20 सबक जो मैंने महामारी से सीखी

ठहरें, अपने विचारों और भावनाओं का आत्मनिरीक्षण करें!

यह साल जवाबों की तुलना में सवालों में कहीं ज्यादा उलझा रहा है। नींद के बिना रातें और डर के मौहाल ने हमें बिना किसी उम्मीद के घर के अंदर रहने को मजबूर कर दिया। तबाही की वास्तविकताओं से खुद को निकालना आसान नहीं था। लेकिन अब जब हम अंत के करीब हैं, तो समझ स्पष्ट और बेहतर हो रही है।

हालाकिं आगे अभी और चुनौतियां हैं, लेकिन मुझे यकीन है कि साल 2020 से मिले सीख से हमें विकसित होने और नए दृष्टिकोण को अपनाने में मदद करेंगे। व्यक्तिगत रूप से यह वर्ष आत्मनिरीक्षण का समय रहा है। इस यात्रा ने मुझे बाहरी शोर-सहराबे को मेरे दिमाग से हटाने में मदद की है।

इस ईबुक को लिखने से मुझे अपने भीतर मौजूद एक गट्ठर को खोलने में मदद मिली है। मुझे उम्मीद है कि ये पाठ आपको धैर्य रखने और जीवन में परिस्थिति अनुकूल बनने में सहायक होगा । किसी पसंद की समीक्षा करके उसकी गहराई में जाने से हमें आगे की यात्रा के लिए बेहतर दृष्टिकोण मिल सकता है।

साथ ही, यह हर साल नहीं होता है कि हम एक दशक समाप्त कर दें, इसलिए यह भी सुनिश्चित करें कि आप इसे उत्साह पूर्वक मनाएं।

पढ़ने का आनंद लें !

सचेतता से उपभोग करें

महामारी ने हमें बहुत सूक्ष्मता से चाहतों और जरूरतों के बीच के अंतर को जानना और समझना सिखाया है। जहां दुनिया भर के व्यवसाय अंधाधुन खपत के स्तर से प्रेरित थे, वहीं महामारी ने दुनिया की आंख खोली है। व्यवस्थित रूप से बनाए रखने के लिए थोड़ा ढहरें और अनावश्यक रूप से उपभोग करने से पहले चारों ओर देखें।

भरोसे की ताकत

जब वायरस ने हमारे बीच दहशत फैलाई, तब भरोसे की रस्सी दांव पर थी। जहां मैं इस में सोच था कि मैं अपने लोगों को एक साथ कैसे बना पाउंगा, वहां लोगो के अथक जुनून और दृढ़ता ने मेरे काम को आसान बना दिया।

उद्देश्य पर जोर

अनिश्चित समय में हम अपने मूलभूत तत्व पर नज़र डालते हैं। इस वर्ष, मैंने अपने पुराने तरीकों पर विचार किया और इसके अंतिम परिणाम पर फिर से जोर दिया ताकि यह पता लगाया जा सके कि आगे क्या करने की आवश्यकता है जिसमे अनलर्निंग और रीलर्निंग ने बहुत बड़ी भूमिका निभाई है।

अपने सोच का दायरा बढ़ाएं

किसी स्थिति पर आपकी प्रतिक्रिया निर्धारित करने में मानसिकता बहुत बड़ी भूमिका निभाती है। यहां यह विकल्प या तो घबराहट थी या धैर्य, और सही मानसिकता ने ही मुझे बाद वाले विकल्प को चुनने में मदद की।

सहयोग नवाचार लाता है

सहयोग नवाचार लाता है, और विकास के लिए अभेद्य है। महामारी ने मुझे एहसास दिलाया कि सहयोग वास्तव में भाग्य बदल सकता है। मुझे याद है कि कैसे हमारी सेल्स टीम ने अपने-अपने घरों से काम करते हुए, एक महामारी के बीच रिकॉर्ड तोड़ बिक्री लाने के लिए एक-दूसरे के साथ समन्वय और सहयोग किया। कुछ ऐसा जो हम कभी नहीं जानते थे वह संभव किया।

