एक सवाल अपने आप से

सबकी कहानी सुनी... अपनी कहानी कब सुनेंगे?

संजय कुमार राय

पहचान, रिश्तों, स्मृतियों, निर्णयों और अपनी कहानी को सुनने की एक आत्मीय यात्रा

© Sanjay Kumar Rai. All Rights Reserved.

प्रकाशन एवं लेखक विवरण

© Sanjay Kumar Rai. All Rights Reserved.

प्रकाशनाधिकार वर्ष 2026।

यह पुस्तक आत्मचिंतन और आत्म-संवाद के लिए लिखी गई एक मौलिक रचना है। लेखक की अनुमति के बिना इसके किसी भी भाग का पुनरुत्पादन या वितरण, कानून द्वारा अनुमत अपवादों को छोड़कर, नहीं किया जा सकता।

लेखक — संजय कुमार राय

पुस्तक — एक सवाल अपने आप से

उपशीर्षक — सबकी कहानी सुनी... अपनी कहानी कब सुनेंगे?

अनुक्रमणिका

भूमिका 4

भाग 1 — मैं कौन हूँ? 5

भाग 2 — मेरे पूर्वज, मेरी जड़ें 6

भाग 3 — बदलता समाज, बदलते रिश्ते 7

भाग 4 — विवाह: तब और अब 8

भाग 5 — बचपन और पहली पहचान 9

भाग 6 — मेरे नायक, मेरी प्रेरणा 10

भाग 7 — शिक्षा, अवसर और परिस्थितियाँ 11

भाग 8 — प्रेम और अधूरी कहानियाँ 12

भाग 9 — करियर, संघर्ष और सफलता 13

भाग 10 — पैसा और मैं 14

भाग 11 — मेरे अपने लोग 15

भाग 12 — मेरे माता-पिता 16

भाग 13 — बच्चे, दूरी और साथ 17

भाग 14 — एक घर, अलग-अलग रास्ते 18

भाग 15 — विवाह और आज की पीढ़ी 19

भाग 16 — जब जिंदगी योजना के अनुसार नहीं चली 20

भाग 17 — उपलब्धियाँ, अधूरे सपने और उम्र 21

भाग 18 — जब कोई अपना चला जाता है 22

भाग 19 — अब मेरी बारी 23

अंतिम चिंतन — और अब सबसे आखिरी सवाल 24

एक छोटा-सा निमंत्रण — सुनिए 25

© Sanjay Kumar Rai. All Rights Reserved.

भूमिका

यह पुस्तक आपको यह बताने के लिए नहीं है कि आपको कैसे जीना चाहिए।

यह न तो निर्दे शों की पुस्तक है, न किसी निश्चित जीवन-पद्धति की, और न तैयार उत्तरों की। यह केवल कुछ प्रश्न हैं—आपसे, और शायद पहली बार केवल आपसे।

हम हर दिन कहानियाँ सुनते हैं। हम नायकों और नायिकाओं, खिलाड़ियों, मित्रों, शिक्षकों, माता-पिता, बच्चों और उन लोगों की कहानियाँ सुनते हैं जिन्हें हम अपना आदर्श मानते हैं। हम उन स्थानों को याद रखते हैं जिन्होंने हमें छु आ और उन लोगों को भी, जिन्होंने हमें बदल दिया।

लेकिन हम कितनी बार रुककर अपनी कहानी सुनते हैं?

आप अपने ही जीवन की कहानी में कहाँ हैं?

यह पुस्तक आपसे यह अपेक्षा नहीं करती कि आप हर प्रश्न का उत्तर दें । आप उत्तर लिख सकते हैं, किसी अपने से बात कर सकते हैं, किसी प्रश्न पर रुक सकते हैं या कुछ उत्तरों को खाली छोड़ सकते हैं।

यह कोई परीक्षा नहीं है। यहाँ कोई सही या गलत उत्तर नहीं है।

धीरे पढ़िए। जहाँ कोई प्रश्न आपको भीतर तक छू ए, वहाँ रुकिए।

क्योंकि शायद आपकी जिंदगी में सबसे महत्वपूर्ण कहानी वही है जिसे आपको स्वयं सुनना है।

© Sanjay Kumar Rai. All Rights Reserved.

भाग 01

मैं कौन हूँ?

