"युवाधन को प्रोत्साहित करने एवं उनका दिशा निर्देशन करने हेतु काव्यात्मक शब्द साधना 'उठो युवा' लाखों युवाओं को अविरत नयी राह दिखायेगी। यह जोशपूर्ण काव्यमय रचनाएं प्रशंसनीय है।"

- माननीय श्री नरेन्द्र मोदी

उठो युवा

युवाओं के लिए प्रेरणादायी कविताओं का संकलन

शिशिर श्रीवास्तव

श्री शिशिर श्रीवास्तव को प्रदत्त सम्मान

लखनऊ के मेयर डा0 दिनेश शर्मा द्वारा यंग कम्प्यूनेटर अवार्ड प्राप्त करते हुए

प्रो0 माधवन मेनन द्वारा मैन आफ दि इयर 2012 पुरस्कार

स्वीडन में वर्ल्डस् चिल्ड्रेन्स प्राइज द्वारा सम्मान

ताइवान के फोपाल संस्था के अध्यक्ष डा0 हांग ताओजी द्वारा सम्मान

मेयर तोरेस्तीन विंगर द्वारा ओसलो (नार्वे) में सम्मान

यूनेस्को फिलीपीन्स की अध्यक्ष द्वारा मनीला में सम्मान

रूस में मॉन्टेसरी एकेडमी द्वारा सम्मान

शारदा यूनिवर्सिटी में एलेक्सेस सोसायटी द्वारा सम्मान

Apro/dh/2014/03/04/dt

स्नेहीश्री शिशिर जी,

सप्रेम नमस्कार ।

आपका शुभकामना सभर पत्र प्राप्त हुआ । धन्यवाद ।

भारत की युवा पीढी ही आज हमारे राष्ट्र की सबसे बडी पूंजी एवं ताकत है । इस युवाधन को प्रोत्साहित करने एवं उनका दिशा निदर्शन करने हेतु आपकी जोशपूर्ण काव्यमय रचनाएँ प्रशंसनीय है ।

शब्द एक साधना है और आपकी ये काव्यात्मक शब्द साधना "**उठो युवा**" लाखो युवाओं को अविरत नयी राह दिखाती रहे ऐसी शुभकामना के साथ........

आपका,

(नरेन्द्र मोदी)

To,
Shree Shishir Srivastava, *Author,*
248/15, Lakar Mandi, Nr. Jai Hanuman Temple,
Yahiya Ganj, Lucknow-226003,
(Uttar Pradesh).
Email : author@shishirsrivastava.org

नरेन्द्र मोदी
मुख्य मंत्री, गुजरात राज्य

उठो युवा

भारत के युवाओं के लिए प्रेरणादायी कविताओं का संकलन

शिशिर श्रीवास्तव

Copyright © Shishir Srivastava

First published in March 2014
Second edition in April 2016

Printed and Published in India by

Avadh Printers

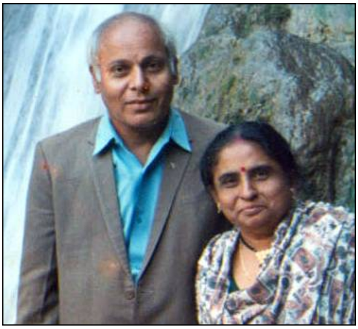
प्रस्तावना

यह कविता संग्रह भारत के युवाओं को समर्पित है। युवा साहस है, युवा ओज है, युवा प्रेरणा है और युवा शक्ति है। 'उठो युवा' में प्रेरणादायी कविताओं का संग्रह है और मुझे आशा है कि नव-भारत के सर्वांगींण विकास में युवाओं की महत्वपूर्ण भूमिका रहेगी। आवश्यकता है तो उन्हें जोश व हिम्मत दिलाने की। यही प्रयास इस संकलन में किया गया है।

- शिशिर श्रीवास्तव

कवि, लेखक एवं वक्ता

आभार



स्व. डॉ. सुशील कुमार श्रीवास्तव एवं श्रीमती नीरजा श्रीवास्तव
लेखक के माता-पिता

मैं अपने माता-पिता (**स्व. डॉ. सुशील कुमार श्रीवास्तव एवं श्रीमती नीरजा श्रीवास्तव**) का विशेष आभारी हूँ जिन्होनें मुझे अच्छी शिक्षा दी एवं लेखन कार्य के लिये सदा ही प्रेरित किया।

मैं अपनी धर्मपत्नी **श्रीमती सोफिया श्रीवास्तव** एवं सुपुत्र **श्री सृजन श्रीवास्तव** को भी हृदय से धन्यवाद देता हूँ जिन्होनें मुझे लेखन कार्य हेतु प्रोत्साहित किया।

मैं अपने सभी अध्यापकों, सहकर्मियों तथा मित्रों का भी आभार प्रकट करता हूँ जिन्होंने मुझे सदैव प्रोत्साहित किया।

आपका भी आभारी हूँ तथा आपसे निवेदन है कि इस पुस्तक की कविताओं को युवाओं तक अवश्य पहुँचायें। इस पुस्तक की **Free copy www.shishirsrivastava.in** से भी **Download** की जा सकती है।

