अच्छे बनो

सन्तराम वत्स्य

अच्छे बनो

सन्तराम वत्स्य

पुरस्कृत

मूल्य: 6.00

प्रकाशक: पुस्तकायन (सुबोध पॉकेट बुक्स का उपक्रम)
2/4240 ए, अंसारी रोड, नई दिल्ली-110002 **संस्करण:** 1988
मुद्रक: गायत्री ऑफसेट प्रेस, नोएडा,
चित्रांकन: हरिपाल त्यागी

अच्छे बनो

अच्छे बनोगे:
तो माता-पिता तुम्हें प्यार करेंगे।
भाई-बहन तुम्हें प्यार करेंगे।
तुम्हारे अध्यापक तुम्हें प्यार करेंगे
तुम्हारे साथी तुम्हें प्यार करेंगे।
सभी तुम्हें प्यार करेंगे।
अच्छे बच्चे सबको प्यारे लगते हैं।

तुम भी अच्छे बन सकते हो?
अपनी अच्छी बोल-चाल से,
अपने अच्छे रहन-सहन से,
अपने अच्छे काम-काज से,
दूसरों के साथ अच्छे व्यवहार से।

बोल-चाल

सच बोलो।
मीठा बोलो।
सोच-समझ कर बोलो।
अपनी बात ठीक से कहो।
धीरे से बोलो।
मुंह में मत बोलो।
जिससे बात कर रहे हो,
उसकी ओर मुंह करके बोलो।
आदर सूचक भाषा बोलो।
"श्री" "श्रीमान्" "जी" आदि
शब्दों का प्रयोग करो।

6

बात करते समय शरीर को
खुजलाना या ऐसा ही
और कोई काम नहीं
करना चाहिए।
दूसरा बात कर रहा हो तो
बीच में मत बोलो।
बेकार की बातें मत करो।
दूसरों की निन्दा मत करो।
दूसरों के बारे में ऐसी बातें मत करो,
जिन्हें तुम उनके सामने न कह सको।
भद्दे मजाक मत करो।
गाली तो भूल कर भी मुंह से मत निकालो।
अपने आप ही मत बोलते रहो।

दूसरों को भी बोलने दो।
चुगली मत खाओ।
जो कर सकते हो, वही कहो, डींग मत मारो।

रहन-सहन

प्रतिदिन दातुन करो।
प्रतिदिन स्नान करो।
साफ-सुथरे कपड़े पहनो।
कपड़ों को ढंग से पहनो।
बहुत तंग कपड़े मत पहनो।
बालों में कंघी करो।
जूतों को साफ रखो।
जेब में रूमाल रखो।

चीज़ों को ठीक जगह पर रखो।
इधर-उधर मत फैंको।
अपना बस्ता, जूते और कपड़े
ठीक जगह पर रखो।

खेल का सामान ठीक जगह पर रखो।
इधर-उधर पड़ी हुई चीज़ें
जल्दी खराब हो जाती हैं।
टूट-फूट जाती हैं।

अपने काम करने की जगह को साफ रखो।
अपने काम की चीज़ों को साफ रखो।
घर में, पाठशाला में, खेल के मैदान में,
जहां कहीं भी रहो, सफाई का ध्यान रखो।
सफाई दो तरह की होती है :
बाहर की और भीतर की।
तन के साथ-साथ मन को भी साफ रखो।
घृणा, डाह, जलन, वैर मन को मैला करते हैं।
तड़क-भड़क और दिखावे से दूर रहो।
सादगी से रहना सीखो।

अगर तुम समझते हो कि तड़क-भड़क से लोग
तुम्हारा मान करेंगे,
तो यह तुम्हारी भूल है।
मान गुणों का होता है, कपड़ों का नहीं।
जिन फूलों में सुगन्ध नहीं होती,
उन्हें कोई नहीं सूंघता।
इसलिए :
'सादा जीवन और ऊंचे विचार' अपनाओ।

काम-काज

आदमी की पहचान उसकी बातों से नहीं,
कामों से होती है।
बातें बनाना आसान है।
काम करके दिखाना कठिन है।
काम का शत्रु है आलस।
आलसी आदमी का कोई भी काम पूरा नहीं होता,
समय पर नहीं होता।
आलसी आज के काम को कल पर टालते हैं।
काम न करने के बहाने ढूंढ़ते हैं।
सोए पड़े रहते हैं।
काम से जी चुराते हैं।

"समय कभी वापस नहीं आता" यह समझ लो।
इसी तरह "कल" भी कभी नहीं आता।
जो लोग समय को बेकार गंवाते हैं,
वे अपने साथियों से पीछे रह जाते हैं।
परीक्षा में फेल हो जाते हैं और पछताते हैं।
पर पछताने से कुछ नहीं होता,
सब कुछ करने से होता है।
इसलिए :
आलस छोड़ कर, मेहनत करना सीखो।
जो काम नहीं करता है,
वह दूसरों की नजरों में गिरता है।

