DADHEECH INTERNATIONAL TRADE FOUNDATION INITIATIVE

वर्ष-1, अंक -5 , मई-2021

DITF BULLETIN

IMPRINT

OUR MOTTO

Sharing is Caring

kaleidoscope of thoughts and vision

Amalgamation Of Learning

EMPOWERING ideas

Get The Latest Scoop On This Month's Trends

MAY EDITION

संपादक

डॉ. तरुणा दाधीच

फाउंडर प्रेसिडेंट

देवेश दाधीच

प्रकाशक

शोभा दाधीच

E-mail- dadheech@ditfindia.org

सम्पादकीय आलेख

दस्तक... स्वविवेक की

वैश्विक महादशा से कौन परिचित नहीं। कहीं न कहीं, किसी न किसी रूप में विश्व का हर जन इस महादशा से प्रभावित है। कोरोना संक्रमण के कारण पृथ्वी की गति के सिवाय सारी गति रुक सी गई है। कोरोना वायरस संकट का सबसे स्पष्ट प्रभाव समूची दुनिया में राजनीतिक, आर्थिक और सामाजिक उथल-पुथल के रूप में नजर आ रहा है। आर्थिक रूप से जूझ रहे समाज के लोगों, योग्यता अनुरूप समय पर नौकरी न मिल पाने के कारण युवा वर्ग और ऐसा वर्ग जो हमारे भविष्य की बुनियाद है अर्थात विद्यार्थी समुदाय जो मानसिक अवसाद की स्थिति से गुजर रहे हैं ।विदेशों में शिक्षा पाने के इच्छुक विद्यार्थियों को विचार त्यागना पड़ा ।आईएएस ,पीसीएस अधिकारी बनने के सपने देखने वाले विद्यार्थियों में घोर निराशा व्याप्त है ।लाखों रुपए की लगाकर प्राप्त शिक्षा के बावजूद खाली बैठना विद्यार्थियों को लगातार सता रहा है ।इधर कोरोना की दूसरी लहर ने लोगों में चिंता बढ़ा दी है। घर में क्वारंटाइन रहने की चिंता , काम बंद हो जाने की चिंता, कोरोना से परिजन का निधन आदि स्थितियां लोगों को अवसाद के अंधे कुएं में धकेल रही है। ऐसे में स्थिति पर नियंत्रण पाना हमारे अधिकार में नहीं परंतु हम इस कठिन समय में आत्मसंयम,आत्म नियंत्रण,उचित धैर्य और योगाभ्यास के द्वारा स्वयं को एवं अपने परिवार को इस से बचाकर रख सकते हैं। समय आ गया है स्व विवेक के उपयोग का । जहां हम अपने विवेक से परिवार का सुरक्षा कवच बना दें । परिवार के बुजुर्गों को समय देकर, बातचीत कर उनके डर को समाप्त करें, परिवार के बालकों को परीक्षा के परिणाम की चिंता से दूर करने हेतु और तनाव मुक्त करने हेतु ऐसे कार्य कलाप करें जो उनकी रुचि के हों। सकारात्मक रहे, नकारात्मक विचारों से बचें। उनके स्व विवेक, मानसिक स्तर और आत्मसात करने की शक्ति को बढ़ाने की आवश्यकता है और कुशल अभिभावक इसे अपनाकर अपने परिवार को अवसाद, तनाव के घेरे से दूर खींच सकते हैं। सदैव सकारात्मक रहें इसी में हमारा कल्याण है । डीआईटीएफ प्लेटफॉर्म ने कोरोना काल से इस संकटग्रस्त समय में विशेषज्ञों की एक टीम बनाई हैं जो विविध क्षेत्रों में हमारी समस्या का समाधान करने हेतु हर समय उपलब्ध रहेंगे।

आप Dadheech@ditfindia.org पर मेल कर सकते है

Dr. Subhash Dadhich
Surgeon and MD of Arogya Hosptal Vishakhpatnam

Dr. Gaurav Dadhich
Homeopathic Consultant and Counsellor. Jaipur

Shri Krishna Dayma
Industrialist & Entrerprenur Nagpur

Ms Meenakshi Dadhich
M.A. Psychology (Counselling)
Social Worker

CA Rashmi Dayama
Exponent and Certificate holder of Law of Attraction
& Power of Subconscious Mind.
Holder of Grand Masters degree in Rekhi.

