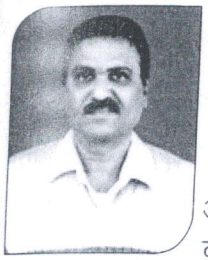
NH-2

लेख



समय प्रबंधन

श्री डी.चंद्रशेखर

अंग्रेजी में एक कहावत है,Time and Tide wait for none, जिसका अर्थ है समय और ज्वार(नदी का उफान/तीव्र प्रवाह) किसी का इंतजार नही करते। इस कहावत का सीधा आशय यही है कि समय रहते हमें वह सबकुछ कर लेना है, जो आवश्यक हो। हिन्दी में भी इस संबंध में कई कहावतें हैं, "समय बडा बलवान", ये सारे कहावत हमें यही बताते हैं कि हमें समय का सदुपयोग करना चाहिए। समय एक बहती नदी की तरह है, जब हम बहती नदी में पांव रखते हैं, तो हमारे पांव को एक पल में जल स्पर्श करते हुए निकल जाता है। नदी से बाहर निकलने तक हमारा पांव गीला होते रहता है, किन्तु सबसे पहले गीला करने वाला वह जल, नदी के बहाव में हमसे कोसों दूर जा चुका होता है। समय भी इसी तरह है, किन्तु फर्क सिर्फ इतना ही है कि हमसे दूर जाते हुए जल को हम देख सकते हैं, मगर जाते हुए समय को हम केवल महसूस कर सकते हैं, जिसके लिए समय पर हमें ध्यान केन्द्रित करना होता है। बडे बुजुर्ग और अनुभवी लोग अक्सर यह सलाह देते हैं कि जब हम समय की कीमत को पहचानेंगे, तभी अपने कार्य में सफल हो सकेंगे। समय को गंवाने वाले कभी सफल नही होते हैं। किसी भी लक्ष्य को सफलतापूर्वक पाने के लिए प्रबंधन काफी सहायक होती है, और समय का सदुपयोग करने के लिए भी समय प्रबंधन आवश्यक है।

समय प्रबंधन क्या है

समय प्रबंधन की कोई एक निश्चित परिभाषा नहीं है। सही काम करने के लिए सही समय का चयन भी समय प्रबंधन है। समय की मात्रा सदैव सीमित होती है, अतः समय का उचित उपयोग करना भी समय प्रबंधन ही है। प्रबंधन किसी संस्थान के सुचारू संचालन के लिए ही नहीं, बल्कि हमारे व्यक्तिगत जीवन के सफल संचालन के लिए भी अति आवश्यक है।

समय प्रबंधन के प्रमुख अंग हैं:–

सुदृढ योजना
लक्ष्य निर्धारण एवं उद्धेश्य
लक्ष्य प्राप्ति की अधिकतम समय–सीमा का निर्णयन
कार्य की महत्ता के अनुसार प्राथमिकता का निर्णयन
सही कार्य के लिए सही समय एवं समय सीमा का निर्धारण

1.समय के सदुपयोग के लिए सुदृढ योजना

कार्य क्षेत्र में यदि हम बिना किसी तैयारी के पहुँचें, तो हम पाएंगे कि कार्य संपन्नता में देर हो रही है, और कार्य की सफलता में संदेह भी होने लगता है। इसके विपरीत, यदि पूर्व योजना के साथ कार्यस्थल पर पहुँचें, तो हमें लक्ष्य प्राप्ति में देर नही लगेगी और कार्य की सफलता में भी कोई संदेह नहीं होगा। दैनंदिन कार्यों की पूर्व योजना के प्रमुख अंग निम्न हैं:–

