खंड 'ख' – लेखन

1 अनुच्छेद-लेखन

अनुच्छेद-लेखन एक कला है। किसी विषय से संबंधित सभी महत्त्वपूर्ण बातों का संक्षिप्त वर्णन करते हुए लिखने के लिए बड़े बुद्धि-कौशल की आवश्यकता होती है। अनुच्छेद लिखते हुए भूमिका बाँधने और निष्कर्ष देने की आवश्यकता नहीं होती अर्थात् इसे लिखते समय किसी निश्चित ढाँचे में बँधने की अपेक्षा नहीं होती। दिए गए विषय को ध्यान में रखकर पूरे अनुच्छेद में उसी का विस्तार किया जाता है। अनुच्छेद-लेखक के लिए निम्नलिखित महत्त्वपूर्ण बातें ध्यान में रखनी आवश्यक हैं–

1. अनुच्छेद-लेखन एक प्रकार की संक्षिप्त लेख-शैली है। अतः मुख्य विषय पर ही केंद्रित रहना चाहिए।
2. अनुच्छेद में अनावश्यक प्रसंग नहीं होने चाहिए।
3. सभी वाक्यों का परस्पर घनिष्ठ संबंध होना चाहिए।
4. अनुच्छेद का केंद्रीय भाव प्रारंभ व अंत के वाक्य में अवश्य आना चाहिए।
5. भाषा सरल, स्पष्ट व प्रभावशाली होनी चाहिए।
6. वर्तनी, विराम और शुद्ध भाषा का प्रयोग करना चाहिए।
7. दिए गए संकेत-बिंदुओं के भाव को समझकर पहले विचार करना चाहिए तथा एक क्रम और लय निश्चित करके उसके आधार पर विषय को आगे बढ़ाना चाहिए।
8. सामान्यतः 150 शब्दों में अनुच्छेद लिखना चाहिए।

समसामयिक अनुच्छेद

1. प्रदूषण की समस्या

संकेत-बिंदु : • प्रदूषण का अर्थ • शहरों का निरंतर विस्तार • शहरों में बढ़ते अनेक प्रकार के प्रदूषण • प्रदूषण की रोकथाम के उपाय।

मनुष्य विकासशील और विवेकशील प्राणी है, पर महत्त्वाकांक्षी भी है। इसने शीघ्र विकास कर लेने के लिए प्रकृति की सभी तरह से अनदेखी की है। विकास की होड़ में पर्यावरण-संतुलन की अनदेखी के कारण आज मानव जाति को प्रदूषण की अनेक समस्याओं का सामना करना पड़ रहा है। स्वच्छ वायु, स्वच्छ जल, उर्वर मिट्टी और संतुलित ध्वनि का सभी ओर अभाव है। औद्योगिक क्रांति के बाद पूरी दुनिया धीरे-धीरे प्रदूषण की चपेट में आ गई है। वायु प्रदूषण के कारण वातावरण में कार्बन की मात्रा बढ़ गई है, जिससे लोगों को ठीक से साँस लेना भी मुश्किल हो गया है। ग्लोबल वार्मिंग की समस्या उत्पन्न हो गई है। उद्योगों का कचरा नदी, नालों और जलाशयों में बहाए जाने से जल प्रदूषण की भीषण समस्या उत्पन्न हो गई है। भारत में तीव्र गति से शहरीकरण हुआ है। शहरों में वाहनों के बढ़ते प्रयोग, उद्योगों के शोर, लाउडस्पीकर आदि ने ध्वनि को प्रदूषित कर दिया है। प्रदूषण के कारण न समय पर वर्षा आती है, न सर्दी-गर्मी का चक्र ही ठीक से चलता है। सूखा, बाढ़, ओला आदि प्राकृतिक प्रकोपों के कारण भी प्रदूषण बढ़ा है। प्रदूषण की रोकथाम का उपाय लोगों के हाथों में है। इसे जनचेतना से रोका जा सकता है। यद्यपि सरकार जनहित में उपाय कर रही है; जैसे–हरियाली को बढ़ावा देना, वृक्ष उगाना, शोर पर नियंत्रण करना, कूड़े-कचरे का ठीक से प्रबंध करना और उन्हें जलाशयों व नदियों से दूर रखा जाना आदि। ये उपाय सरकार और जनता दोनों को अपनाने चाहिए। समय रहते अगर मानव ने पर्यावरण की स्वच्छता के महत्त्व को नहीं समझा और अपनी महत्त्वकांक्षा के कारण प्राकृतिक नियमों की अनदेखी करता रहा तो संपूर्ण मानव जाति को विनाश से बचा पाना मुश्किल ही नहीं असंभव हो जाएगा।

2. आरक्षण की समस्या

संकेत-बिंदु : ● आरक्षण का अर्थ ● आरक्षण का प्रभाव ● समाधान।

आरक्षण का अर्थ है—स्थान सुरक्षित करना। अजीविका और उन्नति के अवसरों पर किसी के लिए स्थान पक्के करना। जैसे पैसे देकर अपने लिए गाड़ी या बस में जगह सुरक्षित करा ली जाती है, उसी तरह पढ़ाई या नौकरियों में अपना स्थान सुरक्षित करा लेना 'आरक्षण' कहलाता है। एक स्वस्थ समाज में आरक्षण बिलकुल नहीं होना चाहिए। कारण यह है कि इससे भेदभाव बढ़ता है। फलस्वरूप ईर्ष्या, द्वेष, संघर्ष और झगड़े बढ़ते हैं। लोग आरक्षित व्यक्ति को खूनी निगाहों से देखते हैं। यदि बसों, गाड़ियों में बूढ़ों, महिलाओं, विकलांगों के लिए सीटें आरक्षित न हों तो बेचारे मारे जाएँ। इसलिए असुरक्षित, कमज़ोर और लाचार लोगों को आरक्षण का लाभ मिलना चाहिए। यदि आरक्षण का कोई समुचित आधार हो सकता है तो वह है—आर्थिक पिछड़ापन और गरीबी। किसी धर्म, जाति, स्थान या वर्ग के नाम पर किया गया आरक्षण किसी नए महाभारत को जन्म दे सकता है। नए 'कर्ण' और शिखंडियों को जन्म दे सकता है। भारत में आरक्षण के नाम पर तूफान आने से पहलेवाला सन्नाटा छाया हुआ है। आरक्षण के आधार पर राजनेता लोगों को आपस में लड़वाकर वोट बटोरते हैं। इसका जीता-जागता प्रमाण है—हरियाणा का जाट आंदोलन। जातियों के नाम पर सुविधाएँ दी जा रही हैं। इस कारण जाति-पाँति और धर्म की कट्टरता बढ़ रही है। आरक्षण की समस्या का समाधान यही है कि धर्म, जाति, स्थान, वर्ग का विचार किए बिना गरीब और पिछड़े लोगों को शिक्षण और प्रशिक्षण में पूरी सुविधा मिलनी चाहिए। यदि संभव हो सका तो आरक्षण की आवश्यकता नहीं रह जाएगी। आरक्षण के नाम पर अयोग्य व्यक्ति को डॉक्टर बनाना या नौकरियों पर लगाना देश के साथ खिलवाड़ करना है। इसे रोका जाना चाहिए।

3. ग्लोबल वार्मिंग के खतरे

संकेत-बिंदु : ● प्रकृति में परिवर्तन ● ग्लोबल वार्मिंग का अर्थ ● खतरे ● प्रभाव व बचाव

परिवर्तन प्रकृति का नियम है और परिवर्तन ही अटल सत्य है। अतः पर्यावरण में परिवर्तन हो रहा है। यह चिंता का विषय है कि जो परिवर्तन शताब्दी के अंतराल में हुआ करते थे, वे अब दशक में होने लग गए हैं। 10वीं शताब्दी में सुपर सोनिक वायुयानों का ईजाद हुआ और वे ऊपरी आकाश में उड़ाए जाने लगे। उन वायुयानों के द्वारा निकले पदार्थों में उपस्थित नाइट्रिक ऑक्साइड के द्वारा ओजोन परत का क्षय महसूस किया गया। यह ओजोन परत वायुमंडल के समताप मंडल या बाहरी घेरे में होती है। ग्लोबल वार्मिंग का अभिप्राय—पृथ्वी पर तापमान का अत्यधिक बढ़ना है। वातावरण में गर्मी बढ़ रही है। जिससे वायुमंडल गर्म हो रहा है। इसका प्रभाव समस्त जनजीवन, प्रकृति सभी पर पड़ेगा। बर्फ के पहाड़ पिघलेंगे जिससे बाढ़ आएगी। नदियों के जलस्तर में वृद्धि होगी। हर तरफ तबाही व विनाश का साम्राज्य होगा। अत्यधिक ऊर्जा के कारण ओजोन परत में छेद हो जाएगा। परिणामस्वरूप त्वचा को झुलसा देने वाली खतरनाक पराबैंगनी किरणें धरती पर आएँगी और जनजीवन को ध्वस्त कर देंगी। ग्लोबल वार्मिंग के खतरे से सुरक्षा करना आवश्यक है। इसके लिए ऊर्जा संसाधनों के अनावश्यक उपयोग को रोकना होगा। हरियाली लानी होगी। अधिक-से-अधिक पेड़ लगाकर धरती को हरा-भरा रखना होगा ताकि ग्लोबल वार्मिंग के खतरे को टाला जा सके।

4. इंटरनेट : एक संचार क्रांति

संकेत-बिंदु : ● आधुनिक युग-विज्ञान का युग ● इंटरनेट एक विशेष उपलब्धि ● इंटरनेट के लाभ ● इंटरनेट से संचार जगत् में क्रांति

आधुनिक युग वैज्ञानिक युग है। विज्ञान ने मानव को असीम शक्तियाँ देकर उसके जीवन में क्रांतिकारी परिवर्तन कर दिया है। विज्ञान की उपलब्धियों में कंप्यूटर व इंटरनेट का विशेष स्थान है। समस्त विश्व में तकनीकी क्षेत्र में अत्यधिक प्रगति हुई है जिसका परिणाम इंटरनेट भी है। प्रत्येक विषय से जुड़ी जानकारी हमें इंटरनेट द्वारा आसानी से प्राप्त हो जाती है। चाहे वे पढ़ाई से संबंधित हो या मनोरंजन से जुड़ा विषय, सबकी जानकारी तुरंत प्राप्त हो जाती है। आज इंटरनेट व्यक्ति को पंक्तियों में खड़े होकर घंटों बिजली के बिल जमा करने में, रेलवे बुकिंग, हवाई यात्रा बुकिंग में होने वाली समय की बर्बादी से बचाया है। इंटरनेट द्वारा पत्र व संदेश भी भेजे जा सकते हैं। ई-मेल द्वारा हम घर बैठे ही अपने मित्रों, सगे-संबंधियों व विभिन्न संस्थानों से पत्र व्यवहार कर सकते हैं। आज बोर्ड कक्षाओं के विद्यार्थी विद्यालय में परीक्षा परिणाम पहुँचने से पहले ही इंटरनेट पर उसे जान लेते हैं। आज इंटरनेट अपने साथ हमारे जीवन में समस्याएँ भी लाया है। इंटरनेट द्वारा नए प्रकार के अपराधों का जन्म हुआ है। जिन्हें साइबर क्राइम या इसके माध्यम से चोरी करने वालों को हैकर्स कहा जाता है। इन अपराधियों को पकड़ने के लिए सरकार कानून बना रही है। इस प्रकार यह मानव पर निर्भर करता है कि विज्ञान के इस महत्त्वपूर्ण देन का सदुपयोग कर उसको वरदान सिद्ध करता है या दुरुपयोग कर अभिशाप।

5. मेट्रो रेल : महानगरीय सुखद सपना

संकेत-बिंदु : ● महानगरों की भीड़ ● प्रदूषण की समस्या ● मेट्रो रेल योजना ● मेट्रो के लाभ ● आगामी योजनाएँ।