– शिशिर श्रीवास्तव

प्रेरणा स्रोत

डॉ. जगदीश गाँधी एवं डॉ. भारती गाँधी
संस्थापक, सिटी मोन्टेसरी स्कूल, लखनऊ

'उठो युवा' के प्रेरणा स्रोत हैं मेरे गुरुजन डॉ. जगदीश गाँधी जी एवं डॉ. भारती गाँधी जी जिन्होंने अपने उदाहरण द्वारा मुझे आध्यात्मिक रुप से जीवन जीने की कला सिखाई। मैं हृदय से आप दोनों का आभारी हूँ क्योंकि आपने बचपन से ही मुझे विश्व एकता एवं विश्व शांति के विचार दिये हैं।

आप दोनों ने 1959 में 300 रुपये उधार लेकर 5 बच्चों से शुरुआत कर सिटी मोन्टेसरी स्कूल (CMS), लखनऊ की स्थापना की। आपने 56 साल के अथक परिश्रम, त्याग, साहस और धैर्य से आज इस स्कूल को बुलन्दियों तक पहुँचाया और आज इसमें 50,000 से भी अधिक छात्र-छात्राऐं उच्चतम् कोटि की शिक्षा ग्रहण कर रहे हैं।

CMS गीनिज बुक ऑफ वर्ल्ड रिकार्ड्स में विश्व के सबसे बड़े विद्यालय के रुप में शामिल है। तब से आज तक हजारों छात्र-छात्राओं ने 'जय जगत' एवं 'विश्व बन्धुत्व' की शिक्षा आप दोनों से ग्रहण की है। मैं भी उनमें से एक हूँ।

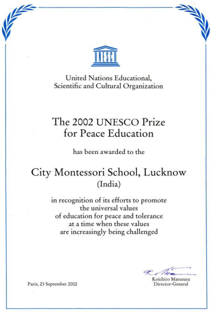
क्रमशः...

...प्रेरणा स्रोत

डॉ. जगदीश गाँधी ने सन 2001 **से हर वर्ष** 16 International Conferences of Chief Justices **आयोजित करी हैं जिसमें 121 देशों से** 888 Chief Justices and Judges **ने भाग लिया एवं नई विश्व व्यवस्था** (World Government, World Parliament and World Court of Justice) **की मांग की है।**

यूनेस्को ने सन् 2002 **का शांति पुरस्कार (यूनेस्को प्राइज़ फार पीस एजुकेशन) से** CMS **को सम्मानित किया और अन्तर्राष्ट्रीय एवं राष्ट्रीय स्तर पर आप दोनों ने कई सम्मान प्राप्त किये हैं।**

- शिशिर श्रीवास्तव


United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization

The 2002 UNESCO Prize for Peace Education

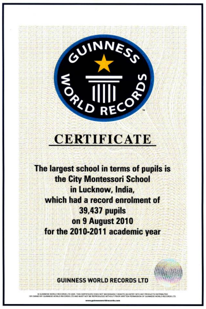
has been awarded to the

City Montessori School, Lucknow (India)

in recognition of its efforts to promote the universal values of education for peace and tolerance at a time when these values are increasingly being challenged

Paris, 23 September 2002

Koichiro Matsuura
Director-General


GUINNESS WORLD RECORDS

CERTIFICATE

The largest school in terms of pupils is the City Montessori School in Lucknow, India, which had a record enrolment of 39,437 pupils on 9 August 2010 for the 2010-2011 academic year

GUINNESS WORLD RECORDS LTD

CMS Founders receiving UNESCO Prize for Peace Education 2002 in Paris

www.cmseducation.org

www.drjagdishgandhiforworldhappiness.org

विषय सूची

क्रमांक	विषय	पेज संख्या
1.	ऊँची उड़ान	1
2.	मत छोड़ो आशा	2
3.	चलते रहो	3
4.	दो कदम	4
5.	मत हारो हिम्मत	5
6.	स्वयं को पहचानो	6
7.	हर रोज इम्तिहान	7
8.	देश भक्ति	8
9.	कुछ करो नया	9
10.	कठिनाइयाँ	10
11.	साथ तुम्हारे	11
12.	मत टालो	12
13.	अनुशासन	13
14.	इच्छा शक्ति	14
15.	कर्म-भूमि	15
16.	हर दिन - नया सवेरा	16
17.	स्वस्थ रहो	17
18.	नियमित व्यायाम	18

19	मन पर नियन्त्रण	19
20.	उठो जवानो	20
21.	समय से पहले	21
22.	खोना मत स्वाभिमान	22
23.	नियन्तर श्रम	23
24.	प्रयास, और प्रयास	24
25.	रखो विश्वास	25
26.	जीवन की यात्रा	26
27.	अवसर	27
28.	साथी छूट जाये तो	28
29.	सरलता	29
30.	प्यार बाँटते चलो	30
31.	अभिलाषा	31
32.	सतत-प्रयास	32
33.	सकारात्मक सोच	33
34.	ध्यान	34
35.	स्वच्छ भारत	35
36.	विश्व - एक परिवार हमारा	36

