



# देव संस्कृति विश्वविद्यालय

## शान्तिकुञ्ज, हरिद्वार

### **उत्तर-पुस्तिका**

परीक्षार्थी अनुक्रमांक (अंकों में) 1824014  
Student's Roll No. (in numbers)

पेपरकोड  
Paper code  
LMV S 04

परीक्षार्थी अनुक्रमांक (शब्दों में) Eighteen lakh twenty four thousand fourteen  
Student's Roll No. (in words)

नामांकन संख्या 80,00,00,137  
Enrollment Number

कक्षा ..... BCA - 5<sup>th</sup> (Sem)  
Class

विषय Life Management  
Subject

दिनांक 29/Nov/2020  
Date

दिन Sunday  
Day

प्रश्न पत्र संख्या .....  
Examination Paper Number

लघुतरीय A Short Answer Type							योग/Total
1	2	3	4	5	6	7	
दीर्घतरीय B Long Answer Type							
1	2	3	4	5	6	7	
कुल योग अंकों में / TOTAL IN DIGITS							
कुल योग शब्दों में/TOTAL IN WORDS							

परीक्षक के हस्ताक्षर  
Signature of Examiner

### **आवश्यक निर्देश / Important Instructions**

- उत्तर पुस्तिका में परीक्षार्थी अपना नामांकन क्रमांक केवल मुख्य पृष्ठ पर निर्धारित स्थान में ही लिखें अन्यत्र कहीं नहीं। Students must write their Enrollment Number on the Answer Booklet only at the prescribed place on the front page and nowhere else.
- उत्तर पुस्तिका में परीक्षार्थी न तो कहीं अपना नाम लिखें और न ही कोई पहचान अंकित करें। Student should neither write their name in the Answer Booklet nor should they make any identification mark anywhere.
- प्रश्न का क्रमांक सही और साफ-साफ लिखें। प्रश्न के खण्ड के साथ प्रश्न क्रमांक भी लिखें। Write the Question Number correctly and clearly. Write both the Section of the Question number.
- एक प्रश्न का उत्तर समाप्त होने पर दूसरे प्रश्न का उत्तर नये पृष्ठ से ही प्रारम्भ करें। Start writing the answer of every question from a fresh page.
- जिस प्रश्न को भी हल करें उत्तर पुस्तिका में उसे वही क्रम संख्या दें जो क्रम प्रश्न पत्र में दिया गया है। While answering the questions make sure that the Question number written in the Answer Booklet is the same as that given in the Question Paper.

उत्तर-6: प्राचीनकाल में यज्ञों का महत्व केवल शास्त्र चर्चा या स्वाध्याय - स्तुतिंग तक ही सीमित नहीं था, अपितु जीवन का प्रत्येक क्षेत्र यज्ञमय बनाने की साधना की जाती थी। एक धर्मसिद्ध व्यक्ति के द्वारा जीवन भर जो कुछ भी किया जाता है, उसे शिष्टा दी जाती है कि वह सब यज्ञमय है।

यज्ञ वैदिक संस्कृति का मुख्य फलीक है। भारतीय संस्कृति में जित्मा महत्व यज्ञ को दिया गया है, उत्मा शायद किसी और क्रियाकलाप को नहीं कोई भी शुभ-अशुभ कर्म हमारेह यहाँ यज्ञ के बिना अद्यता माना जाता है। जन्म से लौकर मृत्युपर्यन्त; जीवन के हर मोड़ पर इसका विद्यान जुड़ा रहता है। यज्ञ मात्र उस्ति में आहुति देने वाला कर्मकांड भार नहीं है, वरन् इसमें एक समग्र और सशक्त जीवन दर्शन हिंपा हुआ है। इसकी सरल और सुखोद्य ध्येयाओं से मनुष्य को उदार स्वं उद्दल बनाने के लिए सौर तत्त्व मौजूद है, जो संसार के किसी अन्य दर्शन में उपलब्ध नहीं। इसी कारण इसे भारतीय संस्कृति का पिता कहा गया है। यज्ञीय जीवन व्यक्ति स्वं समाज को छोड़, शालीन एवं समुन्नत बनाने में समर्पि है। यदि यज्ञीय व्यक्ति को जीवन के में उतारा जा सके तो यह स्थायी सुख-शान्ति का भजबूत आदार बन सकता है।

यजुर्वेद में इस सत्य की स्पष्ट धोषणा है कि सुरव-शांति चाहने वाला को भी त्यक्ति यज्ञ का परित्याग नहीं करता। वास्तव में यज्ञ, जीवन के सांसारिक उक्तर्ष के साथ आत्मकल्याण को सिंह करने वाला साधन है।

वस्तुतः: यज्ञ धातु से होता है, जिसके तीन अर्थ हैं-

- (१) देवपूजन
- (२) संगतिकरण और
- (३) दान

इन तीनों प्रवृत्तियों में त्यक्ति स्वं समाज के उक्तर्ष की संभावनाएँ प्रियमान हैं। देवपूजन का अर्थ है - परिष्कृत त्यक्तित्व, देवी-सद्गुणोंका उत्तरगमा। संगतिकरण अर्थात् रक्ता, स्तूकारिता, संघबद्धता।