महानगरों की स्थिति आसपास के क्षेत्रों के लिए उस चुंबकीय स्वर्ग जैसी होती है, जहाँ रहने के लिए सभी उत्सुक रहते हैं। दिल्ली, मुंबई जैसे महानगरों की स्थिति तो ऐसी भयानक है कि हर वर्ष यहाँ लाखों नए निवासी आ बसते हैं। आबादी के दबाव के कारण गंदगी और कूड़े-कचरे को डालने का सही प्रबंध नहीं हो पाता है। आज से कई वर्ष पहले तत्कालिक मुख्यमंत्री मदनलाल खुराना के नेतृत्व में मेट्रो रेल योजना पर विचार हुआ। तत्पश्चात सरकार बदली। नई सरकार ने इस योजना को तीव्र गति से बढ़ाया। जापानी कंपनी के सहयोग से कहीं जमीन के नीचे, कहीं भू-तल पर तो कहीं पुल पर मेट्रो रेलगाड़ियाँ चलाई गईं। ये गाड़ियाँ पर्यावरण तथा शोर-शराबे पर नियंत्रण रखने वाली हैं। इनका वातानुकूलित और साफ-सुथरा रख-रखाव दिल्लीवासियों के लिए बहुत बड़ा वरदान है। मेट्रो से लोगों का जीवन सुविधाजनक हो गया है। नागरिकों के समय की बहुत बचत हुई है। पहले सड़कों की भीड़-भाड़ के चलते जहाँ पहुँचने में घंटों लगता था वहाँ अब 15-20 मिनट में सफर पूरा हो जाता है। इससे सड़कों पर दबाव कम हुआ। पेट्रोल और सी०एन०जी० की बचत हुई है। मेट्रो का विस्तार अभी सीमित है। फिर भी इसने हमारा जीवन काफी सहज बना दिया है। गुरुग्राम (हरियाणा) एवं नोएडा (उत्तर प्रदेश) तक इसके विस्तार हो जाने से हमारा काफी समय बच जाता है। शीघ्र ही पूरे शहर में इसके विस्तार की योजना है, जो दिल्ली की तसवीर पूरी तरह बदल देगी। वह दिन दूर नहीं जब सभी महानगरों में मेट्रो सेवाएँ आरंभ हो जाएँगी।

6. प्लास्टिक की दुनिया

संकेत-बिंदु : ● कृत्रिम पदार्थ ● गुण ● क्षेत्र ● दोष

संसार में सभी पदार्थ प्रकृति की देन हैं। उन्हें मानव ने प्रकृति से ही ग्रहण किया है। उन्हीं के द्वारा प्रकृति का यह चक्र गतिशील रहता है। कुछ पदार्थ मनुष्य द्वारा निर्मित हैं, प्लास्टिक भी उनमें से एक है जो आजकल पर्यावरण के लिए चिंता का कारण बना हुआ है। प्लास्टिक के आविष्कार ने दुनिया को रंग-बिरंगा और आकर्षक बना दिया है। घर का सारा फर्नीचर, वाहन, खिलौने, दरवाजे—सब पर प्लास्टिक ने अपना साम्राज्य स्थापित कर लिया है। एक भी ऐसा घर नहीं मिलेगा जहाँ प्लास्टिक से बनी वस्तुओं का उपयोग न होता हो। इन कामों के लिए पहले कागज़ और कपड़े का उपयोग होता था। कागज़ और कपड़े का लिफ़ाफ़ा चाहे-अनचाहे फट जाया करते थे, परंतु प्लास्टिक के आ जाने से मानव जीवन सुखद हो गया है। तरल पदार्थ से लेकर भारी-भरकम सामानों की पैकिंग प्लास्टिक बैगों में होने लगी है। यह सुविधाजनक साधन है। इसका सबसे बड़ा दोष यह है कि यह मिट्टी में घुलनशील नहीं है। यदि इसके इन सबसे बड़े दोष का निवारण हो जाता है तो इसका उपयोग वरदान प्रमाणित हो सकता है। सरकार ने इसके प्रयोग पर प्रतिबंध लगाया है। फिर भी आम जनता अपनी सुविधा हेतु इसका इस्तेमाल कर रही है। कागज़ व कपड़े के बैग का प्रयोग वर्तमान पीढ़ी नहीं करना चाहती। सरकार ने प्लास्टिक की थैली का प्रयोग करने वालों पर जुर्माना भी करने का निर्णय ले लिया है। अब यह जनता पर निर्भर करता है कि वह सरकार के निर्णय को मानती है या नहीं।

7. आतंकवाद

संकेत-बिंदु : ● आतंकवाद का अर्थ ● कारण ● प्रभाव, समस्या का समाधान

प्रत्येक देश की अपनी समस्याएँ होती हैं जिनमें भ्रष्टाचार, बेरोजगारी, महँगाई, तस्करी, अपराध आदि मुख्य हैं। इन्हीं समस्याओं में से एक समस्या आतंकवाद की समस्या है। यह एक ऐसी जटिल और भयंकर समस्या है जो निरंतर सुरसा की भाँति अपना मुख फैलाती जा रही है। आज विश्व का कोई भी कोना इससे अछूता नहीं है। आतंकवाद एक ऐसी प्रवृत्ति है जिसमें कुछ लोग अपनी अमानवीय इच्छाओं को पूरा करने के लिए, धर्म की आड़ में लोगों को गुमराह कर, उन्हें मासूम व निर्दोष लोगों का रक्त बहाने पर विवश कर देते हैं। इसके कारण हज़ारों परिवार अपने घर-बार छोड़ने को मजबूर हो गए हैं। आए दिन होने वाली आतंकवादियों की गतिविधियों ने सरकार का तथा आम जनता का अमन-चैन नष्ट कर दिया है। हमारे देश भारत में आतंकवाद का प्रमुख कारण पाकिस्तान से आतंकवादियों को मिलने वाला प्रशिक्षण एवं अन्य सभी प्रकार की सहायता है। आज भी समाचार पत्र खोलो तो कोई भी दिन ऐसा नहीं होता जिस दिन खून-खराबा, आगजनी, तोड़-फोड़ या रेलगाड़ी एवं बस के यात्रियों को गोलियों से भून देने के समाचार न मिलते हैं मई 2011 हाइकोर्ट के बाहर बम विस्फोट हुआ। कॉलेज के बाहर पड़े बम का समय रहते पता चलने पर नकारा कर दिया गया। आतंकवाद किसी समस्या या प्रश्न का हल नहीं है। बातचीत एवं राजनैतिक, आर्थिक कदम उठाकर इस समस्या का समाधान संभव है। आज आतंकवादियों को पनाह देने वाले राष्ट्र स्वयं भी इससे ऊब चुके हैं। जो लोग गुमराह होकर इस आतंकवाद के पथ पर चल चुके हैं उन्हें प्यार, शांति एवं विश्वास के पथ अपनाते हुए वापस मानवता के राह पर लाया जा सकता है। अतः आतंकवाद की समस्या का समाधान शांतिपूर्ण उपायों द्वारा ही संभव है।

8. गाँवों व शहरों की समस्याएँ

संकेत-बिंदु : • प्रस्तावना • महानगरों की समस्याएँ • गाँवों की समस्याएँ • निष्कर्ष।

महानगर जटिल समस्याओं के संगम हैं। कभी न समाप्त होनेवाली उलझनों की प्रवाहिणी हैं। विकट प्रसंगों के ज्वालामुखी हैं, जिनका निराकरण सहज संभव नहीं है। बरसात में उफनती नदी के प्रवाह के सामन नवीन कठिनाइयों की उग्रतर बाढ़ है, जो महानगरों को ही आत्मसात कर लेना चाहती है। महानगर रोजगार प्रदान करने का महान केंद्र हैं, वहाँ नगर-निगम और राजकीय कार्यालय, औद्योगिक प्रतिष्ठान, व्यापारिक केंद्र, कल-कारखाने, रोजगार प्रदान करने का आह्वान करते हैं। अतः ग्रामीण जनता इन महानगरों की ओर खिंची चली आती है। महानगरों की बढ़ती आबादी और प्रदूषण विकट समस्या हैं। महानगरों की विभक्त शासन प्रणाली में एकसूत्रता का अभाव उनकी जटिल उलझन है। दिल्ली में कानून और व्यवस्था केंद्र के हाथ में एवं विकास का दायित्व दिल्ली विकास प्राधिकरण के जिम्मे है। अतः दिल्ली सरकार बिजली, पानी, सफ़ाई, स्वास्थ्य रक्षा की जिम्मेदारी निभाती है। यातायात व्यवस्था के लिए अलग दिल्ली परिवहन निगम है, परंतु इनमें परस्पर कोई तालमेल नहीं है। महानगरों में विद्युत आपूर्ति की कमी से औद्योगिक संस्थान उत्पादन की कमी से परेशान हैं, तो कार्यालयों के बाबू प्रकाश के अभाव में काम नहीं कर पाते हैं। जनता गर्मी में पंखें, कूलर के बंद होने से तथा सर्दी में हीटर की गर्मी समाप्त होने से विद्युत प्राधिकरण को गालियाँ देती रहती है। महानगरों में शिक्षा संस्थाएँ बहुत हैं, पर श्रेष्ठ संस्थाएँ बहुत कम हैं। महानगरों में कानून और व्यवस्था की समस्या सतत है, चिरंतन है। फलतः महानगरों में ही असामाजिक तत्वों की शान से निर्वाह संभव है। गाँव में यदि शीतल, मंद, सुगंध समीर अपने सुखद स्पर्श से आपका आलिंगन करेगी और फूली हुई सरसों का सुहावना दृश्य मीलों तक पीतांबरी छटा उपस्थित कर देगा तो शहर का प्रदूषण, शोर दूषित वायु की याद इन दृश्यों को मटमैला कर देगी। गाँव यदि शुद्ध वायु का कुंज है तो शहर नकर-कुंड। गाँव में यदि सुख-सुविधाएँ हैं, प्रेम, सहानुभूति, दया, कृपा, कृतार्थता है तो शहरों में स्वार्थ व बनावट से मिश्रित गुण है। गाँव का वातावरण शांत है, शहरी अपराधवृत्ति से अछूता है। वहाँ युवतियों तथा नारियों का सम्मान सुरक्षित है, सच्ची आत्मीयता और प्रेम भाव है। सरकार गाँवों में भी सभी सुविधाएँ उपलब्ध कराने में जुटी है। बड़े-बड़े अस्पताल, उद्योग शहर से बाहर गाँवों में खुले स्थानों पर खोले जा रहे हैं, जो गाँवों को शहरों से जोड़ते हैं। नागरिक जीवन यांत्रिक जीवन है। यहाँ हर समय भागम-भाग, शोर-शराबा और अत्यधिक व्यस्तता है, जहाँ ठहराव को भी ठहराव नहीं मिलता। भारत की आत्मा गाँव में निवास करती है और उसका शरीर शहर में। आत्मा के अभाव में शरीर शव नहीं बना, यह प्रकृति की लीला है। यह परमपिता परमेश्वर की कृपा है।

व्यावहारिक जीवन संबंधी अनुच्छेद

9. विद्यार्थियों पर दूरदर्शन का प्रभाव

संकेत-बिंदु : • दूरदर्शन एक महत्त्वपूर्ण साधन • विद्यार्थियों का बढ़ता आकर्षण • समय और स्वास्थ्य की हानि • संतुलन की आवश्यकता।

दूरदर्शन आधुनिक युग में मनोरंजन का एक महत्वपूर्ण साधन है जो मानव को मनोरंजन देने के साथ-साथ प्रेरणा और शिक्षा प्रदान करता है। इसके माध्यम से हम घर बैठे लाखों मील दूर की घटनाओं को अपनी आँखों से देख सकते हैं। दूरदर्शन के दो पहलू है—(*i*) विकास (*ii*) विनाश। जीवन में दूरदर्शन के अच्छे कार्यक्रम का अच्छा प्रभाव पड़ता है, हम उससे प्रेरणा प्राप्त करते हैं। यह विकास है। दूसरी तरफ इसमें दिखाई गई हिंसा, हत्या, बलात्कार, अश्लीलता आदि से युक्त कार्यक्रम समाज पर नकारात्मक प्रभाव डालते हैं, यह विनाशक है। विद्यार्थी विद्यालय से घर पहुँचते ही माता-पिता से अपनी दिनचर्या के विषय में बात करने की बजाय टी०वी० खोल लेते हैं। दूरदर्शन विद्यार्थियों की जान बनता जा रहा है। दूरदर्शन पर अनेक प्रकार के शैक्षिक तथा ज्ञानवर्धक कार्यक्रम भी प्रसारित किए जा रहे हैं। डिस्कवरी और नेशनल ज्योग्राफिक चैनल ज्ञानवर्धक हैं। छात्र दूरदर्शन में केवल मनोरंजन की सामग्री ढूँढ़ते हैं। वे चलचित्र, टी०वी० सीरियल, खेलकूद या अन्य मनोरंजक प्रतियोगिताओं में रुचि लेते हैं। इससे उनका शरीर निष्क्रिय होता जाता है। वे अस्वस्थ रहने लगते हैं। कारण कि वे खेलकूद का समय टी०वी० देखने में बिता देते हैं। छात्रों को मनोरंजन करना चाहिए परंतु उसकी भी सीमा होनी चाहिए। टी०वी० अपने लुभावने कार्यक्रमों से उस सीमा को तोड़ता है। छात्रों को चाहिए कि वे दूरदर्शन की लालच से बचें। पढ़ाई की कीमत पर टी०वी० न देखें, तभी टी०वी० हमारे लिए प्रगति का माध्यम बन पाएगा।

