मैं बिना किसी कठिनाई के हजारों बार आकाश को छूते हुए उस विशाल मेरु पर्वत का चक्कर आसानी से लगा सकता हूँ!
2. हनुमान, साहसी, तेज गति में सक्षम, विरोधी और विपरीत स्थितियों के विजेता, समुद्र पर अपना मन संरेखित करके समुद्र पार करने के लिए उत्साही, लंका पर अपना मन निर्धारित किया, अपने विचार में लंका पहुंचे, और फिर समुद्र के पार लंका की ओर छलांग लगाई।

एक प्रेरित स्वयंसेवक के रूप में किसी भी चुनौतीपूर्ण स्थिति में लोगों के लिए उपयोगी होने के अपने इरादे को आत्मविश्वास से

भरकर अपने उत्साह को बढ़ायें। साथ ही, अपनी आंतरिक शक्तियों और क्षमताओं को उजागर करें। आपका उत्साह लोगों को प्रोत्साहित करेगा और उनमें विश्वास पैदा करेगा। आपका पक्का इरादा और आपका लक्ष्य उन्हें विश्वास दिलायेगा कि हम लक्ष्य अवश्य ही प्राप्त करेंगे। इस काम को करने की आपकी क्षमताओं से आप पर और आपके स्वैच्छिक कार्यों पर उनका विश्वास मजबूत होगा। इससे यह विश्वास पैदा होगा कि कुछ भी असंभव नहीं है और समस्याओं का समाधान किया जा सकता है, चुनौतियों का सामना किया जा सकता है और सुधार प्राप्त किए जा सकते हैं।

अपनी घोषणा के बाद एक जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में, अपने सेवा कार्य को समय पर पूरा करके आपको दिखाना होगा कि आप जिम्मेदार हैं।

घोषणा कार्य करने के लिए तैयार करती है। प्रदर्शन से संतुष्टि मिलती है। अपने इरादे को कार्रवाई और वास्तविकता में बदलने के लिए, अपनी सभी आंतरिक शक्तियों को इकट्ठा करें, अपने स्वैच्छिक मिशन के बारे में सोचें और यह सोचें कि आपको और आपके प्रतिभागियों को कौन-सा कार्य पूरा करना है। फिर, अपनी योजना को अपने विचारों में लागू करें। अपने दिमाग में भविष्य का अच्छे से विचार करें और फिर मूल्यवान योगदान के साथ शुरू करने, लागू करने, पूरा करने और समाप्त करने के लिए एक छलांग लगाएं।

उत्साही प्रयास असंभव को संभव करते हैं।

उत्साह के लिए एक्सप्रेसवे

1. उन लोगों को नमस्कार करें जिनकी आप खुश होकर सेवा करते हैं। सबसे पहले नमस्कार करें।
2. अच्छे से बोलो, सही बोलो, दोस्त की तरह बोलो और अपने चेहरे पर चमक के साथ पूरी ऊर्जा से बोलो।
3. जवाब दें, उनसे प्रश्न पूछें और उन्हें बतायें कि आप क्या कर सकते हैं और क्या करेंगे। जब आप कोई काम नहीं कर सकते हैं, तो तुरंत स्वीकार करें और उन्हें साफ-साफ बता दें कि आप और क्या कर सकते हैं और कौन ऐसी चीजें कर सकता है जो आप नहीं कर सकते हैं।
4. लोगों को अपने दम पर जवाब दें। बार-बार जाने से बचें।
5. अपनी गलतियों को स्वीकार करने वाले पहले व्यक्ति बनें और खुद में सुधार लाने के लिए अपनी तैयारी दिखायें।
6. बिना मदद मांगे लोगों का समर्थन करें। एक स्वयंसेवक के रूप में, आपको भाग लेने के लिए निमंत्रण की आवश्यकता नहीं है।
7. एक अंतर को भरने के लिए, एक व्यक्ति को सांत्वना देने के लिए, मदद का एक हाथ बढ़ाने के लिए, एक आवश्यकता को पूरा करने के लिए और खुशी और आत्मविश्वास पैदा करने के लिए बिना निमंत्रण के उत्सुकता से भाग लें।
8. लोगों को अपना उत्साहपूर्ण समर्थन दें ताकि वे "नहीं कर सकते" से "कर सकते हैं" से "करेंगे" से "हमने किया है!" के लिये आगे बढ़ेंगे।

उत्साही-अभ्यास

1. एक जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में उत्साही होने का क्या महत्व है?

क) _____

ख) _____

ग) _____

2. उत्साही और खुश रहने के लिए आप किन तरीकों का अभ्यास करेंगे?

क) _____

ख) _____

ग) _____

3. स्वैच्छिक सेवा के क्षेत्र में कौन लोग हैं, जिन्हें आप जानते हैं?

क) _____

ख) _____

ग) _____

4. आप उनसे क्या सीख सकते हैं और एक स्वयंसेवक के रूप में आप क्या अभ्यास करेंगे?

क) _____

ख) _____

ग) _____

समझना

प्रिय भरत, एक स्वयंसेवक के रूप में आप किस प्रकार अपने काम और अपनी सेवायें पूरी करते हैं यह आपकी समझ को दिखाता है, और समझ स्पष्टता और खुशी पैदा करती है। गलतफहमी भ्रम पैदा करती है, और आधी समझ गलत धारणाओं की ओर ले जाती है। गैर-समझ अज्ञानता और दुःख पैदा करती है। इसे समझें और खुश रहें। अपने प्रतिभागियों को समझने और खुश रहने में सहायता करें।

समझने के लिए, हमेशा तैयार रहें। विनम्र रहें और स्वीकार करें कि आप एक स्वयंसेवक के रूप में सेवा करने वाले लोगों के दर्द, समस्याओं, कठिनाइयों और जरूरतों के बारे में पूरी तरह से नहीं जानते हैं और पूरी तरह से नहीं समझते हैं। फिर, आप लोगों, समुदाय और समाज की आवश्यकताओं, अंतराल, प्राथमिकताओं और जरूरतों को सुनने, प्राप्त करने, स्वीकार करने और समझने के लिए तैयार हैं।

आवश्यकताएँ, भोजन (रोटी) कपड़ा (कपड़ा) आश्रय (मकान) और सम्मान (इज्जत) की बुनियादी आवश्यकताओं से संबंधित

हैं। कृपया समझें कि भोजन, आश्रय और कपड़े बिल्कुल भी पर्याप्त नहीं हैं, उनके साथ जो आवश्यक है वह सम्मान और गरिमा है।

प्रिय भरत, एक जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में इस बात का ख्याल रखें कि प्रतिभागियों का आत्म सम्मान और गरिमा बनी रहे।

कृपया स्पष्ट रूप से समझें कि जब आप अपने काम को दान, सहायता या दान के रूप में मानते हैं, तो आप स्वयंसेवक नहीं हैं। इसके अलावा, यह भी समझें कि जब आप मानते हैं कि आपकी सेवा केवल एक समर्थन, सहायता, भेंट और प्रायश्चित के रूप में है, तो आपकी सेवा स्वैच्छिक सेवा बन जाते हैं। वास्तव में, एक स्वयंसेवक के रूप में, आप किसी पर कोई एहसान नहीं कर रहे हैं। आप अपने आप पर एक एहसान कर रहे हैं क्योंकि लोगों के लिए आपका समर्थन, सहायता, समर्पण और प्रायश्चित वास्तव में आपको एक अच्छा और बेहतर इंसान बनाता है और खुद को सुधारने में मदद करता है। यह मार्ग मानवता से दिव्यता तक जाने का मार्ग है।

किसी भी विषय को समझने के लिए उसका पूर्ण ज्ञान, जानकारी और विचार करना जरूरी है, और फिर लोगों और उनकी जरूरतों के बारे में समाधान बतायें। विषय को सामने, पीछे, किनारों, ऊपर और नीचे और अंदर से बाहर की ओर वस्तुनिष्ठ रूप से सोचें। विभिन्न कोणों से देखें और पूर्ण चित्र

प्राप्त करें। चर्चा और बहस करें, सभी प्रतिभागियों, स्वयंसेवकों, ज्ञान स्रोतों और सभी संबंधित लोगों से राय, सुझाव, तथ्य, नजरिया और विचार प्राप्त करें ताकि आपकी और सब की समझ को बढ़ाया जा सके, विशेष रूप से प्रतिभागियों की समझ को बढ़ाया जा सके।

सहानुभूतिपूर्ण समझ सुनिश्चित करने के लिए दूसरों पर विचार करते हुए ध्यान से सुनें। सहानुभूतिपूर्ण समझ संबंधों को सक्षम बनाती है, जो आपसी तालमेल और खुशहाल स्वैच्छिक सेवा के लिए सबसे महत्वपूर्ण हैं। अपनी जिम्मेदारियों को पूरा करके भरोसेमंद बनें। लोग आपको न केवल इसके लिये बेहतर समझेंगे कि आप क्या कहते हैं और आप कैसे कहते हैं, बल्कि तब अच्छे से समझेंगे कि आप क्या करते हैं और आप कैसे करते हैं।

अपने कार्यों को बोलने दें, अपनी श्रेष्ठता को बोलने दें और अपने सेवा की भावना और देखभाल करने वाले को बोलने दें। आपके द्वारा बोली जाने वाली भाषाएँ तब बेहतर ढंग से समझ में आएंगी जब वे आपके कार्यों की भाषा से मिली हुई, जुड़ी हुई और साथ देने वाली होंगी। याद रखें! समझने की तुलना में गलत समझा जाना आसान है। अपनी भावनाओं को अपने सह-स्वयंसेवकों और प्रतिभागियों की सोच और आपके बारे में उनकी सोच अलग-अलग हो सकती है उससे परेशान ना हों। आपके विचारों और आपके प्रतिभागियों के विचारों को उज्ज्वल होने दें, जिससे गलतफहमी के बादल गायब हो जाएं।

प्रिय भरत, क्या आपने देखा है कि इस कार्य में हर समय, "एक जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक", आपकी सेवाओं को प्राप्त करने वाले लोगों को लाभार्थियों के बजाय प्रतिभागियों और योगदान कर्ताओं के रूप में भी देखता है। लाभार्थी का विचार तब आता है जब आपको लगता है कि आप दान कर रहे हैं, दे रहे हैं, मदद कर रहे हैं, लोगों की भलाई कर रहे हैं और विकास कर रहे हैं। ये सभी स्वैच्छिक सेवाएं नहीं हैं। ये देने और लेने का विचार है।

देना और लेना सेवा नहीं है, यह वास्तव में एक व्यवसाय, व्यापार और लेनदेन है। एक सच्ची सेवा है, प्रदान करना और प्राप्त करना। अपनी सेवाएं दें और भागीदारी प्राप्त करें। *प्रस्ताव और प्राप्त करने की भावना में, स्वयंसेवक और प्रतिभागी एक हो जाते हैं।* इसे अपनी समझ बनने दें।

समझने के लिए, न केवल पढ़ें बल्कि अध्ययन करें। न केवल देखें बल्कि कल्पना भी करें। न केवल संपर्क करें बल्कि जुड़ें और स्पर्श करें। न केवल गंध बल्कि भलाई की सुगंध का अनुभव करें। इस तरह आपकी समझ सही रूप से आगे बढ़ेगी।

अपनी समझ पर दृढ़ रहें और एक सहानुभूतिपूर्ण ऊर्जावान, कुशल और प्रभावी जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक बनें।

जब शब्द एकीकृत होते हैं, क्रियाओं के साथ जुड़ते हैं और उनका समर्थन करते हैं तब समझ आती है।

समझने के संकेत

1. **समझदारों को इशारा ही काफी है बातों की जरूरत जरा भी नहीं।**
2. **समाज ने वाले समाज के लिए जो ना समझ कौन अनाड़ी है**

1. केवल एक संकेत समझने के लिए पर्याप्त है, बहुत ज्यादा बात करने की कोई जरूरत नहीं है!

2 जो समझते हैं, वे समझ गए हैं जिन्होंने नहीं किया वे वास्तव में अशिक्षित हैं! !

जो विचारशील होते हैं और जो जागृत, सतर्क, जागरूक और सचेत होते हैं, वे केवल एक संकेत, एक चिह्न, शारीरिक भाषा, वातावरण में बदलाव और सहजता और चेहरे पर चमक और आंखों में चमक से समझ सकते हैं।

जो लोग इस तरह से समझ सकते हैं, वे आपके भाषण, आपकी प्रस्तुति और अपने और आपकी सेवा के बारे में आपके बोलने से पहले ही समझ चुके हैं।

जिन लोगों ने नहीं समझा है वह वो हैं जो शिक्षित नहीं हैं और वास्तव में अशिक्षित हैं। शिक्षा ध्यान देना, समझना, जानना और ग्रहण करना है। आप लोगों की स्थिति और जरूरतों को केवल उनकी उपस्थिति, कपड़े, घर, संसाधन,

उपकरण और उनकी दोस्ती और दुश्मनी को देखकर, और अध्ययन करके समझ सकते हैं।

इसलिए, बातचीत, साक्षात्कार, सर्वेक्षण(सर्वे), फॉर्म और रिपोर्ट के अलावा, प्रतिभागियों के साथ होने, उनके साथ रहने, उनके साथ खाने, काम करने से लेकर, उनके साथ पीड़ा सहने, उनके साथ रोने और उनके साथ हंसने की वास्तविक समझ प्राप्त करें।

प्रिय भरत, अपने प्रतिभागियों, स्वयंसेवकों, सहयोगियों के बारे में जानने के लिए उनके साथ रहें।

उनके साथ खड़े हों, उनके लिए खड़े हों और उन्हें समझें।

एक साथ खड़े हों, समझने के लिए खड़े हों।

समझने के उपयोगी तरीके

1. अपने संवाद को छोटा और साफ रखें जिससे लोग समझ सकें।
2. ध्यान से सुनें जिससे लोग आपको को समझ सकें।
3. इसे सरल रखें। बोलते समय सरल शब्दों का प्रयोग करें। सरल शब्द, भाषा, भाव और क्रियाएँ जल्दी से समझ में आ जाती हैं।
4. जब आप नहीं समझ पाते हैं, तो ऐसा कहें और दोबारा पूछें।
5. जब आप या अन्य स्वयंसेवक बोलते हैं तो लोगों को दोबारा पूछने के लिए प्रोत्साहित करें।
6. अपने नजरिये पर टिके न रहें। अपने प्रतिभागियों के विचारों के साथ अपनी धारणा में भी बदलाव करें।
7. चर्चा और बहस करें। लड़ाई-झगड़ों में न पड़ें। बहस करने से और अधिक गलतफहमी पैदा होती है।
8. इस बात को अच्छे से समझ लें कि, एक जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में, आपका उद्देश्य सेवा करना है। जबकि, आप क्या सोचते हैं और समझते हैं, यह महत्वपूर्ण है, आपके प्रतिभागी क्या सोचते हैं और समझते हैं, यह भी महत्वपूर्ण है। उन्हें अपने कार्यों, भावनाओं, विचारों और जिम्मेदारियों से आपको बेहतर ढंग से समझने में मदद करें।
9. नए स्थानों और नए लोगों के मामले में जब कोई आपको सूचित करता है और आपको कुछ बताता है, तो आप जो समझते हैं उसे दोहराएं और आवश्यकता पड़ने पर सुधार करें। उन्हें यह समझने दें कि आप क्या समझ गए थे।
10. प्रमुख घटनाओं, प्रमुख व्यक्तियों, प्रमुख निर्णयों और प्रमुख 'आई' सुधारों के पहलुओं को नियमित रूप से लिखें। लेखन बेहतर समझ पैदा करता है।

समझना-अभ्यास

1. समझने के क्या महत्व हैं?