परिस्थिति अनुकूल बने

मैंने जो महत्वपूर्ण सबक सीखा, उनमें से एक व्यवसाय में गतिशीलता और तीव्रता लाना है। भविष्य की दुनिया बहुत अप्रत्याशित है, और यह तय करने में तीव्रता एक महत्वपूर्ण कारक होगा कि कौन लंबे समय तक चल पायेगा।

ऑटोपायलट मोड से बाहर निकलना

लंबे समय तक हर कोई ऑटोपायलट मोड में फंसा रहा। हमारे विचार किसी और से प्रभावित थे। यह अचानक आया पड़ाव हमें अपने: स्वं के करीब ले आया और हमें रुकने, प्रतिबिंबित करने और हम जो कर रहे हैं उसके बारे में जागरूक होने का सोचने का मौका दिया।

रुकिए,
चलिए एक ब्रेक लेते हैं और अपने बीते हुए आखिरी
घंटे पर विचार करते हैं? क्या हम ऐसा करें?

नवाचार जरूरी है

वर्षों तक इधर-उधर भागने के बाद, हमारा इंजन अचानक रुक गया है। इस विराम के दौरान, नवाचार हमारा वैश्विक जीवन रक्षक बन रहा है। फिर चाहे वह पूरे कार्यबल को दूरस्थ रूप से प्रबंधित करना हो, या एक महामारी के बीच रिकॉर्ड तोड़ बिक्री करना हो, नवाचार ने मार्ग प्रशस्त किया।

प्रामाणिकता कुंजी है

महामारी ने हमें सिखाया कि उपभोक्ता आप पर भरोसा करेंगे, यदि आप अपने और अपने मूल्यों के प्रति प्रामाणिक और सच्चे होंगे।

परिस्थिति अनुरूप बने

नेताओं को परिस्थिति के अनुरूप बनने पर फिर से ध्यान देने की जरूरत है। परिस्थिति में वापस लौटने पर ध्यान देने के बजाय हमें बदलाव को स्वीकार करने और उसकी बारीकियों के बारे में सीखने पर ध्यान देने की जरूरत है। स्वीकार करें, विरोध न करें, तभी आप महामारी पर काबू पा सकेंगे।

स्व-प्रबंधन ही आगे का रास्ता है

लॉकडाउन ने हमें यह समझा दिया कि आखिर सभी यात्राएं आवश्यक नहीं थीं और विश्वास और आत्म-प्रबंधन के साथ दूरस्थ कार्य संभव है। संगठनों का भविष्य स्व-प्रबंधित बनना है।

अधिक से अधिक क्षमा

अधिक से अधिक क्षमा करने में विश्वाश करें साथ ही शीघ्र क्षमा करें। क्षमा तनाव और डिप्रेशन के लिए टीकाकरण के समान है। अपने आप को,अपने अतीत को और दूसरों को क्षमा करें। यह एक तरह का अनलर्निंग है जो आपको आगे बढ़ाने में मदद करेगा। क्षमा के माध्यम से दृढ़ता होती है। एक इंसान होने के लिए आपको क्षमा करने की आवश्यकता है।

अपनी भेद्यता का जश्न मनाएं

भेद्यता आपको मजबूत बनाती है। इस पूरे समय हम अपनी क्षमताओं पर अभिमानी थे। लेकिन महामारी ने हमें सिखाया कि हम कितने महत्वहीन हैं। यह अहसास हमें प्रकृति के प्रति अधिक मानवीय और जागरूक बनाएगा।

अपना ख्याल रखें

केवल अगर हम अतीत को जाने देते हैं तो हम जो हमसे गले लगाने में सक्षम होंगे। इस वर्ष, पहले से कहीं अधिक, हमें अपने आप को समझने की आवश्यकता है जिन परिस्थितियों में हम गुजरे हैं।

आपको पत्ता है,
किसी के गले लगना आपको ख़ुशी दे सकता है।
आपने आखिरी बार कब किसी के और किसी को गले लगाया था?

