कुल पृष्ठ संख्या–32 (कवर पेज सहित)

1886964

क्रम संख्या

माध्यमिक शिक्षा बोर्ड, राजस्थान, अजमेर

उच्च माध्यमिक परीक्षा

(परीक्षार्थी द्वारा स्वयं भरा जाना चाहिये)

नोट :– परीक्षार्थी उपरोक्त के अतिरिक्त उत्तर पुस्तिका के अन्य किसी भी भाग में अपना नामांक नहीं लिखें।

माध्यम – हिन्दी [✓] अंग्रेजी [X]

विषय हिन्दी साहित्य

परीक्षा का दिन शनिवार

दिनांक 05-04-2025

नोट :– परीक्षार्थी के लिए आवश्यक निर्देश इस पृष्ठ के पिछले भाग पर उल्लेखित हैं। जिन्हें सावधानी पूर्वक पढ़ लें व पालना अवश्य करें।

परीक्षक हेतु निर्देश :– (1) परीक्षक को उपरोक्त सारणी अनुसार प्राप्तांक भरना अनिवार्य हैं, अन्यथा नियमानुसार दंडित किया जायेगा।

(2) परीक्षक उत्तर पुस्तिका के अन्दर के पृष्ठों के बायीं ओर निर्धारित कॉलम में लाल इंक से अंक प्रदत करें।

(3) कुल योग भिन्न में प्राप्त होने पर उसे पूर्णांक में ही परिवर्तित कर अंकित करें (उदाहरणार्थः 15 ¼ को 16, 17 ½ को 18, 19 ¾ को 20)

प्रश्नवार प्राप्तांकों की सारणी
(परीक्षक के उपयोग हेतु)

प्रश्नों की क्रम संख्या	प्राप्तांक	प्रश्नों की क्रम संख्या	प्राप्तांक
1	15	19	5
2	6	20	5
3	6	21	5½
4	6	22	
5	2	23	
6	2	24	
7	2	25	
8	2	26	
9	2	27	
10	2	28	
11	2	29	
12	2	30	
13	2	31	
14	2	योग	79½
15	2	प्राप्त अंकों का कुल योग (Round off)	
16	3	अंकों में	शब्दों में
17	3	80	अस्सी
18	3		

परीक्षक के हस्ताक्षर Kiran संकेतांक

प्रमाणित किया जाता है कि इस उत्तर पुस्तिका के निर्माण में 60 जी.एस.एम. ईको मैपलिथो कागज ही उपयोग में लिया गया है। 180/2025

परीक्षक द्वारा प्रदत्त अंक	प्रश्न संख्या	परीक्षार्थी उत्तर

BSER-180/2025

खण्ड - अ

प्र.01

(i) ans (अ) भैरों

(ii) ans (स) पोटली

(iii) ans (ब) बैर

(iv) ans (अ) 35

(v) ans (द) प्रभाष जोशी

(vi) ans (ब) घनानंद

(vii) ans (द) विद्यापति

Previous Pathshala

परीक्षक द्वारा प्रदत्त अंक	प्रश्न संख्या	परीक्षार्थी उत्तर
	(viii) ans	(स) भीष्म साहनी
	(ix) ans	(स) व्यंग्य
	(x) ans	(ब) लोक विश्वासों के नाम पर अंधविश्वासों पर
	(xi) ans	(अ) पुष्पित जंगल देखकर
	(xii) ans	(अ) फ्लेशबैक
	(xiii) ans	(ब) 48 मिनट
	(xiv) ans	(द) ड्राई - स्कैन
	(xv) ans	(स) समाचार पत्र
15		

BSER-18/2025

Previous Pathshala

परीक्षक द्वारा प्रदत्त अंक	प्रश्न संख्या	परीक्षार्थी उत्तर

प्र०02

(i) Ans

"मंद - मंद मुरली बजावत अधर धरे, मंद - मंद निकस्यौ मुकुन्द मधु - बन ते।" पंक्तियों में माधुर्य गुण है।

(ii) Ans

जहाँ व्याकरण की दृष्टि से अशुद्ध शब्द का प्रयोग हो वहाँ च्युत संस्कृति दोष होता है।

BSER-180/2025

(iii) Ans

प्रत्येक चरण में जगण, तगण, जगण एवं रगण के क्रम में 12 वर्ण विद्यमान हो, वहाँ वंशस्थ छंद होता है।