1. अगर कोई आज आपसे पूछे, “आप कौन हैं?”, तो आपका उत्तर क्या होगा?
2. क्या आपका नाम, आपका काम, आपका पद या आपकी सामाजिक पहचान ही आपकी पूरी कहानी है?
3. लोग आपको जिस तरह दे खते हैं, क्या आप भी स्वयं को उसी तरह दे खते हैं?
4. आपके जीवन की ऐसी कौन-सी बात है जिस पर आपको सचमुच गर्व है?
5. क्या ऐसी कोई बात है जो आप आज भी किसी से कहना चाहते हैं?
6. क्या आपने कभी अपने लिए कुछ ऐसा किया है, यह सोचे बिना कि लोग क्या कहेंग?े
7. क्या कभी परिस्थितियों के कारण आपको अपनी चाही हुई कोई चीज छोड़नी पड़ी?

© Sanjay Kumar Rai. All Rights Reserved.

भाग 02

मेरे पूर्वज, मेरी जड़ें

1. आपकी कहानी आपसे शुरू नहीं होती। आपसे पहले भी लोग थे—उनके अपने सपने, संघर्ष, निर्णय और स्मृतियाँ थीं।
2. क्या आपको अपने परिवार की कम-से-कम तीन पीढ़ियों के बारे में पर्याप्त जानकारी है?
3. आपके दादा-दादी या परदादा-परदादी कहाँ रहते थे?
4. आपके परिवार की जड़ें किस गाँव, नगर, शहर या क्षेत्र से जुड़ी हैं?
5. क्या आपको पता है कि आपके पूर्वज वहाँ कब और क्यों बसे?
6. वे अपना जीवन कैसे चलाते थे—खेती, नौकरी, व्यापार, पारंपरिक काम या कुछ और?
7. उस समय समृद्धि का अर्थ क्या था—जमीन, बड़ा घर, पशुधन, व्यापार, प्रतिष्ठा या कुछ और?
8. उस समय समाज किसी व्यक्ति की स्थिति और सम्मान को किन बातों से समझता था?
9. कम आधुनिक सुविधाओं के बावजूद उस समय के जीवन में क्या था?
10. क्या पड़ोसी केवल पड़ोसी थे या एक-दूसरे के जीवन का हिस्सा भी थे?
11. क्या आपने कभी किसी बुजुर्ग से पूछा कि उस समय लोग एक-दूसरे की मदद कैसे करते थे?
12. परिवार और समाज के रिश्ते किस तरह बने रहते थे?
13. क्या आपके परिवार ने कभी एक स्थान से दूसरे स्थान की ओर जीवन बदला? क्यों?
14. क्या अगली पीढ़ी अब किसी दूर शहर या दूसरे दे श में रहती है?
15. क्या दूरी ने रिश्तों को बदल दिया है?
16. क्या साथ रहना और जुड़े रहना दो अलग बातें हैं?
17. क्या आप अपने परिवार की कहानी अगली पीढ़ी तक पहुँचा रहे हैं?
18. अगर कोई बच्चा या पोता पूछे, “हमारे परिवार की कहानी कहाँ से शुरू हुई?”, तो क्या आप उत्तर दे पाएँगे?

ठहरिए

“हमारे परिवार की कहानी कहाँ से शुरू हुई?” किसी बुजुर्ग से पूछिए। एक नाम, एक स्थान, एक काम और एक स्मृति लिखिए। आज जो सामान्य लगता है, कल परिवार का इतिहास हो सकता है।

© Sanjay Kumar Rai. All Rights Reserved.

भाग 03

बदलता समाज, बदलते रिश्ते

1. आपके माता-पिता की पीढ़ी में पारिवारिक जीवन कैसा था?
2. उस पीढ़ी के लिए संयुक्त परिवार का क्या अर्थ था?
3. क्या समय के साथ परिवार का अर्थ बदल गया है?
4. क्या पुराने सामुदायिक जीवन की कोई बात ऐसी है जिसे आप आज भी बचाए रखना चाहेंग?े
5. आधुनिक जीवन ने आपको व्यक्तिगत निर्णय और स्वतंत्रता के रूप में क्या दिया है?
6. क्या हमारे जीवन, प्राथमिकताओं और परिस्थितियों के बदलने से रिश्ते भी बदल गए हैं?
7. यह पूछने के बजाय कि कौन-सा समय बेहतर था, क्या हम दोनों पीढ़ियों से कुछ सीख सकते हैं?

© Sanjay Kumar Rai. All Rights Reserved.

