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 ठहरें।
सघन शांतिमय,
प्रबल कांतिमय,
लिए अटल निश्चय।
डी.ए.वी. जय-जय।।

अनुक्रम

क्रम संख्या	शीर्षक	पृष्ठ संख्या
1.	प्रार्थना	1
2.	सही या ग़लत	2–9
3.	मीशा और ब्रूनो	10–18
4.	लेटलतीफ़ पीहू	19–28
5.	हाँ, ये मैंने किया है	29–38
6.	ये हमारा काम है	39–47
7.	महात्मा हंसराज	48–54
8.	जब मैं अकेली रह गई	55–63
9.	छोड़ो और आगे बढ़ो	64–71
10.	सबका साथ, मस्ती की बात	72–77
11.	मेरी बेटी स्टेला	78–85
12.	मैंने चुन लिया	86–93
13.	ये वक़्त भी गुज़र जाएगा	94–99
❖	आर्यसमाज के नियम	100

1 प्रार्थना

सुखी बसे संसार सब, दुखिया रहे न कोय।
यह अभिलाषा हम सबकी, भगवन्! पूरी होय।।

विद्या, बुद्धि, तेज, बल सब के भीतर होय।
दूध-पूत धन धान्य से वंचित रहे न कोय।।

आपकी भक्ति-प्रेम से, मन होवे भरपूर।
राग-द्वेष से चित्त मेरा, कोसों भागे दूर।।

मिले भरोसा नाम का, हमें सदा जगदीश।
आशा तेरे धाम की, बनी रहे मम ईश।।

हमें बचाओ पाप से, करके दया दयाल।
अपना भक्त बनायकर, हमको करो निहाल।।

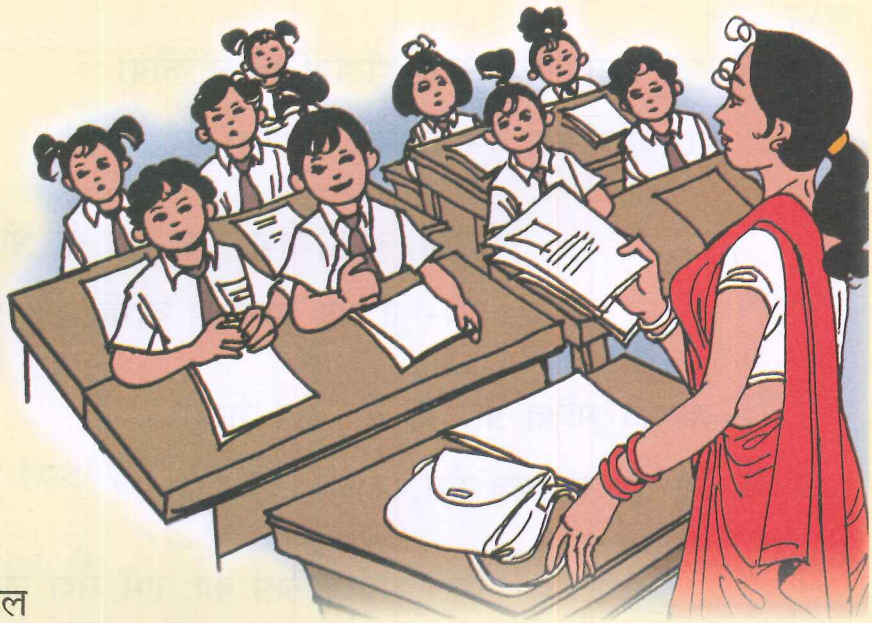
दिल में दया उदारता, मन में प्रेम अपार।
धैर्य हृदय में वीरता, सबको दो करतार।।

