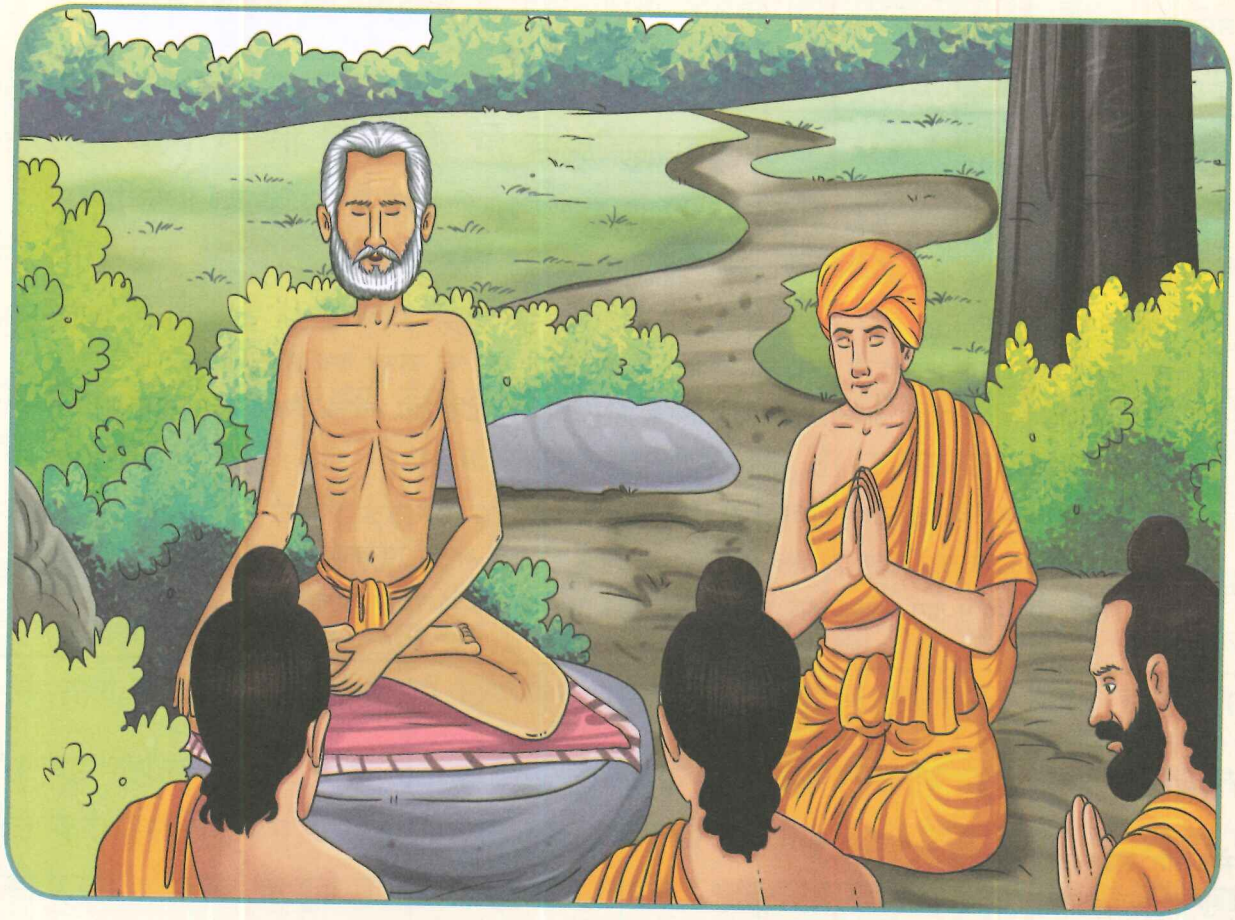
नैतिक शिक्षा

कक्षा 1

नैतिक शिक्षा

(कक्षा-1)



डी.ए.वी. प्रकाशन विभाग

डी.ए.वी. कॉलेज प्रबन्धकर्त्री समिति

चित्रगुप्त मार्ग, नई दिल्ली-110055

डी.ए.वी. गान

अविरल निर्मल सलिल सदय,
ज्ञान प्रदायिनी ज्योतिर्मय।
हो चहुँदिशि उद्घोष अभय,
डी.ए.वी. जय-जय।।

प्रबल प्रवाहमयी नित-नूतन,
जीवनदायिनी सदा सनातन।
वेद प्रणीता,
परम पुनीता,
ये धारा अक्षय।
डी.ए.वी. जय-जय।।
दयानंद से प्रेमभक्ति ले,
हंसराज से त्यागशक्ति ले,
धर्मभक्ति का, राष्ट्रशक्ति का
हो दिनमान उदय।
डी.ए.वी. जय-जय।।
सुख-समृद्धि इसकी लहरें,
प्रेम-शांति इसके तट ठहरे।
सघन शांतिमय,
प्रबल कांतिमय,
लिए अटल निश्चय।
डी.ए.वी. जय-जय।।

अनुक्रम

क्रम संख्या	शीर्षक	पृष्ठ संख्या
1.	प्रार्थना	1
2.	चार वचन	2
3.	वे तीन शब्द	5
4.	चीकू बंदर	10
5.	अनुभूति की ग़लती	17
6.	आओ प्रार्थना करें	25
7.	स्वामी विरजानंद	30
8.	ईश्वर मेरे साथ है	35
9.	प्यारी चिपरी	40
10.	यह भी तो है	48
11.	केतकी का आलस	55
12.	मदर टेरेसा	62
13.	नन्हीं किशोरी	69
•	आर्यसमाज के नियम	

1 प्रार्थना

हे प्रभु! तुझे दिए वचन, सदा निभाऊँ मैं।
सत्य, प्रेम, दया, उदारता, कभी भूल न पाऊँ मैं।।

