Dainik Bhaskar, 11.03.2019, Pg. 04

खुद को आंकिए कि इस पल में क्या करें तो दुनिया पर असर डालना शुरू कर देंगे...

आईआईएम में टेडेक्स का आयोजन

अलग-अलग देशों से आए 7 स्पीकरों ने दिए संभावना तलाशने के टिप्स

सिटी रिपोर्टर | रांची

सीएमपीडीआई के मयूरी हॉल सभागार में रविवार को आईआईएम रांची के टेड-एक्स का आयोजन किया गया। शुरुआत आईआईएम रांची के निदेशक डॉ शैलेन्द्र सिंह के उद्घाटन भाषण से हुई। संयोजक अर्पिता पति ने दर्शकों का स्वागत किया। कार्यक्रम में भाग लेने के लिए सात स्पीकर को अलग-अलग देशों से बुलाया गया था। अंत में प्रोफेसर असित महापात्रा ने सभी स्पीकरों की मार्गदर्शन के लिए प्रशंसा की। साथ ही आयोजन टीम का भी धन्यवाद किया। वहीं दर्शकों ने कहा कि मंच ने नए दृष्टिकोण से अवगत कराया, जो न केवल बेहतर जीवन जीने में मदद करेगा, बल्कि समाज की सेवा करने में भी उपयोगी साबित होगा।

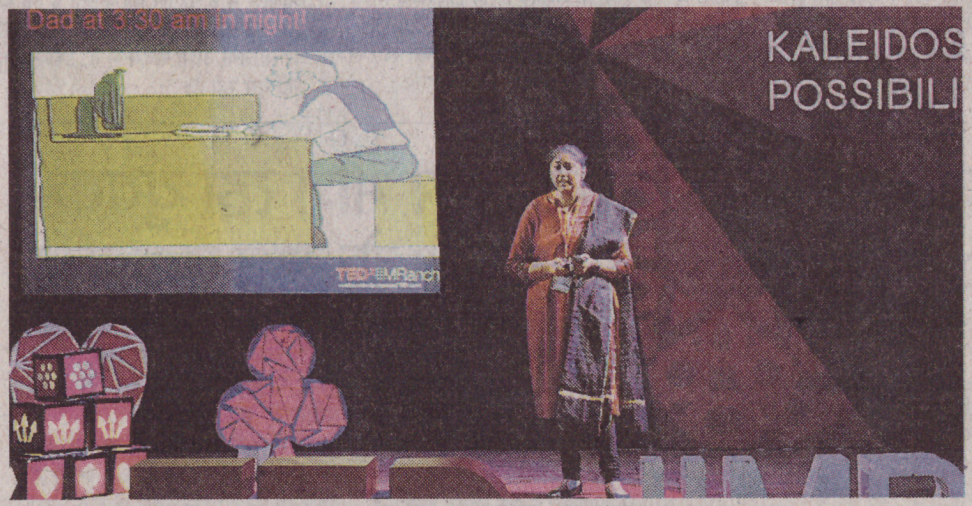
छोटी सी चिड़िया बना सकती है मजबूत

पहली स्पीकर थी प्रतिभा एबीपी ग्रुप की सीईओ-एजुकेशन सुप्रियो सिन्हा। उन्होंने वुडपीकर से प्रेरणा लेने के लिए दर्शकों को आमंत्रित किया। कहा कि एक वुडपीकर पक्षी की खासियत है कि वह कुछ मिलीमीटर व्यास के एक स्थान को पकड़ती है और जबरदस्त बल और तीव्रता के साथ उस स्थान पर चोंच मारती है। उन्होंने दर्शकों से एक छोटी सी चिड़िया की कल्पना करने के लिए कहा जो कि 1000 गुना बल के साथ 20 टाइम / सेकेंड मारती है। जो ध्यान और तीव्रता की शक्ति बताती है। कहा कि हम भैंस और मधुमक्खी से निडर होना सीख सकते हैं। इस बात पर जोर दिया कि परिस्थितियां और कार्य हमें भयभीत करते हैं, लेकिन अगर आपको लगता है कि आप कर सकते हैं, तो आप कर सकते हैं, यदि आपको लगता है कि आप नहीं कर सकते हैं, तो आप सही हैं।

हमारे खाना पकाने में कुछ दोष

मास्टरशेफ इंडिया सीजन वन के विजेता पंकज भदौरिया ने इस तथ्य पर प्रकाश डाला कि भारतीयों के पास एक खराब पैलेट है, जो स्वस्थ और फिट रहना मुश्किल बनाता है। वह इस बात को सामने लाती है कि यह वह नहीं है जो हम खाते हैं, बल्कि हम कैसे खाते हैं, जिससे सभी को फर्क पड़ता है। हमारे खाना पकाने की शैली को बदलने की जरूरत है। उन्होंने कहा कि हमारे खाना पकाने में कुछ दोष है। जैसे कि भोजन को ओवर-कुक करना या इसे डीप फ्राई करना। कहा- कठोर व्यायाम की तुलना में सही तरीके से पकाया गया अच्छा भोजन वजन कम करने में अधिक प्रभावी है। साथ ही खुशी का वर्णन किया और सभी को अपने लिए सही आहार खोजने के लिए प्रोत्साहित किया।

प्रेरणा...अगर आपको लगता है कि आप कर सकते हैं तो सही...लगता है कि आप नहीं कर सकते तब भी सही...