क) _____

ख) _____

ग) _____

2. समझने के लिए आप किन तरीकों का अभ्यास करेंगे?

क) _____

ख) _____

ग) _____

3. आप अपने प्रतिभागियों की स्थितियों और जरूरतों को समझने के लिए क्या करेंगे?

क) _____

ख) _____

ग) _____

4. आप अपने प्रतिभागियों को एक स्वयंसेवक के रूप में, आपके मिशन और आपके काम के बारे में समझने में कैसे मदद करेंगे?

क) _____

ख) _____

ग) _____

योगदान करना

योगदान मूल्य बढ़ाता है। योगदान जरूरतमंद लोगों को प्रदान करना है। योगदान काम से ज्यादा, नौकरी से ज्यादा और पैसे से ज्यादा होता है।

प्रिय भरत! योगदानकर्ता बनें। अपने परिवार, अपने पेशे, अपने छात्रों, अपने सहयोगियों, अपने स्कूल और अपने भारत के लिए योगदान दें। अपने जीवन को एक योगदान बनने दें। समाज और दुनिया से आपको जो मिला है, उसे कई गुना करके में वापस दें।

योगदान के माध्यम से कोई भी कहीं भी, किसी भी समय और किसी भी स्थिति में स्वयंसेवक बन सकता है। योगदान न केवल धन देना है, बल्कि बिना किसी अपेक्षा और लाभ के आपके प्रयास, काम, सलाह, विचार, सहायता, समर्थन और ज्ञान देना भी योगदान है। *जब आप बिना किसी अपेक्षा, लाभ या लालच के कोई उपयोगी वस्तु देते हैं, तो आप एक स्वयंसेवक बन जाते हैं।* जब भी कोई अपेक्षा, लाभ या लालच शामिल होता है, तो यह कोई सेवा नहीं है, बल्कि यह व्यापार या

व्यापारिक लेनदेन है। जो व्यापार नहीं है उसे वापस करें, प्राप्त कर्ताओं और प्रतिभागियों को संतुष्टि और खुशी दें।

इस प्रकार, प्रिय भरत, आप किसी भी रूप में योगदान करके, उस स्थान पर जहाँ आप हैं, (भूकंप, बाढ़, सुनामी या महामारी आदि) पर जाए बिना भी स्वयंसेवक बन सकते हैं, हालाँकि, उन स्थानों पर जाने से न बचें। जब भी संभव हो, आपको वहाँ जाना चाहिए और सेवा करनी चाहिए। जब यह संभव न हो तो जहाँ भी हो सके योगदान करें। आप कर सकते हैं!

अपने समय का सदुपयोग करें। लोगों, समुदाय और समाज के लिए अपना समय दें। प्रयास करने और अपने गुण बढ़ाने के लिए हर मिनट का उपयोग करें। अपने प्यार के माध्यम से योगदान दें। *प्यार लोगों को स्वीकार करने और उन्हें लंबा, खुश और तनाव मुक्त बनने में मदद करना है।* अपनी देखभाल और ध्यान के माध्यम से कठिनाई, संदेह, आवश्यकता या दर्द में पड़े लोगों से प्यार करें।

अपने विचारों के माध्यम से योगदान दें। *अच्छे विचार आप जो कुछ भी करते हैं उसके योगदान को बढ़ाने में मदद करते हैं।* लगातार बहने वाले झरने की तरह विचारों का झरना बनें, आप जो कुछ भी करते हैं उसे कैसे सुधार सकते हैं इस पर विचार करें।

अपनी भावना के माध्यम से योगदान दें। एक प्रेरित और जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में, अपना उत्साह, ऊर्जा और खुद

को अपने मिशन में लगाएँ। जिम्मेदार बनो और अपना मिशन बनो। मिशन का मतलब केवल बड़े लक्ष्य और कार्यक्रम नहीं है, यहां तक कि एक छोटा सा काम भी उपयोगी होने और सेवा करने के लिए नेक उद्देश्य, लक्ष्य, जिम्मेदारी और अभियान के साथ आपका मिशन बन सकता है।

जरूरतमंद लोगों और समाज के लिए जितना हो सके अपने धन का योगदान करें। इस तरह, आपके पैसे का मूल्य बढ़ जाता है। पढ़ने और अध्ययन करने के बाद अपनी किताबों को उन लोगों को दें जो उनका उपयोग कर सकते हैं। उन लोगों को अपने ज्ञान, विशेषज्ञता, सामाजिकता और ज्ञान का योगदान दें जो लेने के लिए तैयार हैं। जब लोग सहायता लेने के लिए तैयार नहीं होते हैं, तो सोचें कि आप कैसे सहायता कर सकते हैं और उन्हें योगदान लेने और सीखने के लिए प्रोत्साहित कर सकते हैं। सप्ताह में एक बार, कम से कम एक साल में एक बार, उनके लिए मुफ्त में काम करके एक ट्रस्ट या समाज में योगदान दें। आप जो भी काम करें, उस काम को योगदान, श्रेष्ठता, उदाहरण के रूप में ऊपर उठाएं। आपकी श्रेष्ठता से कई लोग प्रेरित होकर आपको अपना उदाहरण बनायेंगे।

आय में से खर्च घटाओ तो वह योगदान है। अपने खर्चों को हर महीने आपकी आय से कम होने दें, वर्तमान या भविष्य के योगदान के लिए उसमें से बचत करें।

बड़ों की देखभाल करके परिवार में योगदान दें। बड़ों की जिम्मेदारी लें और उनकी भलाई के लिए योगदान दें। अपने माता-पिता की घर के काम में मदद करके उनकी देखभाल करें और घर के लिए काम करें। अपने भाइयों और बहनों की पढ़ाई, काम, उपलब्धियों और सुधार में उनका ध्यान रखें। एक पारिवारिक स्वयंसेवक और स्वयंसेवक परिवार बनें। उस परिवार को धीरे-धीरे, आराम-आराम से, तुरंत या तेजी से अपने समाज, पड़ोस, शहर, जिले, देश और पूरी दुनिया में विस्तार करने दें। आपके योगदान से न केवल आपसे जुड़े लोगों में खुशी पैदा होगी, बल्कि आपको भी बहुत अधिक खुशी होगी।

प्रिय भरत, एक योगदान देने वाले, प्रेरित और जिम्मेदार स्वयंसेवक बनें।

***तत्काल स्वयंसेवक बनने के लिए योगदान ही
रास्ता है।***

एक परिवार के रूप में दुनिया

अयम निजाह पारो वेती
गणाना लघु चेतसम
उदारा चरित नाम् तु
वसुधैवकुटुम्बकम

पंचतंत्र-5-37

केवल संकीर्ण मानसिकता वाले लोग 'यह हमारा है' और 'यह उनका है' और साथ ही 'मैं' और 'वे' करते हैं। महान लोगों के लिए, यह पूरी पृथ्वी ही एक परिवार है!

छोटी सोच वाले और लालची लोग 'मैं'-'वे' और 'मैं'-'दूसरों' के लिये सोचते हैं। महान लोग खुद को दूसरों में पूर्ण समानता, बराबरी, सहानुभूति और एकता के साथ देखते हैं। 'मैं' अहंकार 'तुम', 'हम' और 'सब' आत्मा है।

एक प्रेरित और जिम्मेदार स्वयंसेवक के लिए, पूरी दुनिया और मानवता एक परिवार है। परिवार में हम लोगों को वैसे ही स्वीकार करते हैं जैसे वे हैं। हम उन्हें बेहतर बनने में मदद करते हैं। परिवार में, जब कोई सदस्य परेशानी, कठिनाई, दर्द या आवश्यकता में होता है, तो हम मदद का हाथ बढ़ाने के लिए दौड़ते हैं और यह सुनिश्चित करते हैं कि समस्या का समाधान हो गया है।

पूरा विश्व और मानवता ही एक परिवार है।

योगदान करने के स्पष्ट तरीके

1. योगदान दें। जरूरत पड़ने पर दें। जब भी संभव हो दे। बिना रुके दें।
2. शेयर करें। चीजों को बांटे। परिणाम को बांटे, फल बांटे, भोजन बांटे, ज्ञान बांटे और श्रेय बांटे।
3. आपको जो काम दिया गया है उससे अधिक करें। लक्ष्यों, विषयों, उद्देश्यों और मिशन की तय सीमा को पार करें। सोचिए कि आप और क्या कर सकते हैं। दूसरों के रुके हुए काम पूरे करने में उनकी मदद करें।
4. मात्रा में सुधार करके अपना काम करें। दूसरों को उनकी गुणवत्ता में सुधार करने में सहायता करें।
5. प्रत्येक चर्चा में कम से कम एक अच्छे विचार का योगदान दें।
6. अपनी सेवा में आसानी से योगदान दें। तैयार रहें, हमेशा तैयार रहें और पूरी तरह से तैयार रहें (पहले से ही!) स्वयंसेवी।
7. मुस्कराएँ और खुशी में योगदान दें।

योगदान-अभ्यास

1. एक प्रेरित जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में योगदान करने के तीन महत्व क्या हैं?

क) _____

ख) _____

ग) _____

2. स्वयंसेवी के रूप में योगदान करने के लिए आप किन तरीकों का अभ्यास करेंगे?

क) _____

ख) _____

ग) _____

3. एक प्रेरित और जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में आप अपने घर और इलाके में किस तरह से योगदान देंगे?

क) _____

ख) _____

ग) _____

4. आप अपने कार्यस्थल, संगठन या किसी अन्य संगठन में एक प्रेरित और जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में किन तरीकों से योगदान देंगे?

क) _____

ख) _____

ग) _____

5. कोई और बात?

क) _____

ख) _____

ग) _____

साझादारी

साझा करना साझादारी है। साझा करना स्वीकार करना है। साझा करना देखभाल करना है।

अपनी संपत्तियों, क्षमताओं, सुविधाओं, कौशल, संसाधनों और उत्कृष्टता को आसानी से साझा करें ताकि आप मूल्यों को बढ़ाकर दूसरों से जुड़ सकें। जब आप साझा करते हैं, तो आप एक आश्रित, भरोसेमंद और जिम्मेदार स्वयंसेवक-भागीदार बन जाते हैं।

लेन-देन चार प्रकार के होते हैं-पूछना, लेना, साझा करना और ध्यान रखना। जब आप पूछते हैं, तो आप एक बच्चे बन जाते हैं। जब आप लेते हैं तो आप युवा बन जाते हैं। जब आप साझा करते हैं, तो आप वयस्क हो जाते हैं। जब आप देते हैं, तो आप एक वृद्ध बन जाते हैं।

एक जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में, अपनी सेवाओं और योगदान को दिखाकर और सहयोग, स्वीकृति, मान्यता और सम्मान प्राप्त करके एक पूर्ण विकसित वयस्क बनें। जब भी कुछ साझा किया जाता है, तो वह प्रसाद बन जाता है, एक दिव्य कृपा। अपनी भौतिक संपत्तियों को साझा करना बहुत अच्छा है। भोजन साझा करना शानदार है। बस, कार या ट्रेन

में अपनी सीट साझा करना दूसरे के साथ मिलने की भावना को बढ़ाना है। यह वास्तव में एक स्वैच्छिक कार्य है और यह अद्भुत है। अपने ज्ञान और विशेषज्ञता को सावधानीपूर्वक साझा करने से एक प्यारा स्वयंसेवी शिक्षक बन जाएगा।

साझा करना साझेदारी है। साझेदारी एक सहयोग-जहाज है जहाँ आपको एक साथ चलना होता है। *साझेदारी की दो भुजाएँ विश्वास और सहमति हैं।* विश्वास संबंधों को बताता है, जबकि समझौता परिणाम बताता है। जब आप संबंधों के साथ परिणाम साझा करते हैं, तो यह एक भरोसेमंद सहमति से की गयी साझेदारी बन जाती है। *विश्वास इरादों से मजबूत होता है, और समझौता लक्ष्यों से मजबूत बनता है।* शुद्ध इरादों और लक्ष्यों के साथ, आप एक उत्कृष्ट साझा करने वाले भागीदार स्वयंसेवक बन जाते हैं।

जब भी आप बातचीत करते हैं और अपनी सेवाओं को उनके सामने उन्हें दिखायें हैं, और आप बिना किसी लालच के उनकी सेवा करेंगे अपने इस इरादे को उनके सामने रखें। फिर, इसे अपने कार्यों से प्रदर्शित करें। सबसे पहले, एक स्वयंसेवक के रूप में आपके द्वारा क्या किया जाना है, इसके लक्ष्यों पर सहमति दें और एक भागीदार के रूप में भाग लें। फिर, आपने जो कहा है उसे करके दिखायें जिससे आप उनका विश्वास पा सकेंगे। तभी आप एक भरोसेमंद साझेदार बन सकते हैं।

चुनौतियों, कठिनाइयों, समस्याओं और संकटों को साझा करें। सफलताओं, उपलब्धियों, प्रगति और श्रेय को साझा करें। जब

आप अपनी सेवा की सफलता का श्रेय उन लोगों के साथ साझा करते हैं जो भाग लेते हैं और प्राप्त करते हैं, तो यह चारों ओर बहुत खुशी पैदा करता है।

अपने क्षेत्र में और अपने प्रतिभागियों के साथ काम करते हुए, उनके साथ अपना प्यार साझा करें। धन्यवाद की भावना के साथ इसे स्वीकार करके अपने भोजन को साझा करें। जब आप एक साथ खाना खाते हैं, तो आप नजदीकी इंसान से ज्यादा उनके दोस्त बन जाएंगे।

साझा करने से सभी बुरी भावनाएँ, गलतफहमी और गलत धारणाएँ समाप्त हो जाती हैं।

अपने प्रतिभागियों की भलाई, प्रगति और खुशी और बेहतर भविष्य के लिए अपने नजरिये को साझा करें।

जब आप साझा करते हैं, तो यह चारों ओर खुशी और आनंद पैदा करता है।

साझा करें, आनंद लें और सभी को आनंद लेने दें।

साझा करना भागीदारी है-जहाज

पारस्परिकता

दीवान भवया तानेना
ते देवा भवयंतु वाह
पारसपरम भावयंता
श्रेयम परमवाप्सियाताह

भगवद गीता-37-11

*ईश्वर आपको शुभकामनाएं दें,
आप दिव्य कल्याण की कामना करें।
आपस में एक-दूसरे को शुभकामनाएं दें,
अच्छा फल बोरेँ और आप अच्छी तरह से जिएँ।*