हर ग़लती पर माफ़ी माँगूँ, कृपा पर तेरी धन्यवाद करुँ।
हर सुबह गुरुओं को प्रणाम कर, श्रीचरणों में तेरे शीश-झुकाऊँ मैं।।
हे प्रभु! तुझे दिए वचन, सदा निभाऊँ मैं।

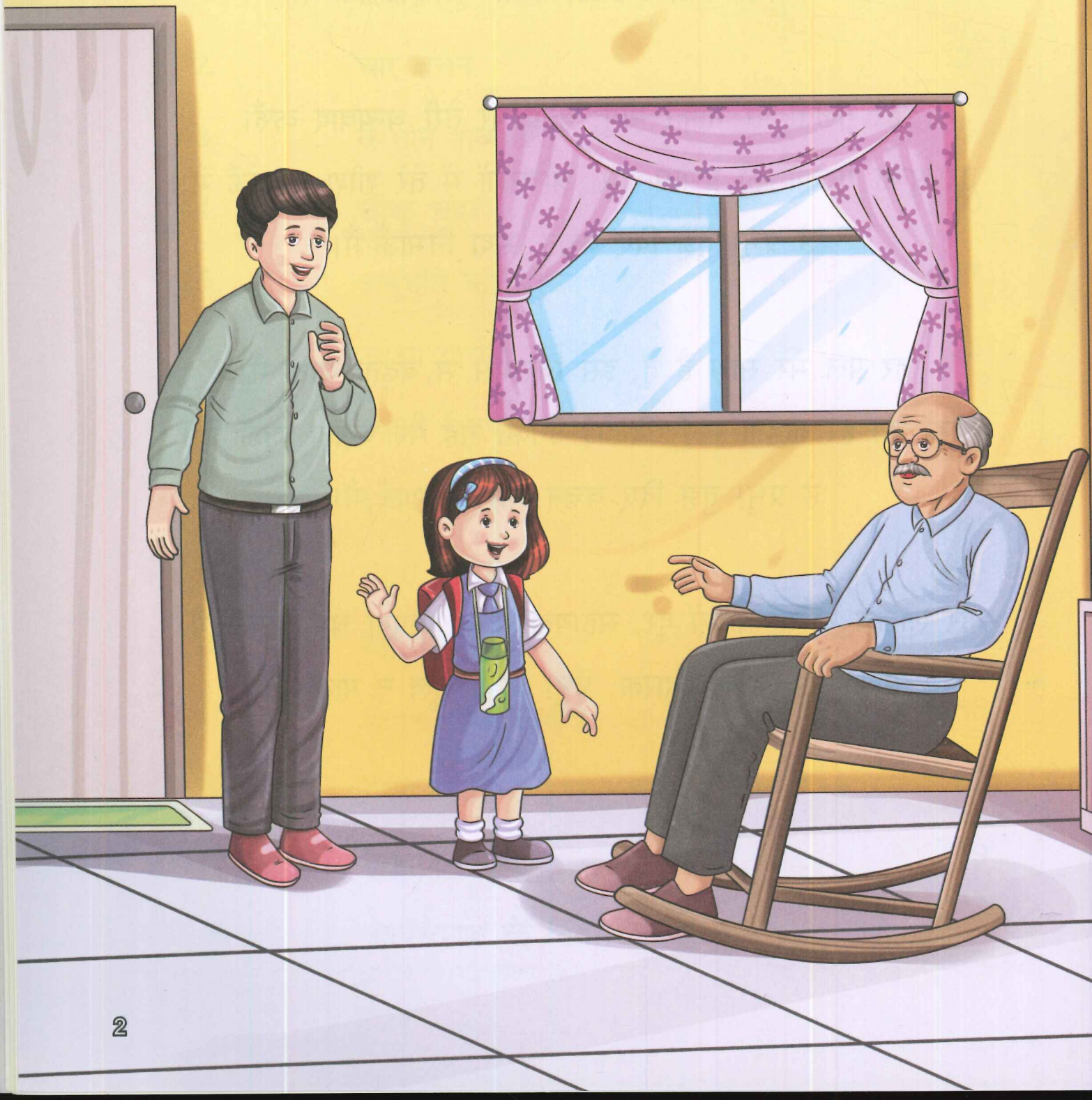
हर पल मेरे साथ है तू, इस विश्वास से बढ़ता जाऊँ मैं।
बड़ों का हर कहना मानूँ, दिखाई उनकी राह पर चलता जाऊँ मैं।।
हे प्रभु! तुझे दिए वचन, सदा निभाऊँ मैं।

हर लालच से रहूँ कोसों दूर, सहायता करना अपना धर्म बनाऊँ मैं।
सत्य, प्रेम, दया, उदारता, प्रभु! कभी भूल न पाऊँ मैं।।

2 चार वचन

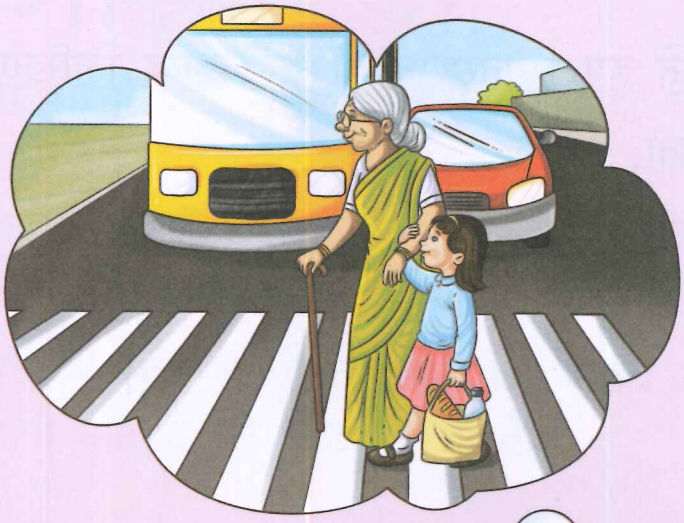
दादाजी – धरा, पाठशाला जा पर यह चार वचन सदा याद रखना।

धरा – दादाजी, चार वचन?