(iv) Ans

छप्पय छंद की अंतिम दो पंक्तियाँ उल्लाला छंद की होती है।

Previous Pathshala

परीक्षक द्वारा प्रदत्त अंक	प्रश्न संख्या	परीक्षार्थी उत्तर

(v) ans. चुपचाप खड़ी थी वृक्ष - पात
सुनती जैसे कुछ निज बात ।।
पंक्तियों में ~~दृष्टांत~~ मानवीकरण अलंकार है

(vi) ans. कारण के उपस्थित होने पर भी जब कार्य का न होना वर्णित किया जाये तब विशेषोक्ति अलंकार होता है।

6

प्र.3

(i) ans. गद्यांश का शीर्षक भारतीय संस्कार / भारतीय संस्कृति है ।

(ii) ans. भारतीय चित्त जो आज भी 'अनधीनता' के रूप में न सोचकर 'स्वाधीनता' के रूप में सोचता है ।

BSER-180/2025

Previous Pathshala

परीक्षक द्वारा प्रदत्त अंक	प्रश्न संख्या	परीक्षार्थी उत्तर

(iii) अपने आप पर अपने - आप के द्वारा लगाया हुआ बंधन हमारी संस्कृति की बड़ी भारी विशेषता है।

(iv) कालिदास ने कहा था कि सब पुराने अच्छे नहीं होते सब नए खराब ही नहीं होते। भले लोग दोनों की जाँच कर लेते हैं, जो हितकर होता है, उसे ग्रहण करते हैं।

(v) मूर्ख लोग दूसरों के इशारे पर भटकते रहते हैं।

(vi) क्योंकि पुराने का 'मोह' सब समय वांछनीय ही नहीं होता। मरे बच्चे को गोद में दबाये रहने वाले 'बंदरिया' मनुष्य का आदर्श नहीं बन सकती।

6

BSER-180/2025

Previous Pathshala

परीक्षक द्वारा प्रदत्त अंक	प्रश्न संख्या	परीक्षार्थी उत्तर
	प्र०4	
	(i) ans	प्रस्तुत पद्यांश का शीर्षक 'रूपसी के चरित्र चित्रण' है।
	(ii) ans	रूपसी से व्योम (आकाश) से उतर रही है।
	(iii) ans	रूपसी के केश सुनहरे है।
	(iv) ans	रूपसी स्वयं की छाया मे छिपी हुई है।
	(v) ans	रूपसी की वाणी मधुर है।

BSER-180/2025

परीक्षक द्वारा प्रदत्त अंक	प्रश्न संख्या	परीक्षार्थी उत्तर
6	(vi)	पद्यांश की भाषा सहज, सरल, स्पष्ट है।

खण्ड - ब

प्र०5
उ०5 शुक्ल जी के बाल मन में 'भारतेंदुजी के संबंध में मधुर प्रकार के भाव छवि बसी हुई थी। क्योंकि शुक्ल जी बचपन में भारतेंदुजी के नाटक राजा हरिश्चन्द्र व भारतेंदुजी के बारे में अन्तर का पता नहीं कर पाते थे उनके मे उनके लिए मधुर भावना का संचार था। (2)

प्र०6
उ०6 'ये लोग आधुनिक भारत के नए 'शरणार्थी' हैं। ऐसा लेखक ने सिंगरौली क्षेत्र के गाँव के निवासियों के लिए कहा। क्योंकि सिंगरौली क्षेत्र में, आमरौली पावर प्रोजेक्ट लगाने से वहाँ के लोगों को विस्थापित होने की समस्या पैदा हो गई थी। उन्हे अपने ही घर से निकला (2)

परीक्षक द्वारा प्रदत्त अंक | प्रश्न संख्या | परीक्षार्थी उत्तर

जा रहा था।

प्र.7
उ.7 " दुःख ही जीवन की कथा रही
क्या कहूँ आज, जो नहीं कही।
प्रस्तुत पंक्तियों में निराला के जीवन के पहलू का पता चलता है उनका जीवन कष्टदायी और दुःखों से भरा था। क्योंकि बचपन में ही उनके माता पिता की मृत्यु हो गयी। बाद में यौवनकाल में पत्नी की मृत्यु हो गयी। तथा विवाहित पुत्री सरोज की मृत्यु भी हो गयी। इनसे उन्हें बहुत दुःख हुआ। वे इन पंक्तियों के माध्यम से अपनी पीड़ा व्यक्त करना चाहते हैं।