शुभम् भवतु।।

संपादक की कलम से......

डॉ.तरुणा दाधीच
मुख्य संपादक

हमारे डीआईटीएफ के ध्येय वाक्य का राजगुरु कथाभट्ट डॉ. सुबोध चंद्र शर्मा जी

Dr. Subodh Chandra Sharma

Ph.D.(Struct. Engg.), MSEng.(Florida), MIE(Ind).
Structural Engineering Consultant

अध्याय 2 | **श्लोक 50** (97)

बुद्धियुक्तो जहातीह उभे सुकृतदुष्कृते ।
तस्माद्योगाय युज्वस्य योगः कर्मसु कौशलम् ॥ 2.50

अच्छे बुरे सभी कर्म कटते बुद्धि-योग से ।
कर्म कौशल है योग उद्योग उसका कर ॥ 2.50 ॥
- श्री श्याम सुन्दर जोशी – समश्लोकी हिन्दी गीता से

बुद्धियुक्तः = समत्व बुद्धि से सम्पन्न । **जहाति** = छोड़ जाता है । **इह** =यहाँ । **उभे** = दोनों । **सुकृत** = सुकर्म, पुण्य । **दुष्कृत** = दुष्कर्म, पाप । **तस्मात्** = इस प्रकार । **योगाय** = योग से । **युज्वस्य** = जुड़ जा । **कर्मसु** = कर्मों में । **कौशलम्** = कौशल, कुशलता ।

समत्व बुद्धि से युक्त योगी अपने अच्छे-बुरे दोनों प्रकार के कर्मों को यहीं, संसार में ही, छोड़ जाता है । इस प्रकार (समत्व बुद्धि सहित) योग से जुड़ जा । यह जुड़ना (योग) ही कर्मों में कुशलता है ।
कर्म के साथ जुड़ाव ही अच्छे कर्म का रहस्य है । इसी कारण कई भाष्यों में कर्मों में कुशलता को भी योग की एक परिभाषा माना गया है । जो कौशलयुक्त कर्म में लगे रह कर भी फल की कामना से पूर्णतः असङ्ग है वह कर्मयोगी पाप-पुण्य के बन्धन से सर्वथा मुक्त होजाता है ।

A Yogi endowed with the wisdom of equanimity breaks free of the shackles of his/her good or bad deeds. You should therefore yoke yourself with this yoga. This, becoming one with the task, inculcates efficiency in the action. "Yoga is skill in works."(Sri Aurobindo)

In several discourses the skill in the action is stated to be another definition of Yoga. It is common experience that when you devote whole-heartedly with a task the efficiency of the action increases immensely. A Karmayogi is one who devotes completely to the task without attachment to a desire for the result of the action.

कोरोना और लॉकडाउन

संतोष मोतीलाल शर्मा (दायमा- रिणवा)
सूरत (गुजरात)
सनेडिया(राजस्थान) (आप सूरत में प्रसिद्ध व्यवसायी हैं)

वाह रे कोरोना तेरा खेल,
महँगी दारु सस्ता तेल।
रुमाल बन गया "मास्क"
“सेननटाइज़र” बन गया तेल।
“ सोशल डिस्टेन्सिंग ” की वजह से,
किसीका किसी से नहीं रहा मेल,
ख़तम हो गयी सब रेल-चेल।
ना कोई समोसा, ना कोई पेटिस,
ना कोई बाहर की भेल,
घर बन गया एक आधुनिक जेल।
झाड़ू-पोछा- डस्टिंग जैसे घरकाम
की हो गयी हमको सजा,
क्योंकि कामवाली बाई की चल रह थी रजा।
सुबह ६ का अलार्म बजा,
घरवाली ले रह थी हमारा पूरा मज़ा।
रोज़ नए-नए व्यंजन घर पर ही बना रह थी।
उस पर चल दी कोरोना ने कठिन चाल,
के मालिक हो गए सब कंगाल,
और मजदूर बेचारा हाल-बेहाल।