14

जो काम करो, सोच-समझकर करो,
पर सोचते ही मत रह जाओ।
काम तभी तक कठिन मालूम होता है,
जब तक हम उसे
करने नहीं लगते।
जब हम काम के लिए
कमर कस लेते हैं,
तो सारी कठिनाइयां
दूर हो जाती हैं।

काम करने में कभी
भूल भी हो जाए,
तो घबराना नहीं चाहिए।
भूल काम करने
वालों से ही होती है।
जो काम नहीं करते, वे भूल क्या करेंगे।
हां, भूल बार-बार नहीं होनी चाहिए।

सभी काम अकेले नहीं हो सकते।
कुछ काम मिल-जुलकर करने के होते हैं।
कई लोगों के सहयोग से होते हैं।

हमें सहयोग से काम करना सीखना चाहिए।
जब किसी काम को कई लोग मिल-जुलकर करते हैं
तो उसमें तुम्हारी मनमानी बात नहीं चल सकती।
हां, जो मुखिया हो, उसकी बात तो माननी ही चाहिए।
पढ़ने बैठो तो मन लगाकर पढ़ो।
काम करो तो मन लगाकर करो।
खेल खेलो तो मन लगाकर खेलो।
मन से जो कुछ करोगे, उसमें आनन्द आएगा।
थकान नहीं होगी। काम ठीक होगा।
शरीर स्वस्थ और चुस्त रहेगा।
काम करने की योग्यता बढ़ेगी।
सभी से मान और बड़ाई मिलेगी।

दूसरों के साथ बरताव

अगर कोई जंगल में अकेला रहे तो उसे दूसरों के साथ बरताव के बारे में कुछ भी सीखना नहीं पड़ेगा। इस की आवश्यकता तो वहीं पड़ती हैं,
जहां बहुत-से लोग रहते हैं
और सुख से रहना चाहते हैं।
यदि आपसी बरताव की बातें नहीं सीखोगे
तो आपस में झगड़े होंगे और
कोई किसी से बात नहीं करेगा।

जब किसी से मिलो तो हाथ जोड़कर, कुछ झुककर
"नमस्कार" "प्रणाम" या "नमस्ते" अवश्य कहो।

प्रातः उठो तो माता-पिता को प्रणाम करो।
घर में कोई आए तो प्रणाम करो
पाठशाला में जाओ तो अध्यापकों को प्रणाम करो।
मित्रों, सम्बंधियों से मिलो तो प्रणाम करो।
वैसे दिन में पहली बार मिलने पर प्रणाम करो।
बार-बार नहीं।
कहीं एक ही जगह बहुत-से लोग बैठे हों तो
सबके लिए एक ही बार हाथ जोड़कर और
सिर झुकाकर प्रणाम कर देना काफी है
नम्र बनो। विनय सीखो।

घमंड मत करो। अकड़ मत दिखाओ।
अपनी बात नम्रता से कहो।
बड़ों के प्रति आदर भाव रखो।
उनका सम्मान करो।
मित्रों के साथ प्रेम का व्यवहार करो।
अपने से छोटों को प्यार करो।
उन्हें डराओ-धमकाओ मत।

बड़ों की आज्ञा मानना तुम्हारा कर्त्तव्य है।
उनकी आज्ञा का पूरी तरह पालन करो।
वे जो काम बताएँ, उसे मन लगाकर करो।
समय पर पूरा करो। टालमटोल मत करो।
नियमों का पालन करो।

पाठशाला के नियमों का पालन करो।
खेल के नियमों का पालन करो।
सफाई के नियमों का पालन करो।
सड़क के नियमों, पंक्ति और
अपनी बारी के नियमों का पालन करो।

कुछ काम प्रतिदिन करने के होते हैं।
या किसी विशेष दिन करने के होते हैं।
या किसी विशेष समय पर
करने के होते हैं।
इन्हें नियमित
रूप से करो।
नियमितता को अपना
स्वभाव बना लो।
काम के क्रम को बीच में
मत तोड़ो।
तुमने निश्चय किया है
कि प्रतिदिन :
पाठशाला का काम
पूरा करके सोऊंगा,
स्नान से पहले व्यायाम करूंगा।

कोई अच्छी पुस्तक पढ़ूंगा।
इस तरह के कामों को नियमित ढंग से करो।

अनुशासन में रहना सीखो।
नियमों का पालन करना,
बड़ों की आज्ञा मानना अनुशासन है।
अपनी उन्नति के लिए,
अपने ही ऊपर हम जो बंधन लगाते हैं,
उसे आत्मानुशासन कहते हैं।
कोई बालक निश्चय करता है कि
मैं अपने दोषों को दूर करूंगा,
बेकार की बातें नहीं करूंगा,
और कभी गाली नहीं दूंगा, क्रोध नहीं करूंगा,

कभी कड़वी बात नहीं बोलूंगा,
तो यह आत्मानुशासन होगा।

इमानदार बनो :
इमानदार बालक किसी को धोखा नहीं देते।
परीक्षा में नकल नहीं करते।
बात कह कर मुकरते नहीं।
किसी चीज़ को बिना पूछे नहीं लेते।
दूसरों के किए काम को अपना नहीं बताते।
छल-कपट नहीं करते।
जो मन में होता है, वही बोलते हैं।
जो बोलते हैं, वही करते हैं।