दान अर्थात् समाजपरायणता, विश्व को दुःखिक्षा एवं उदार सहदयता।

इन तीनों प्रवृत्तियों का प्रतिनिधित्व यज्ञ करता है। सरल भाषा में यज्ञ का अर्थ दान, स्कृता, उपासना से है, जो मिलकर वैयक्तिक एवं सामृद्धिक उक्तर्ष के संशक्त साधन है।

ऋग्वेद भगवद्गीता में यज्ञ के स्वरूप, दर्शन, स्वं महत्व पर विस्तार से प्रकाश दिला गया है। इसमें यज्ञ के विभिन्न स्वरूपों का वर्णन किया गया है तथा यज्ञ को जीवन के चरम पुरुषर्थ मोक्ष का कारक माना जाया है।

गीता के अनुसार, यज्ञकर्म के सिवाय अन्य कर्मों में लगा हुआ मनुष्य कर्मों से बंधता है। यज्ञ, इलोक एवं परलोक को सिंह करने वाला तथा मुक्ति का हेतु है।

यहाँ अपने में आहूत सामग्री को वायु बनाकर समस्त नड़-जीवन प्राणियों के बिना किसी अपने-पराये, भिन्न-शब्द का किस गुप्तदान के रूप में विख्वेर देता है; जो स्वयं में एक विलक्षण शिक्षण है। इसी तरह हमारा जीवन भी समस्त प्राणियों के लिए एक वरदमरक्षण होना चाहिए। अपने संसाधन उपलब्धियों व सम को हमें मुकरहट्ट से लोक कल्याण में लगाने की क्रणा यज्ञानि से लेनी चाहिए।

इस तरह यह एक समग्र जीवनदर्शि है, जो सरावन प्रेरणा प्रवाद लिए हुए है। यह को जीवन का अभिन्न ऊंग बनाते हुए हम अपने व्यक्तिव के संपांतरण के गहन प्रयोग को संपन्न कर सकते हैं।

## उत्तरः ४ आत्मबोध सर्वं तत्त्वबोधः- साधनाः-

प्रतः कला आँख खुलते हीं 'आत्मबोध' की साधना प्रांगम होती है। सुषुप्त उठकर विस्तर पर थोड़ जारँ तथा यह दिन तक नर जन्म की तरह मानकर भगवान् से प्रार्थना करें कि है सर्वशाक्तिमान् भगवान् हमें ऐसी शार्ति देना जिससे हम सुर दुर्लभ मनुष्य जीवन के सार्थक कर सकें। यह जीवन ८५ लाख दीनियों में भ्रमण करने के बाद भगवान् ने हमें उपहार स्वरूप प्रदान किया है। जागरण के साथ ही चिंतन के आधार पर इस जीवन के अद्देश्य, स्वरूप और उपर्योग के समझे तथा अतीके अनुसार अपनी गतिविधियों निर्णायित करें। हर दिन नया जन्म का सूत्र ही आत्मबोध की साधना है। व्यवहारिक जीवन को प्रभावित करने वाली यही उच्चलक्षीय साधना है। यह भाव सूत्र आत्मिक प्रगति की दिशा में आगे बढ़ने में सहायक है। इसका अवलंबन, आत्मचिंतन, आत्मरोधन, आत्मतिर्माण व आत्म विकास के चारों चरणों की पूर्ति के लिए अतीमहत्वपूर्ण है। आत्मबोध की साधना से हमें अपने दिन मर के कामों का विवरण समय के साथ तैयार करने में हमें अपने समय का प्रबंधन बहुत ही अच्छी तरीके से होता है।

रात्रि सोते समय की साधना को तत्वबोध के नाम से जानते हैं सोते समय यह विचार करना चाहिए कि नींद एक प्रकार की मृत्यु है जो नया जन्म सुख से उठते समय परमेश्वर की अनुकूलता से हमें प्राप्त हुआ था वह पूरी हो रहा है। उस नए जन्म की, नए जीवन की, इरे दिन की गतिविधियों की आत्म समीक्षा लेते हुए करनी चाहिए। दिनभर के कार्यों का मूल्यांकन करें कि निदा की मृत्यु की गोद में निश्चिंत होकर जा रहे हैं। जिस दृष्टिय से यह मनुष्य शरीर प्राप्त हुआ था उसकी पूर्ति में पूरी निष्ठा से कार्य किया है। इस प्रकार आत्मसंबोध से परिषुर्ण, शांतचित्त से गहरी नींद में सो सकते हैं।