कुछ पुलिस की नरमाई की चाल
कुछ पुलिस का ताल-बेताल,
कुछ पुलिस ने पहन रखी "लॉकडाउन" की ढाल,
और मजदूरों की खिंच ली पूरी खाल,
मजदूर बेचारा हाल-बेहाल।
बिगड़ गयी पूरे देश की चाल,
हमने कांटे हमारे ही बाल,
अमरिका ने कहा, यह चीन की चाल,
चीन का जवाब, के हम नहीं बनाते इतनी गारंटी का माल।
इस माल का यह कमाल,
के जिसने भी पाया यह माल,
उसपर सरकार “क्वारिंटाइन“ का जाल।
अदृश्य है यह कोरोना, घूमता है बड़ी शान से
ढूढ़ता अपना शिकार, ना करता किसी से प्यार
ना करता इकरार, ना करता कोई वार
मगर हो जाता है जिस पर भी मेहरबान,
समझो गयी उसकी जान।

VEHICLE SCRAPPING POLICY 2021

By- CA Ajay Dadheech

Partner at Dadheech Satish and Kapoor, Mumbai, Pune, Chittorgarh

Almost all metro cities and some other cities of India don't meet federal air quality standards. Passenger vehicles and heavy truck-duty trucks are a major contributor of this air pollution.

The health risks of air pollution are extremely serious. Poor air quality increases respiratory ailments like asthma and bronchitis, heightens the risk of life-threatening conditions like cancer, and burdens our health care system with substantial medical costs.

As per latest study by Scientists from Harvard University, University College London and other institutions at least 30.7% of deaths in India can be attributed to air pollution from fossil fuels- that means about 2.5 million die every year after breathing toxic air.

Passenger vehicles are a major pollution contributor, producing significant amounts of nitrogen oxides, carbon monoxide, and other pollution. In 2013, transportation contributed more than half of the carbon monoxide and nitrogen oxides, and almost a quarter of the hydrocarbons emitted into our air.

Minister for Road Transport and Highways, Shri Nitin Gadkari announced the Vehicle Scrapping Policy in Lok Sabha. Making a Suo Motu statement in the Lok Sabha, the Minister said that “Older vehicles pollute the environment 10 to 12 times more than fit vehicles and pose a risk to road safety”. He said that “in the interest of a clean environment and rider and pedestrian safety, the Ministry of Road Transport and Highways is introducing the Voluntary Vehicle-Fleet Modernization Program (VVMP) or “Vehicle Scrapping Policy” which is aimed at creating an Eco-System for phasing out of Unfit and Polluting Vehicles”.

The objectives of the policy are to reduce population of old and defective vehicles, achieve reduction in vehicular air pollutants to fulfil India's climate commitments, improve road and vehicular safety, achieve better fuel efficiency, formalize the currently informal vehicle scrapping industry and boost availability of low-cost raw materials for automotive, steel and electronics industry.

CURRENT RULES FOR VEHICLES

According to the current rules and regulations, a private vehicle be it a car or two-wheeler is issued a registration certificate which is valid for 15 years. Thereafter, the owner has to take the car to the same RTO where the car has been registered for a fitness test. The fitness test is currently a manual event and a representative from the RTO scrutinizes the vehicle. Among the list of checks include functioning of lights, indicators, brakes and general health of the car. Once the car is deemed 'fit' by the representative, a Fitness Certificate is granted. The car or bike then is allowed to ply on the road for another five years after which the vehicle has to go through the same test again.

WHAT IS THE IMPACT OF NEW VEHICLE SCRAPE POLICY?