10. अनुशासन

संकेत-बिंदु : • अनुशासन का अर्थ • प्राकृतिक उपादान • अनुशासनहीनता • ऐतिहासिक उदाहरण • अनुशासन की सीख • उपसंहार

प्रत्येक देश तथा समाज के कुछ नियम होते हैं जो समाज की व्यवस्था को सुचारु रूप से चलाते हैं। उन नियमों का पालन करने से प्रत्येक व्यक्ति को सुविधा मिलती है, आपस में टकराव की स्थिति उत्पन्न नहीं होती। जिस प्रकार भोजन हमारे शरीर को शक्ति प्रदान करता है, उसी प्रकार अनुशासन भी हमारी जीवन रूपी नैया को चलाने के लिए चप्पू का कार्य करता है। अनुशासन एक ऐसी सफलता की कुंजी

है जिसका आरंभ से ही प्रयोग किया जाए तो हम सभ्य समाज की सुदृढ़ नींव डाल सकते हैं। ईश्वर की बनाई सृष्टि में जब सूरज, चाँद, तारे नियमों की अवहेलना नहीं करते तो मनुष्य के लिए तो नियम और भी आवश्यक हो जाते हैं। अगर सभी ग्रह, नक्षत्र अपने निश्चित मार्ग से अवरुद्ध हो जाएँ तो अंतरिक्ष में महासंग्राम हो जाए। ठीक उसी प्रकार अनुशासनहीनता से समाज की व्यवस्था चरमरा उठेगी। भयंकर दुष्परिणामों का सामना करना पड़ेगा। अनुशासनहीनता हमें समाज में निंदा का पात्र बनाती है। कई बार लोग अनुशासन को दासता का प्रतीक समझते हैं परंतु वे एक महान भूल करते हैं। इतिहास अनेक उदाहरणों से भरा है—गाँधी जी ने अनुशासन में रहकर विश्व में प्रसिद्धि पाई। बाबर की मुट्ठी भर सेना ने इब्राहिम लोदी की सेना के छक्के छुड़ा दिए। महाभारत के युद्ध में स्वयं अर्जुन ने श्रीकृष्ण को कहा—महाराज! मैं आपकी शरण में हूँ, मेरा मन कायर बन गया है, मुझे अनुशासित कीजिए।' हम सभी जानते हैं कि श्रीकृष्ण के अनुशासन से ही अर्जुन महाभारत के युद्धा को जीत सका। जीवन के प्रत्येक क्षेत्र में अनुशासन अपना महत्वपूर्ण स्थान रखता है। अनुशासन की सीख बाल्यावस्था से ही डाली जानी चाहिए ताकि सभी स्वेच्छा से अनुशासन संबंधी नियमों का पालन करें। ये सरकार द्वारा लगाए गए जुर्माने, दंड एवं सजा का प्रावधान क्यों है? केवल इसलिए कि जो लोग स्वेच्छा से नियमों का पालन नहीं करते उन्हें जबरन अनुशासन में रहना सिखाया जाए ताकि समाज की शांति एवं सुव्यवस्था को हानि न पहुँचे। तुलसीदास जी ने कहा है 'भय बिनु होय न प्रीत'। हमें इसे असत्य साबित करना होगा। अनुशासन की भावना मनुष्य के मन में होनी चाहिए। डर से अनुशासन का पालन करना सच्चा अनुशासन नहीं है। अनुशासन पराधीनता नहीं है। यह तो सामाजिक तथा राष्ट्रीय आवश्यकता है।

11. मित्रता

संकेत-बिंदु : • छात्रावस्था में मित्रता • मित्रता का महत्व • मित्रता के लाभ • मित्र के चुनाव में सावधानी • सच्चा मित्र।

परस्पर प्रेम और विश्वास को मित्रता कहते हैं। मित्रता मित्र का धर्म है। मित्रता के अभाव में जीवन सूना और दुखमय हो जाता है। एक सच्चा मित्र औषधि के समान है। सच्चे मित्र के बारे में कहा गया है—'जो न मित्र दुख होहि दुखारी, तिनहि विलोकत पातक भारी।' छात्रावस्था में मित्रों में बड़ी प्रगाढ़ता होती है। उनमें मधुरता एवं अनुरक्ति का भाव प्रबल होता है। जबकि कहा जाता है कि जीवन में तीन मित्र ही सच्चे होते हैं—वृद्धावस्था में पत्नी, पुराना कुत्ता और हाथ का धन। हमारे और मित्र के बीच सच्ची सहानुभूति होनी चाहिए। हमें आपस में कुछ भी छिपाकर नहीं रखना चाहिए। मित्र ही अपने साथी को सत्यपथ पर अग्रसर करता है। मित्रता का मूल है—मनुष्य जो स्वयं करे उसे भूल जाए और दूसरों से जो ले उसे सर्वदा याद रखे। मानव जीवन में मित्रता के कई लाभ हैं। मित्र के सम्मुख ही व्यक्ति अपना हृदय खोल सकता है। सच्चा मित्र दुख का साथी होता है। वह विपत्ति काल में हमें धैर्य बँधाता है। उसके सहयोग से निराश मन में भी आशा की ज्योति चमक उठती है। किसी को मित्र बनाने से पूर्व उसके आचरण पर ध्यान देना आवश्यक है। ऐसे व्यक्ति को मित्र बनाना चाहिए, जिसका चरित्र सुदृढ़ एवं आचरण शुद्ध हो। भगवान श्रीकृष्ण ने सुदामा के साथ मित्रता का आदर्श स्थापित किया था। सच्चा मित्र शिक्षक की भाँति होता है। वह अपने मित्र को सन्मार्ग की ओर ले जाता है। ऐसे समय में मित्र का मार्गदर्शन ही कल्याणकारी सिद्ध होता है। मित्र एक-दूसरे को विवेक एवं शक्ति प्रदान करते हैं। मित्र की पहचान विपत्ति काल में ही होती है। ठीक ही कहा गया है—"धीरज, धर्म, मित्र अरु नारी। आपति काल परखिए चारी।"

12. आत्मनिर्भरता

संकेत-बिंदु : • आत्मनिर्भरता का अर्थ • स्वतंत्रता • देश में आत्मनिर्भरता • विकास में सहायक।

आत्मनिर्भरता सफलता की कुंजी है। कोई भी देश, राज्य, समाज, परिवार या व्यक्ति अपना विकास तभी कर सकता है जब वह आत्मनिर्भर होगा। आत्मनिर्भरता का अर्थ है—अपने ऊपर निर्भर होना। शिक्षा और कर्म आत्मनिर्भरता के मूल आधार हैं। शिक्षा से विवेकशीलता आती है और कर्म से मनुष्य अपनी आवश्यकताओं की पूर्ति करता है। आत्मनिर्भर व्यक्ति जीवन का सच्चा सुख प्राप्त करता है और उसे दूसरों से सहायता नहीं माँगनी पड़ती है। आत्मनिर्भर होने से स्वाभिमान विकसित होता है। परतंत्र व्यक्ति को अपनी आत्मा को दबाना पड़ता है, इसलिए व्यक्ति को परिश्रम करके आत्मनिर्भर होना चाहिए। आधारभूत संरचनाओं का विकास, आय के नियमित साधन और स्वशासन किसी भी देश के लिए आत्मनिर्भरता के मूल तत्व हैं। शिक्षा और रोज़गार की व्यवस्था करना शासन का दायित्व है। आर्थिक विकास के लिए देशी संसाधनों का विकास करना आवश्यक होता है। हमारे देश का एक बहुत बड़ा वर्ग ऐसा है जो आत्मनिर्भर नहीं है। धर्म-परिवर्तन का मामला भी वैसे क्षेत्रों में नज़र आता है, जहाँ लोग आर्थिक दृष्टि से कमज़ोर हैं और अशिक्षित हैं। देश में महिलाओं की स्थिति कमज़ोर है और वे अशिक्षित हैं। हमारा देश तब तक विकसित नहीं हो सकता, जब तक देश का प्रत्येक नागरिक आत्मनिर्भर नहीं होगा और कंप्यूटर में समान रूप से भागीदार नहीं बनेगा।

13. परोपकार

संकेत-बिंदु : • परोपकार सबसे बड़ा मानव धर्म • परोपकार के उदाहरण • परोपकार का सुख • परोपकार • मनुष्यता की पहचान।

परोपकार दो शब्दों से मिलकर बना है—'पर + उपकार', 'पर' का अर्थ है—पराया या दूसरों का—'उपकार' का अर्थ है— भला या अच्छाई करना। इस प्रकार अपने स्वार्थों से ऊपर उठकर यदि ज़रूरी हो तो खुद हानि उठाकर या अपने सुख-दुख की चिंता न कर दूसरों की भलाई करना, दूसरे सबकी अच्छाई के लिए प्रयत्नशील रहना ही परोपकार कहलाता है। परोपकार एक सामाजिक भावना है, इसी के सहारे हमारा सामाजिक जीवन सुखी और सुरक्षित रहता है। परोपकार की भावना से ही हम अपने मित्रों, साथियों, परिचितों और अपरिचितों की निष्काम सहायता करते हैं। प्रकृति भी हमें परोपकार की शिक्षा देती है, सूर्य हमें प्रकाश देता है, चंद्रमा अपनी चाँदनी छिटकाकर शीतलता प्रदान करता है, वायु निरंतर गति से बहती हुई हमें जीवन देती है तथा वर्षा का जल धरती को हरा-भरा बनाकर हमारी खेती को लहलहा देता है। प्रकृति से परोपकार की शिक्षा ग्रहण कर हमें भी परोपकार की भावना को अपनाना चाहिए। भारत अपनी परोपकारी परंपरा के लिए जगत् प्रसिद्ध रहा है। भगवान शंकर ने समुद्र-मंथन से निकले विष का पान करके धरती के कष्ट को स्वयं उठा लिया था। महार्षि दधीचि ने राक्षसों के नाश के लिए अपने शरीर की हड्डियाँ तक दान कर दीं। महाराज रंतिदेव ने अपना सारा राजपाट तो जनहित के लिए दे ही दिया, कई दिनों तक भूखा रहने पर कठिनता से मिले खाने को भी दूसरे को देकर उसकी भूख मिटाई। महाराज शिवि ने कबूतर रक्षा के लिए अपने शरीर का मांस काटकर भूखे बाज को दिया था। यह हमें लोकहित की प्रेरणा देते हैं। परोपकार करने से आत्मिक आनंद व सुख की प्राप्ति होती है, जिसकी तुलना भौतिक सुखों से नहीं की जा सकती। मनुष्य जो भी करे अपना स्वार्थ त्यागकर दूसरों की भलाई के लिए करे। अपना सुख-दुख सबके सुख-दुख के साथ जोड़ दे। इससे जिस सुख की प्राप्ति होगी वह दूसरों की अपेक्षा करके दूसरों के हक मारकर कभी भी नहीं हो सकती। परोपकार का भाव और कार्य मन और आत्मा की उन्नत अवस्था का प्रतीक है। प्राकृतिक उपादान भी बिना किसी भेदभाव के सब पर अपनी समान कृपादृष्टि बनाए रखते हैं। परोपकार मनुष्य जीवन को सार्थक बनाता है। आज जितने भी मनुष्य महापुरुष कहलाने योग्य हुए हैं, जिनके चित्र हम अपने घरों पर लगाते हैं या जिनकी हम पूजा करते हैं, वे सब परोपकारी थे। उनकी इसी परोपकारी भावना ने उन्हें ऊँचा बनाया। वास्तव में परोपकार मनुष्यता की पहचान है।

14. समय का सदुपयोग

संकेत-बिंदु : • समय का सदुपयोग • विकास की कुंजी • समय धन से भी महत्त्वपूर्ण • महापुरुषों के उदाहरण • उपसंहार।