इस प्रकार रखना ही प्रतिदिन अपना जन्म और अपनी मृत्यु के दृश्य की आवाना प्रकृत कल्पना करते रहने से आत्मज्ञान का निश्चय ही उदय होता है। इस साधना को करने के लिये किसी भी अतिरिक्त समय की आवश्यकता कहीं है। यह समय बिस्तर में आलराय में बिता देते हैं वह भी कसकी आवश्यकता से सुख है जो समय बिस्तर में अपने दिन भर के बड़े बड़े घटनाओं के बाद नींद आने की अधिक है। रात को लो बिस्तर पर लेट कर ऊँचे ऊँचे करने के बाद नींद आने तक का समय ही पर्याप्त है।

आत्मबोध रखने तत्वबोध साधना से हमें हमें हमें अपने दिन भर के गतिविधियों में समय खंडन की उम्मुक्ति करने से हमारे कामों में बड़ा अधिक समय मिलता है और हमारे समय की भी लंबत होती है। आ

Ques: 4 जिस इंसान को ईश्वर का राजकुमार कहा जाता है, ईश्वर का प्रतिमिति कहा जाता है, ईश्वर का संदेश वाहक कहा जाता है जो इसमें उस इंसान का जीवन से सुख से, शांति से, संतुलन से सराबोर होना चाहिए या जीवन में दिशा होनी चाहिए थी, पिर क्या कारण है कि इंसान के जीवन में दुख और संतुलन आंखों का उंबार लगा दिखाई पड़ता है। आदमी इतना परेशानीयों ते खुशलग्न क्यों नजर आता है। आजकल के आदमी के अंदर कामुकता, लोलुपता, काम कोद्धि इस कदर आ गया है कि जो भी ट्यूक्टि इन बातों को सुन रहा है, लेकिन आदमी खुखुखु सुखी और खुश नहीं है। हम सुख और शांति की लतलाश में भटकते कहाँ हैं; समाज से छैद, समाज मुख की परिवाषा करता है सफलता के आधार पर करता है, आप कितने खुश हैं इस पर निर्भर करता है कि आप कितने सफल हो और सफलता का मूल्यांकन इस आधार पर करता है कि आदमी कितना प्रतिष्ठनीत है। हम लोग ने सुख का मूल्यांकन किया सफलता के आधार पर, सफलता का मूल्यांकन किया प्रतिष्ठनीता के आधार पर। आजकल आदमी के मन में क्या गहरे लौट गया है कि धन, मिलने से जीवन में शांति मिल जाती है लेकिन आदमी को शांति नहीं मिलती है। इंसान के जीवन की कीमत सामग्री, जो हमारे पास है उसमी इसी तरह उसकी

किंगत समझों, भ्रुण्य के अंदर बहुत ज्ञारे संभावनाएँ हैं, लेकिन मनुष्य को उन संभावनाओं को जागरूक करने की ज़रूरत है। भ्रुण्य को अपने जीवन के गूलयों को पहचानने की ज़रूरत है।

सुखी जीवन का आधार - भावनात्मक संतुलन : ऐसिया जीवन में हम अपने किसार, व्यवहार एवं आचरण को अनुशासित रखते हुए अपने भावनात्मक संतुलन का ज़ादा सकते हैं। प्रस्तुत है कि ऐसे ही उपयोगी सुख

समझों अपनी भावनाओं को, करें इस्यां को स्वीकार

2- भावनाओं को सकारात्मक अभिव्यक्ति

3- कार्य समयसाध्य है, लेकिन दैर्घ्य की अंतिम विजय रुतिश्चित

4- संवेदी ज्ञान को बनाएं जीवन का ऊंग

5- आत्मानुशासन, संयम- व्याचार-

6- निष्काम रेवा

7- लें प्रार्थना का सहारा, करें तियमित उपासना-

उपरोक्त लिखित शब्दों को अपनाते हुए हम अपना जीवन को सुखी सार्थक बना सकते हैं।

धर्म का पथ समयसाध्य हो लें। कर्तव्यों से परिषुर्ण है जीवन का राजमार्ग ही।

उस पर चलते हुए जीवन के उद्देश्य को प्राप्त करना ही जोड़ है व झोयस्कर भी।

उत्तर :- ७ शुवा :- शुवा हीने का अर्थ उम्र से नहीं उद्देशी के उच्चाता से निकलने के आगे है, यदि व्यक्ति का जीवन एक सार्थक दिशा में बढ़ रहा है, चिंतन में स्पष्टता है, स्थिरता है, हृदय में सभी सूष्टि के कल्याण का भाव है, क्योंकि निस्वार्थता है, निष्कामता है, एक भाव है की धुर्वाश्रम से मुक्ति होकर सूष्टि के कल्याण को ज्ञान से लिये कुछ अच्छा करना चाहते हैं, तो व्यक्तिगत जीवन शुद्ध या शुद्ध योगन की परिभाषा बन जाता है। फिर किसी प्रमाण की आवश्यकता नहीं पड़ती है। वर्तीकि शुवा हीने का अर्थ उम्र के तारे में गिरना नहीं बल्कि उद्देशी के लिये समर्पण है, जिसके अंदर अपने जिम्मेवारीयों का भाव आ जाता है, जिसके अंदर ये भाव आ जाता है जो वर्तत्व मुझे रोपें गए हैं, उसकी पूरा करने के लिये मैं अपने जीवन के ऊर्जी को, ज्ञान को, समय को, मनोयोग को, भ्रावनाओं को, चिंतन को, सिद्धान्त को, आदर्शों को निरत करना चाहता हूँ, शुवा कहलाता है।