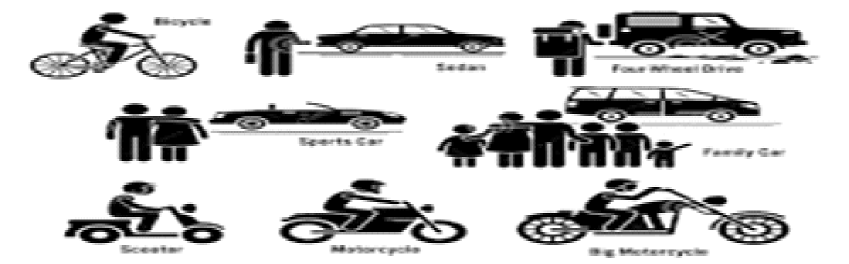
According to the new Vehicle Scrap page Policy, the process of getting a fitness certificate will become far more stringent. Automated workshops will spring across the country and one has to ensure that the vehicle taken to these centers are properly fit. This is primarily because human intervention will be drastically reduced and computers will take charge. For example, if the vehicle on the test bed has misaligned headlamps or if the headlamps are not powerful enough, the computer will give it a 'fail'. The moment the vehicle fails on any of the important parameters, a fitness certificate will not be provided. According to latest statements, vehicles which fail, will be deemed 'EOLV' or End of Life Vehicle. Then the owner will be given an option to scrap the vehicle at designated RVSFs or Registered Vehicle Scrapping Facilities.

The criteria for a vehicle to be scrapped is primarily based on the fitness of vehicles through Automated Fitness Centers in case of commercial vehicles and Non-Renewal of Registration in case of private vehicles. The criteria is adapted from international best practices after a comparative study of standards from various countries like Germany, UK, USA and Japan. A Vehicle failing the fitness test or failing to get a renewal of its registration certificate may be declared as End of Life Vehicle. Criteria to determine vehicle fitness will be primarily emission tests, braking, safety equipment, among many other tests which are as per the Central Motor Vehicle Rules, 1989

WHAT IS HAPPEN IN VEHICLE SCRAPPING POLICY..?

Commercial Vehicles: - like Truck and other commercial vehicles need to get fitness certificate after 15 years, in case failure to get fitness certificate vehicle will be de- registered. To de-promote old vehicle increased fees for fitness certificate and fitness test after initial registration.

Personal vehicles: - like cars need to get re- registration after 20 years, in case of failure to get to renew registration certificate or its found unfit than vehicle will be de- registered. To de-promote old vehicle increased fees for fitness certificate and fitness test after initial registration.



BENEFITS TO OWNERS OF OLD VEHICLES:-

- Scrap Value for the old vehicle given by the scrapping center, which is approximately 4-6% of ex-showroom price of a new vehicle.
- The state governments may be advised to offer a road- tax rebate of up to 25% for personal vehicles and up to 15% for commercial vehicles
- The vehicle manufacturers are also advised for providing a discount of 5% on purchase of new vehicle against the scrapping certificate.
- In addition, the registration fees may also be waived for purchase of new vehicle against the scrapping certificate

OVERALL OBJECTIVES OF POLICY

Promote E-vehicles- government of India focusing on e vehicles because e vehicles are environment friendly as compare to petrol-diesel vehicles, as many other advantage like less maintenance, less expensive.

Curb Air pollution: - the policy aims to cut 25-30% vehicular air pollution and ensure better fuel efficiency.

To Increase demand of new vehicles:- As the old vehicles will vanish from the road, the service and manufacturing industry will get a boost with an increase in demand for new vehicles.

TENTATIVE TIMELINE FOR APPLICATION OF PROPOSED SCRAPPING POLICY IS AS FOLLOWS:

1. Rules for Fitness Tests and Scrapping Centers: 01st October 2021
2. Scrapping of Government and PSU vehicles above 15 years of age: 01st April 2022
3. Mandatory Fitness Testing for Heavy Comm. Vehicles: 01st April 2023
4. Mandatory Fitness-Testing (Phased manner for other categories): 01st June 2024