नारायण तुम आप हो, पाप-विमोचनहार।
क्षमा करो अपराध सब, करदो भव से पार।।

हाथ जोड़ विनती करूँ, सुनिए कृपानिधान।
साधु संगत सुख दीजिए, दया नम्रता दान।।

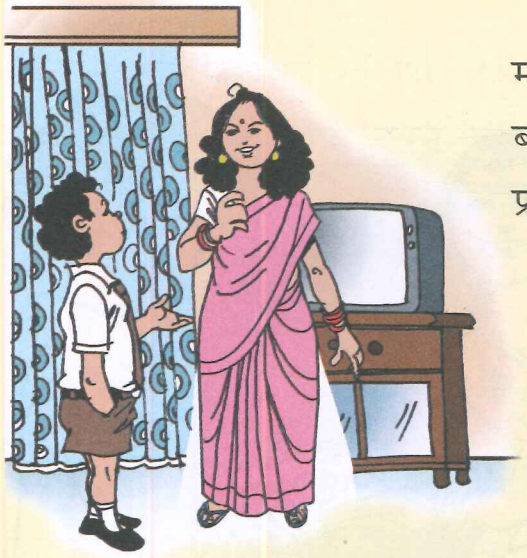
2 सही या ग़लत

रोहन के विद्यालय में सैनिकों के लिए सहायता-राशि एकत्र की जा रही थी। अध्यापिका ने रोहन की कक्षा में भी सभी बच्चों को शहीद सैनिकों के परिवारों की सहायता के लिए धनराशि एकत्र करने को कहा। उस दिन अध्यापिका ने सभी बच्चों को कुछ प्रश्न हल करने के लिए दिए।



सोफिया रोहन को बार-बार उन प्रश्नों के उत्तर बताने के लिए कहती रही। रोहन ने जब प्रश्नों के उत्तर नहीं दिखाए तो सोफिया उससे बहुत नाराज़ हो गई। रोहन जब घर पहुँचा तो वह बहुत उदास था। उसने घर पहुँचते ही माँ को बताया कि किस तरह सोफिया प्रश्नों के उत्तर नहीं दिखाए जाने के कारण उससे नाराज़ हो गई।

सही या ग़लत



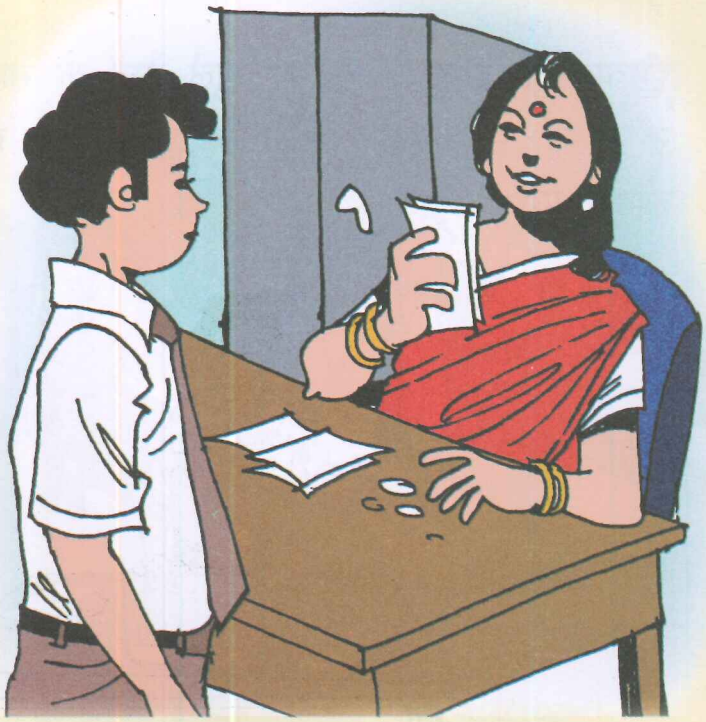
माँ ने उसे दिलासा देते हुए कहा कि वह परेशान न हो। बल्कि अगले दिन सोफिया को स्कूल जाकर समझाए कि प्रश्नों के उत्तर दिखाने से सोफिया का ही नुक़सान होता।

तभी दूधवाला माँ से महीने के पैसे लेने आया। उसे दूध के पैसे देकर माँ रसोईघर के काम में व्यस्त हो गईं।

दूधवाले के द्वारा लौटाए गए खुले पैसों के साथ माँ ने हाथ में लिए हुए बाकी पैसे भी मेज़ पर ही छोड़ दिए।

रोहन ने जैसे ही पैसे देखे, उसे ध्यान आया कि उसके विद्यालय में कल धनराशि जमा होनी है। उसने मेज़ से पैसे उठाकर बस्ते में रख लिए।