(2)

प्र.8
उ.8 " यह तन जारौं छार कै, कहो कि पवन उडाउ।
मकु तेहि मारग होइ परौं, कंत धरैं जहँ पाउ॥

प्रस्तुत पंक्तियों में विरहिणी की इच्छा व्यक्त हुई है कि फाल्गुन मास में उसका विरह अत्याधिक बढ़ गया है इसलिए वह कहती है कि मैं

परीक्षक द्वारा प्रदत्त अंक	प्रश्न संख्या	परीक्षार्थी उत्तर

मर जाऊ। और पवन से निवेदन करती है कि मेरी राख को अपने प्रिय के कदमो मे जाकर बिछा दे। ताकि मरने के बाद ही सही उसे अपने प्रिय का स्पर्श मिल जाए।

2

प्र.9
उ.9 "अंधापन ही क्या थोडी बिपत थी" ऐसा सूरदास इसलिए कहा कि क्योंकि वह अंधा था लेकिन भीख मांगकर खाता था और पैसे एकठ्ठा करता था लेकिन एक दिन भैरो ने उसकी झोपडी मे आग लगा दि और उसकी सार कमाई की पोटली वह ले गया। इसलिए ऐसा कहा।

2

प्र.10
उ.10 'हाँ' पशु माताएँ भी ममत्व का सुख दे पाती है। क्योंकि पशु माताएँ बच्चा हो पर उन्हे दूध पिलाती है। लेखक ने दिलशाद गार्डन मे एक बतख को पानी मे देखा जब अंडा देने को आए तो वह पानी से बाहर निकल गई और सुरक्षित जगह पर अंडा दिया तथा अपनी कठोर चोंच से प्यार से अंडो को सहलाती है। और उनको कव्वों की नजर

2

परीक्षक द्वारा प्रदत्त अंक	प्रश्न संख्या	परीक्षार्थी उत्तर

से भी बचाती है।

Q.11 'अन्योक्ति अलंकार → जब अप्रस्तुत के माध्यम से प्रस्तुत का बोध कराया जाता है अर्थात अपने मन की बात सीधे-सीधे न कहकर अन्य उक्ति से कही जाती है। वहाँ अन्योक्ति अलंकार होता है।

उदाहरण -

नहि पराग नहीं मधुर मधु।
नहि विकास इही काल ॥
अलि कलि सौं बन्धौ है।
आगे कौन हवाल ॥

इसमे कवि अपनी बात राजा को पराग व पुष्प को माध्यम बनाकर कहता है।

2

BSER-180/2025

परीक्षक द्वारा प्रदत्त अंक	प्रश्न संख्या	परीक्षार्थी उत्तर

प्र.12

उ.12 पत्रकार को अच्छे लेखन के लिए ध्यान रखने योग्य निम्न चार बातें -

(i) पत्रकार की भाषा सहज सरल होनी चाहिए।

(ii) पत्रकार लेखन कि भाषा आम बोल चाल की होनी चाहिए जिसे सब पढ़ व समझ सके।

(iii) पत्रकार लेखन पाठकों व श्रोताओं की रुचि ध्यान मे रखकर लिखना चाहिए

(iv) पत्रकार लेखन मे वास्तविक तथ्यों की जानकारी व देना चाहिए।

(2)

प्र.13

उ.13 कहानी के प्रमुख तत्व 'कथानक' है। तथा पात्रो को भी कहानी के प्रमुख तत्वो को माना जाता है। क्योंकि पात्रो द्वारा ही कहानी का संवाद होता है और कहानी मे द्वन्द भी प्रमुख तत्व है। द्वन्द से ही कहानी को आगे बढ़ाया जा सकता है।

(2)