संगठन अपना तंत्र पुनर्व्यवस्थित करें

मधुसूदन दाधीच

तकनीकी शिक्षा एवं कौशल विकास विशेषज्ञ

व्यापार और प्रबंधन से संबंधित हर चर्चा में आज दो शब्द का जिक्र बेहद आम है। व्यवधान और वीयूसीए वर्ल्ड। यानी परिवर्तनशील, अनिश्चित , जटिल और अस्पष्ट दुनिया। वर्तमान परिदृश्य में एक और जब इस विश्वव्यापी महामारी से आकांक्षाएं और भय की स्थिति व्याप्त है, उद्योग विशेषज्ञ और शिक्षाविद् इसका सामना करने और इससे बाहर निकलने के लिए धैर्य और लचीलेपन के साथ समाधान खोजने में जुटे हैं, कारण उन्हें आभास है कि कोरोना काल के बाद की दुनिया और भी कई जटिल चुनौतियों से घिरी होगी। जिससे बहुत अराजकता फैलने की आशंका है। आने वाले समय में अपना अस्तित्व बचाए रखने के लिए संगठन को चपलता और गतिशीलता अपनानी होगी और इसके लिए उन्हें अन्य रणनीतिक प्रयासों के अलावा संगठनात्मक संस्कृति उन्हें व्यवस्थित करनी होगी । अनुकूल और निरंतर सुधार के गुणों को संगठनात्मक संस्कृति का हिस्सा बनाकर प्रभावी ढंग से आत्मसात किया जा सकता है । संगठनात्मक संस्कृति साझा मान्यताओं, मूल्यों ,उद्देश्य और अर्थ के एक विकसित निकाय को संबोधित करती है जो एक संगठन के आंतरिक पारिस्थितिकी तंत्र को बनाने में योगदान देते हैं। निरंतर बदलाव वाले इस समय में एक लीडर की भूमिका बहुत अहम है, क्योंकि यह सही समय है जब संगठनों को संगठित और अतिरेक पूर्ण रूप से विकसित होने की आवश्यकता है एक लीडर संगठन की संस्कृति का महत्वपूर्ण आधार तो होता ही है इसे नया अपेक्षित आकार देने में भी अहम भूमिका निभाता है ताकि निरंतर परिवर्तनशील विश्व में संगठन के विकास के लिए आवश्यक गुणों को भी विकसित किया जा सके वर्तमान समय में आवश्यक है कि संगठन अपने क्षेत्र को मौलिक रूप से नए सिरे से तैयार करें ताकि उन्हें मजबूत और लचीला बनाया जा सके जाहिर है कि संस्कृति भी इसका अपवाद नहीं है,अतः आओ सभी मिलकर संस्कृति के बचाव हेतु तैयार हो जाएं।

सफलता

संजय दाधीच
Architects Desk
(आप जयपुर में प्रसिद्ध वास्तुशास्त्री हैं।)

सफल व्यक्ति और असफल व्यक्ति में केवल इतना ही अन्तर होता है कि सफल व्यक्ति अपनी हर असफलता में भी छुपी हुई सफलता को देखता है। और असफल व्यक्ति अपनी सफलता में भी कमियां निकाल लेता है। यहां अन्तर केवल दृष्टिकोण का है। सकारात्मकता हमेशा निराशा से उबार कर आगे बढ़ने की प्रेरणा प्रदान करती है। दृष्टि यदि सकारात्मक होगी तो विचार भी सकारात्मक ही उत्पन्न होगें। और सकारात्मक विचारों के प्रभाव से होने वाली क्रियाएं हमें हमारे लक्ष्य की ओर ले जायेगी। और लक्ष्य की प्राप्ति ही सफलता कहलाती है। अगर किसी लक्ष्य का निर्धारण करके उस लक्ष्य की प्राप्ति के लिए होने वाली क्रियाओं से उस लक्ष्य की प्राप्ति हो जाती है तो यही सफलता है। और लक्ष्य प्राप्ति से वंचित रह जाना ही असफलता है। जिसके निर्धारित लक्ष्यों की प्राप्ति और अप्राप्ति का अनुपात जितना अधिक होता है वह उतना ही सफल कहलाता है। और ये अनुपात नगण्य होने पर व्यक्ति असफल कहलाता है। दूसरों की सफलता या असफलता से सीख लेना अच्छी बात है परन्तु आकलन सदैव अपना ही करने की आदत सफल व्यक्तियों की आदतों का हिस्सा है। हम में से अधिकांश लोग सफलता तो प्राप्त करना चाहते हैं, परन्तु सफलता का मापदंड ही हमें नहीं पता होता है। निर्धारित लक्ष्यों की प्राप्ति ही सफलता होती है। पर हम लोग बिना लक्ष्य निर्धारित करें ही सफल व्यक्ति बनना चाहते हैं। सफलता प्राप्त करने के लिए सर्वप्रथम आवश्यक है कि हमारा लक्ष्य निर्धारित हो और हमारे लक्ष्य का रेखाचित्र हमारे जेहन में स्पष्ट रूप से अंकित हो। यदि हमें हमारी मंजिल दिखाई दे रही है परन्तु मार्ग नहीं पता तो भी हमारी मंजिल को प्राप्त करने की संभावना बढ़ जायेगी। अतः हमें हमारा लक्ष्य सदैव दिखाई देता रहना चाहिए जब तक कि वो प्राप्त न हो जाए। और फिर दूसरा कदम है हमारे लक्ष्य तक पहुंचने के मार्ग को खोजना। इसके लिए हमें हमारे निर्धारित लक्ष्यों को जो लोग पहले से प्राप्त कर चुके हैं उनके पदचिन्हों को खोजना चाहिए।