इति हास को उदाहरण की देखें तो अपना भारतीय संस्कृति को हम लोग इस तरह पायेंगे कि यहाँ पर वो व्यक्ति शुवा कहलाये जिसका जीवन अंदर से ऊर्जीवान, और उत्साह से लबरेज था।

जिसके अंदर भी ये भाव भी जी स्पष्टता के साथ आ जाता है कि मुझे अपने जीवन के लिये लाभों की आवश्यकता है उसके अंदर रक्षक अंदर्मय ऊकट

ऊर्जा का उताह अंदर से निकल कर आता है और एक रेसी ऊर्जा का प्रवाह निकल कर आता है जिसके आगे दुनिया की सारी ऊँचाई होटी पड़ जाती है, हिमालय की ऊँचाई वोने पड़ जाते हैं व्यक्ति के व्यक्तिगत के विशालता को लेकर आता है। व्यक्तिगत की विशालता ही युवा होने की परिभ्राषा है।

जब व्यक्ति के अंदर “आत्मवत् सर्वभूतेषु” की भावना जाऊँगी, तो उसनुण्य के अंदर एक भावनात्मक हृषि कोण का विकास करना जरूरी है युवाओं के अंदर एक आध्यात्मिक चिंतन का विकास करना चाहजरी है।

### युवा जीका किंचित् गतरूपः

- 1:- **हृषि कृद्धा शक्तिः :-** सफलता का मूल मृद्गुण में सहित होती है। जिसकी इच्छाशक्ति हृषि हृषि और व्यवहारी होती है, उसके मार्ग में कोई भी समावट बाधा नहीं डाल सकती। मृद्गुण की वास्तविक शक्ति ही इच्छा शक्ति है। इस प्रकार सारी सफलताएँ इच्छाशक्ति के अधीन होती हैं।
- 2:- **हृषि संकल्प शक्तिः :-** केवल इच्छा करने से बात नहीं बनती। इच्छा को हृषि संकल्प में बदलना होगा। हृषि संकल्प का तात्पर्य है - एमन, तुम व शरीर से शक्ति लक्ष्य को पाने के लिए कठोर परिश्रम करने को तैयार होना। हीटे-हीटे संकल्प ले और धौर्य पूर्वक उसे पूरा करले। इससे संकल्प शक्ति का विकास होता है।

- 3: परिक्षम स्वं पुरुषार्थः सफलता पाने योग्य शक्तियाँ मनुष्यमें निहित होती हैं लेकिन उनका निखार और उपयोग परिक्षम स्वं पुरुषार्थ करने में ही है।
- 4: आत्मविश्वास स्वं आत्मनिर्भरता : कोई व्यक्ति परिक्षमी पुरुषार्थी नहीं किन्तु उसमें आत्मविश्वास स्वं आत्मनिर्भरताकी भावना का अभाव है तो भी उसका पुरुषार्थ व्यक्ति चला जाएगा।
- 5: निरंतर प्रयास : जो व्यक्ति लक्ष्य की प्राप्ति तक विनासके निरन्तर चलने रहते हैं, वो सफल हो जाने हैं। लक्ष्य के बहि समर्पित व्यक्ति का रूप होता है - No Vaccination,
- 6: No Expectation, No Discrimination. नकारात्मक सोच अर्थात् निराशा, भय, सद्दैह, उद्विघात अविश्वास के भाव, धुरना गरी सोच।
- 7: सफल व्यक्तियों को जीवन का आदर्श बनायें : ऐसे सफल व्यक्ति, जो आदर्शों पर चलकर कठिनाइयों लेलाएकर जीवनमें सफलता पाते हैं, इतिहासमें बहुत से उदाहरण हैं, उन्हें अपना आदर्श बनाना चाहिए।
- 8: क्रोध और अंहकार से बचें : क्रोध और अंहकार करने वाले का कोई भिन्न नहीं होता।
- 9: क्रत्यंग से बचें : वातावरण का, सत्यंग पर एमाव पड़ता है।
- 10: समय का प्रबंधन : जो जीवन से प्यार करते हैं वे आलस्यमें समय बंगवाये समय ही जीवन है।