अगले दिन अध्यापिका ने सब बच्चों से पैसे एकत्र करने शुरू किए। रोहन ने जैसे ही 2000 रुपए का नोट अध्यापिका को दिया, वह हैरान रह गईं। उन्होंने रोहन से पूछा– "क्या ये उसके माता-पिता ने दिए हैं?" रोहन ने अध्यापिका को बताया कि कैसे यह नोट उसने मेज़ से उठाकर बस्ते में रख लिया था।



अध्यापिका ने रोहन से फिर पूछा– "क्या उसने इस बारे में माँ को बताया है?"

रोहन के मना करने पर अध्यापिका ने रोहन को 2000 रुपए का नोट वापस करते हुए अगले दिन दोबारा माँ से पूछकर पैसे लाने को कहा।

सही या ग़लत

रोहन ने घर पहुँचकर माँ को सारी बात बताते हुए पूछा– "माँ, इसमें ग़लत क्या है? आप ही तो हमेशा कहती हैं कि 'मेरा सब कुछ तुम्हारा ही तो है' और मैं तो सिर्फ़ सैनिकों की सहायता करना चाहता था।"

माँ ने सारी बात सुनकर उससे पूछा कि उसने कल सोफिया को प्रश्नों के उत्तर क्यों नहीं बताए थे? वो भी तो सिर्फ़ सहायता ही माँग रही थी।

रोहन तुरंत बोला– "माँ, इससे सोफिया की सहायता नहीं होती। यह ग़लत होता।"

यह सुनकर माँ बोलीं– "रोहन, सोफिया तुम्हारी बहुत अच्छी दोस्त है ना, क्या वह तुम्हारे बस्ते से तुमसे बिना पूछे किताब, कॉपी, पेंसिल निकाल लेती है?"

रोहन तुरंत बोला– "माँ, हममें से कोई भी बिना पूछे किसी का कुछ नहीं लेता और किसी का भी बस्ता नहीं खोलता।"

माँ ने उसे समझाते हुए कहा– "रोहन, मुझे गर्व है कि तुमने सैनिकों के परिवारों के बारे में सोचा परंतु जैसे तुम अपनी कक्षा में बिना पूछे अपने मित्र का कोई भी सामान नहीं लेते, वैसे ही अगर तुम मुझसे माँगकर या पूछकर पैसे ले जाते तो मैं बहुत खुश होती।"

"रोहन हमें हमेशा ध्यान रखना चाहिए कि सही-ग़लत में बहुत कम अंतर होता है। इसलिए सही-ग़लत का निर्णय ध्यानपूर्वक करना चाहिए।" रोहन ने अपनी ग़लती समझ ली और माँ से माफ़ी माँगी।

बच्चो!

इस कहानी से सीख लेते हुए आप भी हमेशा ध्यान रखिए कि सही-ग़लत में बहुत कम अंतर होता है। अतः कुछ भी करने या कहने से पहले सोचिए और सही-ग़लत का निर्णय बहुत ध्यानपूर्वक, सोच-समझकर, शांत मन से कीजिए।

ज़रा सोचिए

प्रश्न 1: निम्नलिखित परिस्थितियों को ध्यान से पढ़िए। हर परिस्थिति के नीचे कुछ प्रश्न और विकल्प दिए गए हैं। इन विकल्पों में से जो विकल्प आपको सही लगे उसे चुनिए-

(क) अध्यापिका ने कक्षा के सभी छात्रों को कुछ प्रश्नों के उत्तर लिखने के लिए कहा। मंगलम को उनके उत्तर नहीं पता। उसने पूर्णा की कॉपी लेकर सब प्रश्नों के उत्तर लिख दिए।

1. क्या मंगलम ने सही किया? (हाँ / नहीं)
2. क्या पूर्णा को अपनी कॉपी मंगलम को देनी चाहिए थी? (हाँ / नहीं)
3. क्या मंगलम को पूर्णा से प्रश्नों के उत्तर निकालने का तरीका समझना / सीखना चाहिए था? (हाँ / नहीं)

4. क्या मंगलम को अध्यापिका से कुछ कहना चाहिए? यदि हाँ तो क्या?