अर्थात् उन लोगों द्वारा बताए रास्तों का अध्ययन और मनन कर अपने मार्ग की रूपरेखा तैयार करनी चाहिए। और तीसरा कदम है खोजें गये मार्ग पर पूर्ण निष्ठा एवं विश्वास के साथ आगे बढ़ना। राह पर चल पड़े तो अब राह में आने वाली बाधाओं से घबराकर अपना लक्ष्य नहीं बदलना बल्कि बाधाओं को पार कर सकने की अपनी क्षमताओं को बढ़ाना है। और चलते जाना है जब तक कि लक्ष्य प्राप्त न हो जाए। लक्ष्य सबका अपना अलग हो सकता है परन्तु लक्ष्य को प्राप्त करने करने का उपाय यही है। इसी उपाय से अब तक लोग सफल होते आयें हैं, हो रहे हैं और आगे भी होते रहेंगे।

अगर ठान लिया तो
पर्वत को चीर कर राह बना लेंगे।
नदियां तो क्या ही है
समुद्र पर भी सेतु बना लेंगे।
ईश्वर ने दी है ताकत हमें
हम इस वायरस से मानवता को बचा ही लेंगे।
ईश्वर की कृपा है हम पर
हमारे भारत को हम फिर से स्वर्ग बना ही लेंगे।
सनातन है धर्म हमारा
इस धर्म को विश्व में फिर से फैला ही देंगे।
सिरमौर था कभी भारत
अब हम इसे फिर से विश्व का सिरमौर बना ही लेंगे।

विडंबना

कैसा भी हो मसला,
मसला मध्यवर्गीय ही जाता है।
बंजर जमीन पर हल तो चलाता है,
लेकिन अंकुरोद्गम के हल नहीं निकाल पाता।
जीवन को बनाना चाहता है उपवन
पर हताश होकर जी वन बन जाता है।
हर सूरत में ढूंढ रहा इंसान ,
पर किसी भी सूरत में इंसानियत नहीं पाता है।
जोड़कर तार-तार सजा रहा है घरौंदा
मजबूरियों के कांटों में तार-तार हो जाता है।
बहती है धार जिस ओर
उस ओर बहना चाहता है।
पर धोखे की धार से,
लहुलुहान हो जाता है।
स्थंभित कर ख्वाबों, स्वप्नों के महल
बनाता है,
पर ढहता देख महल अपना स्तम्भित रह जाता है।
कैसा भी हो मसला,
मसला मध्यवर्गीय ही जाता है।

सरिता विधुरश्मि

आप शिक्षिका के पद पर एच.बी.कापडिया
न्यू हाईस्कूल, अहमदाबाद में कार्यरत है।

उड़ान

- गौतम दाधीच
(आप विकासपुरी, दिल्ली निवासी हैं
और कक्षा -12 के छात्र हैं।)

एक बड़े से सपने की,
छोटी सी उड़ान हूं मै,
स्वप्न पूरे कर सकूँ,
ऐसा वो इंसान हूं मै।

जरूरी नहीं कि हमेशा तुम्हें कोई स्वप्न की उड़ान सिखाए,
तुम्हे भी पंख मिले है, तो अभी तक क्यों ना खोल पाए?