आगाह रहो

हमारा दिमाग फ़ोल्डरों से भरे मेमोरी कार्ड की तरह है। सब कुछ बिना किसी अंतर के ढेर हो गया है। हम अपने कार्यों से इतने बेपरवाह थे की मरी हुई मछलियों की तरह तैर रहे थे। इस वर्ष ने हमें आत्मनिरीक्षण करने, सीखने और अपने कार्यों के प्रति अधिक जागरूक होने के लिए मजबूर किया है।

आत्म-प्रेम का जश्न मनाएं

इस साल ने उत्सव के विचार को फिर से परिभाषित किया। जहां हम खुद को अनावश्यक उपभोग की ओर धकेल और खींच रहे थे वहीं इस साल हमें एहसास हुआ कि वास्तविक उत्सव स्वयं को जानने के उत्साह के बारे में है।

विनम्र हों

याद रखें कि यह आपसे हजारों मील दूर एक भूमि से एक मिनट का कण था जिसने पूरी दुनिया को ऐसे ठहराव में ला दिया इसलिए नम्र बने और प्रकृति माँ का सम्मान करें।

अपने उद्देश्य को परिभाषित करें

बहुत लंबे समय तक हम जिस काम में लगे थे, उसके बारे में हम नासमझ थे। उद्देश्य के बिना, व्यापार सिर्फ लेन-देन है। ऐसे समय में केवल उद्देश्य-संचालित संगठन ही जीवित रहते हैं।

तीन बातों पर मुख्य ध्यान दें

संस्कृति, मूल मूल्य और संचार, इन्ही तत्वों ने इस अनिश्चित समय के दौरान जयपुर रग्स को एक साथ रखा।

व्यापार में स्थिरता लाएं

हम लंबे समय से प्रकृति को नुकसान पहुंचा रहे हैं। महामारी ने हमें दिखाया कि अगर हम पर्यावरण को संरक्षित नहीं करते हैं तो क्या दांव पर लगा है। मेरा मानना है कि प्रेम से प्रेरित नेता दुनिया में स्थिरता और उपचार लाएंगे।