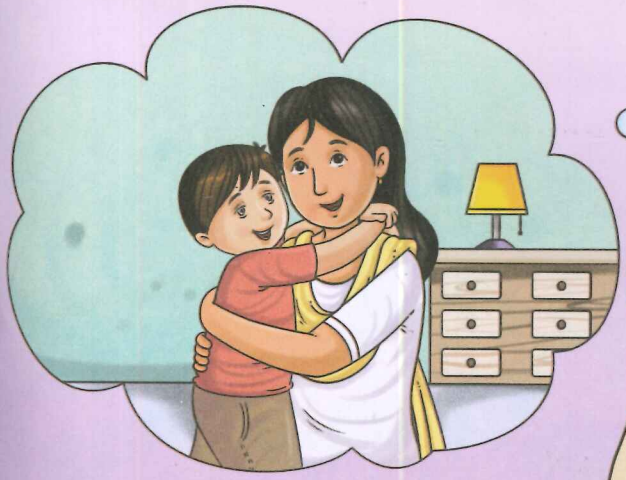


दादाजी – हाँ, चार वचन। सफलता का मंत्र।

सदा सहायता करना



सदा सच कहना



सदा प्यार करना

सदा उदार बनना

ज़रा सोचिए

प्रश्न 1: अध्यापक से बातचीत करके समझने का प्रयास कीजिए कि आप कैसे दूसरों की सहायता कर सकते हैं। (मौखिक)

प्रश्न 2: निम्नलिखित चित्रों को देखते हुए रिक्तस्थानों में सही शब्द लिखिए:

सहायता, उदार

(क)

धरा ..... कर।

(ख)

आशा ..... बन।

आओ इसे अपने जीवन में उतारें

हमेशा सच बोलें और सच बोलने की आदत डालें।

आओ खोजें

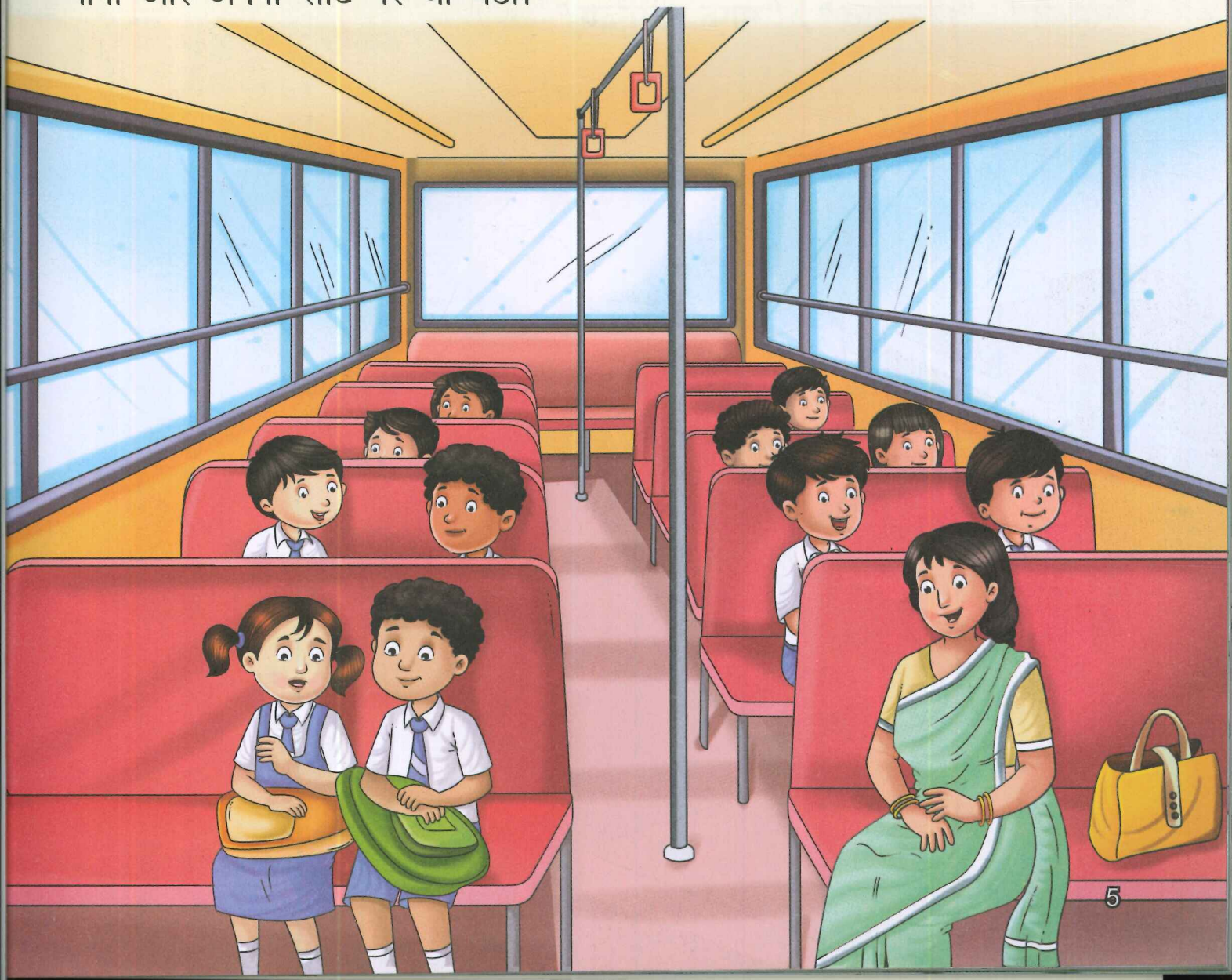
अपने माता-पिता से बातचीत करके जानिए कि आप किस तरह का व्यवहार करें जिससे सदा सबका प्यार पाएँ।