ऊँची उड़ान

आओ कल्पना करें
ऊंची उड़ान की।

भर लो सांस
जुटा लो हिम्मत।

फैला लो पंख
कर लो फैसला

उड़ना है अब
ऊँचे आसमां में।

साहस का साथ
विश्वास हो हाथ

अब समय है
ऊँची उड़ान का।

हो जाओ निडर
लगा दो छलांग

उड़ जाओ अब
उड़ जाओ अब।

मत छोड़ो आशा

मत छोड़ो आशा

जीवन है छोटा

हैं काम बहुत।

रखो मन में सदा

इस बात की आशा

पाओगे लक्ष्य, एक दिन अवश्य।

मत करो उदास अपने मन को

कर लो दृढ़ निश्चय

और रखो विश्वास।

जब डोले मन

तब धैर्य करो

मत छोड़ो आशा।

चलते रहो

चलते रहो
चलते रहो।

रूकना मत
थमना मत।

ठान लो
आगे बढ़ो।

कर रहा समय
तुम्हारा इंतजार।

सोचो आगे
बढ़ो आगे ।

जो थम गये
वो रुक गये।

जो चलते रहे
वो जीत गये

कर सोच बड़ी
रख हिम्मत बड़ी

चलते रहो
चलते रहो।

दो कदम

सौ ख्यालों से
अच्छे हैं – दो कदम
दो कदम
बस दो कदम।

बढ़ते चलो
करते चलो ।

यदि तुम चलते रहे
आयेगी मंजिल, पास अवश्य।
सोचो बड़ा
करो छोटा।

जो शुरु करो
तो खत्म करो।

अधूरे सपने
अधूरे प्रयास
अधूरे अभ्यास

करेगें तुमको
परेशान बड़ा ।

जो शुरु करो
तो खत्म करो

बढ़ते चलो
बढ़ते चलो।

दो कदम
बस दो कदम।

मत हारो हिम्मत

जब रात आती है
मायूसी की, उदासी की
मन जब लगे
घबराने-हारने।
आशा की डोर
जब न थाम सको
रखो विश्वास
मत हारो हिम्मत।
लगने लगे बेकार सब
'रखा है क्या इस जीवन में'
जब सोच ऐसी आ जाये
तब मत हारो हिम्मत।
थामो, मन को
रोको, सोच को
जीवन है बड़ा
कर लो संकल्प
सोचो अच्छा
करो अच्छा।
अब बुलंद कर हौसला
बढ़ो तुम ऐ युवा
जीत होगी तुम्हारी अवश्य
मत हारो हिम्मत।

स्वयं को पहचानो

नौजवानों, स्वयं को पहचानो
छुपा है तुममें अद्वितीय खजाना
प्रतिभा, शौर्य और सामर्थ्य का
बाहर घूम लिये तुम बहुत
अब अंदर उतरने की बारी है।
सब कुछ है तुममें
सिर्फ ढूढ़ना है अपने अन्दर
यदि चुननें हैं मोती
तो उतरो अपने भीतर।
चलो, उठो साहसी चल पड़ो
अब आराम नहीं, विश्राम नहीं।
स्वयं को पहचानो
और जुट जाओ अब।
युग परिवर्तन का जमाना है
तुम्हें करके कुछ दिखाना है।
कर लोगे यदि तुम फैसला
तो भाग्य जायेगा बदल।
अपनी किस्मत चमकाने को
उठ खड़े हो जाओ तुम
और करो कुछ ऐसा
जग नाज़ करे तुम पर।
जब स्वयं को तुम पहचानोगे
तो जग तुम को पहचानेगा।

हर रोज इम्तिहान

हर रोज इम्तिहान देना है तुम्हें
हर रोज शिखर चढ़ना है तुम्हें
गन्तव्य को तुम रखो याद
और लगा लो सीने में आग।
अब आगे, और आगे, बढ़ना है तुम्हें
हर रोज इम्तिहान देना है तुम्हें।
बढ़ो आगे, देखो न पीछे
रुको मत, चलते रहो
जो बीत गया, सो बीत गया
अब आगे, और आगे बढ़ना है तुम्हें
अपने लक्ष्य को पाना है तुम्हें
हर रोज इम्तिहान देना है तुम्हें।
जो रुक गये, सो थम गये
अरे उठ खड़े हो साहसी
और जग को दिखा दो बाहुबली
शक्ति है तुममें, है धैर्य अजब।
अपने भविष्य को बनाना है तुम्हें
हर रोज इम्तिहान देना हैं तुम्हें।

शिशिर श्रीवास्तव

देश भक्ति

इस देश को जरुरत है
तुम्हारे जैसे नौजवानों की।
जो उठ खड़े हों, तो तुफान आयें
जो चलें अगर तो, रास्ते थम जायें।
इस देश को जरुरत है
तुम्हारे जैसे नौजवानों की।
जो साहसी हो, हिमालय जैसे
जो धैर्यवान हो, सागर जैसे
जो साथ चले तो, जग जगमगाये
जो काम करे तो, आसमां चमके।
इस देश को जरुरत है।
तुम्हारे जैसे नौजवानों की
जिनके अंदर हैं
बापू, पटेल और सुभाष
ऐसे शूरवीर नौजवानों पर
देश का हर एक कतरा फिदा
अब आ गया है समय गम्भीर
चलो उठ खड़े हो शूरवीर
इस देश को जरुरत है
तुम्हारे जैसे नौजवानों की ।

