गति अभ्यास-1

निर्देश : निम्नलिखित गति अभ्यास को समय निर्धारित करके टाइप करें और देखें कि आपने कितने मिनट में इस सामग्री को टाइप किया है। इसे तब तक बार-बार टाइप करें, जब तक आप इसे अधिकतम 10 मिनट में टाइप न कर लें।

दस बरस की पम्मी की मम्मी ने अभी कुछ माह पूर्व ही एक फर्म में नौकरी 75
करनी शुरू की। यही सोचकर कि अब बिटिया बड़ी हो गई है, उसे अब मेरी इतनी 154
जरूरत नहीं। लेकिन घर में हर समय मम्मी की उपस्थिति की अभ्यस्त पम्मी को 232
मम्मी का नौकरी करना बिल्कुल अच्छा नहीं लग रहा है। उसका कहना है कि स्कूल 310
से लौटने पर मम्मी बिना घर बहुत बुरा लगता है। मम्मी को घर आने में बहुत देर 397
हो जाती है। कभी-कभी तो रात के नौ भी बज जाते हैं। पापा घर में मेरे साथ रहते 495
हैं। लेकिन मम्मी के न रहने से बहुत गुस्सा आता है। पापा से भी बात करने का 577
मन करता है। कार्यालय से थककर लौटी मम्मी को घर आकर मुझे प्यार करने से 660
भी चिढ़ होती है। अक्सर मम्मी को उस दिन भी कार्यालय जाना होता है, जब मेरी 745
छुट्टी होती है। मम्मी के बिना पूरा दिन बहुत उदास लगता है। 811

पहले मम्मी के पास मेरी बातों को सुनने के लिए खूब समय होता था। वे 886
मेरी बातों को सुनने के लिए खूब समय देती थीं। मेरी टीचर और मेरी सहेलियों के 974
बारे में पूछती थीं, लेकिन अब उनके पास मेरी बात सुनने का समय नहीं है। मम्मी 1054
के नौकरी करने से हमारा घर बहुत अस्त-व्यस्त हो गया है। समय पर कोई चीज 1135
ही नहीं मिलती। अब मम्मी मेरी पढ़ाई की ओर भी ध्यान नहीं देतीं, इसी से कक्षा में 1219
मेरा ग्रेड गिरता जा रहा है। जब पम्मी से पूछा गया कि क्या वह अपनी मम्मी को 1297
नौकरी करने से रोकना चाहती है तो उसका जोरदार शब्दों में जवाब हां में था। 1386
सर्वेक्षण के दौरान यह बात सामने आई कि बच्चों को जहाँ इस बात का गर्व है कि 1471
उनकी मां नौकरी करती है, वहीं मां की घर में अनुपस्थिति उन्हें खलती है। 1553

गति अभ्यास-2

निर्देश : निम्नलिखित गति अभ्यास को समय निर्धारित करके टाइप करें और देखें कि आपने कितने मिनट में इस सामग्री को टाइप किया है। इसे तब तक बार-बार टाइप करें, जब तक आप इसे अधिकतम 10 मिनट में टाइप न कर लें।