परीक्षक द्वारा प्रदत्त अंक	प्रश्न संख्या	परीक्षार्थी उत्तर

प्र.14
उ.14 रेडियो की निम्न खूबियाँ जो उसे अन्य माध्यमो से विशिष्ट बनाती है -

(i) रेडियो, एक श्रव्य माध्यम है। इसे कभी भी सुना जा सकता है।

(ii) रेडियो की भाषा आम बोल चाल की होती है। जिसे सब समझ सकते है।

(iii) रेडियो अशिक्षित लोगो के लिए भी उपयोगी है।

2

प्र.15
उ.15 (जय शंकर प्रसाद) का साहित्यिक परिचय -

जन्म - 1889ई में

जय शंकर प्रसाद की प्रमुख रचनाएँ -

* नाटक → अजातशत्रु,
स्कन्दगुप्त,
चन्द्रगुप्त,
राज श्री
ध्रुवस्वामिनी

BSER-180/2025

Previous Pathshala

परीक्षक द्वारा प्रदत्त अंक	प्रश्न संख्या	परीक्षार्थी उत्तर

कहानी → आँधी,
इन्द्रजाल,
आकाश प्रतिध्वनि और आकाश

उपन्यास → कंकाल,
तितली,
इरावती,

निबन्ध → काव्य कला और अन्य निबंध

कविताएँ → आँसू,
झरना,
लहर,
कामायनी,
प्रेम पथिक,
कानन
कुसुम, ।

आदि जय शंकर प्रसाद की रचनाएँ हैं ।

2

PTO

परीक्षक द्वारा प्रदत्त अंक	प्रश्न संख्या	परीक्षार्थी उत्तर

खण्ड – स

प्र०16

उ०16 'यह दीप अकेला' कविता मे कवि दीप को पंक्ति मे इसलिए देना चाहता है क्योंकि - कवि ने दीप को मनुष्य तथा पंक्ति को समाज (समष्टि) का प्रतिकात्मक माना है। जिस तरह दीप (स्नेह) तेल से भरा रहता है। गर्वीलापन भर रहता है। और मदमाता रहता है उसी प्रकार मनुष्य भी सर्वशक्तिमान है। वह स्नेह से पूरित है। लेकिन एक अकेला दीपक सब जगह अपनी रोशनी नही फैला सकता तथा उसे दीपो की पंक्ति मे मिलाने से उसका महत्व बढ़ जाता है। अर्थात पंक्ति से सब जगह रोशनी हो जाती है। उसी प्रकार एक अकेले मनुष्य को समाज मे मिलाने से उसका महत्व बढ़ जाता है। तथा वह अपनी शक्ति का सही उपयोग कर सकता है। जिससे हमारा राष्ट्र का गौरव हो सके। इसलिए ऐसा कहा।

(3)

BSER-180/2025

परीक्षक द्वारा प्रदत्त अंक	प्रश्न संख्या	परीक्षार्थी उत्तर

संकेत — अथवा

प्र.17
उ.17 "मुझे भूख नहीं है" नानी चलो खा लें मुझे भूख लगी है। संभव के इन दोनों विरोधाभासी कथन के आधार पर उसकी मनोदशा इस प्रकार है - संभव जब हर की पौड़ी पर गया था तब उसे एक गुलाबी साड़ी में एक सुन्दर हास्यमयी लड़की उसके बगल में आकर खड़ी हो गयी संभव उस समय पंडित जी से कलावा बंधा रहा था। तभी लड़की बोली क्या करें पंडित हमें आज आरती के लिए आने के लिए देर हो गयी। और कहा कि हम कल फिर आयेंगे। पंडित जी ने लड़की के हम को युगल में ले लिया और आशीर्वाद दे दिया जिससे लड़का - लड़की सकपका गये। संभव लड़की से कहना चाहता था कि इसमें उसकी कोई गलती नहीं है लेकिन लड़की वहां से चली गयी। तब संभव घर आ गया तब नानी ने कहा कि खाना खा ले तब उसने कहा कि भूख नहीं है क्योंकि संभव बेचैन था। उसके मन में उथल-पुथल चल रही थी। तभी उसे याद आया कि लड़की ने कहा था कि हम कल आयेंगे तब वह खुश हो गया और नानी से कहा कि चलो नानी चलो खा लें मुझे

4

परीक्षक द्वारा प्रदत्त अंक	प्रश्न संख्या	परीक्षार्थी उत्तर
		भूख लगी है,
	प्र.18	
3	उ.18	सूरदास की झोपडी नही उसके सपनों कि चिता जल रही थी। क्योंकि सूरदास की झोपडी मे सिर्फ झोपडी ही नही बल्कि उसके जीवन भर की कमाई भी जल रही थे। जिसे वह बडे जतन से संभाल कर रखा था। उसे पाँच सौ से भी अधिक पैसे एकत्रित कर लिए थे। वह गया जाकर अपने पितरो का पिंड दान करना चाहता था। उन पैसो से मिठुआ का व्याह भी करना चाहता था। गाँव वालो के लिए एक कुआँ बनवाना चाहता। इन सब अभिलाषाओं से उसने पैसे एकत्रित किये थे। लेकिन उसकी झोपडी मे भैरो ने आग लगा दी और पैसे की पोटली उठाकर ले गया। इसलिए उसके लिए झोपडी नही उसके सपनों की चिता जल रही थी।

