आम आदमी क्या करें

आज मैं बिहार सरकार से एक मांग करती हूं क्योंकि मैं मुजफ्फरपुर जिले से हूं तो मैं मुजफ्फरपुर की ही समस्या के बारे में आप सभी को बताना चाहूंगी। बिहार की राजधानी है पटना लेकिन मुजफ्फरपुर से पटना जक्शन तक जाने के लिए सुबह में मात्र एक गाड़ी चलती है वो भी नौ बजकर तीस मिनट पर और अक्सर ट्रेन विलंब से ही चलती है तो अब जरा सोचिए जो लोग मुजफ्फरपुर से पटना में नौकरी या पढ़ाई कर रहे है, उनको पटना जाने में कितनी समस्या होती होगी और यह बात हर इंसान जानता है कि एक विद्यार्थी को या फिर पेशेवर लोगों को सुबह नौ बजे तक अपने ऑफिस, स्कूल, महाविद्यालय पहुंचना होता है अगर वो विलंब से पहुंचते हैं तो कुछ के वेतन कट जाते हैं तो कुछ को पनिशमेंट मिलता हैं।

तो अब आप सब बताइए कि सुबह के नौ बजकर तीस मिनट वाली पटना इंटरसिटी एक्सप्रेस ट्रेन से कभी कोई विद्यार्थी या नौकरी करने वाले सदस्य जाएंगे। मेरा उत्तर है नहीं क्योंकि जब तक ये ट्रेन पटना पहुँचाएगी तब तक लंच ब्रेक हो जाता है। अब सोचिए, अगर मुजफ्फरपुर से पटना जंक्शन के लिए सुबह में कोई ट्रेन होती तो लोग बहुत कम पैसे में पटना पहुंच जाते और समय की भी बर्बादी नहीं होती। जिन्हें प्रत्येक दिन पटना आना-जाना होता है, वो अधिक पैसा खर्च करके पटना आते-जाते हैं खासकर नौकरी या पढ़ाई करने लोग। अब जरा ये भी सोचिए एक आम आदमी जिसकी सीमित वेतन हो, उसे अपना घर चलना होता है, अपना परिवार चलाना होता है, बच्चों की पढ़ाई देखनी होती और अन्य सुविधाएं भी देखनी होती हैं। ऐसे में अगर एक इंसान हर रोज बस का भाड़ा देने लगे तो उसे कितना भाड़ा पड़ जाता है और अगर सुबह में मुजफ्फरपुर से पटना तक के लिए ट्रेन होती तो विद्यार्थी और जो भी पेशेवर लोग हैं वो ट्रेन का पास बनवा लेते और कम पैसे में वो रोज पटना आते - जाते। सोचिए एक आम इंसान के कितने पैसों की बचत हो सकती है और सबसे बड़ी समस्या यह है कि मुजफ्फरपुर से कई लोग हाजीपुर तक ट्रेन ले लेते हैं और उसके बाद हाजीपुर से पटना जाने के लिए ऑटो वाले अनजान लोगों से 80, 90 कभी-कभी ?100 भी मांग लेते हैं और आमतौर पर पिंक बस ?37 रूपया लेती है महिलाओं के लिए और पुरुषों के लिए नगर बस की भी सुविधा है। लेकिन यह भी तो सोचिए एक महिला जो अपने घर से लड़कर पढ़ाई की, नौकरी की, वो हर रोज पैसा खर्च करके परेशानियां को झेलते हुए पटना जंक्शन पहुंचती हैं, और वहाँ से अपने ऑफिस जाकर काम करती है फिर उतना ही वापस खर्च करके घर वापस होती हैं। अगर वो एक दिन में सिर्फ आने जाने में दो सौ खर्च करेगी, तो महिने का छह हजार खर्च कर देती हैं और पुरुषों का उससे ज्यादा खर्च हो जाता है। तो बताए क्या करे आम इंसान, नौकरी - पढ़ाई करे या आने - जाने में खर्च होने वाले पैसे को कमाए। जैसे कलकाता में हर छोटे स्टेशन पर जाने के लिए ट्रेन की सुविधा है वैसे ही पटना में होना चाहिए ताकि कोई भी कम पैसे में आ जा सकें और आम इंसान को राहत मिले।