उल्लेख-५ संकल्प शास्त्रिः संसार की सभी सफलताओं का मूल मंत्र है - संकल्पशास्त्रि  
इसी के बल पर विद्या, संपत्ति और साधनों का उपार्जन होता है।  
यही वह आधार है जिस पर आद्याभिक तपस्यार्थ और साधनार्थ निर्भर करती है।  
यही वह दित्य संबल है जिसे अपकर संतार में खाली हाथ उन्नाया मनुष्य वैभव  
संपन्न, रेश्वर्यतान बन कर संतार को चकित कर देता है। जीवन में इन्हें अंतिम और  
सफलता की आकंक्षा करने से पहले अपनी इच्छा शास्त्रि को पुक्ल तथा प्रखर बना  
लेने वालों की न कभी असफल होना प्रत्याहृत है और नहीं निराशा।

संकल्प शक्तिशास्त्रि में तन्मयता की प्रतिष्ठा का नाम है। यह भैरो संकल्प है, इसका  
अर्थ है कि अब मैं इस कार्य में प्राण, मन और समझ शास्त्रि के साथ संलग्न हो रहा  
है। इस प्रकार की विचारणा, हुदता ही सफलता की जननी है, संकल्प तपका,  
क्रियाशास्त्रि का विद्यायक है, इसी में उसमें अनेक सिद्धियाँ और वरदम समहित हैं।

संकल्प शास्त्रि का इस्तरा रूप है - आत्मविश्वास। वह जाग्रत हो जाएते अपना  
विकास तेजी से, अपने आप श्रा कर सकेंगे। आज हम जैते छह हैं, अपने  
जीवन को जिस रिक्षति में रखे हुए हैं, अपने कीजी निझी विचारों के परिणाम हैं।  
जैते विचार होंगे, भविष्य का निर्माण भी उनी तरह का होगा।

संकल्प का संर्बंध सत्य और धर्म से होता है। उच्चका प्रयोग अर्द्ध और  
अन्त्याचार के लिए नहीं है सकता। अद्यम पतन की ओर ले जाता है, पर यह

संकल्प का स्वाभाव नहीं है।

संकल्प को इसलिए जीवन की उत्कृष्टता का मंत्र समझना चाहिए, अस्ति प्रयोग मनुष्य जीवन के गुण विकास के लिए होना चाहिए।

आजन्ती की अकांक्षा रखना मनुष्य का स्वाभाविक गुण है, उसे आगे बढ़ाना भी चाहिए, पर यह तभी संभव है जब मनुष्य का संकल्प शाक्ति जाग्रत हो। जो लोग अपने को दीन, असफल, और परामृत रह मात्र हैं, संकल्प इशाक्ति उनके लिए अग्रेष जाता है। संकल्प के द्वारा प्रत्येक मनुष्य जय, जीवन और सफलता प्राप्त कर सकता है। उच्चजनक भविष्य की जाशा और लक्ष्य प्राप्ति में सतत प्रयत्न हेतु हम संकल्प, सफलता की सीढ़ियाँ हैं।

“संसार की सारी सफलताओं का मूल मंत्र है— प्रबल संकल्प शक्ति”  
विद्यार्थी जीवन में संकल्प शक्ति की विद्युत ही महत्वपूर्ण महत्वपूर्ण अवश्यकता है जोसे कि गौणे ऊपर की लाशी में लिया है कि संकल्प शक्ति को से सफलता मिलती है।

५) विद्यार्थी को होटे-होटे संकल्प लें और दैर्घ्यशक्ति छोड़ करें। इससे संकल्प शक्ति का विकास होता है।

(क) दैर्घ्यशक्ति लक्ष्य पर उठिए रहे।

(ख) जो विषयीत परिस्थितियाँ आए उसे सफलता की सीढ़ी मानकरे हर पर करें,

उत्तर:-

संचार :- जब दो या दो से अधिक व्यक्ति आपस में कह सार्थक चिह्न;  
संकेतों या प्रतीकों के माध्यम से विवारों या भावनाओं का  
आदान-प्रदान करते हैं तो उसे संचार कहते हैं।

संचार का अर्थ :- संचार का अर्थ है सूचनाओं का आदान-प्रदान  
करने से है लेकिन ये सूचनाएँ तब तक उपयोगी नहीं हो  
सकती जब तक कि इन सूचनाओं का आदान-प्रदान न हो।

संचार के प्रकार :- न्यूमैन व समर के कथनानुसार -  
“संचार दो या दो से अधिक व्यक्तियों के बीच विवारों सम्पत्तियों  
अथवा भावनाओं का पारस्परिक आदान-प्रदान है।”

संचार के मुकार :-

संचार के मुख्यतः चार प्रकार हैं के लिए हैं, जो हम दिग्न-प्रतिदिग्न  
उपयोग करते हैं, मौखिक संचार, लिखित संचार, अमौखिक संचार,  
जैसे हृष्ट संचार आदि हैं।

### भौतिक संचार :-

1-

भौतिक संचार तब होता है जब हम इतरों के साथ बोलने में संलग्न होते हैं, यह रूकाशप, ग्रुम आदि के माध्यम से आमने-सामने हो सकता है,