BSER-180/2025

परीक्षक द्वारा प्रदत्त अंक	प्रश्न संख्या	परीक्षार्थी उत्तर

खण्ड – द

संकेत – अथवा

प्र.19
उ.19 प्रसंग → प्रस्तुत गद्यांश फणीश्वर नाथ रेणु द्वारा रचित 'संवदिया' की कहानी से उद्धृत है। इसमे हरगोबिन बड़ी बहुरिया का संवाद लेकर बड़ी बहुरिया के मायके जाता है। उस समय का वर्णन प्रस्तुत है।

व्याख्या → जब हरगोबिन बड़ी बहुरिया का संवाद लेकर जाता है। तब बड़ी बहुरिया की माँ हरगोबिन से कहती है कि बड़ी बहुरिया का संवाद लाये हो। तब हरगोबिन कहता है कि मै कोई संवाद नही लाया हुं। और कहता है कि बड़ी बहुरिया ने कहा थी। था कि अगर घर के कामो से छुट्टी मिलगी तो दशहरा के समय गंगा जी के मेले मे आकर माँ से भेंट मुलाकात कर जायेगी। यह सुनकर उसकी बड़ी बुहरिया की बुढी मां चुप रही।

BSER-180/2025

परीक्षक द्वारा प्रदत्त अंक	प्रश्न संख्या	परीक्षार्थी उत्तर

हरगोबिन बोलता है कि "छुट्टी कैसे मिले ? सारी घर गृहस्थी बड़ी बहुरिया के ऊपर ही है। तब बड़ी बहुरिया की बूढ़ी माँ बोली, मैं तो बबुआ से कह रही थी कि जाकर दीदी को लेकर आ जाए यहीं रहेगी। वहाँ अब क्या रह गया है ? जमीन जायदाद तो सब चली गई। तीनों देवर अब शहर में जाकर बस गए हैं। कोई खोज खबर भी नहीं लेते। मेरी बेटी अकेली है।

5

विशेष :- (i) भाषा सहज सरल और आम बोल चाल की है।
(ii) रेणु ने आंचलिक भाषा पर जोर दिया है।
(iii) बड़ी बहुरिया के प्रति उसकी माँ का ने व बड़ी बहुरिया के प्रति प्रेम प्रकट हुआ है।
(iv) हरगोबिन अपना संवाद नहीं कह पाता है।

BSER-180/2025
Previous Pathshala

परीक्षक द्वारा प्रदत्त अंक	प्रश्न संख्या	परीक्षार्थी उत्तर

संकेत - (अथवा)

प्र.20
उ.20 प्रसंग → प्रस्तुत पद्यांश तुलसीदास द्वारा रचित 'रामचरितमानस' के 'अयोध्या' कांड से लिया गया है। इसमे भरत के रामबनगमन के लिए स्वयं को दोषी माना है। और राम के प्रति अपना प्रेम प्रकट किया है।

व्याख्या → तुलसीदास कहते है कि भरत जी ने चित्रकूट सभा मे कहते है कि श्रीराम और भरत के प्रेम को तो विधाता भी न सके अर्थात विधाता ने श्रीराम और भरत जी को अलग कर दिया है। भरत जी कहने लगे कि उन्हे अलग करने के लिए विधाता ने उनकी माता का सहारा लिया। भरत जी कहने लगे कि यह कहते हुए मुझे आज शोभा नही देता कि माता नीच है और मै साधु और समझदार हूं। भरतजी कहते है कि माता मंद बुद्धि कि और मै बुद्धिमान हूं यह कहते हुए मुझे बिलकुल शोभा नही देता। क्योकि कोदव बालि अर्थात जंगली पौधे से कभी भी उच्च कोटी का धान पैदा नही हो सकता।