3 वे तीन शब्द

आओ मिलते हैं अमन से, अमन पाँच साल का है और आज पहली बार पाठशाला जा रहा है।

पाठशाला जाते समय उसने अपने माता-पिता और दादा-दादी को प्रणाम किया। जल्द ही पाठशाला की बस आ गई। आया काकी की सहायता से वह बस में चढ़ा। बस में चढ़ते ही उसने आया काकी को उनकी सहायता के लिए धन्यवाद दिया और उन्हें प्रणाम किया।

बस में सीट पर बैठते समय वह सपना से जा टकराया। उसने सपना से माफ़ी माँगी और अपनी सीट पर जा बैठा।

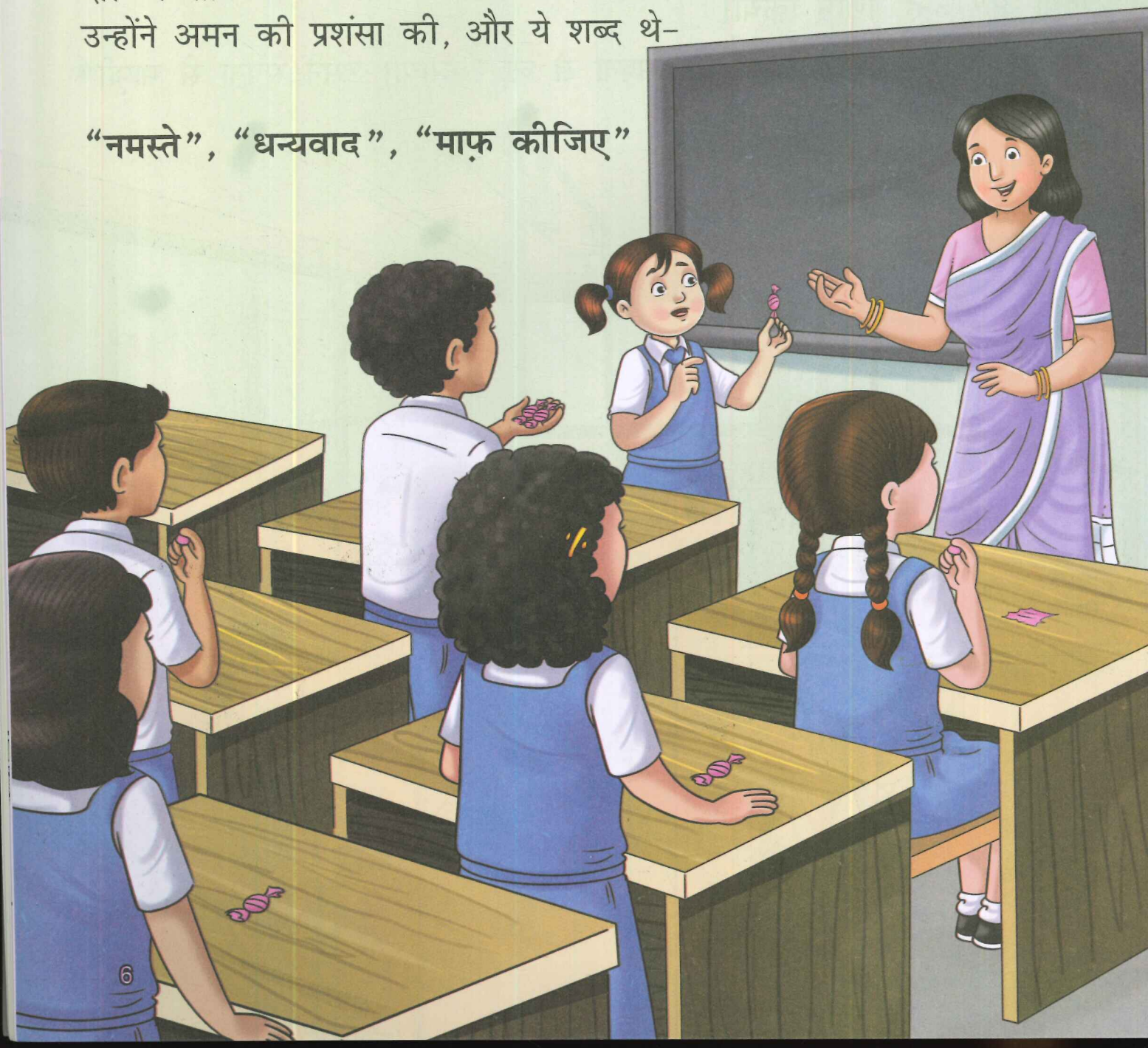


आया काकी ने बस से उतरने में उसकी सहायता की। उसने फिर से उन्हें धन्यवाद दिया। आया काकी उसे अध्यापिका के पास उसकी कक्षा में छोड़ आई।

अमन अध्यापिका को प्रणाम कर अपनी जगह पर जा बैठा। अध्यापिका ने सभी बच्चों को खाने के लिए टॉफ़ी दी। अमन ने अध्यापिका से टॉफ़ी लेकर उन्हें धन्यवाद दिया। अध्यापिका ने अमन को प्यार किया और उसे एक टॉफ़ी और देते हुए उसकी प्रशंसा की।

सपना ने अध्यापिका से जानना चाहा कि उन्होंने अमन को एक टॉफ़ी और क्यों दी। अध्यापिका ने बच्चों को उन तीन शब्दों के बारे में बताया, जिसके कारण उन्होंने अमन की प्रशंसा की, और ये शब्द थे-