मैं कहना चाहता हूं कि आज देश में केवल नारे लगाने से ही काम नहीं चल 71
सकता है। आज आवश्यकता इस बात की है कि सभी महत्वपूर्ण मामलों पर देश के 152
सभी राजनीतिक दल आपस में मिल बैठ कर गंभीरतापूर्वक विचार करें। कम से कम 232
देश हित के मामलों पर हमें एक हो कर काम करना चाहिए। यह अच्छी बात है कि 309
देश के सभी राजनीतिक दलों ने देश हित के मामलों में अपने विचार गंभीरता के 393
साथ प्रकट किए हैं। आज हमारे राष्ट्र की एकता व अखण्डता को खतरा महसूस होने 478
लगा है तथा देश में ऐसे तत्व पैदा हो रहे हैं जो देश की व्यवस्था को छिन्न-भिन्न 577
कर देना चाहते हैं। इस प्रकार के तत्वों, जिनसे देश को खतरा है, का मुकाबला 663
किस प्रकार से किया जाए इस पर सभी राजनीतिक दलों को आपसी सहयोग और 739
विचार-विमर्श से काम करना चाहिए। अक्सर देखने में आता है कि हमारे देश के 822
विपक्षी दल के नेता राष्ट्र की मूल समस्याओं को अनदेखा करके दूसरी छोटी-छोटी 910
बातों को अधिक महत्व देते हैं। सभी क्षेत्रीय व राष्ट्रीय राजनीतिक दलों को विचार 994
करना चाहिए कि वे क्या कारण हैं जिनकी वजह से हमारे देश में क्षेत्रीय प्रश्नों व 1085
भाषा के प्रश्नों को लेकर हमारे नागरिक आपस में एक-दूसरे के विरुद्ध लड़ रहे हैं। 1174
ऐसे प्रश्नों पर सभी राजनीतिक दलों को व्यापक दृष्टिकोण अपनाना होगा। सभी 1255
राजनीतिक दलों को ऐसी भ्रामक बातें बिल्कुल नहीं करनी चाहिए जिससे देश की 1331
एकता व अखण्डता को खतरा पैदा हो। देश एक रहे ऐसी कोशिश करनी चाहिए। 1405
कुछ राजनीतिक दल अपनी स्वार्थ सिद्धि के लिए देश की जनता को गुमराह करते 1481
हैं। देश की जनता को ऐसे दलों से सतर्क रहना होगा। 1538

गति अभ्यास-3

निर्देश : निम्नलिखित गति अभ्यास को समय निर्धारित करके टाइप करें और देखें कि आपने कितने मिनट में इस सामग्री को टाइप किया है। इसे तब तक बार-बार टाइप करें, जब तक आप इसे अधिकतम10 मिनट में टाइप न कर लें।

कल्पना कीजिए आप किसी खूबसूरत घाटी में घूमने निकले हैं। चारों तरफ 79
प्रकृति अपने पूरे शबाब पर है। हवा के मंद-मंद झोंके माहौल को खुशगवार बना रहे हैं। 173
दूर कहीं घाटी के सीने पर कोई जल धारा फिसल रही है और प्रकृति का कोई जादुई 266
राग हवा में बज रहा है। सहसा माहौल में सरगोशी होती है। लोक वाद्यों की सुमधुर 362
धुनों के बीच नाचती-गाती युवक युवतियों की कोई टोली उधर आ निकलती हैं। ये टोली 445
घाटी की तलहटी में पहुँच कर गोल दायरा बना लेती है और फिर पर्वत-घाटियां भी 538
उनके लोकनृत्य की थिरकन में शामिल हो जाती हैं। हिमाचल प्रदेश एक ऐसा पर्वतीय 623
राज्य है जहाँ की पर्वत-घाटियां, खेत-खलिहान, घर-आंगन ऐसे दृश्यों के गवाह हैं और 722
यहाँ आकर आप अपनी इस कल्पना को साकार होते देख सकते हैं। चाहे कोई धार्मिक 806
आयोजन हो, त्योहार या कोई खुशी का अवसर हो, हिमाचल के लोग नाच-गाकर अपनी 889
भावनाओं को अभिव्यक्त करते हैं। हिमाचल की जितनी घाटियां हैं और जितनी बोलियां 984
हैं, उतने ही यहाँ के लोकगीत हैं और उतने ही लोकनृत्य। जिस तरह यहाँ के लोगों का 1070
विशिष्ट पहनावा है उसी तरह यहाँ के लोकनृत्य भी विशिष्टता लिए हैं और इनमें पहाड़ी 1165
जन-जीवन की थिरकन समायी है। 1197