प्रतिभागियों को स्वयंसेवकों को शुभकामनाएं देने दें,
स्वयंसेवकों को प्रतिभागियों को शुभकामनाएं देने दें।

आपस में एक-दूसरे को शुभकामनाएं दें, सबसे अच्छा बोरेँ, और
अच्छी तरह से रहें।

एक जिम्मेदार स्वयंसेवक इस तरह से योगदान देता है कि
उसकी सेवा के प्रतिभागी और प्राप्त कर्ता उसे शुभकामनाएं
देते हैं। इसके विपरीत, स्वयंसेवक प्रतिभागियों को शुभकामनाएं
देता है। वे इस एक दूसरे के समर्थन संबंध में जुड़े हुए हैं।
फिर, वे जो भी प्रयास करते हैं, जो भी प्रगति करते हैं, जो भी
परिणाम वे प्राप्त करते हैं और जो भी खुशी वे प्राप्त करते हैं,
वे सामान्य उपलब्धियाँ और साझा सफलताएँ बन जाते हैं।

साझा सफलताएँ ही साझा प्रयासों, साझा मिशन और साझा तरीके से देखने का और उसे बनाये रखने का टॉनिक हैं। साझा करना स्थिरता का आधार है।

साझा सफलताएँ निरंतर प्रयासों और निरंतर पारस्परिकता को बताती हैं।

साझा करने के मधुर तरीके

1. अपने स्वैच्छिक कार्य के प्रतिभागियों के साथ एक पिपरमेन्ट, एक चॉकलेट, एक पेड़ा (मिठाई) या एक केला साझा करें।
2. समानता, सामाजिक न्याय, इतिहास, विज्ञान, गणित, लेखा, कृषि और आई. टी. के क्षेत्रों में प्रतिभागियों और सह-स्वयंसेवकों के साथ अपनी शिक्षा साझा करें। उनसे उन पहलुओं को सीखें जो आपको पता नहीं हैं।
3. अपने अनुभव और अपने विचारों को साझा करें।
4. एक साप्ताहिक या मासिक सत्र की बनायें जहाँ हर कोई किसी चुने हुए विषय पर दूसरों के साथ अपने विचार साझा करे। समूह चर्चा की मुख्य भूमिका के लिये अलग-अलग व्यक्तियों को चुनें।
5. समस्याओं, संभावनाओं और समाधानों के बारे में चर्चा करें।
6. अपने प्यार को सभी के साथ साझा करें।
7. जब भी आप कोई फल या नाश्ता खाने वाले हों, तो उसका आधा हिस्सा निकालें और अपने बगल के व्यक्ति के साथ साझा करें।

साझा करना-अभ्यास

1. एक स्वयंसेवक के रूप में आपके लिए साझा करने के क्या महत्व हैं?

क) _____

ख) _____

ग) _____

2. साझा करने के लिए आप किन तरीकों का अभ्यास करेंगे?

क) _____

ख) _____

ग) _____

3. वे कौन से अवसर थे जब आपने कुछ साझा किया और लोग खुश हो गए?

क) _____

ख) _____

ग) _____

4. ऐसे कौन से अवसर थे जब किसी ने आपके साथ कुछ साझा किया और आप खुश हो गए?

क) _____

ख) _____

ग) _____

5. आप अपने प्रतिभागियों को साझा करने की आदतों को विकसित करने में कैसे मदद करेंगे?

क) _____

ख) _____

ग) _____

देना

देना!

प्रिय भरत! एक स्वयंसेवक के रूप में देना, देना, देना और देना। जब आप देते हैं, तो आपको फायदा होता है। जब आप इसे देते हैं तो ऐसा लगता है कि आप भौतिक रूप से कुछ खो देंगे, लेकिन वास्तव में आप भावनात्मक, तार्किक और आध्यात्मिक रूप से लाभ प्राप्त करेंगे। समझने और सद्भावना दिखाने से भावनात्मक लाभ होते हैं। प्राप्त कर्ताओं के विचारों से तार्किक लाभ होता है और लेन-देन की एकता से आध्यात्मिक लाभ होता है।

एक स्वयंसेवक के रूप में अपनी भूमिका में, और प्रतिभागियों के साथ आपसे बात करते हुए जब आपसे कोई मदद मांगे तो आपको मना नहीं करना है, साथ की साथ हाँ बोलना है। 'हां' कहने में संकोच न करें। 'नहीं' कहने में हिचकिचाएँ। मना करने से बचें। जो कुछ भी मांगा गया है, उसे दे दीजिए। जितना मांगा गया है उतना दें और अगर उतना नहीं दे सकते हैं तो उसके आस-पास दें। जब खुद परेशानी में होते हुए भी आप दूसरों की मदद करते हैं, तो आप शिवी बन जाते हैं, जिन्होंने कबूतर को बचाने के लिए अपने शरीर का मांस दिया। इसे किसी पुराण या झूठी कहानी के रूप में न देखें।

टाटा केमिकल्स लिमिटेड के प्रसिद्ध अध्यक्ष श्री दरबारी सेठ ने अपने बिजनेस कार्ड, कवर और इक्लास ट्रस्ट के लेटर हेड पर लिखा-"तब तक दें जब तक दर्द न हो!" अपने स्तर पर या कई कंपनियों के अध्यक्ष के रूप में अपनी भूमिका में, श्री सेठ ने कभी भी किसी काम के लिये मना नहीं किया है और हर एक को जवाब दिया है और मदद की है। मंथानी में सीता राम सेवा सदन में हर एक व्यक्ति की प्रार्थना का उत्तर दिया, हर एक की उचित, उपयुक्त और प्रभावी ढंग से, मदद की।

जब आप किसी की मदद उसकी इच्छा के अनुसार करते हैं, तो आप कर्ण, अमर दाता बन जाते हैं। बड़ौदा में एक व्यक्ति है, वह उस इंसान को वह सब कुछ दे देता है जो भी उस इंसान ने मांगा है चाहे वह कितना भी कठिन हो। जब आप स्वयं खतरे में होने पर भी देते हैं, तो आप बाली बन जाते हैं, जिनकी देवताओं ने भी सेवा की थी। श्री सुशील झुनझुनवाला ने अपने भाइयों के मांगने पर उन्हें अपना उद्योग दे दिया और घाटे में चल रहे उनके संगठन को स्वीकार किया, जिसे उन्होंने अब एक प्रतिष्ठित विश्व स्तरीय लाओपाला में बदल दिया। बहुत महान निर्देशकों के रूप में भगवान उनके बोर्ड में सेवा करते हैं।

देना और प्राप्त करना जीवन का संतुलन है। श्री कांतिसेन श्रॉफ, श्रीमती चंदाबेन श्रॉफ और श्री अतुल श्रॉफ और श्रीमती श्रुति श्रॉफ ने क्रमशः विवेकानंद रिसर्च एंड ट्रेनिंग इंस्टीट्यूट, सृजन और श्रॉफ फाउंडेशन ट्रस्ट जैसे कई स्वैच्छिक संगठनों

के माध्यम से सेवा करने के लिए अपना सब कुछ दिया और लोगों की खुशी में अपनी संतुष्टि पाई।

डॉ. एस. लक्ष्मण राव और उनके सहयोगी अपनी अधिक उम्र या परेशानियों के बाद भी श्री सीता राम सेवा सदन में सेवा करने के लिए शरीर, मन, बुद्धि और आत्मा से अपना पूरा समय देते हैं।

प्यार दें। सम्मान दें, दूसरों को जगह दें। समय दें। ज्ञान दें। अपने विचार दें।

देना, देना, देना और देना।

अतीत में किये गये अपने कार्यों से सीखें। लोगों की वर्तमान आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए दें। बेहतर भविष्य बनाने के लिए दें। निरंतरता सुनिश्चित करने के लिए दें। ये आपकी सेवा और सद्भावना को चार गुना देने वाले बन जाते हैं।

अपने देने को एक उपहार में बदलें। लेना और लेते रहना आतंकवाद है। लेना और देना सरकार है। देना और लेना व्यवसाय है। देना और देना, और चढ़ाना और प्राप्त करना दिव्यता है। दिखाने और प्राप्त करने के लिए अपने देने और लेने को ऊपर उठाएं। जब आप देते हैं, और भक्ति, समर्पण, शालीनता, गरिमा और अहंकार के बिना देते हैं, तो यह एक उपहार बन जाता है। जब आप ग्रहण करते हैं, तो भक्ति, समर्पण, शालीनता और गरिमा के साथ ग्रहण करें। फिर यह प्राप्त करने वाला बन जाता है।

एक प्रेरित और जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में अपना तन, मन, धन और ज्ञान (शरीर, मन, धन और ज्ञान) जरूरतमंद लोगों की भलाई के लिए प्रदान करें। तब, आप निश्चित रूप से कार्यों, भावनाओं, विचारों और भावना के साथ उनका सहयोग और भागीदारी प्राप्त करेंगे। सिद्धांतों, मूल्यों, प्रेम और योगदान के आधार पर अपने जीवन को अन्य स्वयंसेवकों के लिये उदाहरण बनायें, इससे आपको बहुत अधिक खुशी का अहसास होगा।

सभी पहलुओं पर विचार करें। जब भी आप स्वैच्छिक सेवा का कोई पाठ्य-क्रम लेते हैं, तो समूह और समुदाय के बड़ों को अनुमति और ध्यान दें। बड़ों को आजादी दें। युवाओं को सलाह दें और मान्यता दें। बच्चों को प्यार और देखभाल दें। सभी को समर्थन और सहायता दें। जब आप किसी को कुछ देते हैं, तो उसे खुद न दें, बल्कि किसी अन्य व्यक्ति से दिलवायें। इस प्रकार तीसरे व्यक्ति को अपने और प्राप्त कर्ता के बीच एक माध्यम (एक निमित्त) बनाएं। यह आपको अहंकार नहीं होने देगा क्योंकि आपने बिल्कुल भी कुछ भी नहीं दिया है। माध्यम में अहंकार नहीं हो सकता क्योंकि उपहार देते समय और देने से पहले, उसके बीच में और बाद में वह वस्तु उसकी नहीं होती है। क्योंकि, एक माध्यम एक पुल, एक संबंध, एक गवाह और भगवान का नमूना है।

जब भी आप कुछ देते हैं, तो एक हाथ से न दें, जैसे कि आप कोई एहसान कर रहे हों। दोनों हाथों से दें; विनम्रता और

सम्मान के साथ थोड़ा झुकें। फिर यह एक भेंट (समर्पण) बन जाती है। जब भी कोई आपको कुछ देता है, तो एक हाथ से न लें, न छीनें, न पकड़ें और न ही खींचें, बल्कि विनम्रता और सम्मान के साथ थोड़ा झुककर दोनों हाथों से लें। फिर यह प्राप्त करने वाला बन जाता है(स्वीकार)।

जब आप देते हैं या प्राप्त करते हैं, तो खुले दिल से मुस्कराएं और अपनी खुशी दिखायें। *जब आप बिना किसी लालच की किए अपनी स्वैच्छिक सेवा प्रदान करते हैं, तो आप एक दिव्य दाता बन जाते हैं।* जब आप सही समय पर और सही जगह पर सही लोगों को सही सेवा देकर एक जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक बन जाते हैं, तो आप पूरी तरह से सही हो जाते हैं और आपको एक महान और सम्मानित स्वयंसेवक कहे जाने का अधिकार प्राप्त होता है।

देना ही लाभ है।

देने की भावना

श्रद्धाया दयाम्
आश्रादया न दयाम्
श्रीया दयाम्
ह्रिया दयाम्
भिय-दयाम्
संवाद-दयाम्

तैत्रियोपनिशद-11-2

समर्पण और ध्यान के साथ दें।
*समर्पण, देखभाल या ध्यान दिए बिना न दें।
जो शुभ हो वही दें।
विनम्रता के साथ और बिना प्रदर्शन के दें।
यह सोचकर दें कि क्या आप जो देते हैं वह प्राप्त कर्ता के
निशान और ऊंचाई तक है।*

भरकर दें। जो श्रेष्ठ है, वही दें।

एक स्वयंसेवक के रूप में, समर्पण, ध्यान, विनम्रता, प्रदर्शन-हीनता, अहंकार-हीनता और एक प्रतिभागी या प्राप्त कर्ता के प्रति बहुत सम्मान दिखायें और सम्मान के साथ अपनी सहायता प्रदान करें।

बिना दिखाये और दिखावा करके देना ही चमकता है।

सही देना- चमक के साथ देना

दातव्यमिति यत्दामं
दीयते अनुपकार इन्
देश कालेचा पात्रेचा
तड्डानम् सात्त्विकम् स्मृतिम्

भगवद गीता-18-20

*क्योंकि यह देना सही है, यह किया जाता है,
वापस मिलने की उम्मीद के साथ, पूरी तरह से कोई नहीं,
स्थान, समय और प्राप्त करने वाला सही है।
वह देना सात्त्विक है और सही है।*

वापसी लाभ, लाभ, फायदा, नाम या प्रसिद्धि की किसी भी उम्मीद के बिना देने का अधिकार होने पर दें। किसी उम्मीद के साथ, देना दान देना नहीं है, बल्कि एक व्यापार, वाणिज्य, लेन-देन और व्यवसाय है। बिना देर किए सही समय पर दें। देर करने से चिंता होती है और मूल्य में भी कमी आ जाती है। सही जगह पर दें। यह उस जगह को एक मूल्यवान जगह और खुली जगह बनाता है, जहाँ सभी देख सकते हैं और जान सकते हैं कि आपने क्या दिया है।

सही व्यक्ति को दें। सही व्यक्ति को सही समय पर मदद न करने से श्रेष्ठता में कमी आती है। गलत व्यक्ति को पुरस्कार देना गलत मूल्यों को बढ़ावा देने के समान है। एक सही

व्यक्ति एक योग्य व्यक्ति होता है। एक योग्य व्यक्ति को सम्मानित करना वंशानुगत और गरिमापूर्ण है।

सेवा करने के लिये:

जरूरत का कोई भी समय सही समय होता है।

जरूरत की कोई भी जगह सही जगह होती है।

जरूरत में कोई भी व्यक्ति सही व्यक्ति होता है।

स्वयंसेवक बनने के लिये आप सही व्यक्ति हैं।

देने के अच्छे रास्ते

1. अपनी जेब में कुछ पैसे जरूर रखें। जब भी कोई व्यक्ति आपके सामने पूछने का हाथ बढ़ाता है, तो आपके हाथ में जो कुछ भी आता है उसे बिना किसी हिचकिचाहट, निर्णय या सहानुभूति के दें। जो कुछ भी है, दे दीजिए। कम से कम एक सिक्का जरूर दें।
2. मिलते समय और विदा लेते समय मुस्कराएँ। आप जितना अधिक मुस्कराएंगे, उतना ही अच्छा होगा। ध्यान दें कि मुस्कुराहट का जवाब बहुत, बड़ी, लंबी और बेहतर मुस्कान के साथ दिया जाता है। आप ऐसा करेंगे तो लोग अधिक खुश होंगे।
3. जब भी आपके प्रतिभागियों या सह-स्वयंसेवकों द्वारा कोई अच्छा काम, योगदान, सहायता या विचार दिया जाता है तो उनकी तारीफ जरूर करें।
4. जब कोई आपके लिए कुछ करता है (चाहे वह अच्छा हो या अच्छा नहीं, बुद्धिमान हो या न हो) तो उसे बार-बार धन्यवाद देकर सम्मान दें।
5. सब को अच्छे से सम्मान दें।

6. जब भी आप किसी बुजुर्ग, किसी मरीज, किसी चिंतित व्यक्ति या किसी मुसीबत में पड़े व्यक्ति के पास जाएं, तो खाली हाथ न जाएं। ज्यादा से ज्यादा उसकी सहायता करें। कम से कम कुछ फल लेकर जायें।
7. जब आप एक फल, एक अखरोट, एक लड्डू या एक कटोरी या एक थाली या टोकरी से एक व्यंजन लेते हैं, तो अपने लिए छोटा और कम लें, और दूसरों को ज्यादा लेने दें।
8. लाइन, कतार, सीट या स्थान में अपने से पहले दूसरों को सीट दें।
9. उस प्रतिभागी को गले लगाएँ जिसने आपकी सहायता की या जिसने आपका साथ नहीं दिया।
10. एक खुशमिजाज स्वयंसेवक के रूप में दें और अपने जीवन का आनंद लें।

देना-अभ्यास

1. देने का क्या महत्व है?

