Girls' High School&College ,Prayagraj

Worksheet No. – 03

Session – 2020-2021

Class – 7th A,B,C,D,E,F

Subject – Hindi Literature

निर्देश – अभिभावकों से निवेदन है कि दिए गए गद्यांश को ध्यानपूर्वक पढ़कर कठिन शब्दों को समझने और दिए गए प्रश्नों का उत्तर लिखने में छात्राओं की सहायता करें |

पाठ - समय-नियोजन

हम अकसर शिकायत किया करते हैं - समय के अभाव की, समय न मिलने की । पत्र का उत्तर न दे सका - समयाभाव के कारण, कसरत नहीं कर सकता, समय न मिलने के कारण और लिख-पढ़ नहीं पाता समय की कमी के कारण। किंतु यदि हम सही ढंग से आत्म-विश्लेषण करें तो हम पाएँगे कि हमारी ये शिकायतें अकसर गलत होती हैं। हम अपने को समझ नहीं पाते और तभी ऐसी शिकायतें करते हैं। यह हमारा आलस्य है, जो सदैव समय के अभाव की दुहाई दिया करता है । वस्तुतः कोई भी ऐसा व्यक्ति नहीं , जो व्यस्तताओं के बीच भी कामों को न कर सके, जिसे वह करने पर उतारू है, जिसे करना वह अनिवार्य मानता है।

नेहरू जी कितना व्यस्त रहते थे। भारत के प्रधानमंत्री के नाते उन पर कितना दायित्व था। कुछ दिन पहले उनके साथ काम करने वाले एक सज्जन से बातें करने का सौभाग्य मिला । बताने लगे — "नेहरू जी के पास रोज़ इतनी सारी फ़ाइलें जाती थीं किन्तु दूसरे दिन वे उन सभी को निबटा कर वापस भेज देते। जहाँ तक बस चलता एक दिन की भी देर न करते। ज़रा सोचिए, उनकी व्यस्तता को जो दिन भर न जाने कितने आदमियों से मुलाकात करते थे, कितनी गम्भीर समस्याओं पर सहकर्मियों से विचार-विमर्श करते थे, कितनी सभा सोसाइटियों में जाते थे, किन्तु फिर भी वे व्यस्त जीवन में से कुछ समय अपने दैनिक व्यायाम और मनोरंजन के लिए भी निकाल लेते थे।

गांधी जी भी कम व्यस्त नहीं रहते थे। दर्शनार्थियों की भीड़ तो उन्हें घेरे ही रहती, मुलाकातियों का भी ताँता बँधा रहता, देश - विदेश के अनेक पेचीदा मामलों पर विचार - विनिमय होता, अख़बारों के लिए लेख लिखे जाते, किन्तु फिर भी न तो गांधी जी की प्रार्थना सभा के समय में हेर-फेर होता और न उनके प्रातः भ्रमण में ही बाधा आती थी | यही नहीं, दुनिया के कोने - कोने से भेजे गए पत्रों का जवाब भी वह अकसर हाथ से ही लिखकर देते थे।

गांधी और नेहरू दोनों का जीवन प्रमाणित करता है कि यदि हम अपना समय सोच - समझकर विभाजित कर लें और फिर उस पर दृढ़ता से आचरण करें तो अपने निश्चित व्यवसाय के अतिरिक्त भी, अन्य अनेक कार्यों के लिए हमें पर्याप्त समय मिलता रहेगा। समय की कमी की शिकायत फिर कभी नहीं रहेगी। हाँ, इसके लिए हमें सतत सचेष्ट और जागरूक अवश्य रहना पड़ेगा ।

किसी ने ठीक ही कहा है कि समय धन के समान है। अतः सावधानी और सतर्कता से हम अपने धन का हिसाब तो रखें, पर समय के हिसाब में थोड़ा ज़्यादा ही सावधानी बरतें। कारण, धन तो आता - जाता रहता है, किंतु गया समय फिर वापस नहीं आता। समय का बजट बनाना जिसने सीख लिया, उसने जीने की कला सीख ली; सुख और समृद्धि के भंडार की कुंजी प्राप्त कर ली।