.....

(ख) माणिक को विद्यालय जाते समय, सड़क पर एक पचास रुपए का नोट मिला। वह इस नोट को लेकर कैंटीन में गया और उसने आइसक्रीम खाने की सोची।

1. क्या माणिक को इन पैसों से आइसक्रीम खरीदकर खानी चाहिए? (हाँ / नहीं)

2. माणिक ने यह नोट चुराया नहीं है बल्कि उसे तो यह ज़मीन पर गिरा हुआ मिला है। ऐसे में क्या ये पैसे उसके हुए? (हाँ / नहीं)

3. क्या उसे इन पैसों के बारे में अध्यापिका को कुछ बताना चाहिए? यदि हाँ तो क्या? .....

प्रश्न 2: निम्नलिखित वाक्यों को ध्यान से पढ़िए और वाक्य के आगे दिए गए रिक्तस्थान पर सही या ग़लत लिखिए और कारण भी बताइए।

(क) अध्यापिका ने सब बच्चों को पंक्ति बनाकर कक्षा में जाने के लिए कहा। आपका मित्र कक्षा में न जाकर, चुपचाप खेल के मैदान की तरफ़ चला गया क्योंकि वह खेल-कूद के अध्यापक से मिलकर अपना नाम प्रतियोगिता के लिए लिखवाना चाहता था। आपके विचार में यह सही है या ग़लत?.....

कारण-_____

(ख) अध्यापिका ने सब बच्चों को गणित के कुछ प्रश्न हल करने के लिए दिए। कृति ने प्रश्न हल करने के बाद अपना खाने का डिब्बा निकालकर उसमें रखे अंगूर खाने शुरू कर दिए। वह घर से नाश्ता करके नहीं आई थी और उसे बहुत भूख लग रही थी। क्या उसका ऐसा करना उचित है?.....

कारण- _____

(ग) रजत के पिताजी घर में सबके लिए रसमलाई लेकर आए। माँ ने रसमलाई फ़्रिज में रखते हुए रात में सबके साथ खाने की बात कही। रजत को रसमलाई बहुत पसंद है। इसलिए वह फ़्रिज से रसमलाई निकालकर सारी रसमलाई खा गया। क्या रजत ने सही किया?.....

कारण- _____

(घ) अध्यापिका ने कॉपियाँ जाँचकर सब बच्चों को वापस कर दीं। मनन ने दो प्रश्नों के उत्तर ग़लत दिए थे। उसने ग़लत उत्तर मिटाकर चिंतन की कॉपी से देखकर, सही उत्तर अपनी कॉपी में लिख लिए और अध्यापिका की ग़लती बताते हुए उनके अंक देने के लिए कहा। चिंतन ने भी अध्यापिका को बताया कि उसकी कॉपी में अध्यापिका ने इन्हीं उत्तरों के अंक दिए हैं। क्या चिंतन ने मनन का साथ देकर सही किया?.....

कारण- _____

प्रश्न 3: बच्चों सही-ग़लत में बहुत कम अंतर होता है। इसलिए सही-ग़लत का निर्णय ध्यानपूर्वक करना चाहिए।

क्या आपने कभी कोई ऐसा काम किया है जो आपके विचार से सही था परंतु आपके माता-पिता या अध्यापकों के विचार में वह ग़लत था? यदि हाँ, तो उस कार्य का वर्णन अपने शब्दों में कीजिए तथा यह भी लिखिए कि क्या परिवर्तित कर उस ग़लत कार्य को सही बनाया जा सकता था?

.....

.....