- उन कार्यो की सूची तैयार रखना जो आज संपन्न करना है
- कार्यों की महत्ता के आधार पर प्राथमिकता निर्धारित करना
- सूचिबद्ध प्रत्येक कार्य के लिए आवश्यक आंकडे/आवश्यक अवयवों का संकलन (समय प्रबंधन, अगले दिन के कार्य की योजना को पिछले दिन तैयार करने और उस कार्य की संपन्नता हेतु आवश्यक आंकडे/अवयवों को कार्य प्रारम्भ करने के पूर्व ही तैयार कर लेने को मान्यता प्रदान करता है)।
- प्रत्येक सूचिबद्ध कार्य के लिए समय–सीमा का निर्धारण

2. लक्ष्य एवं उद्धेश्यों का निर्धारण

लक्ष्य रहित कार्य किसी भी प्रकार से लाभदायक नहीं होता है, अतः किसी भी कार्य का उद्धेश्य एवं कार्य का लक्ष्य निर्धारित करने के उपरांत ही कार्य प्रारम्भ करना चाहिए।

3. समय–सीमा का निर्धारण

प्रत्येक कार्य संपन्न करने के लिए हमें खुद के लिए एक समय–सीमा निर्धारित करना चाहिए, और उस समय सीमा के

अंदर संबंधित कार्य को समाप्त करने की दिशा में कारगर रूप से कार्य करना चाहिए। जब कार्य का लक्ष्य निर्धारित हो, और स्वनिर्धारित समय–सीमा ज्ञात हो, तब कार्य की संपन्नता के लिए हम स्वयं पूर्ण रूपेण जिम्मेदार होकर कार्य संपादित करेंगे, जो कार्य की सफलता के लिए अति आवश्यक है।

4. **कार्यों की प्राथमिकता का निर्णयन**

कार्यों की प्राथमिकता का निर्णयन कार्य की महत्ता एवं अत्यावश्यकता के आधार पर किया जाता है। अत्यावश्यकता की स्थिति, महत्वपूर्ण कार्यों की प्राथमिकता सूची में फेरबदल कर सकती है। मगर यह सुनिश्चित करना है कि उस दिन के लिए सूचिबद्ध समस्त कार्य निर्धारित समयावधि में संपन्न हो जाएं।

5. **सही कार्य की संपन्नता हेतु सही समय देना**

किस कार्य के लिए कितना समय देना है, यह निश्चित करना अति आवश्यक है। एक घंटे में संपन्न हो सकने वाले कार्य के लिए संपूर्ण दिन लगा देना, समय–प्रबंधन के सिद्धांत के खिलाफ है।

प्रभावशाली समय–प्रबंधन के लिए

- सुव्यवस्थित कार्य निष्पादन

कार्यस्थल साफ–सुथरा एवं सुव्यवस्थित होना चाहिए। अव्यवस्थित कार्यस्थल कार्य की क्षमता को कम करते हैं। व्यक्तिगत रूप से कार्यस्थल की सफाई एवं कार्य निष्पादन हेतु आवश्यक अवयवों को व्यवस्थित रखना सबके लिए नितांत आवश्यक है।

- अपनी गतिविधियों पर ध्यान दें कि कहीं हम समय बर्बाद तो नहीं कर रहे हैं। आजकल संचार माध्यम पुरजोर अवस्था में है। हर व्यक्ति के पास अपना मोबाईल है, जिसमें इंटरनेट, व्हाट्सप आदि सुविधाएं उपलब्ध हैं। समय प्रबंधन सिद्धांत इन सुविधाओं के उपयोग के खिलाफ नहीं है, किन्तु कार्यावधि में इन सुविधाओं के उपयोग पर स्वतः अंकुश लगाना समय–प्रबंधन की मांग है। कार्य के दौरान आने वाले फोन–कॉल अथवा मैसेज पर ध्यान जाए तो हमारा कार्य निर्धारित समय–सीमा में संपन्न नहीं हो पाएगा। अतः यह स्वतः निश्चित करना होगा कि फोन–कॉल एवं मैसेजेस के लिए कब और कितना समय दिया जाए, ताकि कार्यावधि की समाप्ति पर उस दिन के लिए निर्धारित समस्त कार्य सफलतापूर्वक संपन्न हो जाएं।