हिमाचल प्रदेश के ज्यादातर लोकनृत्य ऐसे हैं, जिनमें पुरुष व महिलाएं एक साथ 1281
नृत्यरत होते हैं कहीं कोई संकोच नहीं, कहीं मन में कोई दुराग्रह नहीं। सहज स्वाभाविक 1364
ढंग से वे एक दूसरे का साथ निभाते हैं और फिर माहौल में मस्ती भर देते हैं। दर्शक 1463
भी उनकी स्वर-लहरियों के साथ झूमे बिना नहीं रह पाते। 1538

गति अभ्यास-4

निर्देश : निम्नलिखित गति अभ्यास को समय निर्धारित करके टाइप करें और देखें कि आपने कितने मिनट में इस सामग्री को टाइप किया है। इसे तब तक बार-बार टाइप करें, जब तक आप इसे अधिकतम 10 मिनट में टाइप न कर लें।

भारतीय संविधान में हिंदी को भारतीय संघ की राजकीय भाषा के रूप में स्वीकार	90
किया गया है। इस संवैधानिक व्यवस्था को मूर्तरूप देने के लिए केंद्रीय सरकार ने समय-	179
समय पर नियम बनाए और आदेश जारी किए हैं। इनके फलस्वरूप सरकारी कामकाज में	257
हिंदी के प्रयोग को क्रमश: बढ़ाया जा रहा है। पिछले चार दशकों में सरकारी क्षेत्र में हिंदी की	358
प्रगति पर जब हम दृष्टि डालते हैं तो यही देखने को मिलता है कि प्रगति का क्रम धीमा	451
है। उन क्षेत्रों में जहाँ कार्यालयों में हिंदी भाषी या हिंदी का कार्यसाधक ज्ञान रखने वाले	551
अधिकारियों और कर्मचारियों की संख्या पर्याप्त है, वहां भी, इसकी प्रगति जितनी होनी	643
चाहिए उससे कहीं कम है। संवैधानिक व्यवस्था, आवश्यक मार्ग निर्देश, समुचित नियमों के	735
बावजूद अगर प्रगति का क्रम अपेक्षा से कम है तो इसका कारण यही लगता है कि हिंदी में	820
काम करने की योग्यता रखने वाले कर्मचारियों में अपेक्षित जागरूकता और उत्साह की कमी	912
है। एक और तथ्य जो हिंदी के प्रयोग को बढ़ाने में आड़े आता है, वह है बदलाव के प्रति	1003
उदासीनता। अंग्रेजी में काम करने की आदत को थोड़े प्रयास से बदला जा सकता है, लेकिन	1090
इसमें अभ्यास को बदलने की बात है इसलिए लोग टाल जाते हैं। वे यह नहीं सोचते कि इस	1176
प्रयास से वे न केवल अधिक कुशलता से अपना काम कर सकते हैं बल्कि अपने सहयोगियों	1259
को भी प्रोत्साहित कर सकते हैं और प्रशासनिक कार्य की कुशलता और गति भी बढ़ा सकते	1356
हैं।	1361
एक जीवंत भाषा विकास और संवर्धन की निरंतर प्रक्रिया है। दैनिक प्रयोग से उसमें	1451
नये शब्द, नई अभिव्यक्तियों और नई शैलियों का समावेश होता है।	1531

गति अभ्यास-5

निर्देश : निम्नलिखित गति अभ्यास को समय निर्धारित करके टाइप करें और देखें कि आपने कितने मिनट में इस सामग्री को टाइप किया है। इसे तब तक बार-बार टाइप करें, जब तक आप इसे अधिकतम 10 मिनट में टाइप न कर लें।