समय अनंत और निरंतर गतिशील है। समय को बाँधना अत्यंत कठिन कार्य है। मानव अपने जीवनकाल में अपनी असीम इच्छाओं की पूर्ति नहीं कर सकता। यदि मनुष्य आरंभ से ही समय का सदुपयोग करे तो अपने जीवन में बहुत कुछ कर पाने की शक्ति रखता है। कबीर के अनुसार—

काल्ह करे सो आज कर, आज करै सो अब।
पल में परलै होयगी, बहुरि करेगा कब।।

जीवन नदी की धारा के समान निरंतर आगे बढ़ता रहता है। बहना जीवन है और ठहराव मौत। जीवन का उद्देश्य निरंतर आगे बढ़ते रहना है—इसी में सुख, आनंद है। जो भागते हुए समय को पकड़कर इसके साथ-साथ चल सकते हैं, वे जीवन में सफल होते हैं। समय का सदुपयोग ही सफलता की कुंजी है। बेवक्त जागनेवाले लोग जीवन की दौड़ में पिछड़कर सिर्फ पछता सकते हैं। तुलसीदास जी ने ठीक ही कहा है—

समय चूकि पुनि का पछताने। का वर्षा जब कृषि सुखाने।

समय की तुलना धन से की जाती है, लेकिन समय धन से भी अधिक महत्त्वपूर्ण है। समय रहे तो न केवल धन बल्कि ईश्वर की प्राप्ति हो सकती है, लेकिन धन और परमात्मा के प्रयास करने पर भी दिन में चौबीस घंटों में एक मिनट भी नहीं बढ़ाया जा सकता। सभी महापुरुषों ने समय के मूल्य को पहचानने और उसके सदुपयोग करने का उपदेश दिया है। समय को नष्ट करना जीवन को नष्ट करना है। शेक्सपीयर ने कहा है—"मैंने समय को नष्ट किया, अब समय मुझे नष्ट कर रहा है।" समय के प्रति सजग रहना ही समय का सबसे बड़ा सम्मान है। समय एक ऐसा वरदान है, जो इसका सदुपयोग करता है, उसके लिए यह खुशियों तथा सफलताओं का ढेर लगा देता है। जो इसका दुरुपयोग करता है, उसे यह अवनति के गर्त में गिरा देता है। संसार में महान कहे जानेवाले लोगों का जीवन इस बात का जीवंत प्रमाण है कि वे जीवन के एक-एक पल का सदुपयोग करते थे। नेहरू जी अपनी व्यस्त दिनचर्या में से व्यायाम, मनोरंजन आदि सभी के लिए समय निकाल लेते थे। समय का दुरुपयोग आज चिंता का विषय है। जो समय बीत गया उसे भुलाकर वर्तमान और भविष्य के बारे में सोचना चाहिए। यदि हम सतर्कता से समय का सदुपयोग करना आरंभ कर दें तो भावी जीवन की सुखद योजनाओं को कार्यान्वित करने में सफल हो सकते हैं और जीवन की दौड़ में बने रह सकते हैं।

15. अच्छा स्वास्थ्य–महा वरदान

संकेत-बिंदु : ● प्रस्तावना ● स्वास्थ्य का महत्त्व ● स्वास्थ्य के लिए संतुलित आहार ● संतुलित विचार ● निष्कर्ष।

संस्कृत के महाकवि कालिदास ने कहा है–'शरीरमाद्यं' खलु धर्मसाधनम्' अर्थात संसार में किसी भी अच्छे कार्य को यदि करना है तो स्वास्थ्य का ठीक होना आवश्यक है। स्वस्थ व्यक्ति ही इस संसार और जीवन में इच्छित कार्य पूरे कर सकता है। स्वस्थ शरीर में जब स्वस्थ मन का निवास होता है तभी मानव स्वस्थ कहला सकता है। कई लोगों को देखा गया है कि वे हृष्ट-पुष्ट और मज़बूत दिखाई देते हैं, परंतु मानसिक चिंताओं और तनाव के कारण वे सदैव चिड़चिड़े और व्याकुल रहते हैं और वृद्धावस्था से पूर्व ही शांति का त्याग कर बैठते हैं। अतः वही व्यक्ति स्वस्थ कहा जा सकता है, जिसका शारीरिक और मानसिक दोनों प्रकार का स्वास्थ्य ठीक हो। जब व्यक्ति स्वयं सुखी और संतुष्ट होता है, तभी वह अपने आस-पड़ोस, समाज, देश, जाति, राष्ट्र और फिर सारी मानवता को सुखी और समृद्ध बनाने की बात न केवल सोच सकता है बल्कि उसके लिए कार्य भी कर सकता है। इसी दृष्टि से कहा जा सकता है, किसी भी क्षेत्र में सफलता पाने के लिए शरीर का स्वास्थ्य ही आवश्यक है। हमारा शरीर अनेक तत्वों से मिलकर बना है। जब कोई तत्व अधिक या कम या विकृत हो जाता है तभी शरीर में रोग की उत्पत्ति होती है और तब हम स्वास्थ्य को खो बैठते हैं। इन तत्वों में वायु, जल और भोजन का सबसे अधिक महत्त्व है। हमें भोजन वही करना चाहिए जो हितकर हो, ठीक मात्रा में हो, स्वच्छ और शुद्ध हो और रोग उत्पन्न करनेवाला न हो। साथ ही यह भी ध्यान रखना चाहिए कि वह संतुलित हो अर्थात उसमें कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन, वसा और विविध विटामिन होने चाहिए। रोटी, दाल, सब्जी, दूध, दही, मक्खन, पनीर आदि भोजन के आवश्यक अंग हैं। यह मानना उचित नहीं है कि शरीर के स्वस्थ रहने से कार्य में सफलता मिल जाएगी। जब तक मन विक्षिप्त है, उसमें चंचलता है, अशांति है और चिंताएँ हैं, तब तक न पढ़ने में मन लगता है न खेलने में न व्यापार में। इसलिए मन को भी शरीर के साथ स्वस्थ रखना चाहिए और मन का स्वास्थ्य है–शांति, निश्चिंतता, स्थिरता। अंत में इतना ही कहा जा सकता है कि मन के स्वास्थ्य के लिए चिंता-त्याग, प्रभु-भक्ति, सत्य-भाषा आदि उपाय हैं तो स्वस्थ शरीर के लिए संतुलित भोजन, संतुलित आचार-व्यवहार, व्यायाम आदि आवश्यक हैं। विद्या, धन, यश और विविध उन्नति का मूलमंत्र स्वास्थ्य ही है। अतः स्वास्थ्य रक्षा को अपना परम धर्म मानकर हमें शरीर और मन दोनों को स्वस्थ रखना चाहिए।

16. लड़का-लड़की एक समान दोनों से ही घर की शान

संकेत-बिंदु : ● समाज में लड़का-लड़की के प्रति भिन्न दृष्टिकोण ● लड़कियों के प्रति दृष्टिकोण को बदलना ● समाज में दोनों की समानता ● लड़कियों के प्रति भेदभाव की समाप्ति व उनका सम्मान।

हमारे समाज में लड़का-लड़की में भेदभाव किया जाता है। लड़के के जन्म पर खुशियाँ मनाई जाती हैं और लड़की के जन्म पर मातम छा जाता है। यह व्यवहार किसी भी दृष्टि से उचित नहीं है। वर्तमान समय में जनसंख्या तीव्र गति से बढ़ रही है और उस पर नियंत्रण लगाना आवश्यक है। अतः संतान की संख्या को सीमित रखना होगा। हमें लड़का-लड़की को एक समान समझना होगा। यदि आज के समय में देखा जाए तो हम देखते हैं कि लड़कियाँ किसी भी दृष्टि से लड़कों से कम नहीं हैं। वे पढ़ाई-लिखाई और नौकरी की दृष्टि से श्रेष्ठ सिद्ध हो रही हैं। लड़कियाँ भी परिवार की प्रतिष्ठा को बढ़ाने में पीछे नहीं रहतीं। माता-पिता की सेवा करने में भी वे एक कदम आगे रहती हैं। हमें अपने घर-परिवार में लड़की को भी उचित सम्मान देना चाहिए। लड़का-लड़की दोनों की समाज को समान रूप से आवश्यकता होती है। किसी एक की कमी से समाज का संतुलन गड़बड़ा सकता है। इसलिए केवल लड़कों की कामना करना उचित नहीं है। दोनों एक समान हैं। लड़का भी कपूत हो सकता है, परिवार की मान-मर्यादा नष्ट कर सकता है। हालाँकि हम आदर्शवादी बातें तो करते हैं कि 'यत्र नार्यस्तु पूज्यन्ते रमन्ते तत्र देवताः', परंतु व्यवहार में इसे अपना नहीं पाए हैं। अब से हमें व्यवहारवादी बनना होगा। लड़का और लड़की को एक समान मानने में ही हमारी भलाई है। अब तक लड़कियों पर बहुत अन्याय होते रहे हैं, उन्हें परिवार और समाज में वह स्थान नहीं दिया जाता जिनकी वह हकदार थीं। जिससे वे हीन भावना की शिकार होती जा रही हैं। यह स्थिति ज़्यादे दिन तक नहीं चलनेवाली। अब लड़कियों ने अपनी उपलब्धियों से समाज में सम्मानजनक स्थान पाना आरंभ कर दिया है। परिवार-नियोजन की स्थिति में यह आवश्यक हो जाता है कि हम लड़का-लड़की को समान मानें और उनके साथ न्यायपूर्ण व्यवहार करें।

लड़का-लड़की एक समान।
तभी होगा देश का उत्थान।।

17. संयुक्त परिवार-आज की आवश्यकता

संकेत-बिंदु : ● युवा पीढ़ी को रिश्तों का ज्ञान ● मिल-जुलकर रहने की भावना ● अच्छे संस्कारों का ग्रहण ● बुजुर्गों की उपस्थिति व महत्ता ● अकेलेपन से मुक्ति।

संयुक्त परिवार को यदि आज की आवश्यकता कहा जाए तो गलत न होगा। ऐसे परिवार में मिल-जुलकर रहने की भावना की प्रधानता होती है। इसमें सभी लोग एक-दूसरे का सहारा बनते हैं। लेकिन आधुनिक समय में ऐसे परिवार का चलन कम हो गया

है, जिससे कई प्रकार की समस्याएँ पैदा हो रही हैं। इससे आज की युवा पीढ़ी का ध्यान इसके समाधन की ओर गया है। उसे लगता है कि संयुक्त परिवारों का टूटना अच्छे संस्कारों पर ग्रहण लगने के समान है। अतः इस परंपरा को पुनर्जीवित करना जरूरी है, जिससे बुजुर्गों की समस्याओं का समाधन हो सके, उन्हें अकेलेपन से मुक्ति मिल सके तथा उनकी महत्ता पुनः स्थापित हो सके।

18. समाचार-पत्र

संकेत-बिंदु : ● समाचार-पत्र का अर्थ ● विकास ● आवश्यकता ● महत्त्व ● हानि।

जिज्ञासा और अभिव्यक्ति मनुष्य की जन्मजात प्रवृत्तियाँ हैं, इसलिए मनुष्य कोई भी नई बात जानने पर उसे दूसरों तक पहुँचाने के लिए सदैव अधीर रहता है। आज-कल लोगों को सुबह उठते ही दो चीजों का ध्यान आता है—समाचार-पत्र और चाय। अकसर दिन की शुरुआत समाचार-पत्र पढ़ने से ही होती है। टेलीविजन आने के बाद भी समाचार-पत्र का महत्त्व बढ़ना आश्चर्यजनक ही है। समाचार-पत्र खबर प्राप्त करने का सर्वोत्तम साधन है। इसे कहीं भी और कभी भी पढ़ा जा सकता है, इसलिए इसका महत्त्व कभी कम नहीं हो सकता। विस्तार और विश्लेषण के साथ खबरें समाचार-पत्रों से ही प्राप्त होती हैं। अब तो समाचार-पत्रों के विषय और विस्तृत हो गए हैं। ताजा खबरों के साथ-साथ अन्य प्रकार की भी रोचक जानकारियाँ समाचार-पत्रों में खूब प्रकाशित होती हैं। समाचार-पत्रों में राजनीतिक खबरों के साथ-साथ आर्थिक खबरें पूर्ण संदर्भ के साथ प्रकाशित होती हैं। समाचार-पत्रों में प्रकाशित होने वाले संपादकीय, आलेख, पाठकों के नाम पत्र, व्यंग्य लेख, समसामयिक लेख, वाद-विवाद और धार्मिक-पौराणिक लेख काफी आकर्षक हुआ करते हैं। आज भारत में दैनिक भास्कर, दैनिक जागरण, दैनिक हिंदुस्तान, नवभारत टाइम्स, अमर उजाला और पंजाब केसरी जैसे हिंदी के अखबार घर-घर में पढ़े जाते हैं। आज-कल समाचार-पत्रों का एक बुरा पक्ष भी उजागर हो रहा है; मनोरंजन के नाम पर अश्लीलता और नग्नता परोसी जाने लगी है। इस कारण समाचार-पत्र परिवार के साथ पढ़ना मुश्किल हो गया है। समाचार-पत्रों में अश्लीलता के लिए स्थान होना घातक है। समाचार-पत्रों का उद्देश्य होना चाहिए—समाचारों को सकारात्मक दिशा देना, न कि उन्हें भटकाव की ओर ले जाना।