- कार्य निष्पादन में ध्यान केन्द्रित करना

यह सर्वविदित है कि लापरवाही से किया गया कार्य कभी सफल नहीं हो सकता है, अतः समय प्रबंधन की मांग है कि किसी भी कार्य के निष्पादन के दौरान संपूर्ण ध्यान उस कार्य पर केन्द्रित रहे। ऐसा करने से, एक तरफ यह निर्धारित समय–सीमा में कार्य की संपन्नता में सहायक होता है, और दूसरी तरफ कई प्रकार की त्रुटियों से भी बचाता है।

समय प्रबंधन के लाभ

समय प्रबंधन अपनाने से होने वाले प्रमुख लाभ निम्नलिखित हैं:–

1.उपलब्ध समय का यथोचित उपयोग समय प्रबंधन के माध्यम से होता है।
2.समय प्रबंधन के जरिए सही समय पर सही कार्य संपादित किया जा सकता है।
3.समय प्रबंधन व्यक्तिगत एवं व्यावसायिक क्षेत्र में सामंजस्य स्थापित करता है।
4.कार्यावधि में समय के अनुपालन के लिए समय–प्रबंधन कारगर सिद्ध होता है।
5.समय प्रबंधन, व्यवस्थित रूप से कार्य निष्पादन में सहायक होता है।
6.समय प्रबंधन के माध्यम से व्यक्ति का आत्मविश्वास एवं मनोबल बढता है
7.समय प्रबंधन, निश्चित समयावधि के पूर्व ही कार्य की सफलता एवं लक्ष्य प्राप्ति में सहायक होता है।
8.आत्मविश्वास एवं मनोबल बढने से मानसिक संतुलन बना रहता है एवं अनावश्यक तनाव से मुक्ति मिलती है।

समय एवं समय प्रबंधन की महत्ता को जानकर कार्य करने वाला हर व्यक्ति सफल होता है, इसका एक ज्वलंत उदाहरण हमारे देश के प्रधान मंत्री श्री नरेन्द्र मोदी जी हैं। वे अपनी दिनचर्या निश्चित कर लेते हैं, और हर कार्य सही समय पर संपन्न करते हैं। किसी भी सभा में उनके आगमन में कभी उनके व्यक्तिगत कारणों से देरी नही होती है। सुबह से शाम तक वे सारा कार्य समय पर संपन्न करते हैं, और यही कारण है कि वे आज दुनिया के सफलतम व्यक्तियों में एक हैं।

फिल्म जगत की बात की जाए तो अमिताभ बच्चन जैसे सितारों की सफलता का राज समयबद्धता ही है। कई सभाओं में और पत्रिकाओं में वे कह चुके हैं कि समय का अनुपालन करना उनकी नीयत है, वे कभी भी फिल्मों की शूटिंग के लिए देरी से

नहीं पहुँचते हैं। वे समय की कीमत जानते हुए समय का आदर करते हैं, और आज भी सफल नायकों में उनकी गिनती होती है। फिल्मों की बात से किशोर कुमार जी का गाया हुआ एक सुमधुर गीत याद आ रहा है, जिसके बोल हैं "आने वाला पल, जाने वाला है, हो सके तो इसमें जिंदगी बिता दो, पल जो ये जाने वाला है"। हालांकि यह गीत फिल्म की कहानी को ध्यान में रख कर लिखा गया है, किन्तु इन पंक्तियों में कही गई बात दुनिया के प्रत्येक व्यक्ति के लिए अनुकरणीय है। हमारे व्यक्तिगत विकास से हमारा घर, घर से गाँव, गाँव से शहर, शहर से जिला, जिले से राज्य और राज्य से संपूर्ण देश सुखी संपन्न हो सकता है, और व्यक्तिगत विकास का एक छोटा मगर अति महत्वपूर्ण अंग है, समय–प्रबंधन। आइये हम सब एक साथ यह संकल्प लें कि हम खुद समय निष्ठ होकर सभी लोगों को प्रेरित करेंगे, ताकि देश व समाज के उत्तरोत्तर प्रगति में हमारा सहयोग सार्थक रहे।