हौसलों की उड़ान,
इतनी ऊपर भरो कि
मुश्किलें नीचे गिर जाए।
ऐसी पक्की उड़ान भरो की वे,
तुम्हे कभी तंग ही ना कर पाए।

अभी तो इस स्वप्न की असली उड़ान बाकी है,
अभी तो सिर्फ स्वप्न देखा है,
अभी तो पूरा आसमान में उड़ान बाकी है....

आज्ञाकारिता सिखाने के लिए सरल तरीके

- भावना सुनील शर्मा

- सभी माता-पिता किसी बिंदु पर जिद्दी बच्चों के साथ संघर्ष करते हैं, इसलिए ऐसा महसूस न करें कि आप अकेले हैं। यह सुनिश्चित करके शुरू करें कि आपके नियम स्पष्ट और विशिष्ट हैं।
- आपको भी प्रशंसा और छोटे पुरस्कार के साथ अच्छे फैसलों को प्रोत्साहित करना चाहिए। अपने बच्चे को प्रोत्साहित करें और बहुत स्नेह दें। अच्छे व्यवहार को पुरस्कृत करें। अपने बच्चे की प्रशंसा करें और जब वह कुछ सही करता है तो अतिरिक्त ध्यान दें। अच्छे व्यवहार के लिए इनाम दें।
- गलत व्यवहार करने के तुरंत बाद अपने बच्चे को सही करें, लेकिन तब तक इंतजार करें जब तक कि आपका गुस्सा बीत न जाए। 10 तक गिने फिर प्यार से समझाए|
- अपने बच्चे को यह बताना याद रखें कि व्यवहार बुरा था, लेकिन वह (बच्चा) "बुरा" नहीं है।
- आपके चिल्लाने से बच्चों में अवसाद (डिप्रेशन)की भावना जाग्रत हो सकती है। स्पष्ट, सटीक पारिवारिक नियमों की पहचान करें और समझाएं। सुनिश्चित करें कि बच्चा समझता है कि यदि वे दुर्व्यवहार करते है तो उसका आगे क्या परिणाम होगा|
- शब्द 'नहीं' रिमोट कंट्रोल, सेल फोन, बिजली के तार आदि से ख़तरनाक आइटम है। "नहीं" शब्द का उपयोग करने के बाद, वह अक्सर विरोध करता है | हम उसे इन घातक चीजों से हटाकर खिलौनो के बॉक्स की तरफ ले जाए।
- एक अवज्ञाकारी बच्चे को भी 3 की गिनती से अधिक मौके मत देना, आप उन्हें सिखा रहे हैं कि जब भी आप एक आदेश देते हैं उसे, इसे करने पर विचार करने के लिए कम से कम 3 मौके होंगे।
- कमरे के पार से निर्देश देने के बजाय, अपने बच्चे के करीब ले जाएं और उसे छूएं। वह क्या कर रहा है इस पर टिप्पणी करके कनेक्ट करें।