19. विज्ञापन और हमारा जीवन

संकेत-बिंदु : ● विज्ञापन का उद्देश्य ● विज्ञापन के विविध प्रकार ● विज्ञापन की भूमिका ● विज्ञापन का सामाजिक दायित्व।

किसी भी वस्तु, व्यक्ति या विचार के प्रचार-प्रसार को विज्ञापन कहते हैं। विज्ञापन का उद्देश्य श्रोता, पाठक या उपभोक्ता के मन पर गहरी छाप छोड़ना है ताकि वह उससे प्रभावित हो सके। विज्ञापन अनेक प्रकार के होते हैं। सामाजिक विज्ञापनों के अंतर्गत दहेज, नशा, परिवार-नियोजन आदि संदेश आते हैं। विभिन्न कार्यक्रमों, रैलियों, आंदोलनों के विज्ञापन भी इसके अंर्तगत आते हैं। कुछ विज्ञापन विवाह, नौकरी, संपत्ति की खरीद-बेच संबंधी आते हैं। सबसे लोकप्रिय और लुभावने विज्ञापन होते हैं—व्यापारिक विज्ञापन। उद्योगपति अपने माल को दूर-दूर तक बेचने के लिए अत्यंत आकर्षक विज्ञापनों का प्रयोग करते हैं। विज्ञापन खरीददारी में अहम् भूमिका निभाते हैं। ग्राहक प्रसिद्ध वस्तुओं के विज्ञापन को देख व सुनकर उन्हें खरीदता है। चाहे अन्य श्रेष्ठ उत्पाद वहाँ मौजूद क्यों न हों। विज्ञापन प्रभावकारी होते हैं, इसलिए उनका सामाजिक दायित्व भी बहुत बड़ा होता है। प्रायः माल बेचने के लिए भ्रामक विज्ञापन दिए जाते हैं। गलत व दूषित माल बेचने के लिए भी आकर्षक फिल्मी सितारों का उपयोग किया जाता है। विज्ञापनों में समाज को प्रभावित करने की अद्भुत शक्ति है। ये सरकार, व्यापार तथा समाज के लिए वरदान हैं परंतु गलत हाथों में पड़कर इनका दुरुपयोग भी हो सकता है। इस दुरुपयोग से बचा जाना चाहिए।

देश और संस्कृति संबंधी अनुच्छेद

20. भारतीय राजधानी : दिल्ली

संकेत-बिंदु : ● स्थिति ● दिल्ली का इतिहास ● दर्शनीय स्थल

दिल्ली भारत की राजधानी है। यह आज से नहीं अपितु पांडवों के काल से गौरव से सुशोभित होती आ रही है। प्राचीन काल से लेकर अब तक यह अनेक रूपों में विकसित हुई है। यमुना किनारे स्थित दिल्ली यश और वैभव में किसी से कम नहीं है। दिल्ली को सूर्यवंशी राजा दिलीप ने बसाया था। यह कालचक्र के हाथों नष्ट हुई। बाद में धर्मराज युधिष्ठिर ने इसका नाम खांडव प्रस्थ से बदलकर इंद्रप्रस्थ कर दिया था। दिल्ली को यह नाम पृथ्वीराज चौहान ने दिया था। धीरे-धीरे दिल्ली पर मुगलों का शासन हो गया। मुगलों के बाद अंग्रेज़ों ने भी इसे अपनी राजधानी बनाए रखा। उन्होंने ही नई दिल्ली का निर्माण करवाया था। दिल्ली में अनेक दर्शनीय स्थल हैं। प्राचीन दर्शनीय स्थलों में अशोक स्तंभ, कुतुबमीनार, लाल किला, जामा मस्ज़िद हैं। आधुनिक दर्शनीय स्थलों में राष्ट्रपति भवन, इंडिया गेट, उच्चतम न्यायालय हैं। यहाँ अनेक बाज़ार हैं, जिनमें करोल बाग, कमला मार्किट, सरोजनी नगर मार्किट, पालिका बाज़ार, चाँदनी चौक, कनाट प्लेस आदि प्रमुख हैं। इनके अतिरिक्त नेहरू संग्रहालय, रेल म्यूजियम, डॉल म्यूजियम, विज्ञान भवन, आकाशवाणी भवन, अक्षर धाम, बाल भवन,

चिड़ियाघर आदि हैं। यहाँ अनेक शिक्षण केंद्र हैं। यहाँ अनेक उपवन भी हैं, जिनमें कालिंदी कुंज, बुद्धा जयन्ती पार्क, लोधी उपवन विशेष रूप से प्रसिद्ध हैं। लोग यहाँ घूमने-फिरने व पिकनिक के उद्देश्य से आते हैं। प्रगति मैदान में लगने वाला पुस्तक मेला व व्यापार मेला अत्यंत प्रसिद्ध हैं। यहाँ अनेक महापुरुषों की समाधियाँ भी हैं। जैसे—राजघाट (महात्मा गाँधी), विजय घाट (लाल बहादुर शास्त्री), शक्ति स्थल (इंदिरा गाँधी), वीर भूमि (राजीव गाँधी), शांतिवन (पंडित जवाहर लाल नेहरू)। दूर-दूर से लोग इन्हें देखने व इन पर श्रद्धा सुमन अर्पित करने आते हैं। यहाँ कॉमनवेल्थ गेम्स होने के कारण व मेट्रो के कारण लोगों को असंख्य सुविधाएँ प्राप्त हुई हैं। दिल्ली का विकास निरंतर होता रहा है। यह राजधानी होने के कारण सांस्कृतिक व राजनैतिक गतिविधियों का केंद्र है यह भारत का दिल है कॉमनवेल्थ गेम्स के कारण दिल्ली की तसवीर ही बदल गई। मैट्रो रेल भी दिल्ली की शान में चार चाँद लगा रही है।

21. मेरा भारत महान

संकेत-बिंदु : ● प्राचीनतम सभ्यता एवं संस्कृति ● भौगोलिक रचना ● प्राकृतिक सौंदर्य ● विभिन्नताओं में एकता ● गौरवशाली इतिहास

भारत की सभ्यता और संस्कृति संसार की प्राचीनतम सभ्यताओं में गिनी जाती है। कश्मीर से कन्याकुमारी तक और गुजरात से गंगा सागर तक फैला 'भारत' नाम का यह भू-खंड विश्व का सातवाँ सबसे बड़ा देश है। उत्तर में पवर्तराज हिमालय भारत के उन्नत भाल पर स्वर्ण-किरीट के समान सुशोभित है। देवनदी इस पावन भूमि पर प्रवाहित होकर इसे उर्वरता एवं रमणीयता प्रदान करती है। भौगोलिक रचना की दृष्टि से भारत का प्राकृतिक स्वरूप मनमोहक एवं विशिष्ट है। भारत में प्राकृतिक सुषमा अनुपम है। यहाँ छह ऋतुएँ क्रम से आकर इसे सजाती-सँवारती हैं। पावस की रिमझिम फुहारें वसुंधरा को हरी साड़ी से आवृत्त कर देती हैं। विश्व का सबसे बड़ा लोकतंत्र यह देश जनसंख्या की दृष्टि से विश्व में दूसरे स्थान पर है। खान-पान, रहन-सहन, वेश-भूषा की दृष्टि से भारतीयों में भिन्नता है, फिर भी ये माला के मोतियों के समान आपस में प्रेम और भाईचारे के धागे में गुँथे हुए हैं। हमारा देश धर्मनिरपेक्ष है, जहाँ अनेक धर्मों के लोग मिल-जुलकर रहते हैं। सभ्यता और संस्कृति, साहित्य, संगीत और अनेक ललित कलाओं का विकास यहाँ हुआ है। भारतीय संस्कृति का मूल स्वर विश्व-कल्याण है। 'उदार चरितानां तु वसुधैव कुटुम्बकम्' के स्वर इस धरा पर सदैव गूँजते रहे हैं और गूँजते रहेंगे। आध्यात्मिक क्षेत्र में जगद्गुरु कहा जाने वाला भारत आज भी विश्व को जीवनमूल्यों, आदर्शों एवं नैतिक मूल्यों का पाठ पढ़ाता रहता है। सचमुच हमारा भारत अद्भुत है। इसकी महिमा तथा गरिमा अनूठी है।

22. त्योहारों का महत्त्व

संकेत-बिंदु : ● त्योहारों की आवश्यकता ● त्योहारों के विविध प्रकार ● त्योहारों के लाभ ● बंधुत्व ● एकता को बल।

भारत पर्व-त्योहारों का देश है। यहाँ बारहों महीने पर्व-त्योहार का माहौल बना रहता है और लोग तो जैसे इनका इंतज़ार ही करते रहते हैं। त्योहार उल्लास-उमंग के प्रतीक होते हैं और लोगों को आपस में जोड़ने का काम करते हैं। कुछ त्योहार धर्म पर आधारित होते हैं, कुछ सामाजिक मान्यताओं से जुड़े होते हैं किंतु कुछ पर्व ऐसे भी होते हैं, जिनका संबंध देशभक्ति और राष्ट्रीय भावनाओं से होता है। पंद्रह अगस्त को स्वाधीनता दिवस मनाया जाता है और छब्बीस जनवरी को गणतंत्र दिवस। ये दोनों राष्ट्रीय पर्व हैं और इन्हें हर साल इसलिए मनाया जाता है ताकि लोग अपनी देशभक्ति की भावनाओं का प्रदर्शन कर सकें। दीपावली का पर्व अंधकार पर प्रकाश की विजय के रूप में मनाया जाता है। दशहरा का पर्व अधर्म पर धर्म की विजय के रूप में आयोजित होता है। होली भारत का सबसे बड़ा पर्व है। यह पर्व दुश्मनी को दोस्ती में बदलने और आपसी भाई-चारा बढ़ाने का काम करता है। पर्व-त्योहार हमारी परंपरा, सभ्यता और संस्कृति के प्रतिबिंब हैं। वास्तव में खुशियों को बाँटने का कोई-न-कोई बहाना तो होना चाहिए। धर्म में अपनी आस्था प्रकट करने के लिए कोई मौका तो मिलना चाहिए। पर्व-त्योहारों के माध्यम से लोग अपने में स्फूर्ति व शक्ति अनुभव करते हैं और अपना आचरण अपने धर्म के अनुकूल बनाए रखने की प्रेरणा लेते हैं। वास्तव में ये त्योहार शारीरिक और मानसिक विकारों को दूर कर लोगों को सत्य-पथ की और उन्मुख करते हैं।

23. वर्तमान समाज में नारी का योगदान

संकेत-बिंदु : ● भूमिका ● नारी के विभिन्न रूप ● वर्तमान समाज में नारी की भूमिका ● नारी नवचेतना का प्रतीक ● उपसंहार

नारी तुम केवल श्रद्धा हो, विश्वास रजत नभ पग तल में,
पीयूष स्रोत सी बहा करो, जीवन के सुंदर समतल में।

भारत तो प्राचीन काल से ही गार्गी, अनुसूया, अत्रि, मैत्रेयी, सीता, सावित्री जैसी विदुषी महिलाओं से भरा है। इतिहास साक्षी है, जब-जब जहाँ-जहाँ शक्ति और बुद्धि की आवश्यकता पड़ी वहाँ-वहाँ नारी ने अपना अमूल्य सहयोग एवं बलिदान दिया। प्राचीन काल की ये नारियाँ रही हों या इंदिरा गाँधी, कल्पना चावला, सरोजिनी नायडू जैसी आधुनिक महिलाएँ, सभी ने अपने-अपने हिस्से का योगदान देकर