आओ इसे अपने जीवन में उतारें

बच्चो! सही और ग़लत में बहुत थोड़ा अंतर होता है। कभी-कभी जो आपको सही लगता है, हो सकता है, वह दूसरों के अनुसार ग़लत हो।

हमें इस बात का विशेष ध्यान रखना चाहिए कि हम अपनी तरफ़ से जो भी करें वो 'सही' हो। आज से प्रण कीजिए कि आप हमेशा वही कार्य करेंगे जो आपके विचार से बिल्कुल सही होगा। यह तभी संभव है–

- जब आप हर कार्य को अच्छी तरह से, सही या ग़लत का विचार करके करें।
- अगर अपने आप निर्णय लेना कठिन हो तो अपने से बड़ों की सहायता लें।
- हमेशा याद रखें कि जो कार्य नियम के अनुसार किए जाते हैं, वे अधिकतर सही होते हैं।
- इसलिए हमेशा नियमों का पालन करें ताकि आप सही और ग़लत के बीच सही को चुन सकें।
- ऐसे मित्रों से दोस्ती नहीं रखें जो ग़लत कार्य करते हों या आपको ग़लत कार्य करने के लिए कहते हों।

आओ खोजें

अपने माता-पिता से बातचीत करके जानने का प्रयास कीजिए कि क्या उन्होंने कभी कोई ऐसा कार्य किया था जो उनके विचार से सही था परंतु उनके बड़ों, जैसे कि माता-पिता या अध्यापक के विचार से वह ग़लत था। यदि हाँ, तो क्या ऐसे में उन्हें अपने से बड़ों की नाराज़गी या दंड सहना पड़ा?

3 मीशा और ब्रूनो

मैं ब्रूनो, कुछ साल पहले मीशा के घर आया था। मीशा के पिता मुझे घर लेकर आए थे। तब से मैं वहीं रह रहा था। मैं मीशा के साथ ही बड़ा हुआ। मुझे मीशा और माँ-बाबा का ख़ूब प्यार मिला। धीरे-धीरे मैं घर का एक सदस्य बन गया।

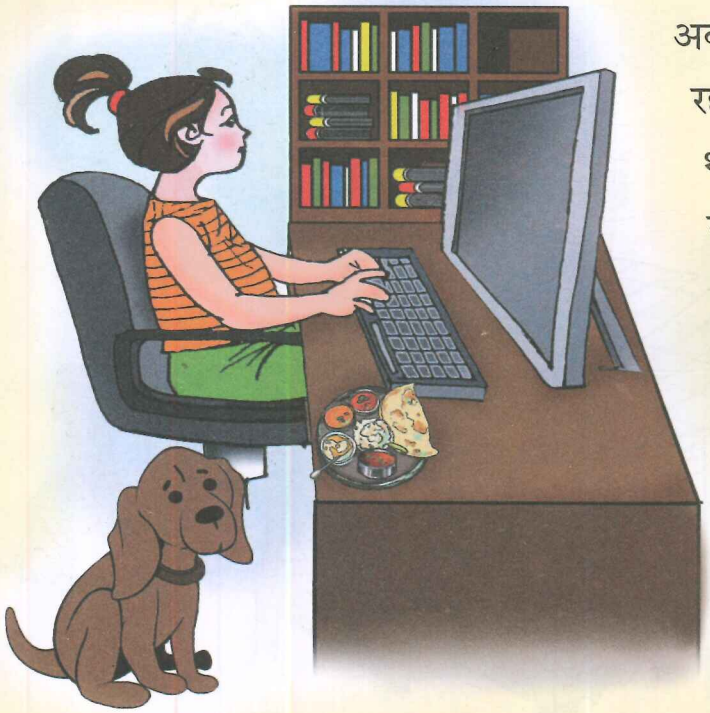
मीशा जब छोटी थी, मुझे बहुत प्यार करती थी। हम दोनों ख़ूब खेलते। वह मुझे नहलाती, मेरे कान खींचती। हम दोनों ख़ूब भागते। मीशा मेरे बिना कुछ देर भी नहीं रह पाती। कई बार तो वह मेरे ऊपर ही बैठ जाती, जैसे मैं उसका घोड़ा हूँ।

मीशा और ब्रूनो

जब वो खाना खाती, मैं उसके पास जा बैठता। माँ, मीशा के साथ मुझे भी प्यार से रोटी खिलातीं। मीशा मेरे बिना कभी भी खाना नहीं खाती और मैं उसके बिना नहीं खाता था। अगर किसी दिन मीशा घर पर नहीं रहती तो मैं दरवाज़े पर बैठकर उसके आने का इंतज़ार करता रहता और उसके आने के बाद ही कुछ खाता-पीता। ऐसी थी, हमारी पक्कम-पक्की दोस्ती।