2-

### अभौतिक संचार :-

जब हम बोलते हैं तब हम अक्सर वास्तविक लाएँदों से अधिक कहते हैं। ऐसे - भौतिक संचार में चेहरे के भाव, जातन, जांखे के संपर्क, हाथ की अवृत्ति और स्पर्श शामिल हैं।

3-

### लिंगित संचार :-

लिंगित संचार चाहे वह एक ईमेल हो, एक मेंगो, एक एरिपोर्ट, एक फेसबुक पोस्ट, एक ट्वीट, एक आदि के माध्यम से हो सकता है।

लिंगित संचार के सभी रूपों का एक ही लक्ष्य है स्पष्ट और संक्षिप्त तरीके से जानकारी का प्रसार करना- हालांकि वह उद्देश्य अक्सर प्राप्त नहीं होता है।

लिखित संचार के बारे में याद रखने के लिए एक महत्वपूर्ण बात, विशेष रूप से डिजिटल युग में, संदेश जीवन पर है, शायद बास्तवता पर नहीं।

#### 4. हृश्य संचार :-

हम एक हृश्य समाज हैं। इसके बारे में सोचें, दीवी 24/7 चल रहे हैं; फेसबुक, वीडियो, चित्र आदि के साथ हृश्य है, और विकापनदाता उपादानों और विचारों को बताने के लिए कल्पना का उपयोग करते हैं।

एक व्यक्तिगत परिप्रेक्ष्य में सोचें - सोशल मीडिया पर हम जो पोस्ट करते हैं, वे एक संदेश को संप्रेषित करने के लिए होते हैं।

~~Finally~~, <sup>जब</sup> हम एक दिन और हर दिन लगातार संवाद करते हैं।

उत्तर :- 2:- प्रभावी संचार के पहलुओं :-

प्रभावी संचार के प्रमुख तत्वों का सूक्ष्म विवरणित नहीं है।

प्रभावी संचार ऐसी इतना ही नहीं है कि आप क्या कहते हैं, यह उससे कहीं अधिक है।

जब हम किसी बैठक या प्रस्तुतिकरण के बारे में धारा करें होती हमें उस शब्द के अलावा जो व्याख्या कह रहा था, उपर रूपीकर के इस्तेमाल के तरीके के बारे में क्या याद रख सकते हैं:

भाषा और स्वर की आवाज सलाल करना और सुनना कोशल हो।  
गैर गोरिखक संचार :-

a) शारीरिक भाषा

b) चेहरे का भाव

c) दर्दिकों के साथ आँखों का संपर्क

d) कमरे के में स्थिति

बैठकों और प्रस्तुतियों में अच्छे संचार की कई विशेषताएँ युवा दर्दिकों के साथ सफल संचार के घटक भी हैं।

हालांकि, आपको सार्वदानीपूर्वक सौचने की आवश्यकता होगी कि

विभिन्न आयु वर्ग के सुवाओं के बारे क्या उपर्योग करना उचित है।

क

यह ध्यान दें योग्य है कि ये पहलू अक्सर एक ही समय में दुड़े होते हैं। उदाहरण के लिए, बात करते समय गुस्कराना आवाज की बटीन और आपके चोटरे की अधिक्षियता को प्रभावित करेगा।

ख

एक संचार को प्रभावी होने के लिए आवश्यक है कि वह स्पष्ट हो सकें। में हो तथा अर्थ पूर्ण हो अर्थात् उसमें किसी भी एकार की असुहना न हो व उसकी उत्तिक्रिया उसका उत्तिपुष्टि पूर्ण त अनुकूल हो।

संचार को तभी प्रभावी माना जाता है जब वह इसरे व्यक्ति पर अपना महत्वपूर्ण प्रभाव होता है तथा वे सभी व्यक्ति व उद्देश्य प्राप्त करता हैं जिनके लिए संचार किया जाता है। मौखिक या लिखित रूप से प्रभावी संचार करना एक उत्तमन्त महत्वपूर्ण कौशल है।

प्रभावी संचार के कुछ महत्वपूर्ण पहलू निम्नलिखित हैं:

1:-

स्पष्टता :- प्रभावी संचार कौशल का एक पहलू स्पष्टता है। इसका अर्थ है कि आप अपने दर्शकों को जो स्वेच्छादेना चाहते हैं, वह उनके संदर्भ में स्पष्ट होना चाहिए।

२:- संक्षिप्तता :- प्रभावी संचार को बाल के पहुँचों में से स्फ संक्षिप्तता है, उपर्युक्तकों को ध्यान में सके हुए, सरल भाषा, होटे शब्दों और सार्थक चरका उपयोग करें।

३:- स्थूलता :- इसका अर्थ है कि संदेश पूर्ण हीना चाहिए, प्रामाणिक मासाधन, विशिष्ट निश्चित और अस्पष्ट और सामग्र्यके बजाय विशद है।

