

टीवी, मोबाइल एवं इंटरनेट की हानिसे बचें और लाभ उठाएं !

卐

भूमिका

卐

स्वतन्त्रतासे पहलेकी बात है । लोकमान्य टिळकके 'केसरी' समाचार-पत्रमें समाचार प्रकाशित हुआ कि 'आद्यक्रान्तिकारी वासुदेव बळवंत फडकेको अंग्रेज सरकारने कारागृहमें इतनी यातनाएं दीं कि उनके जीवनका ही अन्त हो गया !' दामोदर, बाळकृष्ण एवं वासुदेव चापेकर, इन बालकोंने यह समाचार पढा । 'हिन्दुस्थानकी स्वतन्त्रताके लिए अब अंग्रेजोंके विरुद्ध लडना है', ऐसा उन्होंने निश्चय किया तथा उसके अनुसार कर दिखाया । उस कालमें समाचार-पत्र ही एकमात्र प्रसारमाध्यम था । अब समाचार-पत्रोंके साथ दूरदर्शन भी एक प्रमुख प्रसारमाध्यम बन गया है । मानव मनके विकासमें प्रसारमाध्यम महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाता हैं । समाचार-पत्रमें दिया एक समाचार पढकर यदि तीन बालक क्रान्तिकारी बन जाते हैं, तो आज प्रतिदिन जो बालक दूरदर्शनपर प्रेमकथा, बलात्कार, अश्लील दृश्य तथा हिंसा देखते हैं, वे भविष्यमें क्या बनेंगे ?

दूरदर्शनके कारण बालक अभिनेता एवं क्रिकेटके खिलाडियों समान अनुचित लोगोंको आदर्श मान लेते हैं । इसी कारण समर्थ रामदासस्वामी, स्वामी विवेकानंद आदि धर्मपुरुष तथा छत्रपति शिवाजी महाराज, लो. टिळक आदि राष्ट्रपुरुषोंके समान खरे आदर्शोंकी ओर उनका ध्यान नहीं जाता । दूरदर्शन मनोरंजनका साधन नहीं रह गया है, अपितु समाजकी नैतिकता, भारतीय संस्कृति एवं राष्ट्रीय आदर्श नष्ट करनेका माध्यम बन गया है !

卐

卐

आज 'मोबाइल'का उपयोग 'आवश्यकता'से अधिक 'फैशन'के रूपमें किया जाता है ! यदि किसीके पास 'टच स्क्रीन' मोबाइल हो, तो बच्चोंको लगता है कि उनके पास भी वह होना चाहिए ! मद्य एवं सिगरेट आदि व्यसन शरीरके लिए घातक हैं । 'इंटरनेट'से अश्लील छायाचित्र 'डाउनलोड' करनेवाले तथा संगणकपर घण्टों 'टेरर गेम्स' खेलनेवाले बालकोंकी नैतिकता भ्रष्ट हो जाती है, मनोवृत्ति विध्वंसक बन जाती है एवं विचारक्षमता भी कुण्ठित हो जाती है । तो क्या इंटरनेट एवं वीडियो गेम्स भी मनके लिए घातक व्यसन नहीं हैं ?

बच्चो, आधुनिक विज्ञानने दूरदर्शन, वीडियो गेम्स आदि का शोध सुखकी प्राप्तिके लिए किया है । हमारे प्राचीन ऋषि-मुनि भी वैज्ञानिक थे । गुरुत्वाकर्षणका सिद्धान्त, वायुयान (विमान), शल्यक्रिया आदि के विषयमें पाश्चात्य वैज्ञानिकोंसे सैकड़ों वर्ष पूर्व हमारे ऋषि-मुनियोंने शोध किए हैं । उन्होंने विज्ञानका उपयोग मानवके हितके लिए किया । उन्होंने मोहग्रस्त होकर क्षणिक सुखके पीछे भागनेकी सीख नहीं दी; अपितु निरन्तर बने रहनेवाले आनन्द एवं मनःशांतिका शोध करनेकी सीख दी । इसलिए बच्चो, क्षणिक सुख प्राप्त करनेके लिए दूरदर्शन, इंटरनेट, वीडियो गेम्स आदि का उपभोग न करें; क्योंकि इससे आप उनके मोहजालमें फंस जाओगे एवं जीवनका अमूल्य समय तथा पैसा भी गंवाओगे ! ऐसा न हो, इसीलिए इस ग्रन्थमें दूरदर्शन, इंटरनेट, वीडियो गेम्स आदि के कारण शारीरिक, मानसिक, राष्ट्रीय, सांस्कृतिक, ऐसे विविध स्तरोंपर होनेवाली हानियां बताई गई हैं ।