कुछ करो नया

कुछ सोचो नया
कुछ करो नया।

मन में भर लो
कुछ जोश नया
मन में कर लो
कुछ संकल्प नया।

नई पीढ़ी तुम
है उत्साह नया
अब बढ़ाओ कदम
पथ चुनो नया।

कुछ सोचो नया
कुछ करो नया।

संघर्ष आयेंगे कई
आयेगीं चुनौतियां कई
पर सब झुक जायेगें
होगा तुममें विश्वास यदि ।

कर ध्यान केन्द्रित तुम
मत भटकाना मन को अपने
सब कुछ पाने की चाहत में
मत भूल जाना ध्येय को।

कुछ सोचो नया
कुछ करो नया।

कठिनाइयाँ

मजबूत करने को तुम्हें
आती हैं कठिनाइयाँ कई।
यदि करोगे तुम सामना
तो भाग जायेगी कठिनाइयाँ।
यदि तुम डर जाओगे
तो झुका देगीं तुम्हें।
ऐसी होती हैं यह
चुनौतियां, कठिनाइयाँ।
लगती हैं विक्राल सी
पर होती हैं यह शून्य सी
डट कर करो तुम सामना
निडर होकर, विश्वास करो।
जो हिम्मत को अपनाओगे
तो उड़ जायेगी कठिनाइयाँ।
मत घबराना इनसे तुम
समझना इनको साथी अपना।
साथ लोगे इनको जो
तो पहुंचा देगी शिखर तक
विजयी बनाने को तुम्हें
आती हैं कठिनाइयाँ।

साथ तुम्हारे

जब लगे तुमको
कि रह गये हो अकेले
तब जानो कि
ईश्वर है साथ तुम्हारे।

ईश्वर कि शक्ति
छिपी है भक्ति में
कर आस्था सुदृढ़ अपनी
रखो मन में विश्वास अनन्त।

साथ रहता है तुम्हारे
मुश्किल क्षणों में ईश्वर
अदृश्य होकर भी उसकी
छाया संग होती है ।

खोने लगता है जब विश्वास
लगे, देगा न कोई साथ
एक अंधेरे कोने से तब
आवाज़ आती है उसकी।

बढ़ाओगे यदि तुम दो कदम
तो वह दस बढ़ायेगा तुम्हारी तरफ
रखो भरोसा अंत तक
पहुंचोगे मंजिल तक अवश्य।

मत टालो

'टालने को' टाल दो
पर मत टालो उस काम को
कर सकते हो जिसे अभी।

पल है जो पास अभी तुम्हारे
चला जायेगा पलक झपकते
कर लो भरपूर सदुपयोग
समय का, जो पास तुम्हारे।

दूर जाते पल को
देखते रह जाओगे
लौट कर आता नहीं
पल जो चला जाता है।

'अभी-अभी' 'तुरन्त'
को कर लो तुम आत्मसात
कर स्वयं को सुव्यवस्थित
मत टालो अब काम को।

अच्छे कार्य में क्या देरी?
जुट जाओ फौरन कर दो
मत टालो उस काम को
जो कर सकते हो अभी।

अनुशासन

छोटा मंत्र – 'अनुशासन'
अपने ऊपर शासन – 'अनु' 'शासन'
लगता है मुश्किल
पर काम करता आसान।

जब मिल जाते है साथ
इच्छा शक्ति और आत्मनियंत्रण
तब बनाता है अनुशासन
हो जाते हैं सब कार्य सरल।

करना हो जब कार्य कठिन
तब करो इस्तेमाल अनुशासन को
यदि लगे न कार्य में मन
तब याद करो इसको मन में।

जो हो जरूरी वह करो पहले
यही सिखाता अनुशासन
जो शुरु करो, तो खत्म करो
यही सिखाता अनुशासन।

शिशिर श्रीवास्तव

इच्छा शक्ति

तुममें छिपी है अद्वितीय शक्ति
नाम है इसका 'इच्छा शक्ति'
अपनी इच्छा से कर सकते हो
इस्तेमाल इस शक्ति का।

इस छिपी शक्ति को
लो पहचान आज तुम
ध्यान कर लो तकलीफों को
करो प्रबल इच्छा शक्ति को।

स्वयं में रख विश्वास अटूट
कर लो दृढ़ संकल्प बड़ा
उठ खड़े हो जाओ अब
भविष्य बनाने को अपना।

बाधाएं आयेगीं बहुत
पर सब सरल हो जायेगा
साथ जो लोगे तुम
अपनी इच्छा शक्ति का।

चलो आत्मसात करो तुम
इस इच्छा शक्ति का
विशाल बनो– विक्राल बनो
और चकित कर दो इस दुनिया को।

कर्म-भूमि

कर्म भूमि में उतर कर
यदि साहस तुम रख सको
अपने प्रयत्नों से, प्रयासों से
निर्माण अडिग कर जाओगे।

इस देश को और विश्व को
तुम्हारी ही जरूरत है
पुकार रही यह कर्म भूमि
तुम्हारे जैसे नौजवां को।