मुस्कान केशरी ,
मुजफ्फरपुर बिहार

निर्भय होली

किम्बू वन के जीव-जंतु बहुत ही शांति से अपना जीवन यापन करते थे। वन की चर्चा दूर-दूर तक फैली हुई थी। फैलेगी भी क्यों नहीं..... उस जंगल में एक भी शेर जो नहीं था। उन्हें किसी भी प्रकार से शिकारी का भय नहीं था। हर बार की तरह सभी इस बार भी होली उत्सव मनाने की सोच रहे थे।

किम्बू वन के सभी जीव-जंतु एक जगह एकत्रित हुए। रब्बू भालू बोला- 'इस बार ढोलक मुनाक् बंदर बजाएगा, लोमड़ी मेहमानों का स्वागत करेगी, जुबली गिलहरी और मोरनी नृत्य करेंगे।' ऐसे थोड़े-थोड़े कार्य सभी को सौंपे गये। हिनू हिरणी बोली- 'रब्बू दादा! होली त्यौहार तो मनाएंगे ही और हर बार की तरह अन्य दूसरे जंगल के जानवरों को आमंत्रित भी करेंगे; लेकिन....!!' इतना बोल कर शांत हो गई।

क्या....लेकिन? हिनू, आगे बोलो। जुबली बोली। देखो दादा हम सब गाना बजाना, नृत्य करना, मौज-मस्ती में व्यस्त रहते हैं; उसी बीच खतरा मंडराने लगता है और हम साथी में से हर साल एक साथी अचानक अदृश्य हो जाता है। सिर्फ हम ही नहीं आसपास के सारे जीव-जंतु परेशान रहते हैं। शायद बिंद्रा वन का शेर जो होली मनाने यहाँ आता है, आ के शिकार करता है। इसके लिए भी कुछ सोचा है आप लोगों ने? हिनू बोली।

हम्म....! सभी के मुँह से एक साथ आवाज आई। उस शेर के लिए कितना भी बंदोबस्त कर दो खाने के लिए फिर भी पीछे नहीं हटता है। 'फोकट में पाओ मरत ले खाओ।' मुस्कुराते हुए सभी सिर हिलाए।

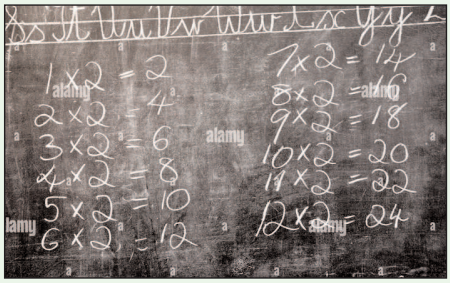
दूसरे दिन होली थी। रब्बू भालू, होली है.....होली है.....! बोलता हुआ गज्जू हाथी को रंग लगाया। मुनाकु और जुबली गज्जू के पीठ पर बैठ जंगल के हर दोस्त को रंग लगाते घूम रहे थे। मोरनी नृत्य कर रही थी। सभी एक जगह इकट्ठे हो कर खेलने लगे। चुन्नू चूहा इस बार जंगल-जंगल जा कर सभी को अपनी तरकीब बता दिया था, इसलिए सब वैसा ही कर रहे थे। तभी.....दबे पाँव शेर पीछे के रास्ते से आया। देखा....वाह! क्या नजारा है। जीव-जंतु देख खुश तो हुआ ही लेकिन...चिंतित था क्योंकि आज सभी जंगल का पानी रंगा हुआ था। शेर बहुत प्यासा था फिर भी लालची शेर नील गाय को दबोचने ही वाला था; उसी समय लब्बू लोमड़ी बोली- 'होली है शेर राजा, बुरा न मानो होली है....!' शेर थोड़ा मुस्कुराया और बोला- तुम्हें भी मुबारक हो लब्बू! शेर का दिमाग आग के गोले की तरह गर्म होता जा रहा था; भूख और प्यास ने व्याकुल कर दिया था। जोर से दहाड़ लगाई। सारे के सारे जानवर दुबक गए। सन्नाटा छा गया। 'काटो तो खून नहीं '। सब को खा जाऊँगा, कोई नहीं बचेगा। प्यास और भूख ने मेरी हालत खराब कर दी है, कोई तो पानी दे.....। बड़बड़ाता हुआ शेर इधर-उधर घूमने लगा। किसी की हिम्मत नहीं हो रही थी सामने जा कर पानी पिलाने की। अब तो कोई नहीं बचेगा! हिनू हिरणी बोली। गज्जू बोला- 'मैं जाता हूँ शेर को पानी पिलाने।' सभी के हाथ-पैर इतने काँप रहे थे जितना तो ठंड में नहीं काँपा होगा।