भाग 04

विवाह: तब और अब

1. आपके परिवार में पहले विवाह के निर्णय कैसे लिए जाते थे?
2. क्या विवाह से पहले दोनों को एक-दूसरे को जानने का अवसर मिलता था?
3. आपके दादा-दादी या नाना-नानी का विवाह कैसे तय हुआ था?
4. उन्होंने एक-दूसरे को पहली बार कब दे खा या जाना?
5. क्या विवाह को दो व्यक्तियों का संबंध माना जाता था, दो परिवारों का, या दोनों का?
6. क्या आज विवाह अधिक व्यक्तिगत निर्णय बन गया है?
7. इस बदलाव में आपको क्या सार्थक दिखाई दे ता है?
8. पुरानी पीढ़ियों की विवाह संबंधी कौन-सी बात आज भी बचाई जा सकती है?
9. आज की कौन-सी बात ऐसी है जो पुरानी पीढ़ियों के लिए उपयोगी होती?
10. क्या लंबे समय तक चले किसी विवाह को समझाने के लिए केवल एक कारण पर्याप्त हो सकता है?
11. क्या व्यक्तिगत स्वतंत्रता, समानता और अपनी पसंद ने विवाह को नया अर्थ दिया है?

ठहरिए

अपने आप से पूछिए—विवाह और संबंधों की पुरानी समझ से क्या बचाया जा सकता है और आज की जरूरतों के अनुसार क्या बदलना चाहिए?

© Sanjay Kumar Rai. All Rights Reserved.

भाग 05

बचपन और पहली पहचान

1. आपके बचपन की ऐसी कौन-सी याद है जो आज भी आपको मुस्कुराती है?
2. बचपन में आप क्या बनना चाहते थे?
3. क्या आप वही बन पाए?
4. अगर नहीं, तो रास्ता कहाँ बदला?
5. बचपन में किसी ने आपसे ऐसी कौन-सी बात कही थी जिसे आप आज तक याद करते हैं?
6. क्या किसी शिक्षक, रिश्तेदार या मित्र ने कभी आपमें विश्वास जगाया था?
7. अगर आप अपने बचपन के उस रूप से मिल सकें जो कभी आप थे, तो उससे क्या कहेंग?े

© Sanjay Kumar Rai. All Rights Reserved.

भाग 06

मेरे नायक, मेरी प्रेरणा

1. आपका पसंदीदा अभिनेता कौन है?
2. आपकी पसंदीदा अभिनेत्री कौन है?
3. आप किस खिलाड़ी को सबसे अधिक पसंद या सम्मान करते हैं?
4. आपका आदर्श कौन है?
5. उनमें ऐसी कौन-सी बात है जो आपको प्रभावित करती है?
6. उनकी कौन-सी विशेषता आप अपने जीवन में लाना चाहेंग?े
7. क्या कोई ऐसा साधारण या अनजान व्यक्ति है जिसे आप एक महान इंसान मानते हैं?
8. आपने इतने लोगों में अपने नायक खोजे हैं। क्या कभी आपने रुककर अपने भीतर भी उन गुणों को खोजा है?

© Sanjay Kumar Rai. All Rights Reserved.

भाग 07

शिक्षा, अवसर और परिस्थितियाँ

1. क्या आपकी शिक्षा आपके अपने सपनों के अनुसार आगे बढ़ी?
2. क्या आपको वे अवसर मिले जिनकी आपको आवश्यकता थी?
3. क्या परिस्थितियों ने आपके जीवन की दिशा बदल दी?
4. क्या दूसरों से तुलना ने कभी आपको अपने बारे में छोटा महसूस कराया?
5. क्या कोई डिग्री किसी व्यक्ति की पूरी क्षमता बता सकती है?
6. क्या आज भी कुछ ऐसा है जिसे आप सीखना चाहते हैं?
7. अगर आपको किसी चीज को फिर से शुरुआत से सीखना हो, तो वह क्या होगी?

© Sanjay Kumar Rai. All Rights Reserved.

भाग 08

प्रेम और अधूरी कहानियाँ

1. क्या आपको कभी सचमुच प्रेम हुआ?
2. क्या वह रिश्ता उस मंजिल तक पहुँचा जिसकी आपने कल्पना की थी?
3. अगर नहीं पहुँचा, तो क्या आज भी वह व्यक्ति आपकी स्मृतियों में है?
4. आपको क्यों लगता है कि वह व्यक्ति आपके जीवन में आया?
5. क्या हर प्रेम कहानी का विवाह में बदलना आवश्यक है?
6. क्या कोई अधूरी कहानी भी जीवन का महत्वपूर्ण हिस्सा हो सकती है?
7. उस रिश्ते ने आपको अपने बारे में क्या सिखाया?
8. क्या किसी को खोने के बाद आपने स्वयं को बेहतर समझा?