भाषा अभिव्यक्ति का एक सशक्त माध्यम है। बिना भाषा के कोई भी अपनी	87
अभिव्यक्ति नहीं कर सकता। जब हम अपने विचारों और भावनाओं को दूसरों तक	170
पहुँचना चाहते हैं तो उसके लिए जिस माध्यम की आवश्यकता पड़ती है, उसे भाषा	262
कहते हैं। भाषा में शक्ति निहित होती है जो हमारी चेतना को प्रखर करती है,	366
विचारों को नई दृष्टि प्रदान करती है। नई विचार दृष्टि से हमारे ज्ञान का विस्तार	437
होता है। ज्यों-ज्यों हमारे ज्ञान का विस्तार होता है, त्यों-त्यों हम विभिन्न लोगों के	533
सम्पर्क में आते हैं, विचार-विनिमय करते हैं तो हमारे अनुभवों में वृद्धि होती है।	633
भाषा से ही समाज में व्यक्ति का दूसरे व्यक्ति के साथ रिश्ता बनता है। यह रिश्ता	720
प्रगाढ़ होता है भाषा से। भाषा से ही व्यक्ति का विकास होता है। इस दृष्टि से	816
देखा जाए तो हिंदी हमारी सम्पर्क भाषा के रूप में व्यक्ति के विकास में सहायक	894
तत्व बनकर सामने आई है।	904
हिंदी भाषा हमारी राष्ट्रभाषा और राजभाषा है। राष्ट्रीय स्तर पर जितनी भी	1002
भाषाएं हैं उनमें हिंदी ही एक ऐसी भाषा है जिसे सम्पर्क भाषा का गौरव भी प्राप्त	1105
हुआ है। क्योंकि हिंदी जनता की भाषा है, आम आदमी के समझ में आने वाली भाषा	1197
है। जन अपेक्षाओं और उसकी भावनाओं की अभिव्यक्ति हिंदी में सहज रूप से हो	1284
सकती है। इसका मूल कारण है हिंदी भाषा की जड़ें हिंदुस्तान की धरती में गहराई	1376
से जमी हुई हैं। हमारी लोक संस्कृति की पहचान हिंदी भाषा के माध्यम से ही हो	1459
सकती है। हिंदी भाषा किसी धर्म, जाति अथवा संप्रदाय विशेष की भाषा नहीं है। यह	1556
तो जन भाषा है।	1578

गति अभ्यास-6

निर्देश : निम्नलिखित गति अभ्यास को समय निर्धारित करके टाइप करें और देखें कि आपने कितने मिनट में इस सामग्री को टाइप किया है। इसे तब तक बार-बार टाइप करें, जब तक आप इसे अधिकतम 10 मिनट में टाइप न कर लें।

अंग्रेजी की एक कहावत है, जिसका अभिप्राय है कि ईश्वर या देव भक्ति के	79
बाद साफ सफाई का स्थान आता है। स्वच्छता हमारी जागरूकता और सुरुचिपूर्ण	163
दृष्टिकोण की परिचायक है। हमारी सौंदर्यप्रियता और सतर्कता के भाव का पता इससे	251
लगता है कि हम कितने सफाई पसंद हैं। पातंजल योग के नियमों में शौच का	331
वर्णन इसी संदर्भ में आता है। शौच का अर्थ है स्वच्छता, न केवल मन व शरीर	421
की बल्कि एक दूसरे के साथ व्यवहार में भी।	468
सफाई के बारे में कहा गया है कि आत्मा, मन, बुद्धि और इंद्रियों की शुद्धि का	553
नाम शौच है। आत्मा की ज्ञान और उपासना से, मन की सत्य और श्रेष्ठ विचारों से,	640
शरीर की पवित्र अन्न सेवन और जल से, वाणी की सत्य और मधुर वचनों से, हाथों	728
की दान और सेवा से, रूप की तप से, कानों की पवित्र वेद मंत्रों तथा अन्य श्रेष्ठ	812
विचारों को सुनने से शुद्धि होती है। शरीर की भीतरी और बाहरी मलिनता को दूर	900
करते रहना ही स्वच्छता है। पवित्र भोजन और नीति कुशल व्यवहार बाह्य स्वच्छता	986
के लिए है, जबकि अंत:करण की सफाई के लिए ईश्वर के नाम का जप, तप और	1063
उत्तम विचार हैं। गीता में भी बाहर और भीतर की सफाई पर बहुत बल दिया गया है।	1153
रोजमर्रा के जीवन में अपने घर, कार्य क्षेत्र में कोई किस तरह रहता है, अपने	1236
काम में आने वाली हर चीज को कैसे संभालता या रखता है, इससे किसी के	1310
व्यक्तित्व के स्तर का पता चलता है। इसी आधार पर व्यक्ति के नजरिए की	1382
जानकारी मिलती है। उन लोगों को वैचारिक दृष्टि से परिपक्व समझा जाता है जो	1464
स्वच्छ और अच्छा जीवन जीते हैं।	1501