रविवार को आईआईएम में आयोजित टेडेक्स में छात्रों और उपस्थित लोगों का मार्गदर्शन करतीं एक स्पीकर।

कर्नल प्रबीर ने कहा

यात्रा की गई सड़क कम ही चुनें आपकी यात्रा और सुंदर हो जाएगी

कर्नल प्रबीर सेनगुप्ता इस आयोजन के अंतिम वक्ता थे। जम्मू-कश्मीर में हाल की घटनाओं का हवाला देते हुए उन्होंने सवाल पूछने के लिए लोगों को प्रेरित किया। उन्होंने यह भी बताया कि सोशल मीडिया ने भारतीय सेना में शामिल होने के लिए लोगों को सिफारिशें दी हैं। उन्होंने दर्शकों को "हाई सर" की एक उत्साही प्रतिक्रिया का आह्वान करते हुए हाउज जोश के नारे लगाए। उन्होंने कहा कि सेना के लिए देश की सुरक्षा, सम्मान और कल्याण सबसे पहले आता है। वर्दी में पुरुषों के सबसे बड़े गुणों में से एक के रूप में अखंडता की घोषणा करते हुए उन्होंने कहा कि जीवन में जब भी आप एक चौराहे पर आएंगे, जब आपको एक विकल्प बनाना होगा। यात्रा की गई सड़क को कम चुनें, और यात्रा सुंदर होगी।

जादू आपके बगल बैठे व्यक्ति में है...महसूस करें

संयुक्त राष्ट्र मुख्यालय, वियना में बोलने वाले सबसे कम उम्र के भारतीयों में से एक हैं राज शमानी। उन्होंने एक साधारण प्रश्न पूछकर अपना संबोधन शुरू किया- जब लोग जानते हैं कि वे अधिक इच्छा रखते हैं, तो वे कम के लिए क्यों व्यवस्थित होते हैं? इस पीढ़ी में, जब हर कोई समाज में एक प्रभाव पैदा करना चाहता है, तो हम कैसे करते हैं? उन्होंने कहा समाधान बहुत सरल है - हम इस बात को कम आंक रहे हैं कि हम इस पल में क्या कर सकते हैं, हम दुनिया को प्रभावित करना शुरू कर सकते हैं। उन्होंने दर्शकों को ईमानदार होने के लिए प्रोत्साहित किया। कहा- हमें खुद को साहसी और सुंदर महसूस करें।

निराश होने पर प्रयास की सफलता के करीब पहुंचीं

आईएएस अधिकारी हर्षिका सिंह ने अपनी कहानी बताई। कहा कि उनके जीवन में सच्चा मोड़ तब आया जब एक माध्यमिक स्कूल की स्टूडेंट्स के रूप में वह अपने माता-पिता के साथ एक पुस्तक स्टॉल पर गईं। एक प्रतियोगी पत्रिका के कवर पेज पर आईएएस टॉपर की तस्वीर लगी देख कर मोहित हो गईं। हालांकि वह आईएएस के बारे कुछ नहीं जानती थीं। लेकिन आईएएस टॉपर ने उन्हें सिविल सेवा परीक्षा की आकर्षक दुनिया में प्रवेश करने के लिए प्रेरित किया। अपनी पहली यूपीएससी परीक्षा में उन्हें 640 रैंकिंग मिली। निराश होने के कारण उन्होंने एक और प्रयास किया और 2012 में 8 स्कोर किया।

हम सभी को स्वतंत्रता की जरूरत पर मन को नफरत

प्रसिद्ध न्यूरो साइंटिस्ट अभिजीत नस्कर ने कहा कि कोई कैसे सोचता है, महसूस करता है और व्यवहार करता है, यह सब मस्तिष्क संचालित करता है। लेकिन समाज उन व्यक्तियों का एक समूह है जो आपको अपने तरीके से महसूस करने, सोचने और व्यवहार करने की कोशिश करता है। जिससे प्रगति पर अंकुश लगता है क्योंकि प्रगति के लिए मूल सोच की आवश्यकता होती है। उन्होंने इस तथ्य को प्रकाश में लाया कि हम सभी को स्वतंत्रता की आवश्यकता है, लेकिन मन वास्तव में स्वतंत्रता से नफरत करता है। क्योंकि स्वतंत्रता अज्ञात का डर लाती है।

जितने कुशल उतना हमारा आत्मविश्वास बढ़ेगा...

25 वर्षीय उद्यमी और निवेशक फरहाद एसिडवाला ने जीवन को अद्वितीय परिस्थितियों, फायदे और नुकसान के एक सेट के रूप में वर्णित किया। कहा कि क्या हम वास्तव में तकनीक का लाभ उठा रहे हैं, जो हमारी पिछली पीढ़ियों के लिए इतनी भाग्यशाली नहीं थी। उन्होंने कहा कि आप जितने कुशल होंगे, उतना ही आप में आत्मविश्वास बढ़ने की संभावना होगी। उन्होंने इस बात पर भी जोर दिया कि फीडबैक लेना भी व्यक्तिगत रूप से आपको बांधा देता है। एक व्यक्ति को इसका उद्देश्य डेटा के रूप में सोचना चाहिए और उस पर काम करना चाहिए।