समाज को समृद्ध किया है। शिशु की प्रथम शिक्षिका बन वह समाज के लिए एक उत्तम चरित्रवान नागरिक बनाती है। कदम-कदम पर उसका मार्गदर्शन कर उसे प्रेरित करती है। कहा भी गया है—प्रत्येक सफल मनुष्य के पीछे किसी-न-किसी रूप में एक नारी का ही हाथ होता है। बंद दरवाजों के पीछे घुटती, सिसकती नारी की आहें अपशगुन को ही निमंत्रण देती हैं—कहा भी गया है 'यत्र नार्यस्तु पूज्यन्ते, रमन्ते तत्र देवताः।' नारी ईश्वर की बनाई हुई भावुक कृति है, प्राकृतिक रूप से कोमल होने पर भी वह शक्ति की स्रोत है। यही कारण है कि सृष्टि को जन्म देने का कार्यभार प्रकृति ने उसे ही सौंपा है। स्त्री और पुरुष गृहस्थी रूपी गाड़ी के दो पहिए हैं। समाज के निर्माण में नारी की भी वही भूमिका है जो एक पुरुष की है। वर्तमान समाज में नारी की दोहरी भूमिका हो गई है, वो जहाँ घर में रहकर व्यवस्थापक की भूमिका निभाती है वहीं वह पुरुष के साथ कदम-से-कदम मिलाकर देश व समाज के लिए उपयोगी निर्माण कार्यों में लगी है। समाज का कोई भी ऐसा क्षेत्र नहीं है जहाँ नारी ने अपनी उपस्थिति दर्ज नहीं कराई। अब वह स्वयं शिक्षित होकर शिक्षा का प्रचार एवं प्रसार कर रही है। देश की राष्ट्रपति, प्रधानमंत्री, सक्रिय कार्यकर्ता, नेता, विभिन्न कंपनियों की व्यवस्थापिका होना उसके उपलब्धियों का सशक्त प्रमाण है। आज वो न्यायालयों में अपने हक की गुहार लगाती लाचार व बेबस स्त्री नहीं रह गई बल्कि जज की कुर्सी पर बैठकर कानून की मोटी-मोटी किताबों को पढ़कर निर्णय सुनाती है। उसने अपने अदम्य बल, शक्ति व साधना से इस पुरुष प्रधान समाज को चुनौती दे दी है। नारी नव चेतना व नव जागृति की प्रतीक बन गई है। अब नारी को गुमराह करना आसान नहीं। ''कोमल है कमज़ोर नहीं शक्ति का नाम ही नारी है।''

आत्मकथात्मक अनुच्छेद

24. मेरा प्रिय खेल—क्रिकेट

संकेत-बिंदु : • भूमिका • खेलों के लाभ • क्रिकेट का आरंभ • खेलने के नियम • सर्वाधिक प्रिय खेल

खेल दिनभर की भाग-दौड़ और थकान से छुटकारा पाने का सर्वोत्तम साधन है। खेलों से शरीर स्वस्थ रहता है मनुष्य में नई संजीवनी शक्ति का संचार हो जाता है। खेल अनेक प्रकार के होते हैं— मुझे घर के बाहर के खेलों में अत्यधिक रुचि है। ऐसे खेलों में मेरा सर्वाधिक प्रिय खेल क्रिकेट है। जिसे मैं पागलपन की हद तक पसंद करता हूँ। सुनील गावस्कर, कपिलदेव, श्रीकांत, शोएब अख्तर, जयसूर्या एवं सचिन तेंदुलकर जैसे खिलाड़ियों के खेल-प्रदर्शन से मैं प्रभावित हुए बिना नहीं रह पाया। पहले मैं केवल खेलने के लिए ही खेलता था पर अब दूरदर्शन पर खिलाड़ियों के सुंदर भविष्य को देखकर मैंने इसे अपना कैरियर के रूप में भी चुनने का निर्णय कर लिया है। प्रसिद्धि एवं शोहरत के साथ-साथ इस क्षेत्र में धन की भी कमी नहीं है। क्रिकेट खेल का जन्म इंग्लैंड में हुआ था। पहले राजा, नबाव और लार्ड्स आदि ही इस खेल को खेला करते थे, परंतु आज अमीर-गरीब सभी श्रेणियों के लोग क्रिकेट खेलते हैं। पहले यह पाँच दिवसीय होता था, दोनों टीमों को दो पारी खेलनी होती थी, पाँच दिन पूरे हो जाते थे परंतु दोनों टीमें दो-दो पारी नहीं खेल पाती थीं, इस कारण हार-जीत का फैसला नहीं हो पाता था। जब से सीमित ओवरों के लिए एक दिवसीय मैचों का प्रचलन हुआ है तो सभी का रुझान इसकी ओर अधिक बढ़ गया है। इस खेल में ग्यारह-ग्यारह लोगों की दो टीमें होती हैं। टॉस जीतने वाला बल्लेबाजी या गेंदबाजी का फैसला करता है। पचास ओवरों के इस खेल में बॉल के कैच हो जाने पर बल्लेबाज आउट माना जाता है। एक दिवसीय मैच पचास ओवरों का होता है। एक ओवर में छह गेंदें फेंकी जाती हैं। प्रत्येक टीम को पचास ओवर खेलने होते हैं अधिक रन बनाने वाली टीम विजयी घोषित होती है। हालाँकि हॉकी भारत का राष्ट्रीय खेल है परंतु क्रिकेट के माध्यम से चमचमाते भविष्य को देखते हुए आज क्रिकेट मेरा ही नहीं सभी का सर्वाधिक प्रिय खेल बन चुका है। मैं इसमें अपने स्वर्णिम भविष्य को तलाशने लगा हूँ।

25. मेरे जीवन का लक्ष्य

संकेत-बिंदु : • लक्ष्य • लक्ष्यपूर्ण जीवन के लाभ • लक्ष्यपूर्ति का प्रयास • लक्ष्य-निर्धारण के कारण।

लक्ष्यहीन मनुष्य ज़िदंगी में कभी भी सार्थक कार्य नहीं कर सकता। मनुष्य विवेकशील और विकासशील होता है। उसे हमेशा महत्वाकांक्षी होना चाहिए और ज़िदंगी के लिए निश्चित लक्ष्य अवश्य निर्धारित करना चाहिए। एक बार लक्ष्य निर्धारित कर लेने के बाद मनुष्य कभी भी अपनी राह से भटकता नहीं हैं। लक्ष्यहीन मनुष्य का जीवन पशु के समान ही है। महाभारतकालीन योद्धा अर्जुन ने तो जल में देखकर मछली की आँख में अपने तीर से निशान साध लिया था। चाणक्य ने अपने राज्य में सुशासन लाने का लक्ष्य पूरा किया। महात्मा गांधी और शहीद भगतसिंह जैसे लोगों ने देश की आज़ादी को अपना लक्ष्य निर्धारित किया और इसके लिए अपने जीवन को समर्पित कर दिया। आज दुनिया का विकास बहुत तेज गति से हो रहा है और हर कदम पर हमें प्रतिस्पर्धा का सामना करना पड़ रहा है। ऐसे में, हर व्यक्ति के लिए निश्चित लक्ष्य के लिए प्रयास करना ही उचित है। मैंने अपने जीवन के लिए लक्ष्य निर्धारित किया है—स्वच्छंदता और स्वतंत्रता से कार्य करना। मैंने यह निश्चित किया है कि ज़िंदगी में अच्छी पत्रकारिता करूँगा और कभी किसी गलत बात का साथ नहीं दूँगा। हर आदमी पढ़-लिखकर डॉक्टर और इंजीनियर बनना चाहता है। जो पढ़ता-लिखता नहीं, वह नेता बन जाता है। बचपन में एक बार

राष्ट्रपति भवन में एक पत्रकार को देखा था, उसका व्यक्तित्व बड़ा प्रभावशाली था और सुरक्षा अधिकारी से लेकर प्रशासनिक अधिकारी तक उसकी इज़्ज़त कर रहे थे। उसे देखकर मैंने सोचा कि मैं पत्रकारिता को ही अपने जीवन का लक्ष्य बनाऊँगा। पत्रकारिता को मैंने अपना व्यवसायिक लक्ष्य बनाया है और एक लक्ष्य और निर्धारित किया है कि ज़िंदगी में जान-बूझकर कोई ऐसा कार्य नहीं करूँगा, जिससे दूसरों को दुख पहुँचे। मैंने अपना लक्ष्य निर्धारित कर लेने के बाद कभी भी विकल्प की बात नहीं सोची। मेरा लक्ष्य आज भी अडिग है और मैं अपनी पूरी ज़िंदगी उसे पाने के लिए जीऊँगा।

26. मेरी पर्वतीय यात्रा

संकेत-बिंदु : ● प्रस्तावना ● यात्रा का निश्चय ● यात्रा के लिए प्रस्थान ● यात्रा समाप्ति ● उपसंहार।

भारत में हिमालय, विध्यांचल, अरावली और पूर्वी घाट एवं पश्चिम घाट के अनेक पर्वत हैं। पर्वत के ऊँचे और निचले शिखर, उन पर भी वनस्पतियाँ, उनमें बहनेवाले झरने, नदियाँ व उनका मीठा जल, वहाँ के छोटे-छोटे खेत, उनके विभिन्न मौसम—सभी कुछ आकर्षण का विषय है। पर्वतों के इस आकर्षण से अधिकतर लोग आकृष्ट होते हैं, परंतु उन पर चढ़ने का साहस विरले लोग ही करते हैं। कहा भी है—'पर्वताः दूरतो रम्याः।' अर्थात पहाड़ दूर से ही सुहावने लगते हैं, परंतु जब उन पर चढ़ने लगो, तो साँसें फूलने लगती हैं। पर्वतों पर चढ़ने का शौक सबमें होते हुए भी कुछ विरले लोगों में ही स्थायी रूप ले पाता है। दृढ़निश्चिय और आत्मविश्वास सफलता के सोपान हैं। एक बार दो-चार मित्रों से पर्वत यात्रा की आकांक्षा प्रकट की तो वे भी तैयार हो गए। मित्रों के साथ यात्रा का अपना आनंद है। यह सोचकर मन खुशी से नाच उठा। जून की प्रातःकालीन दिल्ली शिमला बस में चारों साथी उमंग और उत्साह से जा बैठे। पंजाब रोडवेज़ की बस यात्रा देवी का अपूर्व वरदान है। ढाई घंटे तक की करनाल यात्रा तो सुखद रही, पर करनाल से कालका तक की यात्रा में सूर्यदेव ने अपनी क्रोधाग्नि से हँसमुख चेहरों को मुरझा दिया। साढ़े ग्यारह बजे बस ने कालका छोड़ा। कालका पर्वत-यात्रा का आरंभ स्थल है। बस पर्वतीय मार्ग पर चल पड़ी। चढ़ाई चढ़ रही बस की गति मैदानी सड़क से कुछ धीमी पड़ गई। सोलन की ओर जाते हुए हमारी इस सुखद यात्रा में अचानक विघ्न पड़ गया। हमारा एक साथी उलटी के कारण हिचकी ले रहा था। किसी तरह उसकी देख-रेख करते हुए जब हम सोलन पहुँचे, वहाँ सभी यात्री उतरे। आधा घंटे रुकने के बाद बस पुनः अपने गंतव्य की ओर चल पड़ी। छोटी-छोटी रेलें, सर्प-सी बलखातीं उनकी पटरियाँ बस यात्रियों को विस्मित कर रही थीं। शिमला समीप आ रहा था। बस चींटी की चाल चल रही थी। भारवाहक (कुली) बस के साथ दौड़ते-दौड़ते खुली खिड़कियों से यात्रियों को अपने टोकन देकर बुक कर रहे थे। बस स्टॉप पर रुकी। बस का दरवाज़ा खुलने से पहले कुलियों ने आक्रमण कर दिया। किसी प्रकार से हम बस से उतरे। मानव ने प्रकृति को अपना दास बनाया है। अतः यहाँ पहाड़ काट-काटकर बनाई गई सुगम सीढ़ियों पर लोग फुर्ती से चढ़ रहे थे और हम चारों साथी यात्रा की थकावट से धीरे-धीरे कदम रख रहे थे। जैसे धर्मशाला पहुँचकर कुलियों ने विदाई ली। हमने धर्मशाला की शरण ली। इस प्रकार हमने पर्वतीय स्थान पर पहुँचकर अपनी यात्रा समाप्त की।