"नमस्ते", "धन्यवाद", "माफ़ कीजिए"



उन्होंने सब बच्चों से कहा कि:

- वे जब भी किसी बड़े से मिलें तो उन्हें **नमस्कार** करें।
- जब भी किसी की सहायता लें तो **धन्यवाद** अवश्य कहें।
- ग़लती हो जाने पर **माफ़ी** माँगें।

ऐसा करने से उन्हें भी अमन की तरह सबकी प्रशंसा मिलेगी।
यह कहकर उन्होंने सब बच्चों को एक टॉफ़ी और दी।

तो देखा बच्चो, अगर अमन की तरह सबसे प्रशंसा पाना चाहते हो तो इन तीन शब्दों को हमेशा याद रखो।

ज़रा सोचिए

प्रश्न 1: नीचे दिए गए चित्रों को ध्यान से देखिए। चित्र को देखकर दिए गए रिक्तस्थान में सही शब्द लिखिए:

धन्यवाद, नमस्कार

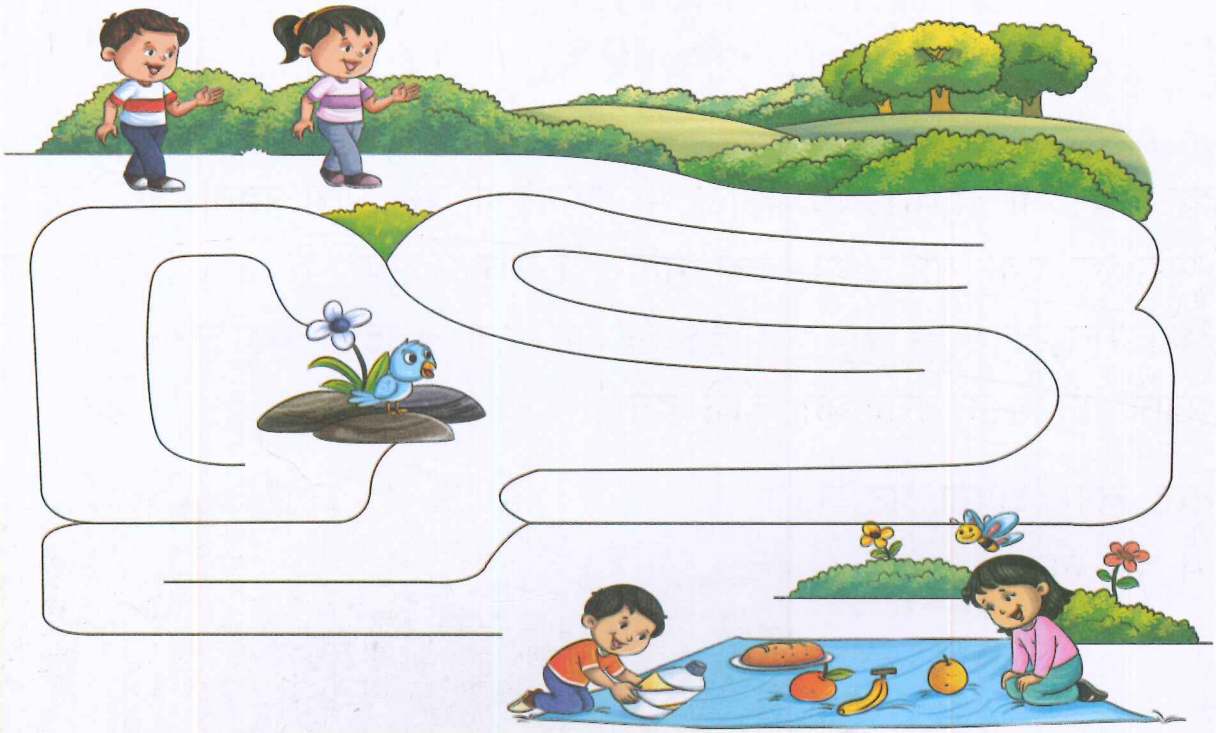
(क)

.....

(ख)

.....

प्रश्न 2: आकाश और आशा अपने दोस्तों से मिलने जाना चाहते हैं। उनकी रास्ता खोजने में सहायता कीजिए।