हाथी अपने तरकीब के अनुसार शेर के पास गया और पानी का एक पतीला रखा। लीजिए राजा जी पहले आप पानी पीजिए, इससे पहले कि ये रंग जाए आप प्यास बुझाइए। रब्बू भी पीछे-पीछे गया, बोला- 'उसके बाद आपका मन पसंद भोजन तैयार है।' शेर खुश हुआ।

प्यासा होने के कारण कुछ पूछे बिना ही गटागट पानी पीने लगा। जोर से डकार मारी। हाय....! ठंडक मिली देह को। धीरे-धीरे शेर का सिर घूमने लगा। गज्जू और रब्बू चार-चार दिखाई दे रहे थे। सब समझ गए शेर को भांग वाले पानी का असर हो रहा है। बाकी जानवर शेर की हरकत देख पीछे से खुसुर-फुसुर करने लगे, असर हो रहा....असर हो रहा! भूखा होने के कारण भांग जल्दी असर कर गया और शेर वहीं बेहोश हो गया। शेर के बेहोश होने के बाद सब के सब बाहर आए और फिर पहले की तरह होली मनाने लगे। एक-दूसरे के जान में जान आई। शेर को होश आए इससे पहले ही गज्जू ने सूंड में उठा कर दूर घने जंगल में छोड़ आया। सब एक-दूसरे को बधाई दे कर होली मनाने लगे। इस प्रकार सबने सूझबूझ से एक-दूसरे की जान बचाई और इस बार कोई भी शेर का शिकार नहीं बना।

प्रिया देवांगन प्रिय्यू, राजिम
जिला - गरियाबंद छत्तीसगढ़

जिंदगी का गणितः
कुछ भावनात्मक उदाहरणों के साथ



जिंदगी सचमुच एक गणित है—पर यह अंकों का नहीं, भावनाओं का गणित है। यहाँ हर रिश्ता एक संख्या है, हर अनुभव एक सूत्र, और हर निर्णय एक परिणाम। फर्क सिर्फ इतना है कि इस गणित में कैलकुलेटर नहीं चलता, दिल और धैर्य ही असली गणक (calculator) होते हैं।

1. **माँ का जोड़ः त्याग का अनंत योग**-एक माँ अपने सपनों में से थोड़ा-थोड़ा घटाकर बच्चों के सपनों में जोड़ती रहती है।वह अपनी नींद घटाती है, अपना आराम घटाती है–पर बच्चों की मुस्कान का जोड़ कभी कम नहीं होने देती। **उसके जीवन का समीकरण कुछ यूँ होता है:**–अपना त्याग - अपनी इच्छाएँ + बच्चों की खुशियाँ = संतोष का अनंत परिणाम।
2. **पिता का मौन गुणा**-पिता अक्सर शब्दों में कम, कर्मों में अधिक बोलते हैं। उनकी छोटी-छोटी कोशिशें समय के साथ गुणा होकर बच्चों के भविष्य को मजबूत आधार देती हैं। वे अपने संघर्ष को भाग देते हैं, ताकि बच्चों पर उसका बोझ कम पड़े। यह जीवन का वह गणित है जहाँ मेहनत का गुणा तुरंत नहीं दिखता, पर वर्षों बाद उसका परिणाम जीवनभर का लाभ बन जाता है।
3. **दोस्ती का भाग और गुणा**-जब मन भारी होता है और कोई सच्चा मित्र साथ बैठकर सुन लेता है, तो दुख का भाग हो जाता है। वही मित्र जब खुशी में साथ हँसता है, तो खुशी का गुणा हो जाता है। यही कारण है कि जिंदगी के कठिन प्रश्नों में दोस्ती सबसे आसान सूत्र बन जाती है।
4. **असफलता का घटाव, आत्मविश्वास का जोड़**-एक छात्र कई बार प्रयास करता है, पर सफलता नहीं मिलती। पर यदि वह हर असफलता को अनुभव का जोड़ मान ले और निराशा को घटा दे, तो उसका आत्मविश्वास फिर से संतुलित हो जाता है। जीवन का यह सूत्र बताता है कि हर 'गलत उत्तर' भी हमें सही दिशा की ओर ले जाने वाला संकेत होता है।
5. **रिश्तों का संतुलन**-मान लीजिए किसी व्यक्ति ने करियर का गुणा तो खूब किया, पर परिवार के साथ समय का जोड़ नहीं कर पाया। कुछ वर्षों बाद उसे एहसास होता है कि उपलब्धियों का बड़ा अंक भी भीतर खालीपन का शून्य नहीं भर पा रहा।