ठहरिए

कुछ लोग हमारी जिंदगी में साथ रहने के लिए आते हैं। कुछ हमें बदलने के लिए। और कुछ हमें यह समझाने के लिए कि हम वास्तव में क्या चाहते हैं।

© Sanjay Kumar Rai. All Rights Reserved.

भाग 09

करियर, संघर्ष और सफलता

1. काम या करियर को लेकर आपका पहला सपना क्या था?
2. क्या आज का आपका काम वही है जिसकी आपने कभी कल्पना की थी?
3. सफलता आपको जल्दी मिली, दे र से मिली या किसी अनपेक्षित रूप में मिली?
4. क्या कभी आपको लगा कि बाकी सब लोग आपसे आगे निकल रहे हैं?
5. दूसरों से तुलना ने आपकी सफलता की परिभाषा को कितना प्रभावित किया?
6. आपकी सबसे बड़ी असफलता ने आपको क्या सिखाया?
7. क्या सफलता केवल धन का दूसरा नाम है?
8. अगर सफलता की परिभाषा से धन को अलग कर दें , तो आपके लिए सफलता क्या होगी?

© Sanjay Kumar Rai. All Rights Reserved.

भाग 10

पैसा और मैं

1. आपके लिए पैसा क्या है—आवश्यकता, सुरक्षा, स्वतंत्रता या सफलता?
2. क्या पैसों की कमी ने कभी आपका कोई सपना रोक दिया?
3. क्या आपने कभी केवल आर्थिक कारणों से कोई महत्वपूर्ण निर्णय लिया?
4. अगर आर्थिक चिंता न रहे, तो आप अपना समय किस तरह बिताना चाहेंग?े
5. क्या आप मुख्यत: पैसा कमाने के लिए जी रहे हैं, या उस जीवन को बनाने के लिए पैसा कमा रहे हैं जिसे आप जीना चाहते हैं?

© Sanjay Kumar Rai. All Rights Reserved.

भाग 11

मेरे अपने लोग

1. आपका सबसे करीबी मित्र कौन है?
2. किसके सामने आपको स्वयं को किसी रूप में दिखाने की आवश्यकता नहीं पड़ती?
3. मुश्किल समय में कौन आपके साथ खड़ा रहा?
4. क्या आपने किसी ऐसे अपने को खोया है जो आपके लिए बहुत महत्वपूर्ण था?
5. क्या किसी अपने से कुछ कहना चाहते थे, लेकिन कह नहीं पाए?
6. क्या किसी व्यक्ति को आपने बहुत दे र से पहचाना?

© Sanjay Kumar Rai. All Rights Reserved.

भाग 12

मेरे माता-पिता

1. क्या आपने कभी अपने माता-पिता से पूछा, “आपका अपना सपना क्या था?”
2. उन्होंने आपके लिए क्या छोड़ा या किन इच्छाओं को पीछे रखा?
3. क्या आपने उन्हें केवल माता-पिता के रूप में नहीं, बल्कि अपने सपनों और डर वाले इंसान के रूप में समझने की कोशिश की?
4. ऐसी कौन-सी एक बात है जिसके लिए आप उनके प्रति गहराई से आभारी हैं?
5. क्या कुछ ऐसा है जो आप आज भी उनसे कहना चाहते हैं?

© Sanjay Kumar Rai. All Rights Reserved.

भाग 13

बच्चे, दूरी और साथ

1. अगर आपके बच्चे दूर रहते हैं, तो क्या दूरी ने आपके रिश्ते को बदला है?
2. अगर आपका बच्चा कहे, “आप हमारे साथ आकर रहिए,” तो आपका पहला विचार क्या होगा?
3. क्या अपना घर और अपनी दिनचर्या छोड़ना कठिन होगा?
4. क्या बच्चों के साथ रहने पर आपको अपनी स्वतंत्रता कम होने की चिंता होगी?
5. क्या बच्चों के साथ रहना हमेशा उन पर निर्भर होना है?
6. अगर आपका बच्चा आपको इसलिए बुला रहा हो क्योंकि उसे आपकी आवश्यकता है, तो?
7. क्या आपने कभी अपने बच्चे से पूछा है, “तुम क्या चाहते हो? मैं तुम्हारे लिए क्या कर सकता हूँ?”
8. क्या ऐसा रास्ता संभव है जिसमें बच्चे की जरूरत और आपकी स्वतंत्रता—दोनों का सम्मान हो?
9. क्या आपने भविष्य में साथ रहने या जुड़े रहने के तरीकों पर कभी खुलकर बात की है?