माफ़ी, नमस्कार

अगर आप उनकी सहायता नहीं कर पाए तो ..... माँग सकते हैं।

अपने दोस्तों से मिलते ही आकाश और आशा ने उन्हें ..... कहा।

आओ इसे अपने जीवन में उतारें

इन तीन शब्दों को प्रतिदिन उपयोग में लाने की आदत डालें।

नमस्कार, माफ़ कीजिए, धन्यवाद

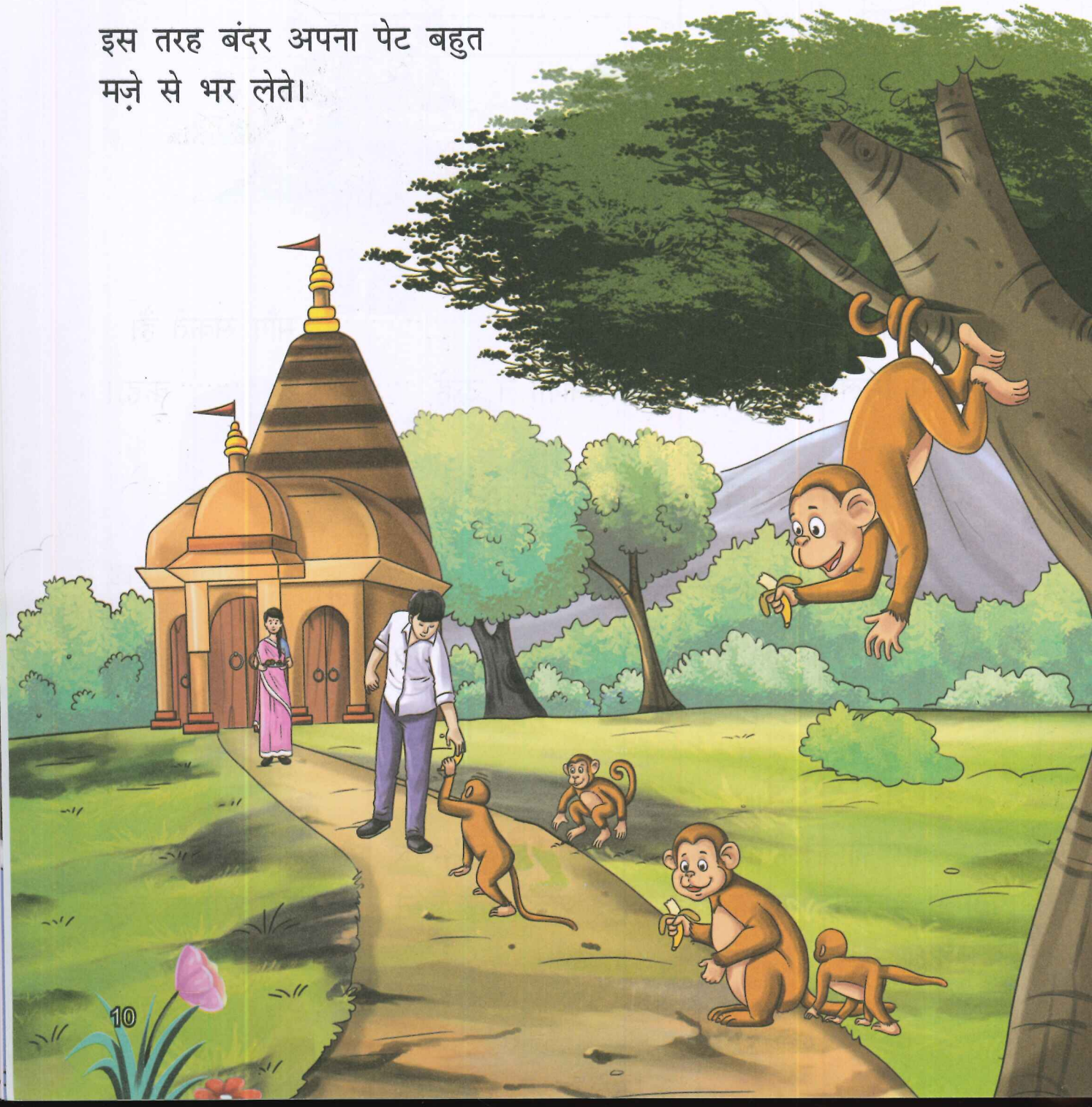
आओ खोजें

बच्चो! क्या आप जानते हैं कि ये तीन शब्द 'जादुई' शब्द भी कहलाते हैं। अपने माता-पिता से बातचीत करके इन्हें जादुई शब्द कहे जाने का कारण समझने का प्रयास कीजिए।

4 चीकू बंदर

एक बंदर था चीकू। वह जंगल में अपनी माँ के साथ रहता था। जंगल के पास ही एक मंदिर था। उस मंदिर में सुबह-सुबह बहुत लोग पूजा करने आते थे। सब बंदर हर सुबह मंदिर के पास जा बैठते । वहाँ आने वाले लोग उन्हें खाने को तरह-तरह की चीज़ें देते।