४:- संगति :- संचार में संगति का मतलब है कि सक संदेश में अलग-अलग आवजें पहलू या संदर्भ ही सकते हैं, लेकिन यह मूल रूप से दर्शकों तक पहुँचाने के लिए बनाया गया है।

५:- पृष्ठता :- संचार प्रा हीना चाहिए क्योंकि यह दर्शकों के द्वारा उपायक सभी तथ्यों और आंकड़ों को व्यक्त करना चाहिए।

प्रभावी संचार जीवन की आवश्यताओं में से एक है, क्योंकि हमें अपने जिवारों को सक इसरे के साथ आदान-पदान करना होगा जो संदेश हम किसी को देना चाहते हैं।

उत्तर :- ३

सेसा कहा जाता है कि दुनिया में जितने भी सफल व्यक्ति हुए हैं इनके पीढ़ी उनकी लेहतर संचार कौशल का हाथ रहा है। आप भी किसी भी इंसान की संचार कौशल उनकी व्यक्तिव का ही हिस्सा है इसलिए व्यक्तिव को बदले कोडो के लिए संचार कौशल को लेहतर करना जरूरी है। दरअसल संचार कौशल हमारी बाल्यवास का ही हिस्सा है औ इसे बदलना भी सकता है।

ये शिक्षा भी जरूरी नहीं है कि हर इंसान को बात करने का क्लाय या सही तरीका आता है। अगर आपकी संचार कौशल अच्छी है तो सफलता आपके कदम चूमेगी यद्योऽकि उनपकी सफलता उपकी संचार कौशल पर काफी लहर तक निर्भर करती है। इसलिए लेहतर संचार कौशल का हीना जरूरी है।

L:-

संचार कौशल को लेहतर करने के लिए कुछ महत्वपूर्ण बातें निम्नलिखित हैं:-  
बॉडी लैंग्वेजः सक अच्छी संचार के लिए आपका अपनी शारीरिक भाषा पर कंट्रोल होना जरूरी है। योंकि ऐसा कर बार होता है कि लोग बोलते कुछ हैं और उनकी शारीरिक भाषा कुछ और ही छोलती है। इसलिए इस बात पर ध्यान रखें कि आप जो बोल रहे हैं आपकी शारीरिक भाषा भी वैसी हीनी चाहिए।

2:- सहज होने :- हमेशा एक सहज इंतान बनने की कोरिश करें ताकि लोग आपसे आसानी से बात कर सके।

3:- सही भाषा का चयन :- जब भी आप किसी से बात कर रहे हो उस समय सही शब्दों का चयन करें, कभी भी काम चलाऊ या सर्वत्र शब्दों को अपनी बातों में वापिस न करें।

4:- उम्र और प्रोफेशन का ध्यान :- हर शब्द से बात करने का अलग तरीका होता है, इसलिए जब भी आप किसी से बात करें तो उसकी उम्र और प्रोफेशन का ध्यान रखें।

5:- अच्छे श्रोता होने :- एक अच्छा श्रोता वही लोग समझता है जो अच्छा श्रोता होता है, इसलिए सिर्फ शब्दों ही नहीं बल्कि सामने ताले की बातों को ध्यान से सुनें।

6:- विश्वास :- कभी भी अपनी खुद की बातों को नहीं कोटे, आप जो भी शब्द रहें हैं उसमें आपका विश्वास होना जरूरी है और आपकी बातों से ये विश्वास छलकता भी चाहिए।

A उत्तर :-

~~हिमालय का द्यान हमारे किन विशेषताओं को जन्म देता हैः-~~

~~हिमालय का द्यान हमारे जीवन में कई सर्वो विशेषताओं को जन्म दिया।  
हिमालय हमें हमेरा ऊँचा स्थाना सीखाता है, हिमालय से हम बहुत अद्भुत सीख सकते हैं। हिमालय के कई दो सर्वो गुण हैं:-~~

- ① हिमालय रिघर है।
- ② हिमालय उद्घावल है।

~~भगवान् श्री कृष्ण गीता में कहते हैं कि रिघर रहने वालों में भी मैं हिमालय हूँ। हिमालय ये हम अपने जीवन को रिघर करी बनायें सीख सकते हैं। हिमालय रक्त देवता है।~~

~~अगर हमारा जीवन रिघर हो जाए, रक्तहृषि हो जाए परदर्शी हो जाए तो हम भी देवता बन सकते हैं। इसलिए हिमालय को देवता कहा गया है।~~

~~आचार्य विनोद मास्ट्री कहते हैं कि अपने अंदर हिमालय रखोजो, और हिमालय संरक्षित के हिम तथा आलय सो जादों ते मिलकर करो हैं। उसका अर्थ है कर्कि का घर होता है।~~

हम अगर हम हिमालय को अपने मन में रख भवति की कोने में साधना करना हिमालय हमें हमेशा शालीनता दिखाता है, हिमालय से हम शास्त्रीय केवे रहे दिखा जा सकता है।