'आओ तुम मेरे समीप'
कहती है यह कर्म भूमि
जुट जाओ उस कार्य में
लगता है जो ठीक तुम्हें।

अन्त समय तक लगे रहो
और कार्य करो अद्‌भुत तुम
कायम करो ऐसी मिसाल
और छाप छोड़ दो अपनी तुम।

कर्मभूमि को 'मातृ-भूमि' समझ
सींच दो अपने पसीने से
कुछ कार्य ऐसा कर चलो तुम
कि याद रखे दुनिया तुम्हें।

हर दिन - नया सवेरा

प्रातःकाल, भोर में
उठ जाओ, गहरी सांस लो
प्रतिदिन आता है
एक नया सवेरा।

उठो 'नये' एहसास में
रम जाओ, खो जाओ
नई सुबह, नई सोच
अपनाकर, आगे बढ़ जाओ।

लेकर ऊर्जा रोज नई
और लेकर एक लक्ष्य नया
कर लो तय अपनी दिनचर्या
और जुट जाओ अब काम में।

'कल' को भूल जाओ तुम
जो बीत गया सो बीत गया
हाथ में जो अभी समय है,
कर लो उसका सदुपयोग तुम।

अब समय साथ तुम्हारे है
मत खो देना इस पल को
हर दिन एक सवेरा नया है
एक जोश नया, एक नई उमंग।

स्वस्थ रहो

स्वस्थ जीवन ही सुखी जीवन है
इस सत्य को अब जान लो
समय से सोना, समय से उठना
स्वस्थ रखेंगे तुम्हें।

समय पर, संतुलित भोजन
देता सही ऊर्जा है
बाहर का, वसा युक्त
अस्वस्थ बनाता है तुम्हें।

सुबह प्रकृति के समीप
यदि रोज तुम जाओगे
नियमित व्यायाम करके तुम
स्वस्थ, प्रसन्नचित रहोगे।

तुम्हारे सामने हो जब विकल्प
चुनने का अस्वस्थ या स्वस्थ को
चुनना तुम स्वस्थ को
सुन्दर बनाने को जीवन।

अपने शरीर को समझ लो
मंदिर, मस्जिद, गुरूद्वारा
अन्तर्रात्मा है ईश्वर तत्व
इसका ख्याल रखना, है तुम्हारा कर्तव्य।

शिशिर श्रीवास्तव

नियमित व्यायाम

चलो उठो, कुछ व्यायाम करें,
चलो उठो, स्वस्थ जीवन जीयें
चलो हाथ चलाओ, चलो कमर घुमाओ
आओ उछले हम, हंस-हंस के।

आओ हम मिलकर दौड़े
आओ नाचे हम हाथ उठाकर
हर पल का हम लें आनन्द
भर लें ताजी हवा अपने मन में।

आओ मिलकर हम व्यायाम करें
संगीत की धुन पर नाचें
खेल-कूद कर स्वस्थ रहें
जीवन को आनन्दित बनायें।

मन पर नियन्त्रण

युवा मन भाग रहा
भागते मन को पकड़ो
काबू कर इस मन को
लगा लो कुछ काम में।

मन में है शक्ति अपार
जो कर लोगे इसको साथ
और लगा दोगे लक्ष्य पर ध्यान
तो हो जायेगा काम बड़ा।

यदि तुमने इसे दिया भागने
तो भगायेगा तुम्हें अनन्त तक
थकायेगा, रुलायेगा
जो तुमने इसे न नियंत्रित किया।

आत्म-नियंत्रण और इच्छा शक्ति
से कर सकते हो, वश में इसको
निरन्तर अभ्यास करोगे जो
तो वश में मन आ जायेगा।

उठो जवानों

स्वयं के बल पर
उठ खड़े हो जाओ अब
मत रहो निर्भर किसी पर
क्या तुम किसी से कम हो?

जो कहते हैं तुमसे
'नहीं कर पाओगे तुम'
जरा झांको उनके जीवन में
क्या वह कुछ़ कर पायें हैं?

मत करो हताश अपने मन को
ठानो कुछ अलग करने को
कर के वायदा अपने आप से
जुट जाओ निरन्तर प्रयास में।

लगी है जो चिंगारी दिल में
उसको आग बनाओ तुम
चलो जवानों उठो अब
करके अलग कुछ दिखाओ तुम।

समय से पहले

समय को पकड़ना
है मुश्किल बहुत
पर आसान हो सकता है यदि
'समय से पहले' सोचो तुम।

थोड़ा पहले, थोड़ा आगे
यदि तुम सोचोगे, करोगे
चलोगे यदि तुम, समय से पहले
तो सब काम सरल हो जायेगा।

मूल्यवान है जीवन
मूल्यवान है समय तुम्हारा
पल-पल उड़ती रेत सा
उड़ता जाता है समय।

यदि तुम चाहते हो
कुछ करना, कुछ बनना
रखो विश्वास अपने मन में
और चलो समय से पहले।

तत्परता और शीघ्रता
साथी हैं यह समय के
जो साथ इनका अपना लोगे
तो तुम चलोगे समय से आगे।

