



सुमति कुमार जैन

प्रधान संपादक

'चिन्ता छोड़ो और सुखी रहो' : मूल लेखक-डेल कारनेगी, अनुवादक-डॉ. भीमराज शर्मा, शास्त्री, संशोधन एवं सम्पादक-प्रो. ( डॉ. ) सोहनराज तातेड, प्रकाशक-अनु प्रकाशन, 958, धामाणी मार्केट की गली, चौड़ा रास्ता, जयपुर, मूल्य-500/-रू., समीक्षक-सुमतिकुमार जैन, प्र. स., जगमग दीपज्योति ( मा. ) पत्रिका, महावीर मार्ग, अलवर ( राज. ) 301001

डॉ. भीमराज शर्मा शास्त्रीजी ने इस पुस्तक का अनुवाद किया है, मूल लेखक हैं डेल कारनेगीजी और संशोधन एवं सम्पादन किया प्रो. ( डॉ. ) सोहनराज तातेडजी ने। कृति की प्रस्तुति में श्रुत प्रेमी प्रो. डॉ. सोहनराजजी ने अपनी सम्पादन कला दक्षता का सम्पूर्ण उपयोग किया है, आपके द्वारा सम्पादित हर साहित्य का कोई सानी नहीं है, पाठक न केवल चाव से पढ़ते हैं अपितु प्रकट होने वाली प्रेरणा के प्रति बड़े सीधे और प्रभावात्मक ढंग से आकृष्ट होते हैं। सामाजिक, धार्मिक और नैतिक मूल्यों से अनुप्राणित इनकी कृतियाँ मानवीय मूल्यों की प्रतिष्ठा तो करती ही हैं साथ ही जीवन के लिए एक दीप स्तम्भ का कार्य भी करती हैं।

जैसा पुस्तक का शीर्षक है उसी के अनुसार चिन्ता का दुष्प्रभाव, प्रत्येक मानव पर पड़ता है, इसकी वजह से उसके कार्यकलाप, पारिवारिक जीवन, धन-सम्पत्ति एवं आपसी सम्बन्धों पर पड़ता है। चिन्ता और चिन्ता ये ऐसे दो शब्द हैं जिनके शाब्दिक धरातल पर मात्र एक बिन्दु का फ़र्क है, किन्तु अनुभूति के स्तर पर दोनों में जमीन-आसमान का अन्तर है, जहाँ चिन्ता निर्जीव मानव को ( मुर्दे को ) एक बार जलाती है तो चिन्ता जीवित व्यक्ति को बार-बार जलाती है, अन्त में भस्म कर देती है, यह इतनी गंभीर बन जाती है कि हँसी की खिलखिलाहट ही खत्म हो जाती है। यह विषय आज प्रायः हर आदमी का बना हुआ है, व्यक्ति अनिष्ट के योग की संभावनाओं में जीते जी ही मरण अवस्था जैसा प्रतीत होने लगता है।

प्रस्तुत पुस्तक एक सकारात्मक, आनन्ददायक सोच देती है, जीवनयापन करने का सही मार्ग दर्शित करती है। पुस्तक में विभिन्न अध्यायों के माध्यम से वर्णित आकर्षणों से जीवन को इस गंभीर समस्या से निकाला जा सकता है। पुस्तक में उन बिन्दुओं को उकेरा गया है तथा समाधान दिया गया है, जिनसे यह मानव जीवन पर प्रभाव पड़ता है और यह चिन्ता रूपी दीमक मानव को खोखला ही नहीं कर देती अपितु खा जाती है, लेखक ने इस पुस्तक में अपनी बीती को वर्णित की है, लेकिन उन कारणों को जीवन में से निकाल कर सामान्य जीवन जीने का ढंग बनाया।

लेखक ने ( पुस्तक ) को 30 अध्यायों में क्रमशः 'वर्तमान में जीना सीखिए' से इस पुस्तक से अधिक से अधिक लाभ उठाने के लिये नौ सुझाव तक का वर्णन कर एक आम व्यक्ति के लिए एक ऐसी समस्या से निजात दिलाने का प्रयास किया जो आज साधारणतयः हर व्यक्ति की है। लेखक ने पुस्तक में जहाँ 'वर्तमान में जीना सीखिए' की विवेचना की है, लेखक, अनुवादक एवं सम्पादक का इसके पीछे लक्ष्य है कि मानव न कल ( गये हुए ) और न कल ( आने वाले ) पर चिन्तन करे अपितु वर्तमान में जीए, वहीं चिन्ता को दूर करने का फार्मूला सुझाते हुए उसके प्रति चिन्तन का विचार दिया है। उस स्थिति, परिस्थिति पर गंभीरता से उसके अच्छे-बुरे से बुरे-अच्छे परिणाम का हल ढूँढने पर बल दिया है, उससे कैसे बचा जा सकेगा, इस पर मूल चिन्तन लक्षित किया है। इसके उपरान्त भी यदि इससे न बचा जाये तो अन्त में भगवान के ऊपर छोड़ने को दर्शाया है। चिन्ता से नुकसान व समस्याओं का विश्लेषण भी दर्शाया है, यह पुस्तक व्यापारियों की अधिकतर चिन्ताओं का समाधान तो करती है, वहीं मस्तिष्क को चिन्तामुक्त रखने और छोटी-छोटी बातों से चिन्तित नहीं होने का सुझाव देती है। अतीत की भूलों को पुनः स्मरण करने के लिए मना करते हुए प्रतिशोध की भावना से मुक्त होने व किसी से कृतज्ञता की अपेक्षा रखने के लिए चिन्तन कराती है। चिन्ता के क्षणों में स्वाभाविक रूप में रहने का पाठ देती है। कठिनाइयों और चुनौतियों का सामना करने को आह्वान करती है, आमंत्रित करती है, ऐसे में फल की प्राप्ति निश्चित ही होगी। ऐसे ही कई अध्याय हैं जो जीवन में उपजी चिन्ता को सही अर्थ में समाप्त करने की प्रेरणा देते हैं, जो चिन्ता छोड़ो, सुखी रहो को गहराई से हृदयंगम कराती है। पुस्तक को जीवन का लक्ष्य बनाकर जीवन में क्रियान्वित होने की जानकारी देती हैं। अन्त में परिणाम यही होगा कि मानव जीवन में चिन्ता से छुटकारा पा सुखपूर्वक जीवन जी सकेगा। लेखक ने अपनी विभिन्न स्थितियों का खुलासा करते हुए पाठक को हर प्रकार से इस परिस्थिति से मुक्त होने का मार्ग सुझाने का प्रयास किया है।

यह कहने में कोई अतिशयोक्ति नहीं कि यह ( पुस्तक ) कामधेनु की भाँति उपयोगी है तो संजीवनी की तरह जीवन प्रदाता है, तनाव, टकराव और बिखराव के प्रसंगों में स्फूर्ति, सुमति और शक्ति देने वाली है। ( पुस्तक ) जीवन को सँवारती है तो मन को माँजती है, भावों को आँजती है और सभी के लिए निश्चित ही यह पुस्तक पठनीय, मनननीय और ग्रहणीय है। जीवनबोध, जीवन पाथेय के लिए सराहनीय कृति है। हमें विश्वास है कि लेखक, अनुवादक, सम्पादक कि यह कृति आकाश आदित्य के रूप में सद्ज्ञान की रश्मियाँ विकीर्ण करेगी, जन जीवन निश्चित रूपेण प्रकाशमान होगा। इस पुस्तक को इस रूप में प्रस्तुत करने के लिए सभी महानुभाव बधाई के पात्र हैं।