- उसे खिलौनों, आदि चीजों में व्यस्त करें, परिणाम स्वरूप वह जिसके लिए जिद्द कर रहा है उससे , उसका ध्यान भटक सके।
- बच्चे की परेशानी सुने और शांति से उससे सुलझाने प्रयास करें।
  खुश रहकर आप अपने बच्चे के साथ एक विश्वास (अटूट सम्बन्ध) स्थापित सकते है। आमतौर पर बच्चों को खुश करने का सबसे आसान तरीका है । बच्चे को गुदगुदी करे और उसे सुबह , शाम दिन में दो बार कम से कम हंसाने का प्रयास करे । परिणाम स्वरूप वह तनाव महसूस नहीं करेगा।
- बच्चे के कोच बने। बजाय उसे नियंत्रित करने की कोशिश करने के । अपने बच्चे को सुने वह क्या चाहता है , यदि आपको लगता है वह ग़लत मांगकर रहा है , तब उसे उसका परिणाम समझाए, अथवा उसे दूसरे कार्य में व्यस्त करें।
- टाइम-आउट बच्चों को सिखाता है कि खुद को कैसे शांत करें, जो एक उपयोगी जीवन कौशल है।
- बहुत ज्यादा नकारात्मक अनुशासन, पर्याप्त प्रशंसा पुरस्कार नहीं है । अनुशासन का प्रयोग करें जिसका उद्देश्य शिक्षण करना है, दंडित नहीं करना।
- वहां घर के काम करने से एक बच्चे के लिए बुरा कुछ भी नहीं है । इसलिए, आपको उन्हें घर के कामकाज सौंपना चाहिए।
- सबसे अच्छा दंड आप कर सकते है कि आप उनसे उनकी पसंदीदा चीज़ ले ले चाहे वह उनका फोन हो या टैबलेट, उन्हें एक निश्चित समय के लिए इसका उपयोग करना बंद करें।
- आपके बच्चे को अपने दोस्तों के साथ बाहर जाना पसंद है तो यदि वे जिद्द करे तो उसे आगामी कुछ देर के लिए बाहर दोस्तों के साथ जाए से रोक दे वे इस सजा को दोहराना नहीं चाहेंगे क्योंकि वे अपने दोस्तों को जाना चाहेंगे।
- यदि आपका बच्चा जानबूझकर फर्श पर दूध या भोजन फैलाता है तो उन्हें साफ़ करने के लिए कहें। यह उन्हें सीखने का एक अच्छा तरीका है कि उन्हें यह बताना है कि उन्होंने क्या गलत किया है। प्रभावी अनुशासन बच्चों को खुशी से और अधिक समस्या मुक्त वास्तविक दुनिया में रहने के लिए रूपरेखा प्रदान करता है। इसका उद्देश्य परिपक्व वयस्कों के व्यवहार और प्रोत्साहित करने के स्वीकार्य और उचित तरीकों को बढ़ावा देना होना चाहिए । यह उनके मानसिक और व्यवहारिक विकास के लिए भी महत्वपूर्ण है और इससे आत्म अनुशासन को बढ़ावा मिलेगा।

सखि, वे मुझसे कह कर जाते...

राष्ट्रकवि मैथिलीशरण गुप्त की कालजयी रचना यशोधरा से यहां एक अंश उद्धृत है जब सिद्धार्थ (गौतम बुद्ध) सांसार के हृदय विदारक दृश्य देखतें हैं , जरा, रोग, मृत्यु आदि के दृश्यों से वे भयभीत हो उठते हैं, तब वे यह कल्पना करते हैं....

घूम रहा है कैसा चक्र !
वह नवनीत कहां जाता है,
रह जाता है तक्र ।

पिसो, पड़े हो इसमें जब तक,
क्या अन्तर आया है अब तक ?
सहें अन्ततोगत्वा कब तक-
हम इसकी गति वक्र ?

घूम रहा है कैसा चक्र !
कैसे परित्राण हम पावें ?
किन देवों को रोवें-गावें ?
पहले अपना कुशल मनावें
वे सारे सुर-शक्र !
घूम रहा है कैसा चक्र !

बाहर से क्या जोड़ूँ-जाड़ूँ ?
मैं अपना ही पल्ला झाड़ूँ ।
तब है, जब वे दाँत उखाड़ूँ,
रह भवसागर-नक्र !
घूम रहा है कैसा चक्र !

Kids Corner

By Falak dadheech
Mumbai
Studying in 7th standard

Answer key of Suduko-4

5	3	4	6	7	8	9	1	2
6	7	2	1	9	5	3	4	8
1	9	8	3	4	2	5	6	7
8	5	9	7	6	1	4	2	3
4	2	6	8	5	3	7	9	1
7	1	3	9	2	4	8	5	6
9	6	1	5	3	7	2	8	4
2	8	7	4	1	9	6	3	5
3	4	5	2	8	6	1	7	9

Suduko-5

6		9				4		5
8		5		6		7		1
	3	7	5	9	4	8	2	
2	7			4			1	9
	9	1	2	8	5	6	7	
4	5			1			8	3
	6	3	8	5	7	1	4	
5		4		2		3		7
7		2				9		8

सम्मानीय बन्धुओं से आग्रह है बुलेटिन के लिए
अधिक से अधिक रचनाएँ प्रेषित करें।

यह पत्रिका **निःशुल्क** है, परिजनों को भी भेजें और
नए पहलुओं से परिचय करवाएं।

E-mail- dadheech@ditfindia.org