ठहरिए

हमने बच्चों को अपने पैरों पर खड़ा होना सिखाया। शायद अब समय आ गया है कि हम उनके साथ चलने का तरीका भी सीखें।

© Sanjay Kumar Rai. All Rights Reserved.

भाग 14

एक घर, अलग-अलग रास्ते

1. क्या आपके माता-पिता ने अपनी क्षमता के अनुसार सभी बच्चों को लगभग समान प्यार और सम्मान दिया?
2. क्या आपको लगभग समान अवसर, शिक्षा, भोजन, कपड़े और मूलभूत सुविधाएँ मिलीं?
3. क्या आपको लगभग समान संस्कार और जीवन-मूल्य दिए गए?
4. फिर भी भाई-बहन बहुत अलग व्यक्ति क्यों बन सकते हैं?
5. क्या एक ही घर में पले लोग एक-दूसरे को समझना बंद कर सकते हैं?
6. क्या पढ़ाई, नौकरी, मित्र, विवाह, शहर और जीवन के अनुभव आपको अलग-अलग दिशाओं में ले गए?
7. क्या विवाह के बाद दूरी बढ़ी?
8. क्या जीवनसाथी या नए परिवार की सोच ने पुराने रिश्ते को दे खने का तरीका बदला?
9. क्या मतभेद इतने बढ़े कि बातचीत ही कठिन हो गई?
10. क्या विचार अलग होना रिश्ते के समाप्त होने के बराबर है?
11. क्या आप असहमति के बावजूद एक-दूसरे का सम्मान कर सकते हैं?
12. क्या आपने कभी सोचा है, “हम दोनों इतने अलग कैसे हो गए?”
13. क्या पुरानी शिकायतें माता-पिता के सामने भी उठती रही हैं?
14. क्या उम्र के साथ आपको समझ आया कि समान संस्कार मिलने के बावजूद जीवन के अनुभव अलग हो सकते हैं?
15. क्या माता-पिता के प्रति सम्मान के लिए सहमति आवश्यक है, या असहमति में भी सम्मान संभव है?
16. जब माता-पिता वृद्ध होते हैं और बच्चे दूर रहते हैं, तो क्या जिम्मेदारी केवल आर्थिक होती है?
17. क्या आप उन्हें सुनने के लिए पर्याप्त समय निकालते हैं?
18. क्या अपनी व्यस्तता और अपने परिवार के बीच माता-पिता कभी अकेले पड़ जाते हैं?
19. वर्षों की दूरी के बाद क्या पहला कदम किसी एक को उठाना होगा?

ठहरिए

क्या मुझे अपनी बात मनवानी है, या इस रिश्ते को समझना है? क्या हम असहमत होकर भी एक-दूसरे का सम्मान कर सकते हैं?

© Sanjay Kumar Rai. All Rights Reserved.

भाग 15

विवाह और आज की पीढ़ी

1. क्या आप विवाह करना चाहते हैं?
2. अगर हाँ, तो क्यों?
3. अगर नहीं, तो क्यों नहीं?
4. क्या आपका करियर आपके निर्णय को प्रभावित करता है?
5. आर्थिक स्वतंत्रता आपके लिए कितनी महत्वपूर्ण है?
6. क्या आपको चिंता है कि विवाह आपकी स्वतंत्रता को प्रभावित कर सकता है?
7. क्या आपके मित्रों के रिश्तों ने विवाह के बारे में आपकी सोच को प्रभावित किया है?
8. क्या आपने सफल विवाह दे खे हैं?
9. क्या आपने ऐसे रिश्ते भी दे खे हैं जो टू ट गए?
10. क्या तलाक या अलगाव के अनुभव ने विवाह के बारे में आपकी धारणा बदली है?
11. क्या आपके माता-पिता के रिश्ते ने विवाह को समझने में आपकी सोच को प्रभावित किया है?
12. क्या आपने कभी सोचा है, “मैं अपने माता-पिता के जीवन की कोई बात दोहराना नहीं चाहता/चाहती”?
13. क्या आपके परिवार की अपेक्षा और आपकी इच्छा अलग है?
14. क्या आप विवाह से दूर हैं, या गलत रिश्ते की संभावना से दूर रहना चाहते हैं?

© Sanjay Kumar Rai. All Rights Reserved.