क) _____

ख) _____

ग) _____

2. एक जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में आप देने के लिए किन तरीकों का अभ्यास करेंगे?

क) _____

ख) _____

ग) _____

3. उन अवसरों या अवसरों को याद करें जहाँ आपके देने से आपको खुशी और आनंद मिलता है।

क) _____

ख) _____

ग) _____

4. आने वाले 6 महीनों में आप जरूरतमंद लोगों को क्या देना चाहेंगे?

क) _____

ख) _____

ग) _____

प्यार करना

प्यार करने का अर्थ है लोगों को वैसे ही स्वीकार करना है जैसे वे हैं और फिर समस्याओं, कमियों और मुसीबतों के हल ढूँढ़ता है और उन्हें समाप्त करके, एक अच्छा और बेहतर इंसान बनने के लिए अपनी ताकत और संसाधनों का उपयोग उनकी सहायता करने और सेवा करने में करता है। एक प्यार करने वाले, विचारशील और एक जिम्मेदार स्वयंसेवक बनें। एक स्वयंसेवक लोगों की पात्रता, क्षमता और जिम्मेदारी पर विचार किए बिना अपना प्यार बढ़ाता है। वह एक माँ की तरह प्यार करता है क्योंकि वह सभी को समान रूप से प्यार करता है।

प्रेम मित्रता, निकटता, सहानुभूति, दया, करुणा और विचार की एक भावना है जो संसार में समान रूप से फैली हुई है। प्रेम आराम देता है और सुकून देता है। प्यार पसंद और नापसंद से ऊपर है। एक स्वयंसेवक किसी को नापसंद नहीं कर सकता। एक जिम्मेदार स्वयंसेवक के लिए सवाल यह नहीं है कि क्या किसी व्यक्ति को वह प्यार करता है और पसंद करता है या पसंद करने योग्य नहीं है और प्यार नहीं करता है। एक स्वयंसेवक जिस प्रश्न से सबसे अधिक चिंतित होता है, वह यह है कि क्या कोई व्यक्ति दर्द में है, कठिनाई में है

या किसी समस्या में है। यदि उत्तर 'हाँ' है, तो स्वयंसेवक को उस व्यक्ति की सहायता करनी होगी और उसकी सेवा करनी होगी।

वास्तव में, किसी भी जरूरतमंद व्यक्ति के लिए सेवा को बढ़ाया जाना चाहिए, भले ही वह व्यक्ति प्रतिद्वंद्वी, विरोधी, शत्रु या दुश्मन हो। प्रिय भरत! आप बिना कुछ सोचे और बिना कोई कल्पना किये एक प्यार करने वाले, जिम्मेदार स्वयंसेवक हैं। सभी के लिए समान रूप से महत्वपूर्ण बनें।

एक स्वयंसेवक एक शिक्षक से अधिक होता है। एक शिक्षक अपने छात्रों को पास करता है या फेल करता है या अंक देता है। इसके विपरीत, एक स्वयंसेवक यह सुनिश्चित करने का प्रयास करता है कि उसके सभी प्रतिभागी सफल हों। एक स्वयंसेवक एक ऐसे नेता से अधिक होता है जो लोगों को उनके कार्यों को देखकर पहचानता है। एक स्वयंसेवक लोगों के कार्यों की परवाह किए बिना उनकी जरूरतों के अनुसार उनकी सेवा करता है। एक स्वयंसेवक एक माँ की तरह होता है जो उन लोगों से अधिक प्यार करती है जो दर्द और परेशानी में हैं।

प्यार माफ करने वाला और माफी देने वाला है। प्यार में मन और दिल मजबूत होते हैं। प्यार उस शक्ति को कहते हैं जो गलत धारणा, गलतफहमी और गलतियों को दूर करता है। जब प्यार होता है, तो आगे बढ़ने और सकारात्मक विकास की आशा होती है। प्रेम उपचार की भावना है।

प्रेम बोलने की भाषा से ऊपर है। अपने कार्यों से उनकी सेवा करके, अपनी भावनाओं में सांत्वना दिखाकर, अपने विचारों से उनकी समस्याओं के हल खोजकर लोगों को एक साथ इकट्ठा करके प्यार लोगों के दिलों तक पहुँच रहा है, लोगों के दिलों को छू रहा है, लोगों के दिलों में अपनी जगह बना रहा है।

एक साथ रहना प्यार की शुरुआत है और नजदीकियाँ माफ करने वाली और माफी देने वाली होती है। दोस्ती प्यार की नींव है ताकि दोस्त लोगों की भलाई के लिए एक साथ चल सकें।

प्यार के लिए स्वीकार करना जरूरी है। अपने प्रतिभागियों को उनकी समस्याओं, चुनौतियों और आवश्यकताओं के साथ स्वीकार करें।

जब आप सहायता, सेवा और बिना किसी लालच के अपने प्यार से लोगों की सेवा करते हैं तो आपको लोगों से अधिक प्यार मिलता है और प्रतिभागियों को अधिक खुशी देता है और इससे स्वयंसेवक पूरे दिल से प्यार देकर उनकी सेवा करता है।

प्यार करें, आगे बढ़ें, सेवा दें और जिएं।

**एक जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में जीना ही
प्यार करना है।**

प्रेम और भक्ति

*अथथो भक्तिम व्याख्यास्यामाह
सा त्वास्मिन् परम प्रेम स्वरूपा*

- नारद भक्ति सूत्र-1.2

अब मैं भक्ति के बारे में बता दूँ-
भक्ति उनके लिए सर्वोच्च प्रेम है।

नारद भक्ति सूत्रों के अनुसार, उस एक के लिए परम प्रेम भक्ति है।

प्यार एक व्यक्ति को पूरी जिम्मेदारी के साथ पूरी तरह से स्वीकार करना है। कार्यों, भावनाओं, विचारों और चेतना पूरी जिम्मेदारी से शरीर, मन, बुद्धि और आत्मा में समर्पित है। भक्ति: भावनाओं, विचारों और चेतना के माध्यम से शरीर, मन, बुद्धि और आत्मा के साथ स्वयं का एक पूर्ण समर्पण है। इस प्रकार प्रेम और भक्ति वास्तव में एक ही है और इसे दो तरीकों या दो नजरियों से देखा जा सकता है। एक प्यार करने वाला स्वयंसेवक वह है जो अपने कार्यों, भावनाओं, विचारों और आत्मा के माध्यम से दर्द सहन कर रहे व्यक्ति और जरूरतमंद व्यक्ति की पूरी जिम्मेदारी लेता है।

एक समर्पित प्रतिभागी वह व्यक्ति होता है जो दर्द में होता है और जिसे जरूरत होती है, जो कार्यों, भावनाओं, विचारों और आत्मा के माध्यम से स्वयंसेवकों के लिए पूरी तरह से

समर्पित होता है। इसलिए जिम्मेदारी और समर्पण एक ही बात है।

हमने नारद भक्ति सूत्रों में देखा है कि प्रेम और भक्ति अलग-अलग नजरिये से एक ही हैं। प्रेम और भक्ति प्रदान करने और प्राप्त करने की दो प्रक्रियाएँ हैं। जब कोई प्रेम प्रदान करता है तो उसे भक्ति प्राप्त होती है, और जब कोई भक्ति प्रदान करता है तो उसे प्रेम प्राप्त होता है।

इस प्रकार, एक स्वयंसेवक प्रतिभागियों के लिए भगवान और भक्त दोनों बन जाता है। एक प्रतिभागी स्वयंसेवकों के लिए भक्त और भगवान दोनों बन जाता है।

प्यार और भक्ति में, स्वयंसेवक और प्रतिभागी दोनों एक हो जाते हैं। 'मैं' और 'तुम' की लड़ाई खत्म हो जाती है।

प्रेम भक्ति है,

भक्ति प्रेम है।

भगवान और भक्त स्वयंसेवक और प्रतिभागी

श्री गोपालो महा पालो
वेद वेदांग पारागाह
कृष्ण कमला पत्राक्ष
पुंडरीकाह सनातनाह

- गोपाल सहस्रनाम.1

भक्तअभिषिक्तप्रदा सर्वः
भक्त अघौघा निक्रुन्तना
अपरा करुणा सिन्धूर
भगवान भक्त ततपराह

-गोपाल सहस्रनाम.2

श्री गोपाल (गायों का रखवाला) माहापल (एक महान नेता) वेदों (सांसारिक ज्ञान) और वेदांगों (आध्यात्मिक ज्ञान) को अधिक जानने वाले हैं और जो कमल के पत्तों की तरह आँखों वाले कृष्ण हैं; और जो बहुत पुराने हैं।

वे भक्तों की सभी इच्छाओं को पूरा करने वाले, भक्तों की कठिनाइयों और कमियों को दूर करने वाले, असीमित दया के सागर हैं। वे स्वयं भगवान हैं, जो हमेशा भक्तों के प्रति समर्पित रहते हैं।

एक जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक लोगों का एक महान नेता होता है। वह सांसारिक ज्ञान और आध्यात्मिक ज्ञान दोनों को अच्छी तरह से जानता है। वह एक दूरदर्शी(आगे की

सोचने वाला) है, जो हमेशा साफ और दूर तक देखता है जिसकी चौड़ी और सुंदर आंखें हैं जो कृष्ण के समान हैं। उनकी स्वैच्छिक भावना प्राचीन और अमर है। वह सभी कमियों और कठिनाइयों को दूर करके अपने प्रतिभागियों की सभी जरूरतों और आवश्यकताओं को पूरा करता है। वह हमेशा प्रतिभागियों के लिए जिम्मेदारी लेता है।

एक जिम्मेदार और प्रतिबद्ध स्वयंसेवक वास्तव में उन प्रतिभागियों के लिए भगवान है जिनकी वह सेवा करता है।

इस प्रकार, एक जिम्मेदार स्वयंसेवक एक दिव्य भक्त होता है, जबकि एक प्रतिभागी एक समर्पित देव के समान होता है।

एक प्यार करने वाला-समर्पित-स्वयंसेवक और एक समर्पित-प्यार करने वाला-प्रतिभागी आनंदपूर्ण स्वयंसेवा की भावना में एक हो जाता है।

फिर, बहुत अधिक मात्रा में आशीर्वाद प्राप्त होता है।

***प्यार और भक्ति, स्वयंसेवक और प्रतिभागी
दोनों को एकजुट करते हैं।***

प्यार करने के जीवंत तरीके

1. लोगों को वैसे ही स्वीकार करें जैसे वे हैं उन्हें अच्छा और बेहतर बनने के लिए उनका समर्थन करने के लिए हर समय उनकी सहायता करें।
2. उन लोगों की पहचान करें जिन्हें सहायता की आवश्यकता है और जो कठिनाई में हैं, उनसे संपर्क करें और उनसे पूछने से पहले ही उनकी सेवा करें।
3. बच्चों की देखभाल करें। उन्हें गले लगाओ, उन्हें प्यार करो। सुनिश्चित करें कि उनके पास बाग या बगीचों में पौष्टिक भोजन, खेलने और आनंद लेने की सुविधा हो। कम उम्र में उन्हें नदियाँ, महासागर, जंगल और बाहरी स्थान दिखाएँ।
4. बड़ों की देखभाल करें। उन्हें समय दें और उनकी बात सुनें। बड़ों पर ध्यान देने की जरूरत है। सुनिश्चित करें कि उनके पास दवाएं और नियमित उपचार हो।
5. मुसीबत के समय में, अपने विरोधियों और आलोचकों सहित सभी की मदद करें।
6. जिन लोगों ने आपकी मदद की है उनकी मदद करना बहुत अच्छा और स्वाभाविक है, लेकिन जिन लोगों ने आपको दर्द दिया है उनकी मदद करना महान और बहुत गर्व करने की बात है।

7. जब आप एक स्वयंसेवक के रूप में सहायता करते हैं, तो इसका प्रचार न करें। गुप्त सेवा सबसे बड़ी सेवा है।
8. आपकी मुस्कान, आपकी खुशी, आपका व्यवहार और आपका उत्साह सभी के दिलों तक पहुंचे। अपनी चिंता खुलकर बतायें।
9. बिना किसी उम्मीद के प्यार करें।
10. उन लोगों के प्रति जिम्मेदार और समर्पित रहें जो आपसे प्यार करते हैं और उन लोगों के प्रति भी जो आपसे प्यार नहीं करते हैं।

प्रेमपूर्ण-अभ्यास

1. एक जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में आपके लिए प्यार का क्या महत्व है?

क) _____

ख) _____

ग) _____

2. एक स्वयंसेवक के रूप में अपनी भूमिका में आप प्यार करने के लिए किन तरीकों का अभ्यास करेंगे?

क) _____

ख) _____

ग) _____

3. दुख में और सहायता की आवश्यकता वाले लोगों के प्रति प्रेम व्यक्त करने के तरीके क्या हैं?

क) _____

ख) _____

ग) _____

4. (i) स्वयंसेवकों के बीच प्रेम कैसे उत्पन्न और सुनिश्चित किया जाए,

(ii) प्रतिभागी और

(iii) स्वयंसेवक और प्रतिभागी?