शिशिर श्रीवास्तव

खोना मत स्वाभिमान

कुछ खोना, कुछ पाना
क्रम में चलता रहता है
पर न खोना तुम कभी
अपने स्वाभिमान को।

विश्वास रखो मन में अपने
कि हो तुम सबसे अलग
इस 'अलग-पन' को पहचान कर
बनाये रखो स्वाभिमान को।

आत्म-सम्मान में स्वाभिमान
आत्म-विश्वास में स्वाभिमान
है रोम-रोम में स्वाभिमान
सदा बनाकर रखना तुम।

धन-सम्पदा आनी-जानी है
स्वास्थ्य आना-जाना है
रह जाता है बस स्वाभिमान
मत खोना स्वाभिमान को।

यदि अपमान तुम्हारा हो कभी
तो उठकर चल देना तुरन्त तुम
जीवन में अग्रसर रहना हमेशा
मत खोना स्वाभिमान को।

निरन्तर श्रम

कर मित्रता अपने हाथों से
शुरु करो अभ्यास अभी
जब साथ छोड़ देते हैं सब
तब काम आता है परिश्रम।

हो जाओ प्रसन्न इस संघर्ष में
कि उल्लास का पथ है यह
देखो उस चमकते सूर्य को
क्या कभी वह थकता है?

आओ करें कुछ मेहनत ऐसी
माथे पर से बहे पसीना
परिश्रम, लगन और कोशिश से
तुम सपनों को साकार करो।

जगाओ अपने अंदर छिपी
अपनी महान शक्ति को
श्रम-परिश्रम की बहती गंगा में
अब एक डुबकी लगा लो।

जो सोचोगे वो पाओगे तुम
यदि कार्य करोगे धैर्य से
संकट कटेगा, पीड़ा मिटेगी
यदि श्रम निरन्तर करोगे तुम।

प्रयास, और प्रयास

अरे, क्यों रुक गये तुम?
थकना, हारना कहाँ से सीखा?
सुख ढूढ़ रहे क्या विश्राम में?
अरे, सुख तो बस निरन्तर प्रयास में।

माना योग्यता है तुममें बहुत
पर योग्य पुरुष तो अनेक हैं
योग्यता से न कोई बनता महान
महानता छिपी निरन्तर प्रयास में।

अपने लक्ष्य को करके साथ
जो जुट गये निरन्तर प्रयास में
तो कौन सा कार्य है दुनिया में
जो तुम न कर सको अपने बल से?

रुकना मत, चलते रहना
कि पहुंचना है मंजिल तक
विश्वास यदि जो है मन में
तो हर कार्य हो जायेगा सरल ।

कर प्रयास निरन्तर तेजी से
तो जग तुम्हारा हो जायेगा
शत्रु भी हो जायेगें मित्र
और छाप अपनी छोड़ जाओगे।

रखो विश्वास

उस अनन्त शक्ति में
रखो तुम विश्वास
जो साथ रहती है
हमेशा तुम्हारे पास।

आगे बंद है रास्ते
एक गली है संकरी सी
जो ले जाती है सीधे
तुम्हें तुम्हारी मंजिल तक।

उस पथ पर बढ़ जाओ तुम
विश्वास से परीक्षा दो
लगेगा डर, टुटेगी हिम्मत
पर मत छोड़ना विश्वास को।

बनाकर भेजा है ईश्वर ने
तुम्हें एक खास मकसद से
कर पहचान उस मकसद को
तुम रास्ते को समझो मंजिल।

यह रास्ता ही सही है
समझाओ अपने दिल को
अंदर की आवाज सुन
बढ़ा लो तुम अपने कदम।

शिशिर श्रीवास्तव

जीवन की यात्रा

यात्रा जीवन की
यह सफर लम्बा है
चलते चलो
सीखते चलो।

जो सीखते हैं
वह बढ़ते हैं
ज्योति ज्ञान–गंगा की
तुम हृदय में जगा लो।

रोज कुछ नया सीखो
रोज़ कुछ नया पढ़ो
लिखो, जो तुम सीखो
सोचो, जो तुम सीखो।

चिंतन करो उस बात पर
जो तकलीफ पहुंचाये तुम्हें
अपनी गलती से सीखो तुम
और दूसरे की गलती से भी।

अब सीखने का ज़माना है
नित्य सीखो और अपनाओ
अपने व्यक्तित्व को चमकाओ
आगे और आगे बढ़ते जाओ।

अवसर

अक्सर इंतजार रहता है
कब आयेगा अवसर
अवसर आता है, जाता है
तलाश कायम रहती है।

अवसर के इंतजार से
तैयारी ज़्यादा जरुरी है
जो ध्यान लगाते तैयारी पर
उनका इंतजार करता अवसर।

जब तुम होगे पूरे तैयार
अवसर होगा तुम्हारे पास
यदि इस बात को जान लिया
तुम 'भाग्यशाली' बन जाओगे।

भाग्य तुम्हारे साथ सदा
बस देरी है तैयारी की
जब तुम परिपक्व हो जाओगे
तो अवसर पास आयेगा नज़र।

मिलती है सफलता बस उन्हीं को
जो रहते हैं सदैव तैयार
अब बारी है तुम्हारी
जुट जाओ, करो तैयारी।