गति अभ्यास-7

निर्देश : निम्नलिखित गति अभ्यास को समय निर्धारित करके टाइप करें और देखें कि आपने कितने मिनट में इस सामग्री को टाइप किया है। इसे तब तक बार-बार टाइप करें, जब तक आप इसे अधिकतम 10 मिनट में टाइप न कर लें।

हमारे विचारों का स्वास्थ्य से गहरा संबंध है। हम जैसा सोचते और व्यवहार 80
करते हैं, हमारा शरीर भी उसी तरह क्रियाएं करने लगता है और अंततः स्वास्थ्य पर 166
उन विचारों का प्रभाव दीखने लगता है। हमारे शरीर के अवयव हमारे विचारों के 248
अनुरूप व्यवहार करने लगते हैं। 279

एक व्यापारी था। वह जब भी किसी से मिलता, यही शिकायत करता कि 348
उसका हाजमा ठीक नहीं रहता, उसे कब्ज रहता है। हालांकि उसे ये बीमारियां नहीं 425
थीं। लेकिन देखा गया कि बार-बार ऐसी शिकायतें करते रहने से वह व्यापारी पेट 512
की गैस और अपचन का शिकार हो गया। यही कारण है कि कुछ डॉक्टर इस 586
मनोवैज्ञानिक नियम का लाभ उठाते हैं और रोगी की आधी बीमारी अपनी 660
उत्साहवर्धक बातों से ही दूर कर देते हैं। डॉक्टर के यह कहते ही कि यह रोग ठीक 747
हो जाएगा, चिंता की कोई बात नहीं, मरीज के चेहरे पर रौनक आ जाती है। उसमें 828
एक आत्मविश्वास जग जाता है। यह आत्मविश्वास रोग पर विजय पाने का साहस 898
प्रदान करता है और उसी क्षण से रोगी ठीक होने लगता है। 962

विचारों के प्रभाव का एक अन्य पहलू भी आपने देखा और सुना होगा। दादी- 1045
नानी से बचपन में सुनी हुई भूत-प्रेत की मनगढ़ंत कहानियों का दिमाग पर इतना 1125
गहरा असर होता है कि व्यक्ति बड़ा होने पर भी भूत-प्रेत के भय से मुक्त नहीं हो 1216
पाता है। छोटी-छोटी बातों को लेकर वह आतंकित और भयभीत रहता है। अंधेरे में 1313
या सुनसान जगह पर जाने में उसे डर लगता है। इसी तरह बच्चों को बुजदिल या 1388
डरपोक कहने से भी उनके दिमाग पर गलत असर होता है और वे चाहकर भी कभी 1470
बहादुरी का कोई काम नहीं कर पाते हैं। 1511

गति अभ्यास-8

निर्देश : निम्नलिखित गति अभ्यास को समय निर्धारित करके टाइप करें और देखें कि आपने कितने मिनट में इस सामग्री को टाइप किया है। इसे तब तक बार-बार टाइप करें, जब तक आप इसे अधिकतम 10 मिनट में टाइप न कर लें।