क) _____

ख) _____

ग) _____

विश्वास करना

विश्वास एक बहुत ऊँचा रिश्ता है। एक जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में अपने आप को इस तरह से बनाना होगा कि आपके साथी, साथ काम करने वाले, सह-स्वयंसेवक और आपके समर्थक ज्ञान, धन, बुद्धिमानी, श्रेष्ठता और अन्य क्षमताओं के लिये आप पर भरोसा करें। आपको अपने प्रतिभागियों को भरोसेमंद बनने के लिए भी तैयार करना होगा।

पूरे भरोसे, पूर्ण विश्वास और पूर्ण स्वीकृति के साथ विश्वास करें। अन्य कार्यों की जिम्मेदारी अपने प्रतिभागियों को भी दें, यह विश्वास रखें कि आपके साथी आपके सामने ना होने पर भी सेवा करने का काम करते रहेंगे। जब आप किसी पर भरोसा करते हैं, तो आपका तनाव दूर हो जाता है, बोझ कम हो जाता है और खुद पर विश्वास मजबूत होता है और विश्वास और भरोसा बढ़ जाता है। जब आप भरोसेमंद होते हैं तो आप विश्वास करने योग्य हो जाते हैं। विश्वसनीयता का अर्थ है प्रतिबद्धता(जिम्मेदारी)। आप तब भरोसेमंद और विश्वसनीय बन जाते हैं जब आप चार स्तरों की जिम्मेदारी लेते हैं-सच्चाई, समर्पण, ईमानदारी और महानता।

सच्चाई का मतलब है कि आप जो कह रहे हैं वही कर रहे हैं और जो कर रहे हैं वही कह रहे हैं। समर्पण का अर्थ है जो

आप कर रहे हैं वही महसूस कर रहे हैं और जो आप महसूस कर रहे हैं वही कर रहे हैं। ईमानदारी का अर्थ है कि आप जो सोच रहे हैं वही कर रहे हैं और जो आप सोचते हैं वही कर रहे हैं। महानता वह कर रही है जो सही है। इसलिए, एक जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक के रूप में सत्यवान, समर्पित, ईमानदार और महान बनें।

प्रशिक्षण दें, शिक्षित करें, सशक्त बनायें और अपने प्रतिभागियों को राह दिखायें उनकी तैयारी करायें और अपना उदाहरण बताकर सत्यवान, समर्पित, ईमानदार और महान बनने में सक्षम बनाएं।

विश्वास: प्रेम, जिम्मेदारी लेने और शक्ति से कहीं अधिक है। प्रेम को पोषित किया जाता है। जिम्मेदारी लेने से अधिकार मिलता है। शक्ति से ऊर्जा मिलती है। भरोसा आपको पूरा समर्थन और आजादी दे रहा है। जब कोई आप पर भरोसा करता है, तो आपकी जिम्मेदारी और अधिक बढ़ जाती है और आपको उस विश्वास की रक्षा और समर्थन के लिए सब कुछ करना पड़ता है। जब आपके प्रतिभागी आप पर भरोसा करते हैं, तो आप उनकी सेवा करने के लिये और उनके काम आने के लिये पूरे मन से उनकी सेवा करते हैं और अपने आप को उनके सामने दिखाते हैं।

विश्वास संबंधों को मजबूत और समृद्ध बनाता है। निरंतर विश्वास करने से लोग आपस में रिश्तेदार बन जाते हैं। एक भरोसेमंद और भरोसेमंद स्वयंसेवक के रूप में, अपने

प्रतिभागियों के करीबी रिश्तेदार बनें। तब, वे आप पर भरोसा करेंगे, आपसे प्यार करेंगे, आपकी देखभाल करेंगे और आपके स्वैच्छिक मिशन और उनके लिए कार्यक्रमों को सफल बनाएंगे। *विश्वास की जड़ इरादा है और विश्वास का फल संबंध है।* जब इरादे साफ और नेक होते हैं, तो आप भरोसा कर सकते हैं और एक भरोसेमंद व्यक्ति भी बन सकते हैं।

अपने स्वैच्छिक कार्य और अपने प्रतिभागियों की क्षमताओं से संबंधित संदेह, हिचकिचाहट, आशंका और 'यदि' और 'लेकिन' के विश्वास को पार करें और सेवा करने और सहयोग करने के लिए एक ठोस इरादा और इच्छा पैदा करें।

जब आप खुद पर भरोसा करते हैं, तो आप कर सकते हैं। जब आप अपने सह-स्वयंसेवकों पर भरोसा करेंगे, तो वे निश्चित रूप से करेंगे। जब आप जिम्मेदार और प्रेरित स्वयं सेवा की भावना पर भरोसा करते हैं, तो यह निश्चित रूप से हर जगह फैल जाएगा।

ईश्वर में विश्वास रखें। वह है। वह परम आत्मा(ईश्वर)आप में, आपके प्रतिभागियों, सहयोगियों और समर्थकों में मौजूद है। जब आप किसी व्यक्ति पर भरोसा करते हैं, तो आप दिल से उस व्यक्ति से जुड़ जाते हैं। विश्वास कीजिए और दिल जीत लीजिए। अपना दिल दीजिए और भरोसा रखिए। प्रतिभागियों पर विश्वास करें, लेकिन स्थितियों पर विश्वास न करें। यहां तक कि भरोसेमंद लोग भी परिस्थितियों के कारण प्रगति नहीं कर पाते हैं। स्थितियों की जांच करें, प्रतिभागियों को मजबूत

बनाएं, उनका आत्मविश्वास बढ़ाएं और अपने लोगों की सफलता निश्चित करें।

जब भरोसेमंद लोग काम नहीं करते हैं तो अपनी हिम्मत न हारें। उन्हें समय दें और जगह दें। भरोसेमंद प्रतिभागी जल्दी ही अपने कार्य को पूरा करेंगे। जब आप भरोसा करते हैं, तो वहाँ आशा, खुशी और सब एक दूसरे पर निर्भर होते हैं। जब आप भरोसेमंद होते हैं, तो किसी व्यक्ति के काम आने की खुशी होती है।

विश्वास कीजिए और दिल जीत लीजिए।

अपना दिल दीजिए और भरोसा करिये।

सबसे भरोसेमंद

न त्वामहम् कामाये राज्यम्
न स्वरं न पुनर्भवम्
कामाये दुःख तप्तानाम्
प्राणिनम् आरती नाशनम्-

श्रीमद् भागवतम्

मुझे राज्य की इच्छा नहीं है,
न ही मुझे स्वर्ग या पुनर्जन्म की इच्छा है।
मैं जीवित प्राणियों के दुःख और कठिनाइयों
के नाश की कामना करता हूँ।

राजा रति देव ने केवल सभी जीवित प्राणियों के दुःख और
दुःख को दूर करने के लिए कहा और राज्य, स्वर्ग या पुनर्जन्म
की तलाश नहीं की। वे सर्वोच्च क्रम के एक प्रेरित और
जिम्मेदार स्वयंसेवक थे।

आप एक आधुनिक रति देव हैं, एक प्रेरित और जिम्मेदार
स्वयंसेवक हैं जो लोगों की कठिनाइयों, कमियों, बुराइयों,
परेशानियों, और दुखों को दूर करने के लिए उनके लिये अपनी
स्वैच्छिक सेवा को महत्वपूर्ण बनाया है।

यही भक्ति, समर्पण, त्याग और मुक्ति का सार है। यही सभी
उपनिषदों, आध्यात्म, धर्मों और अनुभवों का सार है। ऐसा
स्वयंसेवक सबसे अधिक भरोसेमंद हो जाता है और सभी

प्रतिभागी और लोग इस तरह के एक प्रेरित और जिम्मेदार स्वयंसेवक पर पूरी तरह से भरोसा करेंगे, जैसे कि सर्वशक्तिमान, अल्लाह, भगवान, अहुरा मजदा और इक ओंकार, स्वयं और भीतर के स्वयं पर भरोसा करना।

दूसरों की सेवा करना परम भक्ति है।

विश्वास करने का टंकवे

1. किसी भी रिश्ते की शुरुआत में लोगों पर भरोसा करें। शक न करें। उस व्यक्ति पर तब तक विश्वास करें जब तक कि यह गलत साबित न हो जाए। ज्यादातर लोग अच्छे और भरोसेमंद होते हैं और धोखेबाज नहीं होते हैं।
2. विश्वास एक महान सुधारक है। जब आप किसी धोखेबाज पर भी भरोसा करते हैं, तो वह धोखा नहीं देगा। एक बार जब वह व्यक्ति विश्वास करना सीख जायेगा, तो वह खुद को बदल लेगा। यहां तक कि लड़खड़ाने वाले पर भी भरोसा करें और उसके खुद पर भरोसा करने और खुद में बदलाव लाने में उसकी सहायता करें।
3. एक जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में अपनी सभी जिम्मेदारियों को पूरा करें। यदि आप पूरा नहीं कर सकते हैं तो वचन न दें। वचन देने में पीछे न रहें।
4. आप जो कहते हैं उसे करें और जो कर रहे हैं उसे कहें।

विश्वास-अभ्यास

1. एक स्वयंसेवक के रूप में आप पर भरोसा करने का क्या महत्व है?

क) _____

ख) _____

ग) _____

2. एक जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में विश्वास करने के लिए आप कौन से दृष्टिकोण अपनाएंगे?

क) _____

ख) _____

ग) _____

3. आप कौन से योगदान सुनिश्चित करेंगे ताकि आपके प्रतिभागियों में विश्वास करने की अच्छी आदत पैदा हो?

क) _____

ख) _____

ग) _____

4. ऐसे कौन से तरीके हैं जिनसे आपके प्रतिभागी भरोसेमंद बन सकते हैं?

क) _____

ख) _____

ग) _____

जिम्मेदार, सच्चा

जिम्मेदार बनें।

किसी भी स्थिति में एक दिव्य, महान, मानवीय और जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में जवाब देना एक जिम्मेदारी है। क्षमता के साथ जवाब देना जिम्मेदारी है। उत्तरदायित्व जवाब देना नहीं है, बल्कि अधिकार बनाने और गैर-अधिकार को गायब करने के लिए कार्य करना है।

एक जिम्मेदार स्वयंसेवक जब भी सेवा करता है तो समानता, भलाई और खुशी की सही स्थितियाँ बन जाती हैं। वह दुख, पीड़ा, परेशानी और कमियों की स्थितियों को खत्म करने की कोशिश करता है। *अच्छाई की रक्षा करना और बुराई से छुटकारा पाना एक जिम्मेदारी है।* जिम्मेदारी उत्तरदायित्व, जवाबदेही और कर्तव्य का एक संयोजन है।

एक जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में, केवल अपनी जिम्मेदारियों और उद्देश्यों को ही पूरा न करते रहें। अपनी जिम्मेदारियों को पूरा करने के बाद, नई स्थितियों को देखें और सोचें कि उन जरूरतों को आगे पूरा करने के लिए और क्या किया जाना चाहिए। एक जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक

गंभीर परिस्थितियों में खुद को उठाता है, परेशानियों को हाथ में लेकर उन्हें ठीक करता है।

उत्तरदायित्व एक नेतृत्व है। एक जिम्मेदार स्वयंसेवक एक विश्वसनीय और सम्मानित नेता होता है। जिसको अधिकार दिया जाता है और जिम्मेदारी ली जाती है। जब किसी स्थिति को सुधारने और मानवीय मूल्य स्थापित करने के लिए किसी व्यक्ति को जिम्मेदारी लेने के लिये खड़े होने की जरूरत होती है तो आप बिना किसी के कहे खड़े हो जायें, जिम्मेदारी लें और जो व्यक्ति ऐसा करता है वह व्यक्ति एक जिम्मेदार व्यक्ति और एक जिम्मेदार नेता बन जाता है।

एक स्वयंसेवक के रूप में, पूर्व-सक्रिय, सक्रिय, सक्रिय प्रक्रिया और सक्रिय होने के बाद सक्रिय रहें।

संभावना से पहले से कार्य करना पूर्व-सक्रिय है, शुरुआत से ठीक पहले कार्य करना सक्रिय है, प्रक्रिया के दौरान कार्य करना सक्रिय हो रहा है और प्रक्रिया के बाद सुधार या आगे सुधार करने के लिए कार्य करना, सक्रिय होने के बाद किया जा रहा है। एक स्वयंसेवक के रूप में जिम्मेदारी निभाने में अनेक कार्य शामिल होते हैं। कार्य करें और जिम्मेदार बनें।

माता, पिता, शिक्षक और दादा की तरह जिम्मेदार बनें। माँ देखभाल के साथ प्यार करती है, पिता साहस के साथ रक्षा करते हैं, शिक्षक जिम्मेदारियों के साथ बांटते हैं और दादा करुणा के साथ सराहना करते हैं। देखभाल, साहस, जिम्मेदार

और करुणा के साथ एक जिम्मेदार चौतरफा स्वयंसेवक बनें, और अपने प्रतिभागियों और समाज के लिए माँ, पिता, शिक्षक और दादा बनें, चाहे आपकी उम्र, लिंग, स्थान या सेवा का क्षेत्र कुछ भी हो।

प्रिय भरत, देखो विश्वास और जिम्मेदारी कैसे एक ही हैं, जैसे सच्चाई के दो पक्ष! जब आप जिम्मेदार होते हैं तो आप पर भरोसा किया जाता है। जब आप पर भरोसा किया जाएगा, तो आप जिम्मेदार होंगे। जब आप अपने प्रतिभागियों पर भरोसा करते हैं, तो वे जिम्मेदार बन जाएंगे। जब वे जिम्मेदार होंगे, तो आप उन पर भरोसा करेंगे। जिम्मेदारी और विश्वास एकजुटता की एक महान भावना पैदा करते हैं और आप और आपके प्रतिभागी संयुक्त कार्यों, भावनाओं, विचारों और आत्मा के माध्यम से, जागरूक, अचेतन, सचेत और अति सचेत तरीके से जुड़ जाते हैं और एकता का अनुभव करते हैं।

जवाब + क्षमता = उत्तरदायित्व

उत्तरदायित्व प्राप्ति की ओर ले जाता है।

जिम्मेदारी लेने वाले पहले व्यक्ति बनें।

क्रेडिट का दावा करने वाले अंतिम व्यक्ति बनें।

जिम्मेदार

यदा यदा ही धर्मस्यः
ग्लानिर भवती भारतः
अभ्युत्थानम् अधर्मस्यः
तदात्मनम श्रीजाम्यहम्

गीता-4-7

परित्राणाय साधूनाम्
विनाशयाच दुष्कृताम्
धर्मसंस्थापनार्थाय
सम्भवामी युगे युगे

गीता-4-8

जहाँ कहीं भी अधिकार को नुकसान पहुँचाया जाता है
जब भी कहीं गलत हुआ है
जब गलत ऊपर होता है और सही नीचे होता है
तो, भरत! मैं अपने दम पर आता हूँ।

अच्छे और सही लोगों की रक्षा करने के लिए
दुष्ट और गलत लोगों को नष्ट करने के लिए
प्रत्येक चरण में अधिकार स्थापित करने के लिए
मैं सही समय पर, उम्र के हिसाब से आता हूँ।