हिमालय से हमें हमेशा अपने जीवन की उद्घावल केने बनाये क्योंकि हिमालय हमेशा परछच सूर्य से किरणी पड़ने के बाद हिमालय सोने की तरह समकर्ण लगता है तो हमें भी अपने जीवन को हिमालय की तरह समकाना चाहिए।

हिमालय की आशा, पवित्रता, और शीतलता का स्वरूप जैसे गुण हम अपने जीवन में धारणा कर सकते हैं।

हिमालय इसे हमें कई विशेषताएँ दिखा सकते हैं और जीव अपने जीवन को छुप आगे लगा सकते हैं जीवन युखमाय का तरह जी सकते हैं। यहाँ हमारा याकृत्व, हमारा मन हिमालाय की तरह बनाना हो पड़ेगा।

उत्तर :- 10 आदर्श व्यक्तित्व :-

गीता के २ अध्याय के ५५वें से ६८वें श्लोक तक आदर्श व्यक्तित्व की अवधारणा को प्रस्तुत किया गया है जो विश्वालि वित है :-

श्लोक ५५ :- अर्जुन लोले - हे केशव! समाधि में स्थित परमात्मा को प्राप्त हुए स्थिर बुद्धि पुरुष का क्या लक्षण है? वह स्थिर बुद्धि पुरुष कैसे लोलता है, कैसे बढ़ता है और कैसे चलता है?

श्लोक ५५ :- भगवान् श्रीकृष्ण ने कहते हैं कि - हे अर्जुन! जिस काल में यह पुरुष मन में स्थित सम्पूर्ण कामनाओं को भलीभांति व्याप देता है और आत्मा से उनात्मा में ही सन्तुष्ट रहता है, उसकाल में वह स्थित पक्ष कहा जाता है।

श्लोक ५६ :- दुर्खो की प्राप्ति होने पर जिसके मन में उद्देश नहीं होता, सुखो की प्राप्ति में जो स्वर्णा विस्फूट है तथा जिसके राग, भय और क्षय नष्ट हो गए हैं, ऐसा व्यक्ति स्थिर बुद्धि कहा जाता है।

श्लोक ५७ :- जो पुरुष सर्वत्र ब्रह्मोदर्हित हुआ उस सुभया उस्युभा वस्तु को प्राप्त होकर न वक्षन्न होता है और नहीं द्वेषकरता है उनकी बुद्धि स्थिर है।

श्लोक:-५९:- इन्द्रियों के द्वारा विषयों के ग्रहण न करने वाली पुरुषके भी केवल विषय तो निष्पृत हो जाते हैं, परंतु उनमें रहने वाली आसक्ति निष्पृत नहीं होती। इस स्थितपृष्ठ पुरुष की आसक्ति भी परमात्मा का साक्षात्कार करके निष्पृत हो जाती है।

श्लोक:-६०:- हे अर्जुन! आसक्ति का नाश न होने के कारण ये प्रमथनस्वभाव वाली इन्द्रियों यत्न करने हुए बुद्धिमान पुरुष के मन को भी क्लात् छलती है।

श्लोक ६२:- विषयों का चिन्तन करने वाले पुरुषकी उन विषयों में आसक्ति हो जाती है, आसक्ति से उन विषयों की कामना उत्पन्न होती है और कामना में विघ्न पड़ने से क्लोध उत्पन्न होता है।

श्लोक ६४:- परंतु अपने अधीन किये हुए अन्तःकरणवाला साधक अपने वरामे की हुई, रागद्वेष से रहित इन्द्रियों द्वारा विषयों में विवरण करता हुआ अन्तःकरण की प्रसन्नता को छाप्त होता है।

श्लोक ६५:- अन्तःकरण की प्रसन्नता होने पर इसके सम्पूर्ण दुर्लभी का अभाव हो जाता है और उस प्रसन्न चित वाले कर्मयोगीकी युद्धि शीघ्र ही सब और से छहकर सक परमात्मा में ही भालीभाँति रिधर हो जाती है।

उपरोक्त लिखे हुए श्लोकों में आदर्शत्यक्तित्व की उपाधारणा मिलती है।

गीता में भगवान् श्री कृष्ण ने ~~अनादिसत्त्व~~ कहा है कि आदर्शत्यक्ति वही है जो काम, क्रोध, भद्र, मोह एवं मत्स्य को त्याग कर जीवन में प्रगति करे उसी को हम आदर्श मान सकते हैं।

इतिहास में कई दृश्यमान हैं जैसे, रावामी विवेकानंद, डॉ. अफ़द्दुल कलाम, पै. श्रीराम शास्त्री जात्यार्थ और भी कई बारे दृश्यमान हुए हैं, जो आदर्श त्यक्तित्व के उदाहरण हैं।

आदर्श त्यक्ति के कई सारे लक्षण हैं जो निम्नलिखित हैं:

1. बहादुर
2. ईमानदार
3. खमड़क समझदार
4. जिम्मेदार
- 5.