अच्छे बालक
दूसरों की सहायता करते हैं।
अपने साथियों की
सहायता करते हैं।
पढ़ाई में सहायता करते हैं।
गिरने पर, चोट लगने पर
सहायता करते हैं।
अपनी चीज साथी को देकर
सहायता करते हैं।
अपने आप कष्ट सह कर भी

दूसरों की सहायता करते हैं।
तुम अन्धे को सड़क पार
करवा सकते हो।
किसी बूढ़े को बस में
अपनी सीट दे सकते हो।
किसी निर्धन साथी को
पुस्तक दे सकते हो।

कुछ लोग निर्धन होते हैं,
कुछ लोग अंगहीन होते हैं,
जैसे काना, लंगड़ा, टुंडा आदि।

उन पर हंसो मत। उन्हें सताओ मत।
वे तुम्हारी दया और सहानुभूति के पात्र हैं।
इनकी जहां तक हो सके सहायता करो।
कौन जाने, किसका, कब कोई अंग टूट जाए।
जो अंगहीन हैं वे हमारी सहायता के पात्र हैं।
पशुओं के साथ भी दया का व्यवहार करो।
उन्हें सताओ मत।
किसी को सताना पाप है।
अपनी उन्नति के लिए सदा प्रयत्न करो।
अपनी योग्यता से आगे बढ़ो।
दूसरों को गिराकर आगे मत बढ़ो।
अपने परिश्रम से, गुणों से आगे बढ़ो।
समय का सदुपयोग करो।
अच्छी-अच्छी पुस्तकें पढ़ो।
पुस्तकों से सीख लो।
महापुरुषों के जीवन से सीख लो।
काम में सबसे आगे रहो।
संकोची मत बनो।
बाल-सभा में भाग लो।
पढ़ाई के अतिरिक्त दूसरे कामों में भी भाग लो।
नाटक खेलना हो, गीत गाना हो,
वार्षिक उत्सव हो, सब में भाग लो।

कुछ बातें ऐसी होती है,
जो हमें अच्छी नहीं लगतीं।
पर उन्हें भी सहना पड़ता है।
सभी काम हमारे मन चाहे नहीं होते।
इसलिए एकदम क्रोध मत करो।
गाली-गलौच या मार-पीट मत करो।
हो सकता है, भूल तुम्हारी ही हो।
इसलिए धीरज से काम लो,
जिससे बाद में पछताना न पड़े।

भूल हो जाए तो झट स्वीकार कर लो।
भूल के लिए क्षमा मांग लो।
अपने देश से प्यार करो।
अपने देशवासियों से प्यार करो।
देश की चीज़ों से प्यार करो।
राष्ट्रध्वज, राष्ट्रगान और राष्ट्र का संविधान,
सब का मान करो।
देश-भक्तों के जीवन-चरित्र पढ़ो।
देश-प्रेम की कहानियां पढ़ो।
देश के मान में, तुम्हारा सम्मान है।

अच्छे मित्र बनो।
अच्छों के मित्र बनो।

बुरों का साथ मत करो।
जैसों का साथ करोगे, वैसा ही बनोगे।
इसलिए अच्छों का साथ करो।
तुम्हारा सच्चा मित्र, तुम्हारे दोष तुम्हें बताएगा।
अच्छे मित्र की बात मान कर दोषों को दूर करो।
मित्र का कर्त्तव्य है,
मित्र को बुरे कामों से रोकना,
मित्र की सहायता करना।

दूसरों में जो अच्छी बातें हों उन्हें सीखो।
दूसरों की बुरी बातें मत सीखो।
भले लोग जैसा आचरण करते हैं,
वैसा आचरण करो।

जैसा व्यवहार तुम दूसरों से चाहते हो,
दूसरों के साथ भी वैसा ही व्यवहार करो।
अपने आचरण से किसी को कष्ट मत पहुंचाओ।
दूसरों की सेवा-सहायता करना सबसे बड़ा पुण्य है।
और दूसरों को कष्ट देना सबसे बड़ा पाप।

पहले अपने को सुधारो।
पहले अपने दोषों को दूर करो।
दूसरों की कमियों को मत उछालो।
जब तुम अपने दोषों को दूर कर लोगे,
तो जहां कहीं भी रहोगे,
जहां कहीं भी जाओगे, लोग तुम्हें चाहेंगे।
जो कुछ भी करोगे, सफलता मिलेगी।
इसलिए अच्छे बनो, भले बनो, गुणी बनो।

सच बोलने के नाम पर कड़ुवा मत बोलो।
सच को कड़ुवा बनाकर बोलोगे,
तो कोई नहीं सुनेगा।
चुभने वाली बातें मत बोलो।
दूसरों पर ताने मत कसो।
दूसरों की गुप्त बातें प्रकट मत करो।
दूसरों की निन्दा सुनने से इन्कार कर दो।
जो आज दूसरे की निन्दा करता है,
कल तुम्हारी भी करेगा।
कहीं झगड़ा हो रहा हो तो तमाशा मत देखो।