जब भी सही काम होने बंद हो जाते हैं और गलत काम बढ़ जाते हैं तो एक जिम्मेदार स्वयंसेवक आगे बढ़कर स्वयं जिम्मेदारी लेता है। फिर, वह जो सही है उसकी रक्षा करता है और जो गलत है उसे खत्म करता है और ऐसा वह उम्र के हिसाब से नहीं करता है बल्कि दिन-ब-दिन करता है, जिससे समय-समय पर सही प्रक्रिया स्थापित होती है। इसी तरह, वह जिम्मेदारी को व्यक्ति-व्यक्ति और स्थान-स्थान पर, स्थिति-दर-स्थिति, कठिनाई-दर-कठिनाई ग्रहण करता है।

एक जिम्मेदार स्वयंसेवक हमेशा तैयार रहने वाला नेता होता है।

किसी भी समय, किसी भी स्थान पर और किसी भी स्थिति में सेवा करने के लिए एक जिम्मेदार स्वयंसेवक बनें।

सच्चाई

जिम्मेदार स्वयंसेवक सच्चा होता है। समय, प्रेम, सत्य और जिम्मेदारी वे चार मूल्य हैं जिनका एक प्रेरित और जिम्मेदार स्वयंसेवक लगातार अभ्यास करता है। भौतिक स्थान में समय सबसे मूल्यवान प्रमुख क्षेत्र है। भावनात्मक स्थान में प्रेम सबसे मूल्यवान प्रमुख क्षेत्र है। विचारों में सत्य सबसे मूल्यवान प्रमुख क्षेत्र है। आध्यात्मिक क्षेत्र में उत्तरदायित्व सबसे मूल्यवान प्रमुख क्षेत्र है।

सत्य दिव्य है। सत्य एक स्वयंसेवक को विश्वसनीय और भरोसेमंद बनाता है। जो है वह सत्य है और जो नहीं है वह सत्य नहीं है। समय भौतिक स्थान में कार्यों को पूरा करता है, प्रेम मन में भावनाओं को पूरा करता है, सत्य बौद्धिक स्थान में विचारों को पूरा करता है और जिम्मेदारी सभी लोगों की आत्माओं को एकजुट करती है।

समय पिता है, प्रेम माता है, सत्य शिक्षक है और जिम्मेदारी दादा है।

सभी विचार सत्य में पूरे होते हैं। जब सच सामने आ जाता है तो सब कुछ उजाले में आ जाता है और सब कुछ ठीक हो जाता है। सत्य था, है और रहेगा।

सत्यमेव जयते नानरितम

मुंडाकोपनिषद-3-1-6 अकेले सत्य की जीत होती है, झूठ की नहीं।

एक जिम्मेदार स्वयंसेवक अपनी इच्छा से किये गये मिशन में जीतता है क्योंकि वह हमेशा सच्चाई से जुड़ा रहता है।

सच बोलने से स्वयंसेवक का काम आसान और सरल हो जाता है। झूठ कई कठिनाइयाँ पैदा करता है। एक झूठ का साथ देने के लिए बहुत सारे झूठ बोलने पड़ते हैं और अवश्य ही एक दिन वो झूठ पकड़ा जाएगा।

एक सच्चा स्वयंसेवक एक विश्वसनीय और भरोसेमंद स्वयंसेवक होता है।

यतो सत्य ततो धरमा

यतो धर्म ततो जया

- महाभारत

जहाँ सच्चाई है, वहाँ जिम्मेदारी है, जहाँ जिम्मेदारी है, वहाँ जीत है।

एक जिम्मेदार और सच्चे स्वयंसेवक के रूप में कहें कि आप क्या करते हैं-जो आप कहते हैं उसे करें, जो आप करते हैं उसे महसूस करें-जो आप महसूस करते हैं उसे करें, जो आप करते हैं उसे सोचें-जो आप करते हैं उसे करें और सही काम करें। जब आप जो कहते हैं, जो महसूस करते हैं, जो सोचते हैं और

जो करते हैं, वह जरूरतमंद लोगों की सेवा में होता है और समाज की बेहतरी के लिए होता है, तो आप एक योग्य, विजेता, बुद्धिमान और अद्भुत स्वयंसेवक होंगे।

अपने प्रतिभागियों, योगदान कर्ताओं और सह-स्वयंसेवकों को ईमानदार, स्पष्ट, साफ, खुले दिल के और सच्चे होने के लिए प्रेरित करें।

अपने सभी कार्यक्रमों, बातचीत, सभाओं, सेवाओं और परियोजनाओं में सच्चाई को फैलने दें।

जिम्मेदार स्वयंसेवक सच बोलता है, ईमानदार होता है, सही करता है और सही होता है।

जिम्मेदारी के लिए रास्ते

1. जब भी लोगों को कोई सेवा, सहायता, समर्थन या योगदान देना हो तो तुरंत खड़े हो जाएँ।
2. शुरुआत करें। किसी कठिन कार्य को अपने हाथों में लेने वाले पहले व्यक्ति बनें।
3. मां बनें। प्यार और देखभाल दें।
4. पिता बनें। सुरक्षा और आत्मविश्वास दें।
5. शिक्षक बनें। ज्ञान बांटें और मजबूत बनायें।
6. दादा बनें। भरपूर तारीफ करें।
7. जब चीजें क्रम से बाहर, कदम से बाहर, हाथ से बाहर या नियंत्रण से बाहर हों, तो एक नेता बनें और चीजों को सही करने और स्थिति को सही करने की शुरुआत करें।
8. जब कोई उदास, दुखी, परेशान या कठिनाई में हो, तो उसका साथ दें।
9. सबसे पहले जिम्मेदारी लें। श्रेय लेने वाले अंतिम व्यक्ति बनें।
10. सही और जिम्मेदार बनें। बी-राइट को चमकीला है। एक उज्ज्वल और सही जिम्मेदार स्वयंसेवक नेता बनें।
11. सच बोलो और ठीक से चलो।
12. ईमानदार रहें, जिम्मेदार रहें।

जिम्मेदार-अभ्यास

1. जिम्मेदार और सच्चे होने के क्या मायने हैं?

क) _____

ख) _____

ग) _____

2. एक जिम्मेदार और सच्चा स्वयंसेवक बनने के लिए आप किन तरीकों का अभ्यास करेंगे?

क) _____

ख) _____

ग) _____

3. जिम्मेदार और सच्चे होने के क्या गुण हैं?

क) _____

ख) _____

ग) _____

4. एक स्वयंसेवक के रूप में आप उपरोक्त गुणों को कैसे विकसित और प्रदर्शित करेंगे?

क) _____

ख) _____

ग) _____

जुड़ाव

एक जिम्मेदार और समर्पित स्वयंसेवक के लिए, जुड़ाव लिंकिंग है। जुड़ाव शारीरिक, भावनात्मक, बौद्धिक और आत्मिक रूप से एक साथ रहना है।

सिंक्रोनाइज़्ड सेवाएं जुड़ती हैं। सामंजस्यपूर्ण भावनाएँ जुड़ती हैं। सकारात्मक विचार आपस में जुड़ते हैं। आध्यात्मिक अनुभव आपस में जुड़ते हैं। अपनी स्वैच्छिक सेवाओं को सिंक्रोनाइज़्ड, सामंजस्यपूर्ण, सकारात्मक और भावना से भरपूर होने दें। जब आप जुड़ते हैं, तो आप स्वैच्छिक सेवाओं के लिए एक कड़ी(श्रृंखला) बन जाते हैं। जब आप जुड़ते हैं, तो आप प्रतिभागियों के नेटवर्क के साथ भागीदार बन जाते हैं।

आप जानते हैं कि ज्ञान शक्ति है, धन शक्ति है और ताकत शक्ति है। ये दुनिया की तीन 'शक्तियाँ' (ताकत) हैं। जब आपके पास ज्ञान होता है, तो आपके पास शक्ति होती है। जब आपके पास धन (वित्तीय संसाधन) होता है तो आपके पास शक्ति होती है। जब आपके पास ताकत होती है, तो आपके पास शक्ति होती है।

ज्ञान, धन और शक्ति को जोड़ना महाशक्ति उत्पन्न करता है क्योंकि केवल ज्ञान, केवल धन और केवल शक्ति ही काफी

नहीं हैं। वर्षा की बूंदें इकट्ठा होकर और आपस में जुड़ कर एक महासागर बनाती हैं। अलग-अलग अनाज के दाने मिलकर और जुड़ कर भोजन बनाते हैं। अलग-अलग तरीके मिल कर और जुड़ कर प्रतिभागी एक-दूसरे की सहायता करने वाला एक सामाजिक समूह बनाते हैं। व्यक्तिगत रूप से जुड़े हुए और इकट्ठे हुए स्वयंसेवकों ने मिलकर एक योगदान देने के लिये और सेवा करने के लिए स्वयंसेवक आंदोलन को शुरू किया।

कनेक्शन पावर सुपर-पावर(परा शक्ति) है, जिसका अर्थ है कि एक साथ मिलकर असंभव को संभव बनाया जा सकता है।

समूह संगठन दिशा जी.ओ.डी. है। जो अब यहाँ मौजूद है और आसानी से उपलब्ध है।

प्रिय भरत, प्रतिभागियों, गुरुओं, शिक्षकों, समर्थकों और अन्य स्वयंसेवकों, समाजों, नेटवर्क से जुड़ें और जुड़ने की शक्ति की ताकत को प्राप्त करें। भगवान, सर्वशक्तिमान के भक्त की तरह कठिनाई में लोगों से जुड़ें।

जुड़ाव खुशी की बात है। हाथ मिलाने, गले लगने, हाथ जोड़ने, कंधे थपथपाने और लोगों के साथ आंखों का संपर्क बनाने में बहुत अधिक खुशी मिलती है।

विचारों को जोड़ें और प्रतिभागियों के साथ टीम की ताकत का आनंद लें। समूहों में काम करें और जुड़ने की शक्ति का आनंद लें।

संबंध जीवन है और अलग होना मृत्यु है। महान जीवन का साथ देने के लिए महान शक्तियों के साथ जुड़ें।

अपने प्रतिभागियों के साथ ऐसे जुड़ें जैसे अंगूठा उंगलियों से जुड़ता है।

जुड़े रहें और जिम्मेदार स्वयं सेवा की आजादी और जुड़ी हुई चेतना का आनंद लें।

जुड़ाव चेतना है, यह स्वयं सेवा की भावना है।

स्वयंसेवक और पूजा

जिस व्यक्ति को जरूरत है वह भगवान है।
जरूरत का स्थान मंदिर है।
जरूरत और कठिनाई के स्थान पर जाना तीर्थयात्रा है।
स्वयंसेवक भक्त तीर्थयात्री है।
स्वयंसेवक जो बोलता है वह मंत्र है।
जरूरत मंद व्यक्ति के साथ और जरूरत के स्थान के
आसपास उसकी गतिविधियाँ परिक्रमा हैं।
स्वयंसेवकों के विचार फूल हैं।
उनका व्यवहार पते हैं।
वह जो योगदान देते हैं वह फल है।
उनकी सहानुभूति पानी है।
उनके आश्वासन श्लोक हैं।
उनकी जिम्मेदारी समर्पण है।
उनके सह-स्वयंसेवक भक्तों का समूह हैं।
वे जो सेवा करते हैं वह श्रद्धा है और पूरी प्रक्रिया पूजा है।
जरूरतमंद व्यक्ति से उसे जो सहयोग मिलता है वह दया है
और उसका सुख आशीर्वाद है।
जरूरतमंद व्यक्ति का खुद से अपनी जरूरतों को पूरा कर
पाना और खुद पर विश्वास आना स्वयंसेवकों की आजादी है।

स्वयं सेवा पूजा है, जोड़ने वाली चेतना।

जुड़ाव का सही तरीका

1. दैनिक, साप्ताहिक या मासिक आधार पर और जब भी आवश्यकता हो, लोगों के संपर्क में रहें। ध्यान देने का मतलब है किसी समस्या के स्थान पर तनाव।
2. प्रतिभागियों के साथ अलग-अलग क्षेत्रों में प्रयासों के लिए एक जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में एक लंबी साझेदारी बनायें।
3. समूहों में काम करें और उपलब्ध क्षमताओं को और अधिक बढ़ायें। टीम वर्क का मतलब है जी.ओ.डी. मतलब समूह-संगठन-दिशा। जहाँ भगवान नहीं है, वहाँ कुत्ता है मतलब अव्यवस्थित-समूह है। डी.ओ.जी. से जी.ओ.डी. पर जायें। एक टीम की महाशक्ति से जुड़ें।
4. अभिवादन करने के लिए "नमस्ते" कहने के लिए हाथ मिलाएं।
5. हाथ मिलाएँ और दोस्ती का संचार करें।
6. दोस्ती का अनुभव करने के लिए गले लगाओ।
7. शिक्षकों, संघों, अन्य स्वैच्छिक संगठनों, सरकारी सामाजिक विकास विभागों, डॉक्टरों और अन्य विशेषज्ञों से जुड़ें।
8. उन विशेषज्ञों से जुड़ें जो मार्गदर्शन कर सकते हैं।
9. कई उपयोगी संपर्कों का एक रजिस्टर रखें।

जुड़ाव-अभ्यास

1. जुड़ने के क्या महत्व हैं?

क) _____

ख) _____

ग) _____

2. जुड़ने के लिए आप कौन से तरीके अपनाएंगे?

क) _____

ख) _____

ग) _____

3. एक जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में, उन संपर्कों की सूची बनाएं जो आपके लिए सबसे महत्वपूर्ण हैं।

क) _____

ख) _____

ग) _____

घ) _____

ङ) _____

4. ये संपर्क आपको और किन क्षेत्रों में मदद कर सकते हैं?