27. मेरे जीवन की अविस्मरणीय रोमांचक घटना

संकेत-बिंदु : ● छात्र समूह के साथ अलवर जाने का कार्यक्रम ● झील से नौका-विहार ● भ्रमण के अनंतर तट पर ● गप्पें हाँकना ● सिंह गर्जन की ध्वनि और मानसिक स्थिति ● आत्मरक्षा के उपाय ● मानसिक प्रभाव।

पिछले वर्ष हमारे विद्‌यालय के कुछ छात्रों का दल राजस्थान का भ्रमण करने निकला। शरद अवकाश का यह आरंभिक काल था। बाढ़ों और बादलों की गड़गड़ाहट शांत हो चुकी थी। नदियाँ और सरोवर स्वच्छ परंतु जल से पूर्ण थे। भ्रमण का यह सुखद अवसर सबको पसंद आया। हमारे साथ एक अध्यापक थे। अनुभव की दृष्टि से वे अभी हमसे कुछ ही आगे थे। रिवाड़ी से होते हुए हमने राजस्थान के प्रसिद्‌ध नगर अलवर में प्रवेश किया। अलवर शहर में अनेक दर्शनीय स्थल हैं। चिड़ियाघर देखने के पश्चात हम वहाँ की प्रसिद्‌ध झील सिलीसिट को देखने चले गए। सिलीसिट पर्वतों के मध्य में कृत्रिम रूप से बनाई गई एक झील है। तीन ओर खड़े पर्वत हैं और एक ओर बाँध बँधा हुआ है। राजस्थान में सिंचाई के लिए यह झील कभी बनाई गई थी। इसके तीनों ओर पर्वतों पर घने पेड़ हैं। उनकी हरियाली से झील का सौंदर्य खिल उठता है। हम दो बजे झील के किनारे पहुँचे। यहीं पर हमने भोजन किया। साढ़े पाँच बजे नौका-विहार से लौटकर आए तभी हमारे एक साथी को भयंकर ज्वर ने घेर लिया। हमारे पास नींबू के अतिरिक्त कोई दवाई न थी। अंधकार की काली चादर सब ओर फैलने लगी। पक्षियों ने चहचहाना बंद कर दिया, परंतु हम अभी लौटने को तैयार न हुए। तभी अचानक सिंह के दहाड़ने का आवाज़ सुनाई दी। सिंह की गर्जना के साथ जंगली जीव-जंतुओं के दौड़ने की आवाज़ सुनाई दी। यदि सचमुच सिंह आ गया तो क्या होगा? तो क्या होगा? कौन बचेगा? कौन मरेगा? किसी के मारे जाने पर उसके घरवालों को क्या संदेश दिया जाएगा। इस प्रकार हमारा भय निरंतर बढ़ता जा रहा था। सिंह से बचना कठिन प्रतीत हो रहा था। सिंह के भय ने सबमें नई जीवन-शक्ति उत्पन्न कर दी। बीमार होने पर भी

हमारा साथी उठकर चलने को तैयार हो गया। हमारे अध्यापक ने कहा–"घबराने से काम नहीं चलेगा। झाड़ी के टुकड़े के साथ कोई कपड़ा बाँध लें और उसे आग लगाकर टैक्सियों तक बढ़ते चलें।" आग के कारण कोई भी सिंह या जीव-जंतु पास नहीं आता। किसी ने तौलिए किसी ने रूमाल और किसी ने कमीज को ही लकड़ियों से लपेट लिया और आग लगाकर तेज़ी से बढ़ने लगे। शीघ्र ही हम सुरक्षित टैक्सियों तक पहुँच गए। ठिकाने पर पहुँचकर हमारी जान में जान आई। सभी एक-दूसरे के भय से आक्रांत चेहरों का वर्णन कर-कर खूब हँसते थे। हँसी का जो झरना सिंह की दहाड़ के आतंक से सूख गया था, वही निर्ममता के वातावरण की सरसता में पुनः फूट निकला। जीवन की यह घटना भुलाए से भी नहीं भुलाई जा सकती। धन्यवाद है, प्रभु का, जिसने हमें किसी प्रकार बचा लिया और हम आज सुरक्षित घर में हैं। यह है मेरे जीवन की एक अविस्मरणीय घटना।

सूक्तिपरक अनुच्छेद

28. सब दिन होत न एक समान

संकेत-बिंदु : ● भूमिका ● परिवर्तनशील प्रकृति ● समय की गतिशीलता ● समय बलवान ● निष्कर्ष।

समय परिवर्तनशील है। समय कभी एक-सा नहीं रहता। संसार की प्रत्येक वस्तु जड़ या चेतन सभी परिवर्तनशील हैं। प्रकृति में भी नित नए परिवर्तन देखने को मिलते हैं, यहाँ ऋतुएँ भी क्रम से आती-जाती हैं। अपना रंग-रूप व छटा बिखेर कर चली जाती हैं। दिन-रात भी कभी एक जैसे नहीं रहते। प्रकृति में भी अनेक परिवर्तन देखने को मिलते हैं। एक छोटा-सा पौधा वृक्ष का रूप धारण कर लेता है। कली समय के साथ सुंदर फूल में बदल जाती है। समय के साथ-साथ परिवर्तन होता रहता है। समय गतिशील है। वह भी एक जगह स्थिर नहीं होता। व्यक्ति कई बार तो ठगा-सा ही खड़ा रहता है और समय अपनी चाल चल देता है। समय सचमुच बलवान है। समय के आगे सभी को झुकना पड़ता है। यदि सभी दिन एक जैसे ही रहते तो पूरे संसार में एकमात्र निराशा और दुख का ही साम्राज्य होता। इतिहास में असंख्य उदाहरण मिलते हैं जिनमें हड़प्पा, मिस्र, चीन जैसी कभी विकसित सभ्यताएँ थीं और वे कालचक्र के हाथों नष्ट हो गईं। भारत भी कभी वैभवशाली देश माना जाता था। 'सोने की चिड़िया' कहलाता था, परंतु आज वह अपना रूप खो चुका है। सुख-दुख विधाता की देन है। समय कब किसको एक पल में राजा बना दे अगले पल किसी राजा को रंक बना दे। समय पर किसी का ज़ोर नहीं चलता। इसलिए व्यक्ति को धन-दौलत रूप पर घमंड नहीं करना चाहिए। कठिन समय में भी व्यक्ति को हिम्मत नहीं हारनी चाहिए। धैर्य और विवेक से काम लेना चाहिए। क्योंकि परिवर्तन प्रकृति का शाश्वत नियम है।

29. पर उपदेश कुशल बहुतेरे

संकेत-बिंदु : ● भूमिका ● उपदेशों का बोलबाला ● खोखली आदर्शवादिता ● दोषों को पहचान कर उनका निवारण करना ● उपसंहार

ईश्वर ने सभी को अलग-अलग अंग, मस्तिष्क, शरीर, मुँह एवं बुद्धि प्रदान की है। अपने बारे में सोचने-समझने एवं विवेक द्वारा निर्णय लेने की क्षमता दी है। परंतु आजकल दूसरों से अपने को बेहतर बताने व बेहतर जतलाने का प्रचलन आरंभ हो गया है। मनुष्य अपने को श्रेष्ठ सिद्ध करने के प्रयास में आत्मश्लाघा में लगा रहता है। जबरन अपने विचारों को दूसरे पर थोपने में लगा रहता है। आज समाज में ऐसे अनेक उपदेशक मिल जाएँगे जिनका अपना चरित्र बल नहीं होगा, जो स्वयं आत्मनियंत्रण में नहीं रहते होंगे, परंतु दूसरों को उपदेश देने में पीछे नहीं हटेंगे। समाज ऐसे अनेक तथाकथित धर्मात्माओं, समाज के ठेकेदारों, भ्रष्ट राजनीतिज्ञों, घूसखोरों और नेताओं से भरा है, जिनकी कथनी एवं करनी में पर्याप्त अंतर होता है। ये या तो कल्पना लोक में विचरण करते हैं या आदर्शवादी होते हैं जो अवसर पाते ही किसी को भी उपदेश देने से नहीं चूकते। अपने चरित्र की निर्बलता छिपा कर दूसरों पर दोषारोपण करते हैं। इनका अपना चरित्र अनेक दोषों से, बुराई से भरा होता है परंतु किसी भी व्यक्ति में बुराई खोज कर उसे उपदेश देना ये अपना जन्मसिद्ध अधिकार समझते हैं। चारों ओर नकारात्मक ऊर्जा का प्रसार करते हैं। छलनी कहे सूई से तुझमें छेद है, यह उक्ति इन पर चरितार्थ होती है। मनुष्य को चाहिए कि वह दूसरों को उपदेश के स्थान पर अपने चारित्रिक दोषों का सफाया करे और नैतिकता का मार्ग अपनाए। इससे ही सुंदर समाज की स्थापना होगी। सकारात्मक सोच का प्रसार होगा। कबीर दास जी ने भी कहा है-''बुरा जो देखन मैं चला, बुरा न मिलया कोय, जो तन खोजा आपना मुझसा बुरा न कोय''। जब मनुष्य अपने दोषों को पहचानकर, अपनी कमियों को पहचानकर उनका निवारण करना आरंभ कर देगा तो उसके पास दूसरों के दोषों को देखने का अवकाश ही कहाँ बचेगा। केवल उपदेश देने से सृजन नहीं होता। स्वयं में चारित्रिक गुण उत्पन्न करने और जीवन में उतारने पर ही सृजनात्मकता का विकास होता है। आचरण की पवित्रता ही सामने वाले को प्रभावित करती है, उपदेश नहीं।

30. पराधीन सपनेहुँ सुख नाही

संकेत-बिंदु: • पराधीनता का अर्थ • स्वतंत्रता का महत्त्व • पराधीनता का कलंक • पराधीनता के प्रकार।

गोस्वामी तुलसीदास जी ने जो कुछ भी लिखा उसके पीछे उनका गहरा चिंतन एवं अनुभूति थी। उनकी यह उक्ति 'पराधीन सपनेहुँ सुख नाहीं' अर्थात् पराधीन व्यक्ति को सपने में भी सुख प्राप्त नहीं होता, जीवन की कसौटी पर खरी उतरती है। पराधीनता नरक के समान है। पराधीन के लिए दुख-सुख में कोई अंतर नहीं होता। वह पशु समान जीने के लिए बाध्य हो जाता है। लोकमान्य तिलक ने कहा था—'स्वतंत्रता हमारा जन्मसिद्ध अधिकार है।' मनुष्य ही क्या प्रत्येक प्राणी स्वतंत्र रहना चाहता है। जंज़ीरों से बँधा-पशु और पिंजड़े में बंद पक्षी स्वतंत्र होने के लिए सदैव छटपटाते रहते हैं। इतिहास साक्षी है कि जब-जब किसी शक्तिशाली राष्ट्र ने अन्य राष्ट्रों को गुलाम बनाया तो वहाँ की जनता स्वतंत्रता के लिए छटपटा उठी और अपने प्राणों का मूल्य चुकाकर भी इसे प्राप्त किया और इसे लेकर रही। स्वतंत्रता का अर्थ अपनी शक्तियों का उपयोग आत्मोन्नति एवं मानव-कल्याण के लिए करने में पूर्ण रूप से स्वतंत्र होना है न कि मनमाने ढंग से निर्बल को कष्ट पहुँचाना एवं गलत ढंग से स्वार्थ पूर्ति हेतु धन आदि इकट्ठा करना है। पराधीनता मनुष्य के लिए अभिशाप है। इसमें मनुष्य का सर्वांगीण विकास संभव नहीं है, इसमें विचारों की स्वतंत्रता नहीं होती, आत्मोन्नति की ललक नहीं होती, अपनी इच्छाओं का कोई महत्त्व नहीं होता, व्यक्ति आलसी हो जाता है, जिससे प्रगति के सारे मार्ग बंद हो जाते हैं। उसकी मानसिक सोच कुंठित हो जाती है। उसकी खुशी दुख में बदल जाती है। वास्तव में ईश्वर ने सभी को स्वतंत्र उत्पन्न किया है। वह स्वतंत्र ही जीना चाहता है।

31. नर हो न निराश करो मन को

संकेत-बिंदु : • निराश न होने की प्रेरणा • हिम्मत और शक्ति आवश्यक • निराशा से जूझना • कर्म करके निराशा समाप्त करना।