किसी समय कश्मीर में एक सम्मेलन हुआ था। उसमें भाषण करने वाले लोगों	79
का बहुत बोलबाला था। भाषण करने वाले नेता होते हैं और सत्संग करने वाले संत	170
होते हैं। जीभ तो वही की वही होती है। जब बुद्धि से, किताबों से और समाज के	256
इधर-उधर के मतों से प्रभावित होकर बात कही जाती है तो वह भाषण हो जाता है,	349
लेकिन संत बोलते हैं तो सत्संग हो जाता है। मीरा तो टूटी-फूटी भाषा में ही हरिगीत	437
गाती थी। उसे बहुत सुंदर सुहावने ढंग से लता मंगेशकर गाती होगी। उसके	518
कोकिलकंठ से निकली हुई मधुर एवं सुरीली आवाज के जादू से लोगों को मनोरंजन	597
मिलता है, किंतु मन की शांति नहीं मिलती। मीरा उससे भले ही कम सुरीले कंठवाली	675
होगी, तो भी मीरा के श्रीमुख से जिन्होंने हरिगीत सुना होगा, उनके मन को शांति	760
अवश्य मिली होगी। प्रोफेसर भले ही सुंदर ढंग से बोले, किंतु उसके वचन व्याख्यान हो	847
जाते हैं जबकि कबीर जी भले ही टूटी-फूटी भाषा शैली में बोलें फिर भी उनके वचन	955
सत्संग बन जाते हैं।	985
कश्मीर के उस सम्मेलन में एक वक्ता ने कहा - जब तक दिल पवित्र नहीं	1048
हुआ तब तक राम-राम कहने से क्या फायदा? पहले मन को पवित्र करो, फिर	1126
राम-राम कहो। इस प्रकार का भाषण देकर वह बैठ गया। फिर किसी संत की बारी	1213
आई। संत बोले - अभी-अभी एक सज्जन भाषण करके गए। उनका मंतव्य है कि जब	1295
तक मन पवित्र नहीं हुआ तब तक राम-राम करने से क्या फायदा? पहले मन को	1367
पवित्र करो फिर राम-राम जपो। यदि हृदय सूखा है तो भी राम-नाम लो जिससे	1450
सूखापन मिटते ही राम-नाम के रस का अनुभव हो जाएगा।	1507

गति अभ्यास-9

निर्देश : निम्नलिखित गति अभ्यास को समय निर्धारित करके टाइप करें और देखें कि आपने कितने मिनट में इस सामग्री को टाइप किया है। इसे तब तक बार-बार टाइप करें, जब तक आप इसे अधिकतम 10 मिनट में टाइप न कर लें।

किसी गलती के लिए क्षमा याचना तनाव से निकलने का एक बेहतर तरीका	61
है। अधिकतर अवसरों पर हम लोगों को अकारण आहत कर देते हैं। आहत होने का	146
कारण सिर्फ दूसरे व्यक्ति को पता होता है। तनाव किसी परिस्थिति के प्रति हमारे	231
शरीर की प्रतिक्रिया की स्थिति है। यह परिस्थितियों के कारण ही पैदा होता है। जो	324
लोग सिर्फ वर्तमान की सोचते हैं, वे कभी तनाव महसूस नहीं करते। तनाव बीती	405
बातों के बारे में सोचने और उस पर बार-बार मनन करने से पैदा होता है।	481
तनाव दूर करने के वैसे तो बहुत सारे तरीके हैं। लेकिन एक दूसरा आसान	552
तरीका यह भी है कि रोज रात में सोते समय अपनी गलतियों को याद कर खुद को	634
माफ करने की कोशिश करें। क्षमादान या क्षमा वही कर सकते हैं जो वर्तमान में	718
जीते हैं। बेहतर कल की समझ रखने वाले ही क्षमा कर सकते हैं। क्षमादान देकर आप	799
उन परिस्थितियों या उन व्यक्तियों से दूर हो जाते हैं, जो बीते कल के हिस्से होते हैं।	886
क्षमा माँगने के साथ-साथ व्यक्ति को क्षमा करने की कला भी सीखनी चाहिए। इससे	975
माफ करने वाले व्यक्ति की सेहत पर अच्छा प्रभाव पड़ता है। गलतियों को स्वीकार	1061
करना क्षमादान की दिशा में पहला कदम है। लोग बचपन से यौवन तक बहुत सारी	1141
गलतियां करते हैं। इसमें छोटे-छोटे अपराध, दूसरों को कष्ट पहुँचना, कसमें खाने और	1230
निर्णय लेने संबंधी बातें शामिल रहती हैं। अगर हम उन गलतियों को स्वीकार कर	1317
उसके लिए पश्चाताप करते हैं और दोबारा न करने की प्रतिज्ञा करते हैं या हम लोगों	1396
को पहुँचए गए कष्ट की भरपाई करने में सक्षम हो जाते हैं तो ईश्वर हमें माफ कर	1493
देता है।	1516