भाग 16

जब जिंदगी योजना के अनुसार नहीं चली

1. आपके जीवन में ऐसा कौन-सा अनपेक्षित मोड़ आया जिसने दिशा बदल दी?
2. कौन-सा निर्णय आज भी आपको रुककर सोचने पर मजबूर करता है?
3. अगर आप पीछे लौट सकते, तो क्या उसे बदलते?
4. अगर वह घटना कभी न हुई होती, तो क्या आप आज वही व्यक्ति होते?

© Sanjay Kumar Rai. All Rights Reserved.

भाग 17

उपलब्धियाँ, अधूरे सपने और उम्र

1. आपने क्या पाया है?
2. आपकी कौन-सी उपलब्धि आपके लिए सबसे अधिक महत्वपूर्ण है?
3. क्या कोई सपना अभी भी आपका इंतजार कर रहा है?
4. क्या कभी आपको लगता है कि अब बहुत दे र हो चुकी है?
5. आज आप कौन-सा सबसे छोटा कदम उठा सकते हैं?
6. क्या आप वही व्यक्ति हैं जो दस वर्ष पहले थे?
7. क्या आपकी प्राथमिकताएँ बदल गई हैं?
8. उम्र ने आपको ऐसा क्या सिखाया जो युवावस्था में समझना कठिन था?
9. अगर आप अपने छोटे रूप से मिलें, तो उसे क्या कहेंग?े
10. अगर आपका भविष्य का रूप आज आपसे एक सवाल पूछे, तो वह क्या होगा?

© Sanjay Kumar Rai. All Rights Reserved.

भाग 18

जब कोई अपना चला जाता है

1. किसकी अनुपस्थिति आज भी आपको महसूस होती है?
2. अगर वह व्यक्ति आज आपके सामने खड़ा हो, तो आप उससे क्या कहेंगे?
3. उस व्यक्ति ने आपके भीतर क्या छोड़ा?
4. क्या उसे खोने के बाद जीवन को दे खने का आपका दृष्टिकोण बदला?

© Sanjay Kumar Rai. All Rights Reserved.

भाग 19

अब मेरी बारी

1. आप वास्तव में क्या चाहते हैं?
2. आपको किससे खुशी मिलती है?
3. आपको किस बात का डर है?
4. जीवन ने आपको क्या सिखाया है?
5. आपने क्या खोया है?
6. आपने क्या पाया है?
7. आप किसके प्रति आभारी हैं?
8. आप किससे क्षमा माँगना चाहते हैं?
9. आप किसे धन्यवाद दे ना चाहते हैं?
10. ऐसा कौन-सा सपना है जिसे आपने अब तक छोड़ा नहीं है?
11. अगर आपका जीवन एक पुस्तक होता, तो उसका नायक कौन होता?

ठहरिए

अपना उत्तर अपने शब्दों में लिखिए। यहाँ कोई आदर्श उत्तर नहीं है।

© Sanjay Kumar Rai. All Rights Reserved.

और अब सबसे आखिरी सवाल

और अब सबसे आखिरी सवाल।

इन सब कहानियों के बीच... आपकी अपनी कहानी कहाँ है?

हो सकता है इस पुस्तक में आपको हर सवाल का जवाब न मिला हो। कुछ उत्तर अभी बाकी हों। जिंदगी कोई परीक्षा नहीं है जिसमें हर प्रश्न का उत्तर आज ही दे ना जरूरी हो।

कभी-कभी एक ईमानदार सवाल ही काफी होता है—एक ऐसा सवाल जो हमें रोक दे और अपने भीतर दे खने दे ।

हम केवल अपने नाम, भूमिकाओं, रिश्तों या पदों से नहीं हैं। हम अपने आप में भी एक पूरी कहानी हैं।

शायद अब अपनी कहानी सुनने का समय आ गया है।

मेरी कहानी...

© Sanjay Kumar Rai. All Rights Reserved.

एक छोटा-सा निमंत्रण: सुनिए

आज किसी ऐसे व्यक्ति से बात कीजिए जिसके साथ आपने लंबे समय से खुलकर बात नहीं की है।

केवल पूछिए—

“आप सच में कैसे हैं?”

फिर उत्तर सुनिए।

बीच में मत रोकिए। सलाह दे ने की जल्दी मत कीजिए।

हो सकता है उसकी कहानी में भी कोई ऐसा पन्ना हो जिसे आज तक किसी ने नहीं पढ़ा।

© Sanjay Kumar Rai. All Rights Reserved.