'नर हो न निराश करो मन को, कुछ काम करो कुछ काम करो।' ज़िंदगी में उतार-चढ़ाव आते रहते हैं। सुख-दुख का क्रम चलता ही रहता है। सफलता और असफलता आती-जाती रहती है, पर किसी एक घटना को याद कर निराश नहीं होना चाहिए। हमेशा अपने काम पर ध्यान देना चाहिए। संघर्ष मानव-जीवन का अभिन्न अंग है। इसके बिना जीवन के अस्तित्व को बचाना कठिन है। भगवद्गीता में भगवान कृष्ण ने भी कहा है—"कर्म के बिना किसी भी वस्तु का अस्तित्व नहीं है। स्वयं मैं भी इससे वंचित नहीं हूँ।" सफलता और असफलता जीवन के आवश्यक अंग हैं। असफलताओं को जीवन का अंग मानकर अपने कार्य में जो लगा रहता है, सफलता उसे ही प्राप्त होती है। निराश होकर बैठ जानेवाले कभी सफल नहीं हो पाते। निराशा तो एक ऐसी बीमारी है जो कैंसर और एड्स से भी खतरनाक है। जो व्यक्ति एक बार इसका शिकार हुआ, उसका इलाज कोई नहीं कर सका। 'कर्मण्यवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचने' इस सूक्ति को ध्यान में रखकर मनुष्य को हमेशा कर्म करते रहना चाहिए। मनुष्य का अधिकार केवल कर्म करना है, फल की इच्छा करना नहीं। मनुष्य को हमेशा आशावादी होना चाहिए और अपने मन को कभी भी निराश नहीं होने देना चाहिए।

32. दादा बड़ा न भैया, सबसे बड़ा रुपया

संकेत-बिंदु: • प्रस्तावना • लोगों की मानसिकता • धनी का रुतबा • धन का प्रभाव।

मनुष्य जीवन में भावना का बड़ा ही उच्च स्थान और महत्त्व है। भावना ने ही एक मनुष्य को दूसरे मनुष्य के साथ जोड़ रखा है। वह भावना ही है, जिसके रहते घर-परिवार और समाज में कोई हमारा दादा है, कोई माता-पिता और बहन-भाई आदि। इस प्रकार के भावों, भावनात्मक संबंधों और रिश्ते-नातों पर ही यह जीवन-समाज टिका हुआ है। जिस दिन वास्तव में इस भावना का मनुष्य के मन-जीवन से लोप हो जाएगा, उस दिन सारे रिश्ते-नाते अपने-आप समाप्त हो जाएँगे। आज भावना के स्थान पर रुपये-पैसे को अधिक मान और महत्त्व मिलने लगा है। दूसरे शब्दों मे मात्र हमारे जीवन और समाज से मानवतावादी आदर्शों और मूल्यों का महत्त्व निरंतर गिरता जा रहा है। आज मन और आत्मा का कोई स्थान और महत्त्व नहीं रह गया। पास में अगर पैसा है तो आदमी कुछ भी कर सकता है। वह दूसरों के मन और आत्मा को भी खरीद सकता है। आज भावनाओं से संबंध रखनेवाली संस्कृति का मान नहीं रह गया। आज उपभोक्तावादी-संस्कृति का महत्त्व बढ़ गया है। ईमानदारी और कर्तव्यपरायणता का कोई महत्त्व नहीं रह गया। यदि कोई व्यक्ति ईमानदार रहकर अपने कर्तव्य का पालन करना चाहता है तो उसकी कीमत लगाने की कोशिश की जाती है। कीमत लगाकर या लोभ-लालच देकर उसे भ्रष्ट कर दिया जाता है। भ्रष्टाचारी लोगों द्वारा कहते हुए सुना जाता है कि उसकी कीमत जानने की कोशिश करो या उसकी अधिक से अधिक कीमत लगाकर देखो, हर आदमी को खरीदा जा सकता है। आज जो चारों ओर भ्रष्टाचार व काला बाज़ारी का धंधा निरंतर पनप रहा है उसका वास्तविक कारण रुपया है। रुपया पाने के लिए पुरुष अपने व्यक्तित्व और स्वाभिमान को बेचता है तो नारी अपना तन बेचती हुई देखी जा सकती है। धन के लालच में आदमी माँ-बाप, भाई-बहन तक को धोखा देने को तैयार रहता है। धन के कारण ही चारों ओर हिंसा, चोरी,

लूटपाट, मारकाट, डकैती आदि का जोर है। धन मानवता के निरंतर पतन का कारण बनता जा रहा है। कभी जिस रुपये-पैसे को हाथों का मैल समझा जाता था, आज वह सबकी आँखों का अंजन और तारा बन गया है। स्पष्ट है कि भावना से बढ़कर रुपये-पैसे को महत्त्व देने के कारण आज मनुष्य जाति के सामने मानवता और मानव-संस्कृति की रक्षा का संकट भयानक रूप में उपस्थित है।

33. ऐसी वाणी बोलिए, सबका मन हर लेय

संकेत-बिंदु: ● प्रस्तावना ● भाषा एक अनमोल वरदान ● कठोर भाषा से हानियाँ ● उदाहरण

जीवन और जगत् को सुखी और शांत बनाने के लिए माधुर्य से अधिक लाभदायक वस्तु और क्या हो सकती है। श्रोता और वक्ता दोनों को आनंदविभोर कर देनेवाला यह मधुर भाषण समाज की पारस्परिक मान-मर्यादा, प्रेम-प्रतिष्ठा और श्रद्धा-विश्वास का आधार स्तंभ है। इनके अभाव में समाज कलह, ईर्ष्या-द्वेष और वैमनस्य का घर बन जाता है। मधुर बोलनेवाले मनुष्य का समाज में आदर होता है। मधुरभाषी के मुख से निकला हुआ एक-एक शब्द सुननेवालों का जी लुभाता है। ऐसा प्रतीत होता है मानो इसके मुख से फूल झड़ रहे हों। मीठे वचन बोलने से केवल सुननेवाले को ही आनंद नहीं आता बल्कि वक्ता की भी आत्मा आनंद अनुभव करती है। वक्ता को एक विशेष लाभ यह होता है कि उसके मन की अहंकारी, दंभपूर्ण और गौरवपूर्ण भावनाएँ अपने आप ही समाप्त हो जाती हैं। अहंकारी व्यक्ति मधुरभाषी नहीं हो सकता। मधुर वाणी से मनुष्य में नम्रता, शिष्टता, सहृदयता आदि गुणों का उदय होता है। जिनसे जीवन प्रकाशपूर्ण और शांत बन जाता है। क्रोध उसके पास नहीं आता है। इस प्रकार मधुर वाणी एक अनमोल वरदान है। बड़े-बड़े शास्त्रों का प्रहार वह काम नहीं कर सकता, जो मनुष्य की कटु वाणी कर देती है। शस्त्रों के घाव चिकित्सा से भर जाते हैं, पर वाणी के घावों की कोई चिकित्सा नहीं। कटु वाणी से मनुष्य दूसरों का हृदय तो दुखाता ही है, परंतु स्थान-स्थान पर अनादर का पात्र बन जाता है। कड़वा बोलनेवाले से कोई बात करना तक पसंद नहीं करता, उसके दुख-दर्द में किसी की सहानुभूति नहीं होती। जिस प्रकार खीरे की कड़वाहट को दूर करने के लिए उसका मुख काटकर नमक डालकर रगड़ा जाता है, तब कहीं जाकर उसकी कड़वाहट दूर होती है, उसी प्रकार कड़वे मुखवाला मनुष्य तभी मधुर-भाषी बन सकता है जबकि उसके मुख की पिटाई हो। जहाँ मधुर-भाषी विद्वान देवता की उपाधि देते हैं, वहाँ कटुभाषी को राक्षस की। जहाँ मधुर भाषा अमृत है, वहाँ कटु भाषा एक जहरीला बाण। इसलिए मधुर वाणी बोलना ही श्रेयस्कर है।

ऐसी वाणी बोलिए मन का आपा खोय।
औरन को सीतल करे, आपहूँ सीतल होय।।

स्वयं करें

दिए गए संकेत-बिंदुओं के आधार पर अनुच्छेद लिखें–

1. **मनोरंजन के आधुनिक साधन–**
   संकेत-बिंदु : ● मनोरंजन के साधन ● साधनों द्वारा स्फूर्ति ● व्यस्त जीवन और मनोरंजन ● विज्ञान के कारण क्रांतिकारी परिवर्तन ● मनोरंजन के साधन चुनने में सावधानी की आवश्यकता
2. **दैव-दैव आलसी पुकारा–**
   संकेत-बिंदु : ● आलसी ही दैव का सहारा लेता है ● भाग्यवादी निकम्मा होता है ● निराशा उदासीन और पराश्रित रहता है ● परिश्रम सौभाग्य का निर्माता
3. **करत-करत अभ्यास के जड़मति होत सुजान–**
   संकेत-बिंदु : ● जन्म से कोई मूर्ख व विद्वान नहीं ● अभ्यास से विद्वान, कलाकार व विविध क्षेत्रों में विशेष योग्यता–उदाहरण ● अभ्यास से कौशल प्राप्ति ● विद्यार्थियों, खिलाड़ियों आदि के लिए अभ्यास का विशेष महत्त्व
4. **जीवन में खेलकूद का महत्त्व–**
   संकेत-बिंदु : ● भूमिका ● खेलों के लाभ ● खेल विजयी बनाते हैं ● मनोरंजन ● उपसंहार
5. **परिश्रम सफलता की कुंजी है–**
   संकेत-बिंदु : ● प्रस्तावना ● परिश्रम का महत्त्व ● समयानुसार बुद्धि का सदुपयोग ● परिश्रम और बुद्धि का तालमेल ● उपसंहार।
6. **एकता में ही बल है–**
   संकेत-बिंदु : ● एकता का महत्त्व और आवश्यकता ● संगठन ही शक्ति है ● फूट विनाश का कारण, उससे हानियाँ ● संदेश।

7. भ्रष्टाचार–

संकेत-बिंदु : ● भ्रष्टाचार के स्थल ● राजनीति ● सार्वजनिक स्थल, शिक्षा, पुलिस विभाग ● भ्रष्टाचार के कारण ● भ्रष्टाचार को दूर करने के उपाय। ● व्यापार

8. स्वदेश-प्रेम–

संकेत-बिंदु : ● देश-प्रेम ● देश-प्रेम एवं स्वार्थ ● स्वदेश-प्रेम का वास्तविक अर्थ ● हमारा कर्तव्य।

9. शिक्षा में सदाचार–

संकेत-बिंदु : ● सदाचार क्यों ● कैसे ● लाभ

10. पुस्तकालय–

संकेत-बिंदु : ● अच्छे पुस्तकालय की पहचान ● लाभ ● अधिकाधिक उपयोग

11. श्रम का महत्त्व–

संकेत-बिंदु : ● श्रम और मानव जीवन ● लाभ ● सुझाव

12. युवाओं के लिए मतदान का अधिकार–

संकेत-बिंदु : ● मतदान का अधिकार क्या और क्यों ● जागरूकता आवश्यक ● सुझाव

13. शिक्षक-शिक्षार्थी संबंध–

संकेत-बिंदु : ● प्राचीन भारत में गुरु-शिष्य संबंध ● वर्तमान युग में आया अंतर ● हमारा कर्तव्य

14. वृक्षारोपण का महत्व–

संकेत-बिंदु : ● वृक्षारोपण का अर्थ ● वृक्षारोपण क्यों ● हमारा दायित्व

15. आधुनिक जीवन–

संकेत-बिंदु : ● आवश्यकताओं में वृद्धि ● अशांति ● क्या करें

16. मोबाइल फ़ोन–

संकेत-बिंदु : ● लोकप्रियता ● सूचना क्रांति ● लाभ-हानि

17. एक ठंडी सुबह–

संकेत-बिंदु : ● कब, कहाँ ● क्यों है याद ● क्या मिली सीख

18. जंगल की सुरक्षा–

संकेत-बिंदु : ● सुरक्षा से अभिप्राय ● सुरक्षा के लाभ ● हानि ● हमारी भूमिका

19. कैसे बदलेगी फुटपाथ की दुनिया–

संकेत-बिंदु : ● फुटपाथ क्या है ● फुटपाथ की समस्या ● हमारी भूमिका ● बदलाव

20. सार-सार को गहि रहे, थोथा देय उड़ाय–

संकेत-बिंदु : ● सूक्ति का अर्थ ● कथन का स्पष्टीकरण ● समाज के लोगों से संबंध ● वैचारिक अभिव्यक्ति