फिर एक दिन पिताजी मीशा के लिए कम्प्यूटर ले आए। पता नहीं, इस कम्प्यूटर में क्या था कि मीशा मुझे बिल्कुल भूल गई। उसे अब न तो मेरे साथ खेलना पसंद रहा और न ही मेरे साथ समय बिताना। मैं बिल्कुल अकेला हो गया।

मीशा और ब्रूनो



अब तो वह हर समय कम्प्यूटर पर ही खेलती रहती। जो मीशा कभी मेरे बिना खाना नहीं खाती थी, वह अब कम्प्यूटर पर काम करते हुए ही खाना खाती। आज भी वो जब खाना खाने बैठती, मैं उसके पास जा बैठता। यह सोचकर कि शायद वो पहले की तरह ही मुझे भी रोटी देगी। खाना देना तो दूर, मीशा को तो पता भी नहीं चलता कि मैं वहाँ बैठा हूँ।

एक दिन मीशा कम्प्यूटर पर कोई गेम खेल रही थी। मैं मीशा के साथ खेलना चाहता था इसलिए मीशा के पास अपनी गेंद लेकर पहुँचा। मैंने मीशा की तरफ़ गेंद फ़ैंकी पर उसने नहीं देखा।

मैंने मीशा की फ़्रॉक पकड़कर उसे बुलाना चाहा। मीशा गुस्सा होकर मुझ पर चिल्लाई तो मैं डरकर एक कोने में जा बैठा।

मीशा और ब्रूनो

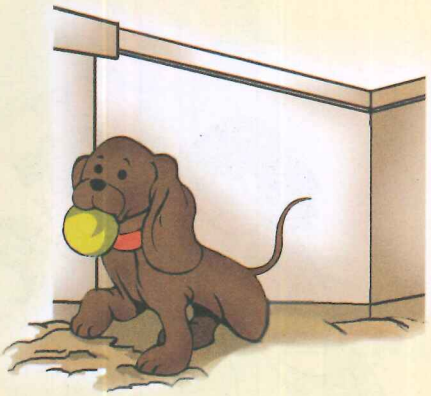
मैं सोचने लगा कि मीशा को यह क्या हो गया है? क्या वह मुझे अब पसंद नहीं करती? यही सोचते हुए मैं मीशा के पास जा खड़ा हुआ और ज़ोर-ज़ोर से भौंकने लगा। मीशा गुस्सा होकर मुझे मारने दौड़ी। मैं फिर से चुपचाप एक कोने में जा बैठा।

अब मैंने मन बना लिया कि मैं इस घर में नहीं रहूँगा। घर का दरवाज़ा खुला था और माँ-बाबा भी घर में नहीं थे। बस फिर क्या था, मैं घर से बाहर चला आया।

अब मैं उस घर में कभी नहीं जाऊँगा, यह सोचकर मैं एक झाड़ी के पीछे जा बैठा। थोड़ी देर बाद मुझे माँ-बाबा की आवाज़ सुनाई दी। वो मुझे ढूँढ़ते हुए पुकार रहे थे। मैं उनकी पुकार सुनकर झाड़ी से बाहर निकल आया।

मुझे देखते ही मीशा मेरे गले आ लगी और माँ मुझे घर ले आईं। माँ ने मुझे प्यार करते हुए पूछा कि मैं कहाँ चला गया था?

इससे पहले कि मैं कुछ बता पाता, मीशा कम्प्यूटर पर गेम खेलने लगी। मैं गुस्से में ज़ोर से भौंकने लगा। माँ समझ गईं और मुझे मीशा की गोदी में बिठाते हुए बोलीं कि अब मीशा प्रतिदिन सिर्फ़ एक ही घंटे कम्प्यूटर पर गेम खेलेगी।



बस फिर क्या था, मेरी खुशी का ठिकाना नहीं था। मैं भाग कर अपनी गेंद ले आया।

आखिर मुझे मेरा परिवार जो वापस मिल गया था।

मीशा और ब्रूनो

बच्चो!

