खाली समय का महत्त्व

Value of Leisure

आधुनिक युग मशीनी युग है। हर कोई सुबह से शाम तक व्यस्त है। बहुत ही कम लोग अपनी व्यस्त दिनचर्या से खाली समय निकाल पाते हैं। किन्तु वह लोग जिनके पास बहुत अधिक खाली समय होता है, उनको यह पता ही नहीं होता कि उसे किस प्रकार व्यतीत किया जाए। अधिकतर लोग इसको दिन में सपने लेने या इधर-उधर की बातें करने में अतीत देते हैं। खाली समय को शांतिपूर्ण तथा उपयोगी तरीके से बिताना चाहिए।

खाली समय को व्यतीत करने का सबसे अच्छा तरीका है-किताबें पढ़ना। किताबें व्यक्ति की जीवन भर की साथी होती हैं। यह व्यक्ति को अकेला महसूस नहीं होने देती। यह व्यक्ति का खाली समय उपयोगी ढंग से व्यतीत करवाती हैं। यह व्यक्ति का केवल मनोरंजन ही नहीं बल्कि उसे ज्ञान भी प्रदान करती हैं। पुस्तकालय में जाकर व्यक्ति विभिन्न प्रकार की पुस्तकें प्राप्त कर सकता है।

ऐसे अनेक तरीके हैं जिससे हम अपने खाली समय को उपयोगी ढंग से व्यतीत कर सकते हैं। व्यक्ति एक से अधिक चीजें अपनी पसन्द के अनुसार चयन कर सकता है। बहुत से लोगों को स्टैम्प एकत्रित करने का शौक है। बागबानी भी एक अच्छी आदत है। यह व्यक्ति को बीज बोने, पानी देने तथा पौधों को फल तथा फल देते देखने में व्यस्त रखती है। फोटोग्राफी, संगीत सुनना आदि भी कुछ लोगों के शौक होते हैं।

खाली समय को कोचिंग लेकर नई अच्छी प्रतिभाओं को बनाने में भी उपयोग किया जा सकता है। इस समय को हम गाड़ी चलाना, खाना पकाना, चित्रकारी तथा कलाकारी सीखने में व्यतीत कर सकते हैं। खेलें खेलना जैसे क्रिकेट या फटबाल भी हमें रोज़ की दिनचर्या से आराम दिलवा सकते हैं। साईकिल तथा पैदल यात्राएँ भी खाली समय का आनन्द उठाने के लिए अच्छी हैं।

खाली समय को उपयोगी रूप से व्यतीत करने के और भी बहुत तरीके हो सकते हैं। हम इकट्ठे बैठ कर वार्तालाप भी कर सकते हैं। हम परिवार नियोजन कार्यक्रमों में भाग ले सकते

हैं। हम शिक्षा अभियान चला सकते हैं। हम छोटे बच्चों के साथ खेल कर यह समय व्यतीत कर सकते हैं।