क) _____

ख) _____

ग) _____

एकीकृत करना

इकट्ठे होना ही एकता है। एकता में शक्ति होती है।

जब अंगूठा और उंगलियां एक हो जाती हैं, तो मुट्ठी बनती है। अलग-अलग उंगलियाँ उतनी मजबूत नहीं होती हैं, लेकिन एक मुट्ठी मजबूत होती है और समस्याओं को तोड़ सकती है। एक व्यक्तिगत प्रतिभागी हीन और कमजोर हो सकता है लेकिन जब वह आपके साथ, आपकी स्वयंसेवक टीम के साथ और अन्य प्रतिभागियों के साथ जुड़ता है और एकजुट होता है, तो वह उस एकजुट समूह के साथ किसी भी समस्या को तोड़ सकता है और जरूरतों को पूरा कर सकता है।

इसलिए, सभी की भलाई के लिए एक साथ असीमित ऊर्जा उत्पन्न करने के लिए हाथ, एड़ी, सिर और दिल को आपस में जोड़ें और मिलाएं। एकीकृत व्यक्तिगत सैनिक आत्मविश्वास और सहयोग की चेतना का एक समूह बनाते हैं।

जब भारत के सभी लोग स्तरों, क्षेत्रों, राज्यों, भाषाओं, व्यवसायों, क्षेत्रों, धर्मों और कई अन्य विभाजनों को पार करके एक साथ मिलकर काम करें, तो एक अद्भुत मजबूत भारत बन जायेगा, जो पूरी दुनिया की सेवा करने में सक्षम होगा, ऐसा भारत सब के सामने आयेगा।

प्रिय भरत, आप एक स्वयंसेवक के रूप में अपने नाम 'भारत' पर खरा उतरते हैं। सहकर्मियों, भागीदारों, प्रतिभागियों आदि के रूप में एक-दूसरे के साथ अभ्यास करें और एक दूसरे का साथ देकर जमीनी स्तर पर एकता के बीज बोएं। खुशी और आनंद के साथ कहें "अपना भारत महान!" - "हमारा भारत महान है!" एक जिम्मेदार स्वयंसेवक के रूप में, अपने प्रतिभागियों और अपने करीबियों, जिसमें आपके दोस्त और परिवार के सदस्य आते हैं, उनमें एकता की भावना को फैलायें। फिर, आप जहां भी हों और जिसके भी साथ हों, आप एक जिम्मेदार स्वयंसेवक बन जाएंगे।

प्रिय भरत, हर बार 'हम' की भावना का अभ्यास करें और कभी भी 'मैं' और 'वे' का अभ्यास न करें। *एकता सार्वभौमिक भावना का निर्माण करती है।* सार्वभौमिक(यूनिवर्सल), एकजुट होकर, एकीकृत, एकजुट मानवता की भावना चारों ओर गूंजे।

प्रिय भरत, लोगों को एकजुट करें और "युवा आत्मा" को मार्ग दिखायें।

यूनाइट और यूनिफाई करें।

***एक साथ कार्य करें, एक साथ महसूस करें, एक साथ सोचें
और एक साथ रहें।***

एक साथ होना ही एकता है।

एकता की भावना

समनीवा अकुथिह
समाना हृदयानिवाह
समनामस्तु वो मनो
यथा वाह सुसहासती

ऋग्वेद 10. 191-4

हमारे इरादों को एक जैसा होने दें,
हमारे दिलों को एक जैसा होने दें,
हमारे दिमाग को एक जैसा होने दें,
आइए हम पूरी तरह से एक साथ रहें।

एक जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक यह सुनिश्चित करता है कि वह, उसके प्रतिभागी और सह-स्वयंसेवक अपने इरादों, दिल और दिमाग को एक करके अपने मिशन के लिये एक साथ मिलकर एक ही दिशा में इकट्ठे हो जायें, ताकि वे एक साथ कार्य करें, एक साथ महसूस करें और एक साथ सोचें और एक एकीकृत भावना के रूप में एक साथ रहें।

एक साथ होना ही एकता है।

एकजुट होने के संयुक्त तरीके

1. प्रत्येक स्वैच्छिक स्थान, स्वयंसेवी दलों और प्रतिभागी समूहों के लिए शिक्षण समूह और टीम बनाएँ।
2. दिन की शुरुआत में सामूहिक प्रार्थना करें।
3. अपने प्रतिभागियों के साथ रोजाना काम करें।
4. किसी भी स्वैच्छिक कार्य के लिए, प्रतिभागी या व्यक्ति, अकेले न जाएं। कम से कम एक व्यक्ति को अपने साथ ले जाएं।
5. कोई भी निर्णय एक साथ न लें। एक साथ चर्चा करें, एक साथ बहस करें और अपनी सेवा के प्रतिभागियों और प्राप्त कर्ताओं के साथ मिलकर निर्णय लें।
6. एक साथ खाएं, एक साथ काम करें, एक साथ संघर्ष करें, एक साथ सफल हों, एक साथ चमकें और एक साथ हंसें।

एकीकरण-अभ्यास

1. एक स्वयंसेवक के रूप में आपके लिए एकजुट होने का क्या महत्व है?

क) _____

ख) _____

ग) _____

2. एकजुट होने और खुश रहने के लिए आप किन तरीकों का अभ्यास करेंगे?

क) _____

ख) _____

ग) _____

3. अपने प्रतिभागियों को अपने भीतर एकजुट करने के लिए आप किन तरीकों का अनुसरण करेंगे?

क) _____

ख) _____

ग) _____

4. जब कोई चुनौती या समस्या होगी तो आप लोगों को कैसे एकजुट करेंगे?

क) _____

ख) _____

ग) _____

5. आप लोगों को कैसे एकजुट करेंगे जब कोई चुनौती नहीं है और सब कुछ क्रम में प्रतीत होता है?

क) _____

ख) _____

ग) _____

आनंद लेना

प्रिय भरत, एक स्वयंसेवक के रूप में अपनी भूमिका और अवसर का आनंद लें। एक खुशमिजाज, जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक बनें। प्रतिभागियों और समाज के लिए अपनी सेवा के हर पल का आनंद लें। अपने प्रतिभागियों और सह-स्वयंसेवकों को उनकी भूमिकाओं और अवसरों का आनंद लेने के लिए उनका समर्थन करें, उनकी सहायता करें, योगदान दें और जरूरत मंदो की सेवा करें। आप अपनी मर्जी से एक स्वयंसेवक हैं न कि दूसरों के जोर देने के कारण। यदि आपने किसी दूसरे की मर्जी से सेवा करनी शुरू की है, तो आप स्वयंसेवक नहीं हैं। अपनी मर्जी का सम्मान करें और एक स्वयंसेवक के रूप में भूमिका का आनंद लें।

एक स्वयंसेवक के रूप में अपने और अपने प्रतिभागियों में खुशी, आनंद, उत्साह और सुख पैदा करें।

जब आप एक स्वयंसेवक के रूप में अपने प्रतिभागियों के लिए योगदान देने में सफल होंगे तो आपको खुशी मिलेगी। जब आपके प्रतिभागी आपकी सेवा के कारण सफल होंगे तो आपको खुशी होगी। आप तब खुश होंगे जब आपके प्रतिभागी अपने जीवन में सुधार करेंगे और आपकी सेवा से ज्यादा

मूल्य इकट्ठा करेंगे। आप बहुत खुश होंगे जब वो अपने आप अपने निर्णय लेंगे और आपके खर्च से आज़ाद हो जायेंगे।

अपने संगठन के शुरुआती चरणों में, एक माँ की तरह बनें और प्रतिभागियों को बच्चों की तरह अपने जीवन में आगे बढ़ने के लिए प्रेरित करें। तब आप एक माँ की तरह खुश होंगी। इस दौरान दूसरा चरण, यह सुनिश्चित करें कि वे आत्मविश्वासी बनें और जो उन्होंने सीखा है उसका अभ्यास करें। यहां, एक पिता की तरह अपना समर्थन दें और पैसा और माध्यम सुनिश्चित करें। जब वे चलना और आगे बढ़ना सीखते हैं, तो एक पिता की तरह खुश हों।

तीसरे चरण में, उन्हें सिखायें और उन्हें अपने ज्ञान, कौशल और बात करने की क्षमताओं के साथ एक शिक्षक की तरह सिखाएं। उन्हें आपसे इनपुट प्राप्त करने, अभ्यास करने और सुधार करने में सक्षम बनाएं। एक खुशमिजाज शिक्षक बनें। अंत में, जब वे सक्षम और आत्मनिर्भर होते हैं, तो आप चले जाते हैं ताकि वे अपने आप सफल हो जाएं और आप आज़ाद हो जाएं। तब आप आनंदित दादा की तरह होंगे।

जब प्रतिभागी स्वयं सकारात्मक, सक्रिय, समय पर, प्रभावी, आर्थिक, सीखने, खोज करने वाले, उत्साही, समझने वाले, योगदान करने वाले, साझा करने वाले, देने वाले, प्यार करने वाले, भरोसेमंद, जिम्मेदार, जुड़ने वाले, एकजुट करने वाले और अपने जीवन में नेताओं और स्वयंसेवकों का आनंद लेने वाले बन जाते हैं, तो आप एक आज़ाद, दूरदर्शी और महान

स्वयंसेवक होते हैं। इतना करने के बाद भी रुकिए मत। अन्य स्थानों, अन्य क्षेत्रों, अन्य समूहों और आवश्यकता की अन्य स्थितियों में आगे बढ़ें। एक स्वयंसेवक के रूप में आपकी भूमिका का कोई अंत नहीं है। आजीवन स्वयंसेवक बनें।

***अपने जीवन की अंतिम यात्रा तक एक
खुशमिजाज, आनंदमय, प्रसन्न और सुखी, दूरदर्शी
स्वयंसेवक बनें।***

लोगों की खुशी

प्रजाशुखे सुखम् राग्ना
भजनम् तु हिते हितम्।
नाट्ना प्रियम् हितम् राग्ना
भजनम् तु प्रियम् हितम्

कोटिल्य-अर्थशास्त्र-1-19-34

लोगों की खुशी में एक नेता की खुशी होती है।
उनकी खुशी में उनकी अपनी खुशी
जिस बात से सिर्फ उसी को खुशी मिलती है, वह उसे अच्छा
नहीं मानता, बल्कि उसे अच्छा मानता है जो सभी को खुशी
देता है।

जरूरतमंद लोगों की खुशी एक जिम्मेदार और प्रेरित
स्वयंसेवक की खुशी है। जो केवल उसके लिए अच्छा है वह
उसके लिए पर्याप्त नहीं है। वह मानता है कि लोगों को किस
बात की खुशी मिलती है किस बात से लोगों को लाभ होगा।
उनकी खुशी में वह अपनी खुशी देखता है। इसलिए, एक
जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक लोगों की भलाई के लिए
लगातार कोशिश करता है और इससे उसे बहुत खुशी मिलती
है। यह आनंद उन्हें पूरे समर्पण, भक्ति और खुशी के साथ
अपना काम करने में सक्षम बनाता है।

लोगों की खुशी स्वयंसेवकों की खुशी है।

संकल्प - सम्पूर्णता

इन्टेन्शन - परफेक्शन

1. संकल्प	इन्टेन्शन	संकल्पद साधना
2. समाज	सोसाइटी	समाज कल्यानार्थम साधना
3. सेवा	सर्विस	सेवा सद्भावद विकास
4. सहयोग	जॉइंट एन्डीवियर	सहयोग समग्र विकास
5. समृद्धि	प्लेंटी	समग्र विकसद समृद्धि
6. समन्वय	हारमॉनी	समन्वयाद समृद्धि प्रयोजनम
7. संतोष	हैप्पिनेस	सर्व जन प्रयोजनाद संतोष
8. सम्पूर्णता	कम्प्लीटनेस	सप्तपदी सम्पूर्ण सिद्धि मार्ग

मानवता के लिए खुशी

1. इरादे कर्मों के बीज हैं, कड़ी मेहनत के साथ महान कार्य।
2. समाज के कल्याण के लिए सभी कार्य होने चाहिए, उन्हें समाज के कार्यों का ध्यान रखने के लिए होने दें।
3. सेवा और सद्भावना के साथ विकास होता है, योगदान से, एकजुटता से प्रगति होती है।
4. जब हर कोई विकास में योगदान देता है, तो टीम वर्क के साथ काम की प्रगति अच्छी होती है।
5. पूरी तरह से सर्वांगीण विकास के साथ, सभी का साथ देना आवश्यक है।
6. बहुत कुछ सार्थक होता है जब समन्वय होता है, जब समन्वय चमकता है तो सब कुछ चमकता है।
7. जब हर कोई चमकता है तो खुशियाँ बढ़ती हैं, तो सब की खुशी के साथ देवता भी खुश होते हैं।
8. पूर्णता को सात तरीकों से प्राप्त किया जाता है, ये मानवता के सुख के तरीके हैं।

वह यह है

वह (पूर्ण) यह (संपूर्णता) है।

आनंद लेने के तरीके

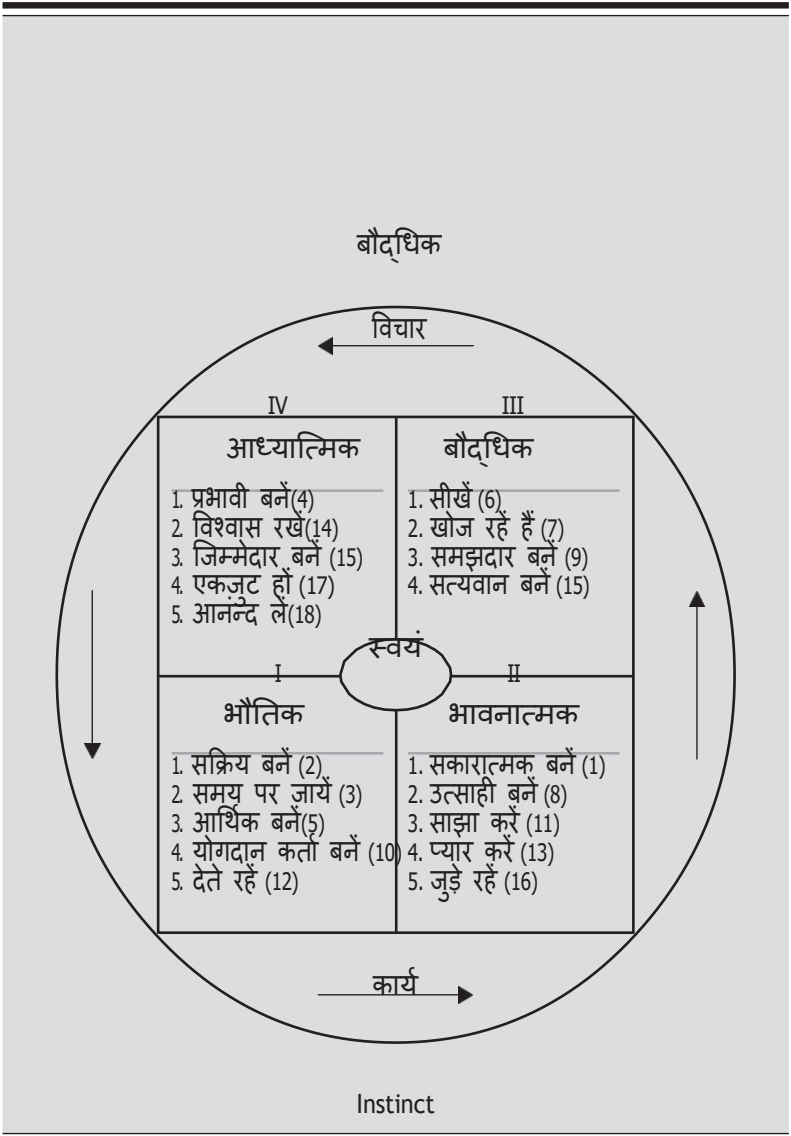
1. सभी प्रतिभागियों से प्यार करें और सभी लोगों से प्यार करें।
2. सभी प्रतिभागियों का समर्थन करें और सभी लोगों का समर्थन करें।
3. सभी प्रतिभागियों और सभी लोगों को शिक्षित और सशक्त बनाएं।
4. उनकी सफलता का आनंद लें और अपने भीतर के ज्ञान का अनुभव करें।