साथी छूट जाये तो

जब साथ छूट जाये
किसी ऐसे साथी का
जो लगता था तुमको प्यारा
मजबूत कर लेना, तब अपने मन को।

साथी अक्सर मिलते हैं
साथ निभाने को सदा
पर कभी-कभी छूट जाते हैं
कुछ और पाने की चाहत में।

ऐसे में न उदास करो
तुम अपने मन को
सक्षम हो तुम सदा ही
यह जान लो, पहचान लो।

जब साथ था, तो अच्छा था
अब साथ नहीं, तो भी अच्छा है
साथ हो बस स्वयं का
इस सत्य को अब मान लो।

साथी हो या न हो
इस बात की मत कर फ़िकर
होकर खड़े तुम अपने बल पर
चलो अकेले अपने पैरों पर।

सरलता

जीवन सरलता से जीना
शायद है थोड़ा कठिन
यदि अपना सकते हो तो
अपना लेना सरलता को।

रास्ते तो हैं बहुत कठिन
पर आती है सरलता जब
सब आसान लगता है तब
हो जाती है आसान डगर।

सरलता कि परिभाषा को
तुम रोम-रोम में लो बसा
प्रेम से तुम बढ़ो आगे
सब हो जायेगा सरल।

ईश्वर को रखना याद सदा
है एक खुदा, है एक भगवान
चलता है वह तुमसे आगे
रहता है वह साथ सदा।

जो हो सके वह कर लो
जो ना हो सके, उसे प्रभु को सौंप दो
सब सरल हो जायेगा
मंजिल आयेगी पास नज़र।

शिशिर श्रीवास्तव

प्यार बाँटते चलो

हर इंसान तरस रहा
एक प्रेम भरी मुस्कान को
इस अंधियारी दुनिया में
बस प्यार बांटते चलो।

मिलाते चलो दिल से दिल
रहे कहीं नफरते नहीं
ओढ़ लो चादर प्यार की
कि पायें सब जन्नत यहीं।

ऊपर से सब अलग-अलग
पर अंदर हम सब एक हैं
रंग-भाषा है विभिन्न
पर असल में हम इंसान है।

मिटा दो आपसी भेद-भाव को
हो जाओ खुश अपने मन में
कि आज इंसानियत जाग रही
एक नये युग के प्रकाश में।

इस छोटे से जीवन में
कम समय है प्यार का
आओ हम संकल्प करें
और प्यार यूहीं बाटते चलें।

अभिलाषा

विश्वास कर अपनी प्रतिभा पर
चलो अब संकल्प करो
अभिलाषा करो इस बात की
कि पाना है तुम्हें अब लक्ष्य को।
अभिलाषा को जगाकर
क्या कोई सो पाया है?
हो जोश नया, संकल्प नया
आगे-आगे बढ़ते चलो ।
अभिलाषा जगाती है
एक आस नयी, एक सोच नयी
अब उठो युवा चलो, चल पड़ो
कि लक्ष्य तुम्हें है पुकार रहा।
उठ कर गिरना, गिरकर उठना
यह जीवन में चलता रहता है
यदि संकल्प हो दृढ़ जीवन में
तो सब आसान हो जाता है।
रुकना मत, झुकना मत
रखो विश्वास, बढ़ो आगे
आगाज़ दे रही है तुमको
अभिलाषा की नई किरण।

सतत-प्रयास

सब कुछ कर सकते हो हासिल
तुम अपने सतत् प्रयास से
बढ़ो आगे मेहनत करो
तुम अपने को चमका लो।

कड़ी मेहनत आती है काम
आता है काम प्रयास सदा
अब त्याग कर अपने आलस को
उठा लो बीड़ा नये काम का।

छोटे-छोटे कदमों से, हासिल होती है जीत बड़ी
आसान हो जाती है मंजिल
यदि करो तुम निरन्तर प्रयास।

'आगे' 'और आगे' जाने कि
चाहत ही आगे बढ़ाती है
यदि तुम करोगे नित्य प्रयास
तो रोक कौन सकेगा तुम्हें?

बढ़ते चलो तुम पथ पर अपने
मत दो ध्यान किसी और पर
कि देखे हर इंसान तुम्हें
और गर्व करे तुम्हारे ऊपर।

सकारात्मक सोच

सोचो तुम अच्छा
या सोचो तुम बुरा।

यह रहता विकल्प तुम्हारे पास
प्रतिपल तुमपर करता निर्भर।

अच्छी सोच तुम्हें ले जाती
नई दिशा की ओर।

अपने भविष्य को तुम
रचते हो अपनी सोच से।

एक नई सोच को अपना कर
बढ़ सकते हो तुम आगे।

अब त्याग दो बुरी सोच को
और करो विश्वास मन में अपने।

कि पा लोगे मंजिल अवश्य
जो अपनाओगे साकारात्मक सोच को।

ध्यान

इस भटकते युग में
चलो लगाओ ध्यान
पहचानों इस शक्ति को
चलो लगाओ ध्यान।

भटकाने को तुम्हें पथ से
आयेंगी तितलियां कई
मत भागना उनके पीछे
लगाना ध्यान अपने लक्ष्य पर।

एक ही चीज को
सोचना बार-बार
अपनायोगे जो ध्यान को
तो बनोगे अवश्य महान तुम।

अपने लक्ष्य को रखकर ध्यान
रखना धैर्य और विश्वास
मत देना ध्यान किसी और पर
जब तक न हासिल कर लो लक्ष्य ।

चलो उठो साहसी
अब कैसी देर?
कर ध्यान अपने लक्ष्य को
जुट जाओ अब प्रयास में।

स्वच्छ भारत

मेरा एक सपना है
कि स्वच्छ भारत में जिऊं मैं
सोचता हूँ अक्सर यह
कैसे सच हो सकता है?