इस तरह बंदर अपना पेट बहुत मज़े से भर लेते।

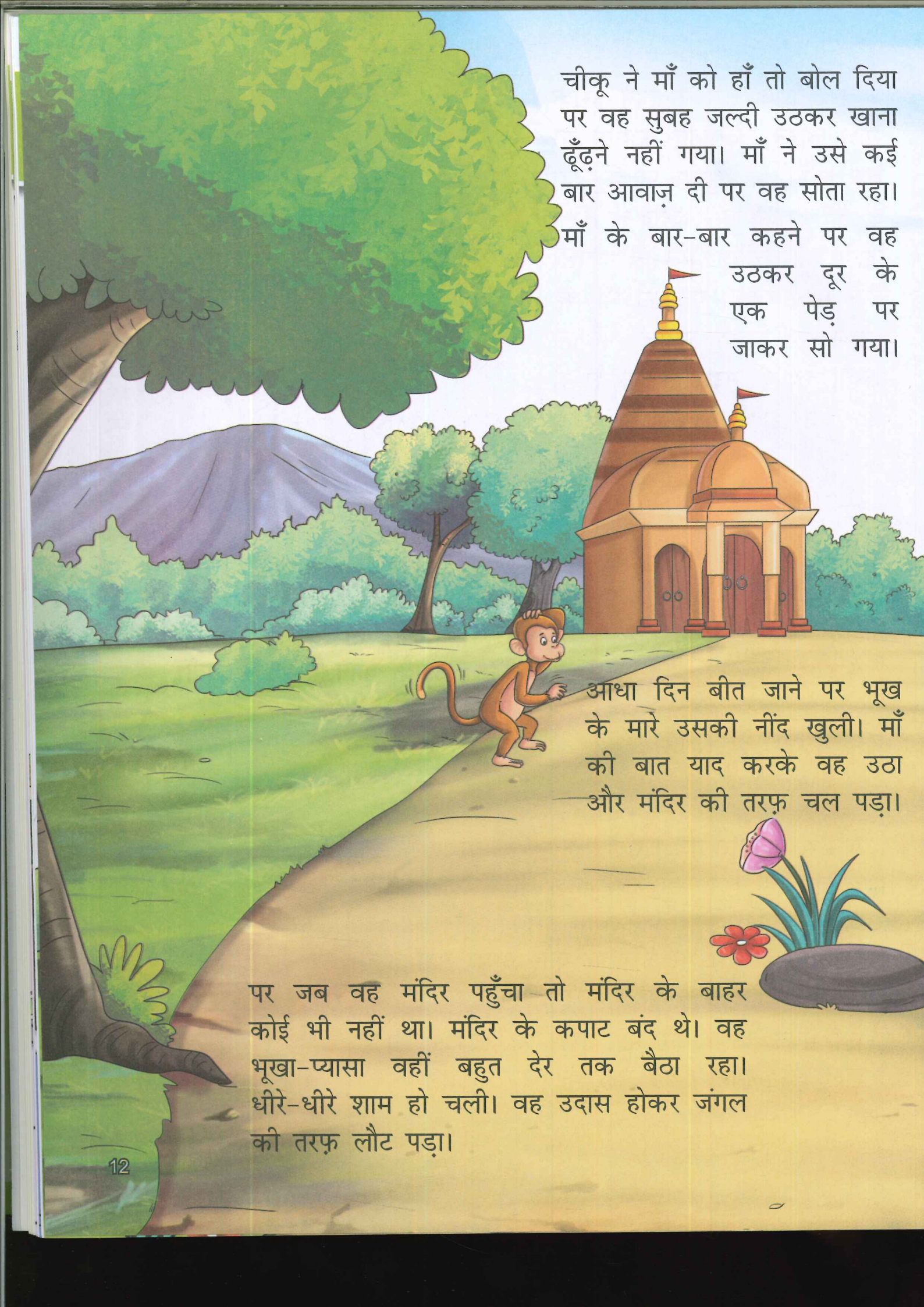


चीकू की माँ उसे प्रतिदिन उसके साथ चलने के लिए कहती। पर वह कभी भी सुबह जल्दी नहीं उठता। उसकी माँ अकेले ही चली जाती और चीकू मज़े से दोपहर तक सोता रहता। रात को भी वह उछल-कूद करके सबको परेशान करता क्योंकि उसे रात को देर से सोने की आदत थी।

उसको सोता देख कभी चिड़िया उसके सिर पर आकर चीं-चीं करती, तो कभी मधुमक्खियाँ उसके कान में भिनभिनातीं।

जब सूरज बहुत तेज़ चमकने लगता तो वह ऐसी जगह पर जा लेटता जहाँ धूप नहीं हो। जंगल के सारे जानवर, पशु-पक्षी और पेड़-पौधे सब आते-जाते उसको उठने और काम करने की सलाह देते। पर उस पर कोई असर नहीं होता। उसको देर तक सोते रहना बहुत अच्छा लगता था।

एक दिन चीकू की माँ बीमार हो गई। माँ ने चीकू को खाना ढूँढ़ने जाने के लिए कहा।



चीकू ने माँ को हाँ तो बोल दिया पर वह सुबह जल्दी उठकर खाना ढूँढ़ने नहीं गया। माँ ने उसे कई बार आवाज़ दी पर वह सोता रहा।

माँ के बार-बार कहने पर वह उठकर दूर के एक पेड़ पर जाकर सो गया।

आधा दिन बीत जाने पर भूख के मारे उसकी नींद खुली। माँ की बात याद करके वह उठा और मंदिर की तरफ़ चल पड़ा।

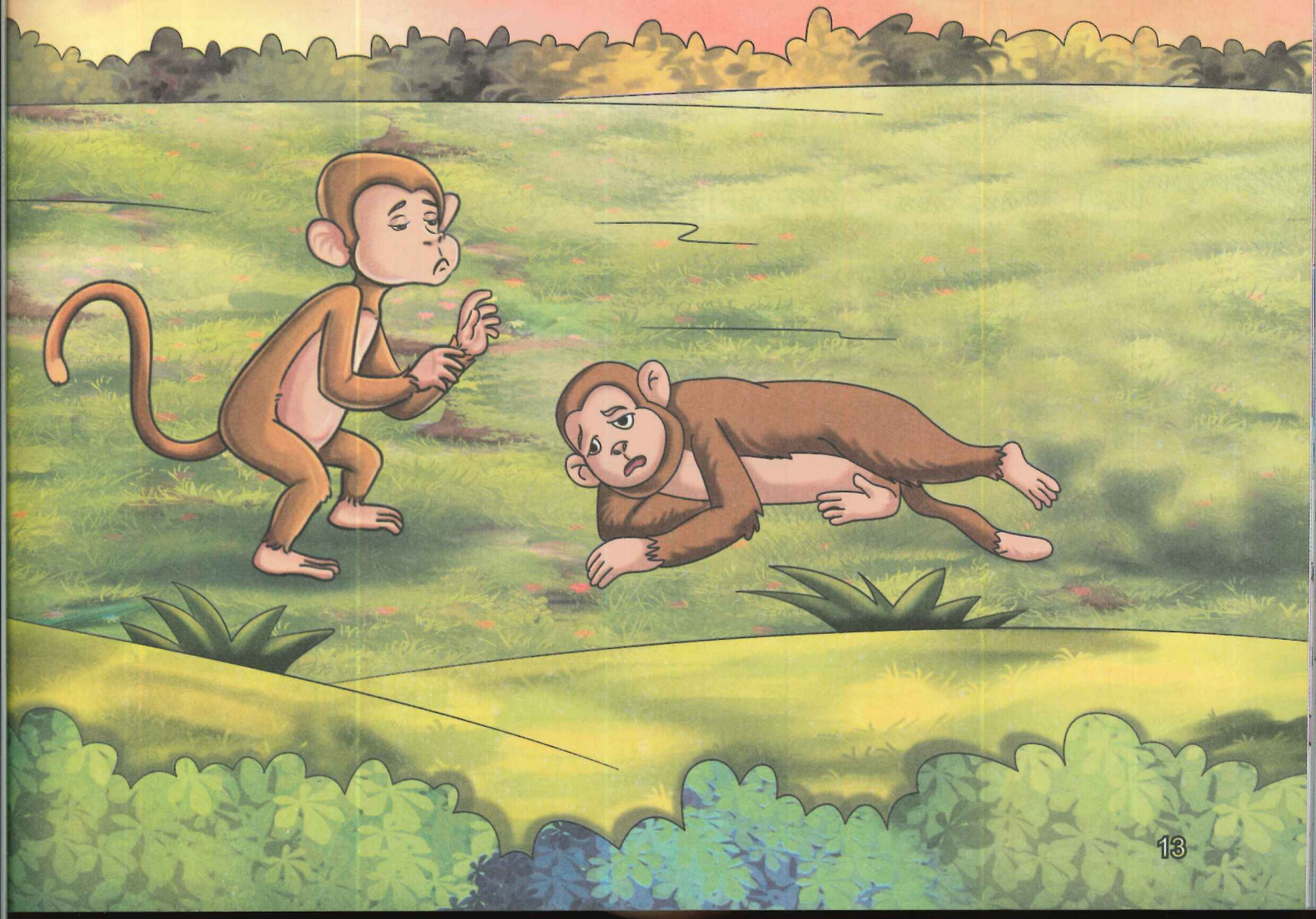
पर जब वह मंदिर पहुँचा तो मंदिर के बाहर कोई भी नहीं था। मंदिर के कपाट बंद थे। वह भूखा-प्यासा वहीं बहुत देर तक बैठा रहा। धीरे-धीरे शाम हो चली। वह उदास होकर जंगल की तरफ़ लौट पड़ा।