19
स्वयंसेवक

जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक

और

चार मार्ग संसार



एक स्वयंसेवक बनें एक वृक्ष बनें

नारायण



सस्नेह हमारे प्रिय मित्र श्याम पाठक के लिये

भावनगर 20-10-1989

प्यार का दिन

एक वृक्ष बनें

1. हम सभी को एक सुंदर पेड़ की तरह बढ़ना चाहिए, हम सभी को एक उपयोगी पेड़ की तरह योगदान देना चाहिए।
2. आइए हम वास्तविकता के आधार पर अपनी जड़ों से जुड़े रहें, आइए हम जमीन पर रहें।
3. सिद्धांतों, मूल्यों को हमारी जड़ें बनने दें, हमारी जड़ों को और गहरा फैलने दें।
4. जमीन के पेड़ से पानी और खनिज मिलता हैं, समाज से शिक्षा और भोजन मिलता हैं।
5. आओ अपनी जड़ों के माध्यम से सही और उचित सीखें, आओ अपनी जड़ों के माध्यम से उसे ग्रहण करें जो सही है।
6. पेड़ अपने तने से सहारा लेता है, हमारा चरित्र हमारा अपना तना है।
7. हमारे चरित्र को मजबूत और सीधा होने दें, इसे एक स्तंभ होने दें और अधिक वजन उठाने दें।
8. जड़ों और तने से एक पेड़ बनता है, मूल्यों, चरित्र से एक आदमी बनता है।

9. जीवन के चक्रवातों में चरित्र को खड़ा होने दें, जीवन की कठिनाइयों जैसे स्तंभ में हम खड़े हों।
10. तने से एक पेड़ के लिए शाखाएं उगती हैं, चरित्र को हमारी योग्यता का आधार बनने दें।
11. जड़ें आंतरिक विकास के लिए आवश्यक हैं, शाखाएं बाहरी विकास के लिए आवश्यक हैं।
12. आंतरिक विकास के लिए मूल्य आवश्यक हैं, बाहरी विकास के लिए योग्यता आवश्यक हैं।
13. जीवन में कई अच्छी योग्यता प्राप्त करें, अच्छे काम के लिये आपकी योग्यता ही काम आती हैं।
14. बहुत सारी योग्यता हासिल करें, अलग-अलग दिशाओं में अपनी योग्यता को फैलायें।
15. शाखाएँ बाहर की ओर आगे बढ़ती हैं, अपनी योग्यताओं को बढ़ाने के लिये आपको काम करने चाहिये।
16. हमारा नजरिया पत्तियों की तरह हो, हमारा प्रस्ताव पत्तों की तरह हो।
17. पत्तियाँ वातावरण की दुनिया के साथ बातचीत करने के लिए हैं, हमारा नजरिया समाज की दुनिया के साथ बातचीत करने के लिए हैं।

18. पत्तियाँ बाहर से हवा और ऊर्जा प्राप्त करती हैं, समाज से सीखने के लिये ज्ञान लेने के लिए तैयार रहें।
19. ज्ञान को विकसित करें और वापस दें, आपको जो मिला उसे बेहतर रूप में वापस करें।
20. आप जो देते हैं वह दुनिया के लिए उपयोगी होना चाहिए, इसे स्वास्थ्य और दुनिया के लिए ऑक्सीजन आवश्यक है।
21. अपने व्यवहार में सौम्यता रखें, अपना व्यक्तित्व अच्छा रखें।
22. जहरीली हवाएँ आपको खत्म कर सकती हैं, साफ विचारों के साथ अपने आपको चमकने दें।
23. विचारों के फूलों के साथ अपने आपको खिलने दें, रंगीन विचारों के साथ अपने आपको चमकने दें।
24. अपने विचारों को सभी के लिए उपहार होने दें, अपने विचारों को सभी के लिए सजावट बनने दें।
25. अपने विचारों को जीवन का वसंत बनने दें, योगदान के वसंत को अपने विचारों से आने दें।
26. एक फलदार वृक्ष पेड़ का योगदान कर रहा है, एक मेहनती व्यक्ति आदमी का योगदान कर रहा है।
27. आपके कार्य पूर्ण और परिपूर्ण हों, आपके फल समर्पण से भरे हों।

28. अपने कार्यों को दुनिया के लिए फल बनने दें, अपने अच्छे कार्यों को दुनिया का आनंद लेने दें।
29. अगर आपको फलों के पेड़ में दिलचस्पी नहीं है, तो अपने काम के फल में रुचि न लें।
30. दूसरों की सेवा के लिए पेड़ के फल हैं, दूसरों की सेवा के लिए अपने काम का फल दें।
31. अपने कार्यों को विकास के बीज ले जाने दें, मानवता के विकास से पूरी दुनिया के विकास तक अपने बीजों को फैलाने दें।
32. समय आने पर अपने काम छोड़ दें, समय आने पर इसे दूसरों पर छोड़ दें।
33. अगले सीजन के लिए तैयार रहें, अच्छे कारणों के लिए तैयार रहें।
34. अपने जीवन को एक ठंडी छाया की तरह रहने दो, इसे एक आश्रय और सुखद छाया होने दें।
35. सभी को अपनी छाया में आने और खेलने दें, सभी को आने दें और छाया का आनंद लेने दें।
36. आपको ज्ञान की बारिश का कारण बनने दें, आपको सीखने की पंक्ति का स्थान बनने दें।

37. पर्यावरण को साफ करने के लिए वृक्ष एक पौधा है, व्यक्तित्व को साफ करने के लिए आप एक पौधा हैं।
38. प्रेम को ठंडी, सुखद हवा की तरह फैलायें, सद्भावना, शुद्ध प्रेम हवा को फैलायें।
39. जब एक पेड़ मर जाता है तो यह दुनिया के लिए उपयोगी होता है, यह दुनिया के उपयोग के लिए ऊर्जा देता है।
40. जब आप छोड़ते हैं तो योगदान को खत्म न करें, आपका ज्ञान और सेवाएं कभी खत्म नहीं हो सकते।
41. बुद्ध को पेड़ के नीचे अनुभव प्राप्त हुआ था, कृष्ण बड़े होकर एक पेड़ के नीचे गाते थे।
42. उपनिषदों को एक पेड़ के नीचे पढ़ाया जाता था, शांति, सद्भाव हमेशा पेड़ के नीचे उगता है।
43. आप ज्ञान के विकास का स्रोत बनें, आप बुद्ध के विकास का स्थान बनें।
44. आप कृष्ण को दिखाने के लिए कारण हैं, आप शांति, सद्भाव विकसित करने के लिए एक जगह हैं।
45. दूसरे पेड़ों को भी अपने साथ बढ़ने दें, हर पेड़ भी आपके जैसा ही है।
46. हम सभी को एक सुंदर पेड़ की तरह बढ़ना चाहिए, हम सभी को एक उपयोगी पेड़ की तरह योगदान देना चाहिए।

यह वह है।

यह (वृक्ष) वह (श्रेष्ठ) है।

कृतज्ञता

- 1.माता-पिता श्रीमती गट्टू सीथम्मा और श्री गट्टू रमन्ना को जिन्होंने अपने उदाहरण के माध्यम से सेवा और सद्भावना के बीज बोए थे।
2. गुरु जी श्री विद्या प्रकाश आनंद गिरि स्वामी जी को जिन्होंने आध्यात्मिक रूप से महत्वपूर्ण योगदान दिया और ग्रामीण और आदिवासी लोगों को स्वैच्छिक सेवाओं के लिए श्री भक्त कन्नप्पा निः शुल्क नेत्र अस्पताल को आश्रम का आधा हिस्सा भी प्रदान किया।
3. आनंदमय जीवन बनाने वाली और जीवन में सुधार करने वाली और जीवन साथी श्रीमती सुजान देवी और हमारे बच्चे सर्वश्री प्रदीप, शैलजा, सुप्रिया और उनके बच्चे जिन्होंने जीवन में सभी सेवा योगदानों में भाग लिया और समर्थन किया।
4. श्रीमती एम.वी. पद्मा को अपने माता-पिता श्रीमती नीला देवी और श्री रंगाचारी की और स्वयं की स्वैच्छिक सेवाओं की भावना के लिए और "जिम्मेदार और प्रेरित स्वयंसेवक" के संपादन और मूल्यों को बढ़ाने के लिए।
5. श्री भरत भाई शाह और स्वैच्छिक सेवा की भावना का प्रसार करने वाले "आदर्श संवाद" के सभी सदस्यों को।

6. काका जी श्री कांतिसेन श्रॉफ और काकीजी श्रीमती चंदाबेन श्रॉफ को और एक्सेल परिवार के और श्रॉफ परिवार के सभी सदस्य और सभी स्वयंसेवी संगठन एक्सेल उद्योग समूह से जुड़े और जो इस सेवा कार्यक्रम में साथ देते हैं।

7. श्रीमती और श्री दरबारी सेठ और सेठ परिवार के सदस्यों के लिए जिन्होंने समाज की "तब तक सेवा की जब तक यह नुकसान नहीं पहुँचाता" जो इक्लास फाउंडेशन ट्रस्ट और उनके जुड़े संगठनों और उद्यमों के माध्यम से हम से जुड़े हुए हैं।

8. श्रीमती मंजुला झुनझुनवाला, श्री वेद कृष्णा और जिंगल बेलस नर्सरी स्कूल सोसायटी, कृष्ण कुमार चैरिटेबल ट्रस्ट और यश पेपर परिवार के सदस्यों को, शिक्षा के क्षेत्र में, ग्रामीण विकास और महिला सशक्तिकरण के क्षेत्र में बहुमूल्य सेवाएँ देने के लिए बधाई।

9. श्री सुशील भाई झुनझुनवाला और श्री अजीत भाई झुनझुनवाला, ला-ओपला परिवार और श्री ब्रह्म दत्त झुनझुनवाला चैरिटेबल ट्रस्ट को विभिन्न तरीकों से समाज की सेवा करने के लिए बहुत- बहुत बधाई।

10. श्री डी. श्रीपदा राव, श्रीमती जयश्री श्रीपदा राव, डी. श्रीधर बाबू, डी. श्रीनिवास और उनके परिवार के सदस्य जिन्होंने मंथानी, झन्नेवेदा, करीम नगर जिले और आंध्र प्रदेश के आसपास के समाज और समुदाय के लिए और श्री पाडा चैरिटेबल ट्रस्ट के सदस्यों के लिए बहुमूल्य योगदान दिया।

11. श्री पी. चंद्रशेखर और परिवार के सदस्यों को जिन्होंने पनकांति कृष्ण राव स्मारक संस्था के माध्यम से मंथानी और करीम नगर क्षेत्रों में समाज और समुदाय के लिए सेवा और योगदान दिया।

12. श्री सी.एल राजम और श्रीमती विजय राजम जिन्होंने शिव किरण चैरिटेबल ट्रस्ट के माध्यम से मंथानी के लिए बहुत मूल्यवान योगदान दिया और कई स्वैच्छिक योगदान और प्रयासों का समर्थन किया।

13. श्री सी. राधाकृष्णन और श्रीमती. सुनंदा को गोंडमेश्वर चैरिटेबल ट्रस्ट के माध्यम से शिक्षा और सामुदायिक सेवाओं के क्षेत्र में योगदान देने के लिए धन्यवाद।

14. श्री एस. लक्ष्मण राव और श्री सीता राम सेवा सदन के सभी सदस्यों को जिन्होंने समाज और समुदाय के लिए बहुआयामी प्रसाद और सेवाएं दीं।

15. उन सभी महान संगठनों, उद्यमों, संस्थानों और व्यक्तिगत योगदान कर्ताओं को जिन्होंने मानवता की सेवा के अपने मिशन के लिए श्री सीता राम सेवा सदन का समर्थन किया और उन्हें प्रेरित किया।

16. अहमदाबाद मैनेजमेंट एसोसिएशन, अध्यक्ष, समिति के सदस्य और श्री के.के. नायर, कार्यकारी निदेशक को समाज और प्रबंधन(मैनेजमेंट), नेतृत्व, शिक्षा और मानव श्रेष्ठता के क्षेत्र में कई अमूल्य योगदान के लिए और मानव श्रेष्ठता और

आत्म-विकास से संबंधित साहित्य को छापने के लिए सम्मानित किया गया।

17. प्रबंधन(मैनेजमेंट) और नेतृत्व के क्षेत्र में योगदान के लिए बड़ौदा प्रबंधन संघ को आभार।

18. श्री रामकृष्ण मिशन, श्री चिन्मय मिशन, श्री जनार्दनानंद स्वामी ट्रस्ट और अन्य आध्यात्मिक संगठनों को सेवा और आध्यात्मिक योगदान के लिए आभार।

19. समाज और समुदाय की सेवा, योगदान और सहायता करने वाले सभी संगठनों के लिए।

20. श्री मनोज कुमार को कंप्यूटर स्क्रिप्ट तैयार करने और मूल्यों को बढ़ाने के कड़ी मेहनत के लिए, और श्री मनोज राणा को एक अद्भुत कवर डिजाइन करने के लिए और एन.के पुस्तक को सुंदर तरीके से छापने के लिए प्रिंटर देने का आभार।

21. अहमदाबाद मैनेजमेंट एसोसिएशन को कवर डिजाइन और पुस्तक को प्रिंट करने के लिए आपका बहुत-बहुत आभार।



गुरु जी श्री जी. नारायण(72)- एमिरेट्स ऑफ एक्सेल इंडस्ट्रीज़ के चेयरमेन हैं,अनेक कम्पनियों के मैनेजमेंट के चेयरमेन, डायरेक्टर, शिक्षक, प्रशिक्षक, योगदान कर्ता हैं।

वे कई मुख्य एकजीक्यूटिव, एकजीक्यूटिव, विश्वविद्यालय, कॉलेज, विद्यालय, समाज, आध्यात्म, मैनेजमेंट संस्थाओं, संगठन, और स्वयंसेवक संस्थाओं के सलाहकार हैं।

उन्होंने कई लोगों को अपने अंदर के प्रकाश और योग्यता का अनुभव करने और विभिन्न लोगों और समूहों के बीच शांति और सद्भाव के लिए योगदान देने और सहायता करने के लिये प्रेरित करने के लिये एक मिशनरी जीवन अपनाया है।

वह शिक्षा, नेतृत्व, जीवन, आध्यात्म और मैनेजमेंट पर 500 से अधिक किताबों और लेखों के लेखक हैं। इनकी अधिकांश किताबें ए.एम.ए. द्वारा प्रकाशित हैं।

वर्तमान में, वे अपना समय और अपनी सेवा शिक्षा, नेतृत्व, इंडस्ट्री, विकास और लेखन के क्षेत्र में बिताते हैं, और सीता राम सेवा सदन में बिताते हैं जिसने बुजुर्गों की सेवा के क्षेत्र में, शिक्षा के क्षेत्र में, जल प्रबंधन(मैनेजमेंट) के क्षेत्र में, महिला सशक्तिकरण के क्षेत्र में, स्वास्थ्य के क्षेत्र में और अन्य सामाजिक क्षेत्रों में योगदान दिया है।