गति अभ्यास-10

निर्देश : निम्नलिखित गति अभ्यास को समय निर्धारित करके टाइप करें और देखें कि आपने कितने मिनट में इस सामग्री को टाइप किया है। इसे तब तक बार-बार टाइप करें, जब तक आप इसे अधिकतम 10 मिनट में टाइप न कर लें।

भविष्य का मतलब ही है बदलाव। मगर कंप्यूटर की दुनिया में बदलाव जिस रफ्तार से हो रहे हैं उसे बदलाव कहे जाने की अपेक्षा अगर क्रांति कहा जाए तो बेहतर होगा। यह क्रांति इस अंदाज में हो रही है कि भविष्य में आज की दुनिया की सूरत ही नजर आएगी। हाईटेक दफ्तरों और किचेन में फर्क खत्म हो जाएगा। अगले बीस सालों के भीतर दुनिया में इस कदर बदलाव आ जाएगा कि कुछ थोड़ी सी यादगार इमारतों और भव्य स्मारकों के अलावा शायद ही कोई दूसरी ऐसी चीज दिखे जिसमें पिछली सदी के चिह्न हों।

मजे की बात है कि इस समूचे विकास के केंद्र में कंप्यूटर होगा। अगले दस सालों में घरों और दफ्तरों में फर्क मिट जाएगा। आप दफ्तर में बैठकर घर के काम निपटा सकेंगे और घर में बैठे हुए दफ्तर के काम से फारिग हो सकेंगे। आज जिन महिलाओं को भागते भागते दफ्तर इसलिए जाना पड़ता है क्योंकि उन्हें घर के तमाम कामों में देर हो जाती है उन्हें इससे मुक्ति मिल जाएगी। दफ्तर में बैठे बैठे ही वे घर के कपड़े धो सकती हैं और घर में बैठे बैठे ही अपनी फाइल का अधूरा काम निपटा सकती है। तब उन्हें यह चिंता नहीं रहेगी कि घर में दूध है या नहीं। घर में रखा मल्टीमीडिया सिस्टम फ्रिज से पूछकर उन्हें अनुमान लगाने से मुक्ति दिला देगा। बच्चों के लिए खेलने के लिए पार्कों का महत्व घट जाएगा। बच्चों को घर में ही कंप्यूटर तमाम ऐसे खेलों से परिचय करा देगा जिनसे उन्हें छुट्टी नहीं मिलेगी। बच्चों की ट्यूशन को तो भूल ही जाइए। इंटरनेट में ऐसी तमाम बेबसाइटें मौजूद होंगी जो छात्रों को एक एक पाठ का विस्तार से अध्ययन कराएंगी।

70
148
228
318
399
479
522
595
687
774
859
947
1040
1125
1210
1293
1376
1474
1548
1557