स्वामी विवेकानंदजी कहते थे, 'जीवनमें विज्ञान तथा धर्मका उचित तालमेल रखना महत्त्वपूर्ण है ।' खरा आनन्द सुखके साधन का उपभोग करनेसे नहीं, अपितु धर्मपालनसे मिलता है । इसीलिए धर्मपालन तथा धर्मकार्य करने हेतु विज्ञानका उपयोग करना उचित

सिद्ध होता है। इसीलिए इस ग्रन्थमें यह बताया है कि दूरदर्शन, सचल-दूरभाष यन्त्र (मोबाइल) एवं अन्तरजाल (इंटरनेट) का उपयोग राष्ट्रके कार्यके लिए कैसे किया जा सकता है।

बच्चे यह ग्रन्थ पढकर दूरदर्शन, इंटरनेट आदि का उपयोग राष्ट्र तथा धर्म सेवाके लिए करें, तो इस ग्रन्थकी रचना सार्थक हो जाएगी। बच्चोंको इसके अनुरूप आचरण करनेकी सद्बुद्धि हो, यही श्री गुरुचरणोंमें प्रार्थना है! - संकलनकर्ता

सनातनकी 'संस्कार' ग्रन्थमालाके ग्रंथपुष्प !

अध्ययन कैसे करें ?

(विफलताके कारणों एवं उपायोंसहित)



- ❧ पढाईमें एकाग्रता कैसे बढाएं ?
- ❧ स्मरणशक्ति बढानेके लिए क्या करें ?
- ❧ पढाई अच्छी होनेके लिए क्या करें ?
- ❧ परीक्षाका भय भगानेके उपाय क्या हैं ?

राष्ट्र एवं धर्म प्रेमी बनें !



- ❧ कौनसे स्वदेशी खेल खेलें ?
- ❧ स्वदेशी वस्तुओं का उपयोग क्यों करें ?
- ❧ राष्ट्रीय प्रतीकोंका सम्मान कैसे करें ?
- ❧ स्वभाषाभिमानी बननेके लिए क्या करें ?
- ❧ धर्मप्रेम बढानेके लिए कौनसे कृत्य करें ?

अनुक्रमणिका

[कुछ वैशिष्ट्यपूर्ण सूत्र (मुद्दे) ‘*’ चिन्हसे दर्शाए हैं ।]

- | | |
|---|----|
| १. दूरदर्शन (टीवी) | १२ |
| * ‘दूरदर्शन’ आपका मित्र अथवा शत्रु ? | १२ |
| * अनावश्यक दूरदर्शन देखनेकी आदत कैसे छुडाएं ? | २६ |
| * दूरदर्शनका हितकारी उपयोग कैसे करें ? | २८ |
| २. सचल-दूरभाष यन्त्र (मोबाइल) | ३६ |
| * मोबाइलको फैशन या सुखके साधनकी दृष्टिसे न देखें ! | ३६ |
| * बच्चो, मोबाइलका सदुपयोग कैसे करेंगे ? | ३७ |
| * मोबाइलका संकेतध्वनि (रिंग टोन) सात्त्विक रखें ! | ४० |
| ३. अन्तरजाल (इंटरनेट) | ४१ |
| * इंटरनेट अनावश्यक देखनेका संस्कार कैसे नष्ट करें ? | ४९ |
| * इंटरनेटका सदुपयोग कर राष्ट्र एवं धर्म प्रेमी बनें ! | ४९ |
| ४. वीडियो गेम्स | ५२ |
| * वीडियो गेम्सकी आदत छुडानेके लिए क्या करें ? | ५६ |
| ५. कुसंस्कारोंसे बचने के लिए एवं आनन्दमय जीवन बनानेके लिए ये उपाय भी करें ! | ५७ |
| ५ अ. मनको स्वसूचनाएं दें ! | ५७ |
| ५ आ. ‘साधना’ करनेमें रुचि बढाएं ! | ६० |
| ५ इ. साधना अभीसे आरम्भ करें ! | ६५ |
| ६. बच्चो, इस ग्रन्थका ज्ञान अनेक लोगोंतक पहुंचाएं ! | ६५ |