तब समझ आता है-सफलता का योग तभी सार्थक है, जब उसमें अपनों का साथ भी शामिल हो।

जीवन का अंतिम सूत्र-जिंदगी हमें सिखाती है कि हर प्रश्न का उत्तर तुरंत नहीं मिलता। कभी-कभी समय ही वह कोष्ठक (brack-et) होता है जो पूरे समीकरण को सही अर्थ देता है। जो व्यक्ति प्रेम जोड़ना जानता है, अहंकार घटाना समझता है, मेहनत का गुणा करता है,

और खुशियाँ बाँटना नहीं भूलता- वही जिंदगी के इस भावनात्मक गणित में सफल होता है। क्योंकि अंत में जीवन का सबसे बड़ा परिणाम अंक नहीं, मन की शांति और रिश्तों की गर्माहट है।

नीना जैन
लाइफ कोच दूरदर्शन एंकर

बुआ हो तो होलिका जैसी

होलिका असुरराज हिरण्यकश्यप की बहन थी। हिरण्यकश्यप स्वयं को ईश्वर मानने लगा था, लेकिन उसका पुत्र प्रह्लाद भगवान विष्णु का परम भक्त था। क्रोधित होकर हिरण्यकश्यप ने प्रह्लाद को मारने के अनेक अथक प्रयास किए,पर वह नाकाम रहा। श्री मदभागवत और विष्णु पुराण के अनुसार होलिका को वरदान प्राप्त था कि वह अग्नि में नहीं जलेगी। योजना बनी कि वह प्रह्लाद को गोद में लेकर अग्नि में बैठेगी ताकि प्रह्लाद जल जाए। किंतु हुआ इसके विपरीत–भक्ति और सत्य की शक्ति से प्रह्लाद सुरक्षित रहे और होलिका अग्नि में भस्म हो गई। पर बात ऐसी नहीं थी।लोक श्रुतियों के अनुसार होलिका को अग्नि-रक्षक दिव्य वस्त्र वरदानस्वरूप प्राप्त था,शर्त यह थी कि वह इसे स्वयं अकेले अग्नि में प्रयोग करे।

जब वह प्रह्लाद को गोद में लेकर अग्नि में बैठी तो वह दिव्य चादर से होलिका ने प्रह्लाद को ढक दिया जिसके फलस्वरूप प्रह्लाद सुरक्षित रहे और होलिका जल गई।

होलिका अपने भतीजे को बहुत मानती थी, वह उसे मारना नहीं चाहती थी। जब भाई ने उसे यह आदेश दिया कि प्रहलाद को गोद में लेकर अग्नि में भस्म कर दे।इसके लिए होलिका तैयार नहीं थी, तब हिरणकश्यप मारने को उद्धत हो गया। उसी समय होलिका मन में ठान ली कि इस दुष्ट के हाथों से मरने से बेहतर है, एक ईश भक्त भतीजे को बचा कर जल मरूँ।फाल्गुन पूर्णिमा की रात्री बेला थी, उसदिन अग्नि रक्षक दिव्य शाल ओढ़कर प्रह्लाद को गोद में लेकर बैठ गई। ज्योंही आग की लपटें उठने लगी त्योंहीं होलिका दिव्य वस्त्र से अपने भतीजे भक्त प्रहलाद को ढँक दी। देखते ही देखते होलिका जलकर राख हो गई और प्रह्लाद हँसते हुए श्री विष्णु, श्री विष्णु करते आग के बीच से सुरक्षित निकल गए । उसी समय से इस देवी के सम्मान में उनके त्याग को याद करते हुए फाल्गुन पूर्णिमा को होलिका पूजन की शुरुआत हुई। इस रात होलिका देवी को जलाने के पूर्व उसकी विधिवत पूजा की जाती है और यह आह्वान किया जाता है कि हे होलिका बुआ अपने भतीजे की तरह ही गाँव की भी रक्षा करना।तबसे होलिका पूजन या होलिका के त्याग और बलिदान को याद करने हेतु यह परम्परा निभाई जाती है। कालांतर में होलिका पूजन को लोग होलिका दहन कहने लगे। होलिका दहन कहना उस देवी का अपमान है अतः होलिका पूजन ही कहा जाए।