समय - विभाजन के अनुसार काम करने पर हम देखेंगे कि हमारे जीवन की व्यस्तता के बीच भी कितनी निश्चिंतता आ जाती है | सभी काम सुचारू रूप से निश्चित समय पर अनायास होते चलते हैं | कसरत के लिए समय निकल आता है , आध्यात्मिक मनन-चिंतन के लिए भी और पठन-पाठन के लिए भी | यही नहीं अपने व्यवसाय में भी हम पहले से कहीं अधिक कुशल , कहीं अधिक सक्षम बन जाते हैं | सारी उतावली , सारी परेशानी न जाने कहाँ काफ़ूर हो जाती है |

हम जीवन में क्या चाहते हैं ? सुख , समृद्धि , शांति यही न | किंतु ये चीज़ें भी मिल सकती हैं , जब हम इसको पाने का निरंतर प्रयास करते चलें | यदि हम व्यायाम के लिए , चिंतन के लिए , अध्ययन के लिए समय नहीं निकाल पाएँगे तो हमारा तन – मन कैसे स्वस्थ और सबल बन सकेगा | विषम परिस्थितियों में भी हम अपना संतुलन कैसे बनाए रख सकेंगे |अतः जीवन को सही अर्थों में सफल बनाने के लिए यह आवश्यक है कि हम इन सभी की साधना में रोज़ कुछ-न–कुछ समय लगाएँ | और यह तभी संभव हो सकेगा जब हम अपने समय का ठीक विभाजन कर लें | रोज़ उसका लेखा –जोखा करते रहें | वस्तुतः जो समय की कद्र करना सीख गया वह सफलता का रहस्य समझ गया। हम अपने सुख , अपनी समृद्धि के लिए अपना समय – विभाजन जितना शीघ्र कर लें उतना ही अच्छा होगा , क्योंकि किसी मनीषी ने यह चेतावनी पहले ही दे रखी है कि समय और लहरें किसी की प्रतीक्षा में खड़ी नहीं रहतीं |

वयस्कों की अपेक्षा विद्यार्थियों के लिए समय – पालन का कई कारणों से अधिक महत्त्व है | विद्यार्थियों को एक लंबा जीवन जीना है और सफलता की ऊँची मंज़िलें तय करनी हैं | दूसरी बात यह है कि विद्यार्थी – जीवन में जो आदतें पड़ जाती हैं , वे जीवन – पर्यंत बनी रहती हैं | विद्यालयों में छात्रों को समय – तालिका दी जाती है , लेकिन वह केवल 5 – 6 घंटों के लिए होती है | शेष 18 – 19 घंटे छात्रों के स्वयं विवेकपूर्ण उपयोग के लिए रहते हैं | यदि छात्र इन 18 – 19 घंटों की भी कार्य – तालिका बना लें तो निश्चय ही ऐसा करने वाले छात्र न केवल परीक्षा में अच्छे अंकों से उत्तीर्ण होंगे बल्कि सामाजिक , साहित्यिक , सांस्कृतिक आदि कार्यक्रमों तथा खेलकूद , व्यायाम आदि के लिए भी पर्याप्त समय निकाल सकेंगे | समय तालिका बनाने के बाद उसका दृढ़ता और निष्ठा के साथ पालन करना भी आवश्यक है | निर्धारित समय पर निश्चित समय पर निश्चित काम करने से ही जीवन में सफलता मिलती है |

- समर बहादुर सिंह

शब्दार्थ:-

1-	समयाभाव	समय का अभाव
2-	आत्म-विश्लेषण	अपने बारे में छानबीन
3-	दुहाई	अपने बचाव के लिए चिल्लाना
4-	दायित्व	ज़िम्मेदारी
5-	दर्शनार्थी	दर्शन के लिए आये हुए लोग
6-	पेचीदा	जटिल
7-	विचार – विनिमय	विचारों का लेन – देन
8-	सतत	लगातार
9-	सचेष्ट	प्रयास करते रहना
10-	आध्यात्मिक	अध्यात्म संबंधी
11-	काफ़ूर	गायब
12-	मनीषी	ज्ञानी
13-	जीवन – पर्यंत	जीवनभर
14-	निष्ठा	श्रद्धा

प्रश्न (1) निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर लिखिए|

(क) हम अकसर क्या शिकायत करते हैं?