जब वह माँ के पास पहुँचा तो माँ ने खाने के बारे में पूछा। वह उदास होकर बोला- "माँ, मंदिर के बाहर तो कोई भी नहीं था। इसलिए खाने को कुछ नहीं मिला।" माँ हैरान होते हुए बोली- "पर बाकी के सब बंदर तो खाकर आए हैं।"

चीकू डरते हुए बोला- "माँ आपके बार-बार जगाने पर भी मैं दूसरे पेड़ पर जाकर सो गया था। इसलिए देर से पहुँचा। जब वहाँ पहुँचा तो वहाँ कोई भी नहीं था।"

माँ उदास होकर एक कोने में जा लेटी, फिर धीरे से बोली- "बेटा, आज तो भूखे ही सोना पड़ेगा। अगर मेरी तबीयत ठीक होती तो मैं ही खाने को कुछ ढूँढ़ लाती।" माँ की बात सुन चीकू बहुत दुखी हुआ। अगर वह दोपहर तक सोता नहीं रहता तो आज उन्हें भूखे नहीं सोना पड़ता।

उस दिन के बाद चीकू कभी देर तक नहीं सोया। अब वह सूर्य उदय के साथ उठने लगा था और सूर्य अस्त होते ही सो जाता था।



ज़रा सोचिए

प्रश्न 1: नीचे दिए गए प्रश्नों के उत्तर **हाँ** या **नहीं** में दीजिए:

(क) मैं प्रतिदिन सुबह सवेरे जल्दी सो कर उठता हूँ। (हाँ/नहीं)

(ख) मैं छुट्टी वाले दिन देर तक नहीं सोता रहता। (हाँ/नहीं)

(ग) मैं रात को टी.वी. देखने या मोबाइल पर खेल खेलते हुए देर तक नहीं जागता रहता। (हाँ/नहीं)

(घ) मैं प्रतिदिन एक नियमित समय पर सोता और जागता हूँ। (हाँ/नहीं)

(ङ) मेरे माता-पिता को मुझे सुबह उठाने के लिए बार-बार आवाज़ नहीं देनी पड़ती। (हाँ/नहीं)

प्रश्न 2: रिक्तस्थान भरिए:

हर कॉलम में से एक अक्षर काटने पर एक शब्द बनेगा जो रिक्तस्थान को पूरा करेगा। उदाहरण के लिए पहले प्रश्न का हल दिया गया है।

(क) सुबह जल्दी सोकर जागना अच्छी आदत है।

जा	×द	**ना**
ह×	**ग**	त×

कॉलम

(ख) प्रतिदिन नियमित .... पर सोकर उठना चाहिए।

स	ह	य
क	म	ग

(ग) रात को देर तक जागते रहने से सेहत .... होती है।

ख	ग	ब
स	रा	ह

आओ इसे अपने जीवन में उतारें

अगर आप सुबह नियमित रूप से एक तय समय पर सोकर उठ पाएँ तो नीचे दी गई तालिका में उस दिन के सामने दिए गए स्टार में रंग भरें। अगर किसी भी दिन, किसी भी कारण से तय समय पर उठ नहीं पाएँ तो उस दिन स्टार में रंग नहीं भरें।

लगातार एक महीने तक अगर आप प्रतिदिन अपने को स्टार दे पाएँ तो महीने के अंत में अपने को ताज पहनाएँ।

	सप्ताह 1	**सप्ताह 2**	**सप्ताह 3**	**सप्ताह 4**
सोमवार	☆	☆	☆	☆
मंगलवार	☆	☆	☆	☆
बुधवार	☆	☆	☆	☆
बृहस्पतिवार	☆	☆	☆	☆

शुक्रवार	☆	☆	☆	☆
शनिवार	☆	☆	☆	☆
रविवार	☆	☆	☆	☆

☆ सुबह सही समय पर उठने पर

पूरे महीने प्रतिदिन तय समय पर उठने पर

आओ खोजें

अपने अध्यापक से बातचीत करके सुबह-सवेरे जल्दी सोकर उठने से होने वाले लाभों के बारे में जानिए।