आप भी कहीं पूरा दिन कम्प्यूटर के आगे ही तो नहीं बिताते। अगर ऐसा है तो आज ही अपनी आदत बदल डालिए। मेरे जैसा कोई दोस्त आपका इंतज़ार कर रहा है।

ज़रा सोचिए

प्रश्न 1: (क) मोबाइल या कम्प्यूटर पर खेले जाने वाले किन्हीं तीन खेलों के नाम लिखिए, जिन्हें खेलना आपको बहुत पसंद है।

....

(ख) किन्हीं तीन ऐसे खेलों के नाम लिखिए जो आप अपने मित्रों के साथ प्रतिदिन शाम को घर के बाहर पार्क या गली-मोहल्ले में खेलते हैं।

....

(ग) नीचे दी गई सूची में से उन कार्यों को चुनिए जिन्हें आप प्रतिदिन करना पसंद करते हैं। इन कार्यों को आप प्रतिदिन कितना समय देते हैं, यह भी सोचकर दिए गए रिक्तस्थानों में लिखिए।

	समय
1. किताब पढ़ना	☐ .....
2. कहानी सुनना	☐ .....

3. टी.वी. देखना ☐ .....

4. संगीत (गाने) सुनना ☐ .....

5. घर के बाहर दोस्तों के साथ खेलना ☐ .....

6. साइकिल चलाना ☐ .....

7. तैरना ☐ .....

8. घूमने जाना ☐ .....

9. मोबाइल या कम्प्यूटर पर खेलना ☐ .....

10. अपने माता-पिता, भाई-बहन या दादा-दादी के साथ समय बिताना ☐ .....

क्या आप अपना अधिकतम समय मोबाइल, कम्प्यूटर अथवा टी.वी. देखने में बिताते हैं?
(हाँ / नहीं)

यदि हाँ, तो सुनिश्चित कीजिए कि जितना समय आप मोबाइल, कम्प्यूटर या टी.वी. देखने में बिताएँ, उतना ही समय अपने अन्य पसंद के कार्यों को भी दें।

[उदाहरण : मंदार को उसकी माँ प्रतिदिन एक घंटा खेलने के लिए देती हैं। वह आधा घंटा मोबाइल पर गेम खेलता है और आधा घंटा साइकिल चलाता है। आप भी मंदार की तरह समय का उपयोग कर सकते हैं।]

प्रश्न 2: अपने माता-पिता से बातचीत करके जानने का प्रयास कीजिए कि वे अपने बचपन में कौन-कौन से खेल खेलते थे। दिए गए रिक्तस्थानों में उनके द्वारा बताएँ गए खेलों के नाम लिखिए। इन खेलों को कैसे खेला जा सकता है? यह भी सीखने और अपने मित्रों के साथ खेलने का प्रयास कीजिए।

.....

प्रश्न 3: नीचे दिए गए चित्रों को ध्यानपूर्वक देखिए। जो चित्र आपके घर को सबसे ज़्यादा उचित रूप से दर्शाता हो उस पर सही (✓) का निशान लगाइए।

(क) ☐

(ख) ☐

(ग) ☐

(घ) ☐

आओ इसे अपने जीवन में उतारें

बच्चो! अपने माता-पिता तथा घर के अन्य सदस्यों के साथ मिलकर घर के लिए मोबाइल-कम्प्यूटर नियम बनाइए। नियम बनाते समय नीचे लिखी बातों का ध्यान रखें:

- ☞ नियम आसान हों।
- ☞ घर का हर व्यक्ति खासतौर पर बच्चे मोबाइल-कम्प्यूटर पर कितना समय बिताएँ, यह ज़रूर सुनिश्चित किया जाए।
- ☞ खाने की मेज़ पर मोबाइल-कम्प्यूटर का इस्तेमाल न हो, आदि।

इन नियमों का कड़ाई से पालन करें।

आओ खोजें

अपने माता-पिता की सहायता से इंटरनेट पर खोजिए या किसी डॉक्टर से मिलकर जानने व समझने का प्रयास कीजिए कि कम्प्यूटर या मोबाइल पर बहुत ज़्यादा समय बिताने से आपकी सेहत पर क्या असर पड़ सकता है? इस प्राप्त की गई जानकारी पर एक पोस्टर तैयार करके अपनी कक्षा में दिखाइए।