(ख) गांधी जी और नेहरु जी का जीवन क्या प्रमाणित करता है?

(ग) समय को किसके समान बताया गया है?

(घ) समय-विभाजन के अनुसार कार्य करने पर क्या लाभ होगा?

(ङ) हम जीवन में क्या चाहते हैं?

(च) तन-मन को स्वस्थ और सबल बनाने के लिए क्या करना चाहिए?

(छ) वयस्कों की अपेक्षा किसके लिए समय-पालन अधिक आवश्यक है और क्यों?

(ज) समय-नियोजन का क्या तात्पर्य है? यह क्यों आवश्यक है?

(झ) अत्यधिक व्यस्त रहते हुए भी गांधी जी और नेहरु जी अपने काम समय पर कैसे निबटा लेते थे?

(ञ) समय धन की अपेक्षा अधिक महत्त्वपूर्ण है| क्यों?

(ट) सफलता के साथ समय-नियोजन का क्या सम्बन्ध है? कुछ उदाहरण देते हुए स्पष्ट कीजिए |

(ठ)- समय-विभाजन के अनुसार काम करने से हमें क्या-क्या लाभ होते हैं?

प्रश्न (2) निम्नलिखित प्रश्नों के सही उत्तर पर सही (√) का निशान लगाइए |

(क)- हम समय के अभाव की दुहाई क्यों दिया करते हैं ?

1- आलस्य के कारण 3- खराब आदत के कारण

2- समयाभाव के कारण 4 – काम टालने के कारण

(ख)- दर्शनार्थियों की भीड़ किन्हें घेरे रहती थी?

1- साधू-महाराज को 3- महापुरुषों को

2- गांधी जी को 4- लेखक को

(ग)- समय-विभाजन के अनुसार काम करने पर जीवन की व्यस्तता के बीच भी क्या प्राप्त होता है?

1- घबराहट 3- भाग-दौड़

2- व्यवस्था 4- निश्चिंतता

(घ)- विद्यार्थी-जीवन में पड़ने वाली आदतों का क्या होता है?

1- वे 1-2 साल में छूट जाती हैं 3- बदल जाती हैं

2- जीवन-पर्यंत रहती हैं 4- पता नही

(ङ)- विद्यालयों में छात्रों को कितने घंटों की समय-तालिका दी जाती है?

1- 5-6 घंटों की 3- 18-19 घंटों की

2- 10-12 घंटों की 4- 12-15 घंटों की

प्रश्न (3) निम्नलिखित रिक्त स्थानों की पूर्ति कीजिए –

1- समय धन के ------ है|

2- वयस्कों की अपेक्षा -------- के लिए समय-पालन का अधिक महत्व है|

3- विद्यार्थी जीवन में पड़ जाने वाली आदतें -------- बनी रहती हैं|

4 - समय और -------- किसी की प्रतीक्षा नहीं करतीं|

5- निर्धारित समय पर निश्चित काम करने से ही जीवन में -------- मिलती है|

प्रश्न(4)- निम्नलिखित शब्दों का उचित मिलान कीजिए -

1-	समय के अभाव	समय
2-	दर्शनार्थियों	जागरूक
3-	सहकर्मियों	दुहाई
4-	धन के समान	भीड़
5-	सतत सचेष्ट	विचार विमर्श
6-	निश्चित समय	मंजिलें
7-	श्रद्धा	काफ़ूर
8-	ऊँची	ज्ञानी
9-	गायब	सफलता
10-	मनीषी	निष्ठा

प्रश्न(5) - निम्नलिखित शब्दों का वाक्यों में प्रयोग कीजिये –

1- पर्याप्त

2- सावधानी

3- समयाभाव

4- विचार – विमर्श

5- समय – तालिका

6- सामाजिक

7- सफलता

END