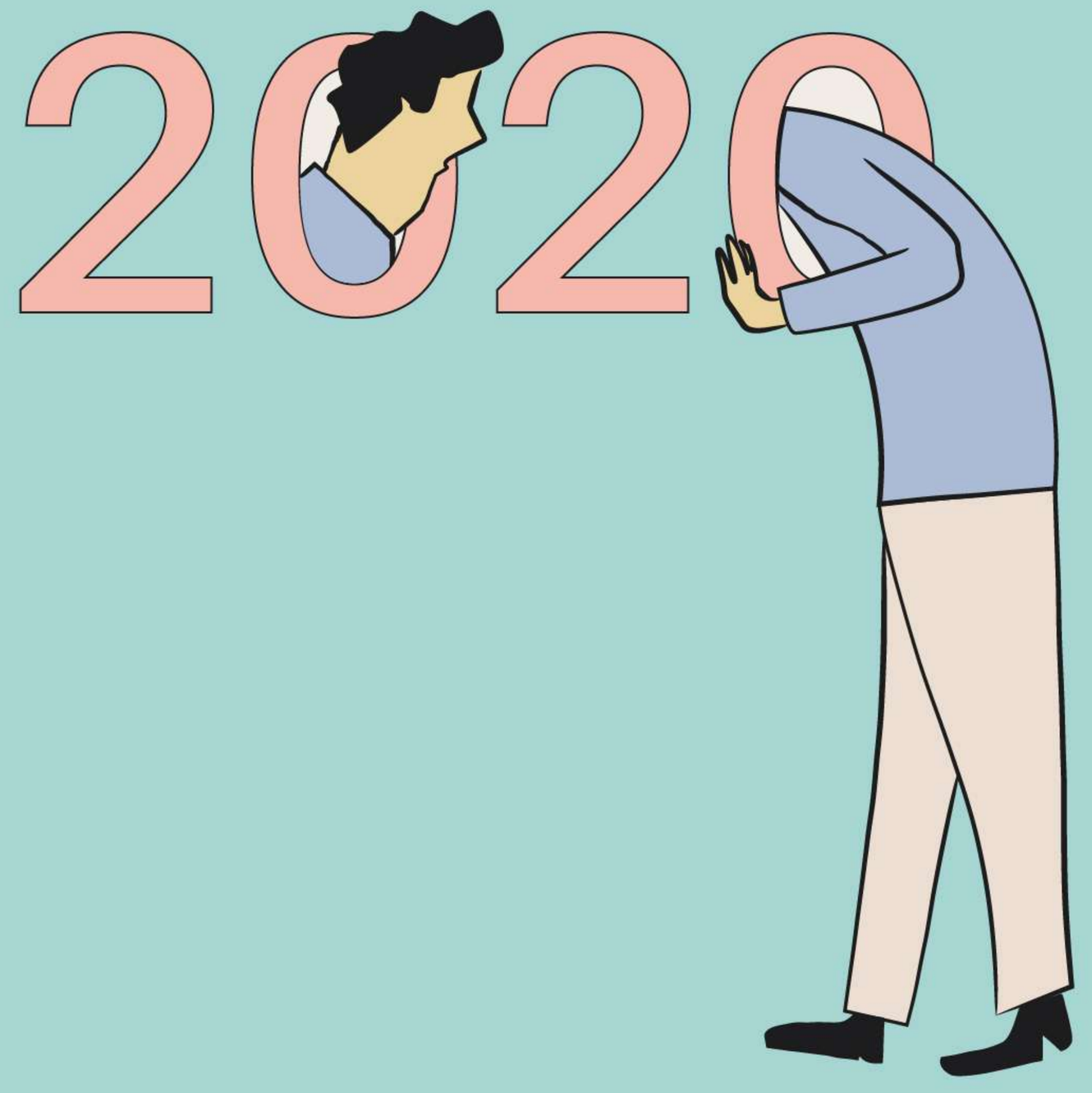
साझा महत्व...

याद रखें, हम पहले की तरह फिर से नहीं उभरेंगे। लेकिन जब हम इससे निकलेंगे, तो एक चीज जो नहीं बदलनी चाहिए, वह है विश्वास और स्थिरता पर बनी व्यावसायिक संस्कृति बनाने पर हमारा ध्यान।

यह वर्ष साझा महत्वहीनता का एक सार्वभौमिक अहसास लेकर आया। मेरा मानना है कि यह अहसास मानवता को अपनेपन की भावना में ले जाएगा जो अंततः लोगों को सचेत रूप से चुनने के लिए प्रेरित करेगा।

जैसा कि महात्मा गांधी ने कहा था, "एक सौम्य तरीके से आप दुनिया को हिला सकते हैं"। वास्तव में हम ऐसा कर सकते हैं और हम बेहतर के लिए करेंगे।

रोकें, आत्मनिरीक्षण करें और प्रतिबिंबित करें!



मुझे आशा है कि आपको महामारी पाठ ई-बुक पढ़ने में मज़ा आया होगा। यदि आप और अधिक ई-बुक्स पढ़ना चाहते हैं, तो आप यहाँ जा सकते हैं।

आप मेरे साथ लिंकेडीन पर भी जुड़ सकते हैं।

अगर, आप ई-बुक के बारे में अपनी प्रतिक्रिया साझा करेंगे तो हमे प्रसन्ता होगी। हमे लिखने का पता है :

admin@nkchaudhary.com