नरेंद्र सिंह, अतरी, गया जी,

ज्ञान आधारित महाशक्ति बनने के लिए भारतीय महिलाओं का
वैज्ञानिक क्रांति का सारथी बनना आवश्यक

प्रत्येक वर्ष 28 फरवरी को मनाया जाने वाला राष्ट्रीय विज्ञान दिवस केवल सर सी.वी. रमन द्वारा 1928 में खोजे गए 'रमन प्रभाव' की स्मृति मात्र नहीं है, बल्कि यह आधुनिक भारत के उस संकल्प का प्रतिबिंब है जहाँ विज्ञान ही राष्ट्र की नियति का आधार बनेगा।

आज जब भारत 'विकसित भारत ञ्2047' के महालक्ष्य की ओर अग्रसर है, तब यह स्पष्ट है कि हम केवल भौतिक संसाधनों के बल पर नहीं, बल्कि 'ज्ञान' की शक्ति से विश्व पटल पर अपनी पहचान बना सकते हैं, और बना भी रहे हैं। इस ज्ञान आधारित महाशक्ति की परिकल्पना तब तक अधूरी है, जब तक देश की आधी आबादी, यानी हमारी महिला वैज्ञानिक, इस क्रांति की मुख्य सारथी नहीं बन जातीं।

भारतीय महिलाओं ने गत वर्षों में यह सिद्ध किया है कि वे विज्ञान के क्षेत्र में केवल सहभागी नहीं, बल्कि निर्णायक नेतृत्वकर्ता का रोल अदा करने के लिए तैयार हैं। अंतरिक्ष विज्ञान के दुर्गम क्षेत्र में 'रॉकेट वुमन' रितु करिधाल और मुथैया वनिता जैसी वैज्ञानिकों ने चंद्रयान जैसे जटिल मिशनों का सफल प्रबंधन कर वैश्विक स्तर पर भारत की तकनीकी क्षमता का लोहा मनवाया है। वहीं रक्षा अनुसंधान के क्षेत्र में 'मिसाइल वुमन' डॉ. टेसी थॉमस का योगदान अग्नि मिसाइल कार्यक्रमों की सफलता के रूप में हमारे सामने है, जिसने भारत को रणनीतिक रूप से आत्मनिर्भर बनाया है। स्वास्थ्य और जैव-प्रौद्योगिकी के क्षेत्र में डॉ. प्रिया अब्राहम और डॉ. गगनदीप कांग जैसे नामों ने महामारी के दौरान स्वदेशी शोध और वैक्सीन विकास के जरिए करोड़ों जीवन बचाकर भारत को 'विश्व की फार्मेसी' के रूप में स्थापित करने में केंद्रीय भूमिका निभाई है।

आंकड़ों की दृष्टि से देखें तो भारत में एक सुखद परिवर्तन दिखाई देता है। 'ऑल इंडिया सर्वे ऑन हायर एजुकेशन' के अनुसार, भारत में विज्ञान, तकनीक, इंजीनियरिंग और गणित पाठ्यक्रमों में महिलाओं का नामांकन लगभग 43% है, जो अमेरिका और ब्रिटेन जैसे विकसित देशों की तुलना में कहीं बेहतर स्थिति को दर्शाता है। हालांकि, इस नामांकन को सक्रिय शोध और वरिष्ठ नेतृत्व के पदों में बदलना अभी भी एक चुनौती है, जिसे 'लीकी पाइपलाइन' कहा जाता है। अनुसंधान और विकास के क्षेत्र में महिलाओं की भागीदारी वर्तमान में 20% के आसपास है, जिसे बढ़ाने के लिए सरकार द्वारा 'किरण', 'विज्यान ज्योति' और 'गति' जैसी महत्वपूर्ण योजनाएं चलाई जा रही हैं। ये नीतियां न केवल छात्राओं को विज्ञान की ओर आकर्षित करती हैं, बल्कि शोध के क्षेत्र में उनके करियर को निरंतरता प्रदान करने में भी सहायक सिद्ध हो रही हैं।