उप–प्रबंधक (ईपीएस)
एफएसएनएल, निगमन कार्यालय,
भिलाई (छत्तीसगढ़)
मोबाइलः 91+ 9993237738

• • ● • •

माँ का सपूत

श्री सुरेंद्र मिश्र

बात उस समय की है, जब भारत गुलाम था। अंग्रेज शासक और उसके कारिंदों को यहाँ की जनता पर क्रूर अत्याचार व शोषण करने में अपार आनंद आता था। वुड्सवर्थ सीतापुर तालुका के लिए अंग्रेजी हुकूमत का सबसे बड़ा अफसर था। एक बार वह अपनी पत्नी ऐना के साथ पास के शीशम के बागान घूमने निकला। गाँव वालों ने उनकी आवभगत में कोई कमी नहीं रखी। उनके जरा से इशारे पर बिछ–बिछ जा हरे थे। गाँव का पंडित भी, जो गाँव का अकेला पढ़ा–लिखा आदमी था, अपने भानजे के साथ गाँव वालों की ओर से तौर–तरीके से बातचीत करने के लिए मौजूद था। वुड्सवर्थ व ऐना को भी गाँव वालों का इस प्रकार गुलाम बन सेवा करना अच्छा लग रहा था। उँची–नीची पतवार से लदी पथरीली जमीन पर ऐना का पैर फिसला और वह डगमगा कर गिरने लगी। वुड्सवर्थ कुछ दूर पर आ रहीं सुंदर बालाओं को देखे जा रहा था। गाँव के पंडित ने, जो ऐना के समीप ही सेवा के लिए खड़ा था, ऐना को गिरने से बचाने हेतु अपनी बलिष्ट बाहों का सहारा देने लपका और इस प्रकार ऐना को पंडित की बाहों में घिर देख वुड्सवर्थ क्रोध से पागल होकर पंडित की ओर झपटा । ऐना को अलग हटा कर पंडित पर लात और घूँसों की बरसात शुरू कर दी। ऐना ने रोकने की कोशिश की। अंग्रेजी में उसे समझाने की कोशिश की, परंतु सब बेकार।

पागलों की तरह अंग्रेजी में गंदी गालियों की बौछार के साथ पंडित की पिटाई जारी रखी। उसका भतीजा मामा की पिटाई नहीं सहन कर पा रहा था और उन्हें बचाने की कोशिश करने लगा। वुड्सवर्थ ने उस बच्चे को भी दो लातें जमाई और झिंझोड़ कर गिरा दिया। थोड़ी देर बाद वह सामान्य होकर अपनी कोठी की ओर चल दिया। साथ में चल रहे अंगरक्षक भारतीय सिपाही उस पंडित का रस्सी से बांधे खींचते हुए चल रहा था। एक जगह पानी और कीचड़ था और ऐना को उससे बचकर चलने में परेशानी हो रही थी। वुड्सवर्थ ने ऐना को मजबूर करते हुए उसे पंडित के शरीर पर पैर रख कर कीचड़ भरे रास्ते को पार करा दिया। भानजा इसको बिल्कुल भी सहन नहीं कर पाया और वुड्सवर्थ की कलाई जोर से काट कर गाँव की ओर दौड़ लगा दी। बड़ा होकर वही भानजा वीर क्रांतिकारी चंद्रशेखर आजाद के रूप में भारत माता का सच्चा सपूत सिद्ध हुआ।

हाउस पी–30, गोल्फ लिंक कालोनी
कनडिया रोड, कनडिया
इंदौर–452016