हममें शक्ति है अज़ब की
है विश्वास अटूट मन में
कि हम रख सकते हैं,
स्वच्छ अपने भारत को ।

चलो करें प्रयास अभी से
मत कूड़ा फैलायें कहीं
आखिर यह देश अपना ही है।

आओ निरन्तर प्रयास से
इस सपने को साकार करे
कि सांस लें हम स्वच्छ भारत में।

रखो धैर्य, करो तुम मेहनत
बनाओ स्वच्छ और हरित भारत
है तो यह अपने हाथ में
जुट जाओ अब प्रयास करो।

विश्व - एक परिवार हमारा

सम्पूर्ण विश्व, एक परिवार हमारा
इस दुनिया को दिल में बसा लो,
आओ हम सब साथ रहें।
रुसी, अफ्रीकी, चीनी
थाई, अमेरिकी और जापानी
आपस में हम भाई-भाई
मिटा दो सब नफ़रते।
कर सोच बड़ी, इस दुनिया को
आओ हम बदले, अपने घर को।
है तो एक परिवार बड़ा
हैं तो सब अपने ही
तो क्यों देखें अलग-थलग
चलो कर लो सबको साथ में।
विश्व एक परिवार बड़ा है
हैं हम उसके नागरिक
अपना लो, इस सोच को
और रखो विश्वास दिल में
इस दुनिया को दिल में बसा लो
सम्पूर्ण विश्व, एक परिवार हमारा।

गणमान्य व्यक्तियों के साथ

पवित्रतात्मा दलाई लामा को पुस्तक भेंट करते हुए

अमेरिका के पूर्व राष्ट्रपति श्री बिल क्लिंटन के साथ

मॉरेसियस के पूर्व राष्ट्रपति महामहिम कासिम-उत्तीम के साथ

नेपाल के प्रधानमंत्री को पुस्तक भेंट करते हुए

मलेसिया के सुल्तान महामहिम सुल्तान अजलन साह के साथ

डा0 किरन बेदी को पुस्तकें भेंट करते हुए

आस्ट्रेलिया के पूर्व प्रधान मंत्री श्री मैलकम फ्रेजर के साथ

यूनेस्को के 35वी जनरल एसेम्बली के अध्यक्ष डा0 डेविडसन हेब्बॅन के साथ

लेखक का परिचय

श्री शिशिर श्रीवास्तव, प्रेरक कवि, लेखक, वक्ता एवं कैरियर काउन्सलर हैं। आपका जन्म 26 सितम्बर 1977 को लखनऊ में हुआ। आपकी प्रथम पुस्तक *'The Eight Powers within you: Your Guide to Success'* का अनुवाद चार भाषाओं में हो चुका है। युवाओं को प्रेरित करने एवं उनका मार्गदर्शन करने में आपकी अहं भूमिका रही है। आप विश्व के 12 देशों में आयोजित विभिन्न सम्मेलनों को सम्बोधित कर चुके हैं तथा राष्ट्रीय एवं अन्तर्राष्ट्रीय स्तर के कई विद्यालयों एवं विश्वविद्यालयों में युवाओं को प्रेरणादायी वक्तव्य दे चुके हैं। जुलाई 2005 एवं सितम्बर 2014 में आपने UN Headquarters, New York में आयोजित सम्मेलनों में भी हिस्सा लिया है। आपने डॉ. किरन बेदी के साथ 'Youth for Youth' नामक प्रोजेक्ट पर भी कार्य किया है जिसमें 101 युवक–युवतियों ने 'भ्रष्टाचार' एवं 'महिलाओं की सुरक्षा' पर अपने विचार व्यक्त किये थे और फिर eBook के रुप में प्रकाशित किया गया।

लखनऊ के मेयर, डा0 दिनेश शर्मा ने 'Young Communicator Award 2009' तथा प्रो0 माधवन मेनन ने चेन्नई में 'Man of the Year 2012' Award से आपको सम्मानित किया है। आप, सिटी मोन्टेसरी स्कूल (CMS) लखनऊ में 1 जनवरी 2000 से कार्यरत हैं एवं International Relations and Career Counselling के विभागाध्यक्ष हैं।

अधिक जानकारी के लिए देखें: www.shishirsrivastava.in

Printed and Published in India by

Avadh Printers

₹ 40/-

The Eight Powers within You : *Your Guide to Success*' by Shishir Srivastava

English Hindi Gujarati Macedonian Tamil

Now in 5 languages, for more: www.eightpowers.com