एक ज्ञान आधारित समाज का अर्थ है जहाँ समस्याओं का समाधान डेटा, तर्क और निरंतर नवाचार से निकले। वैज्ञानिक शोध में महिलाओं की भागीदारी से न केवल कार्यस्थल पर विविधता आती है, बल्कि समस्याओं को देखने का एक नया मानवीय और सामाजिक दृष्टिकोण भी मिलता है। विश्व बैंक के अनुमान बताते हैं कि यदि नवाचार और श्रम बल में महिलाओं की भागीदारी पुरुषों के बराबर हो जाए, तो भारत की जीडीपी में 27% तक की अतिरिक्त वृद्धि संभव है। अतः, महिला वैज्ञानिकों का सशक्तिकरण केवल एक सामाजिक न्याय का विषय नहीं, बल्कि एक अनिवार्य आर्थिक और रणनीतिक आवश्यकता भी है।

निष्कर्षतः, विकसित भारत का सपना तभी साकार होगा जब भारत की बेटियाँ प्रयोगशालाओं में केवल सहायक नहीं, बल्कि मुख्य अन्वेषक और आविष्कारक की भूमिका में होंगी। जब विज्ञान की मशाल महिला नेतृत्व के हाथों में होगी, तभी भारत की प्रगति की गति अजेय और सर्वसमावेशी बनेगी। सरकारी तथा गैर सरकारी वैज्ञानिक संस्थानों को यह संकल्प लेना होगा कि वे ऐसा समावेशी पारिस्थितिकी तंत्र विकसित करेंगे जहाँ हर महिला वैज्ञानिक प्रतिभा को फलने-फूलने का समान अवसर मिले, क्योंकि राष्ट्र की विकास यात्रा में नारी शक्ति का सारथी बनना ही भारत को पुनः विश्वगुरु के पद पर आसीन करा सकता है।

लेखकः
डा. (डा.) मनमोहन प्रकाश

विन पीआर को मिला 'एक्सलेंस इन स्ट्रैटेजिक पब्लिक रिलेशंस' पुरस्कार

नई दिल्ली। दिल्ली में द ललित होटल में ब्रांड विस्टा कंसल्टिंग द्वारा आयोजित 'भारत शाइनिंग कॉन्क्लेव 2026' का भव्य आयोजन किया गया। इस अवसर पर विन पीआर के फाउंडर और सीईओ हिमांशु सेठ को 'एक्सलेंस इन स्ट्रैटेजिक पब्लिक रिलेशंस 2025-26' पुरस्कार से सम्मानित किया गया। यह पुरस्कार सेठ को उत्तर प्रदेश सरकार के मंत्री संजय सिंह गंगवार के हस्ते प्रदान किया गया।

यह पुरस्कार उनके असाधारण योगदान, रणनीतिक दृष्टिकोण और भारतीय पब्लिक रिलेशंस उद्योग में उत्कृष्ट नेतृत्व को मान्यता देने के लिए दिया गया। हिमांशु सेठ ने अपनी दूरदर्शिता और क्रिएटिव सोच के जरिए विन पीआर को नई ऊंचाइयों तक पहुंचाया है, और उनके नेतृत्व में कंपनी ने लगातार नवाचार और उत्कृष्टता के नए मानक स्थापित किए हैं। इस प्रतिष्ठित कार्यक्रम में पब्लिक रिलेशंस और अन्य क्षेत्र के प्रमुख विशेषज्ञ एकत्र हुए। इसमें उद्योग के नवीनतम रुझानों, रणनीतिक संचार और ब्रांडिंग के विभिन्न पहलुओं पर महत्वपूर्ण चर्चाएं हुईं। इस कार्यक्रम में पीआर पांडा प्रमोशन्स ने मीडिया पार्टनर के रूप में प्रमुख भूमिका निभाई। कार्यक्रम के दौरान पीआर पांडा प्रमोशन्स के सीईओ अमित पांडे ने कहा कि हिमांशु सेठ ने भारतीय पब्लिक रिलेशंस उद्योग में जो योगदान दिया है, वह न केवल प्रेरणादायक है बल्कि एक मिसाल है। उनके नेतृत्व और दूरदर्शिता ने विन पीआर को नए मुकाम तक पहुंचाया है। हम गर्व महसूस करते हैं कि पीआर पांडा इस आयोजन का हिस्सा रहा, और हमें विश्वास है कि उनका यह सम्मान पूरे उद्योग के लिए प्रेरणा बनेगा।