5

परीक्षक द्वारा प्रदत्त अंक	प्रश्न संख्या	परीक्षार्थी उत्तर

जिस तरह काले घोंघा से उच्च कोटि का मोती प्राप्त नही हो सकता अर्थात मैं भी नीच माता से उत्पन्न होकर साधु नही बन सकता। भरत जी कहते है कि मै सपने मे भी किसी और को दोष नही दे सकता। मेरा भाग्य ही दुर्भाग्य के समान अथाह सम सागर के समान बन गया है। बिना सोचे समझे मै किसे दोष दूँ। भरत जी कहते है कि मेरा प्रेम रामजी के प्रति निश्चल है। ये सब गुरु वशिष्ठ और राम जी जानते है। भरत जी कहते है कि एक ही प्रकार से मेरा भला हो सकता है सीता और राम से मुझे अच्छे परिणाम की आशा है। अर्थात वे मुझे क्षमा कर देंगे।

विशेष → (i) भाषा अवधी भाषा का प्रयोग हुआ है।

(ii) अनुप्रास अलंकार का प्रयोग हुआ है। रूपक अलंकार का भी प्रयोग हुआ है।

(iii) भरत जी ने अपने भाग्य को

Previous Pathshala

परीक्षक द्वारा प्रदत्त अंक	प्रश्न संख्या	परीक्षार्थी उत्तर

छोड़ दिया है।
(iv) राम और सीता से अच्छे परिणाम की आशा की है।

प्र.21 Q.21

योग का महत्व

संकेत → (i) प्रस्तावना
(ii) योग का महत्व
(iii) योग के लाभ
(iv) योग न करने से हानि
(v) उपसंहार

प्रस्तावना → शास्त्रो मे कहा गया है कि स्वस्थ शरीर मे स्वस्थ मस्तिष्क निवास करता है। हमारे आचार्यों व विद्वानों ने भी योग को महत्व देते हुए कहा कि स्वस्थ शरीर मे स्वस्थ मस्तिष्क निवास करता है। इसके लिए हमें योग करना चाहिए। योग हमारे जीवन का अभिन्न अंग है। सरकार भी आज योग करने के लिए प्रेरित कर रही है। तथा 21 जून को योग दिवस सभी को मनाने के लिए घोषणा की है। आज हमारे

BSER-10/2025

परीक्षक द्वारा प्रदत्त अंक	प्रश्न संख्या	परीक्षार्थी उत्तर

देश मे सभी नागरिक 21 जून को योग दिवस मानते है। और योग करने के लिए जागरूक रहते है। योग करने से ही हमारे शरीर का सर्वांगीण विकास हो सकता है।

योग का महत्व → अनेक कारणो से योग का महत्व है। आज हमारे देश आधे से ज्यादा मरीज हॉस्पीटल मे रहते है क्योंकि आज हमारे देश मे अनेक बिमारियां फैल रही है जैसे बर्ड फ्लू, चिकनगुनिया, हैजा मलेरिया, कोरोना, हेपेटाइटस आदि बिमारियाँ फैल रही है जिसका शिकार नागरिक हो रहे है इस कारण आम आदमी जिस का स्वास्थ्य ठीक नही रह पाता है। इसके लिए हमे योग करना चाहिए क्योंकि योग से ही हमारी इन बिमारियो को हम दूर कर सकते है। योग से हम हमारा

BSER-180/2025

परीक्षक द्वारा प्रदत्त अंक	प्रश्न संख्या	परीक्षार्थी उत्तर

हमारा स्वास्थ्य ठीक कर सकते है। स्वस्थ शरीर रहने पर हमारा काम मे मन लग जाता है। तथा हम देश को गौरविन्त करने के काम कर सकते है। स्वस्थ शरीर से मास्तीष्क हमेशा सक्रिय रहता है। जिस से हम अच्छी तरह से सोच - विचार कर सकते है। अपने जीवन के फैसले सोच - समझकर ले सकते है। इससे हमारा जीवन खुशहाल बन सकता है। हमे योग करना चाहिए क्योंकि हम कभी - भी किसी भी तरह की मुश्किल मे हो हमारा दिमाग उस मुश्किल घडी मे साथ दे सकता है। अगर मस्तिक मास्तीष्क सक्रिय रहेगा तो हम बडी - बडी मुश्किल का सामना भी कर सकेगा। योग करने से आत्मविश्वास बढ़ता है। जब आत्मविश्वास बढ़ता है तब मनुष्य हर काम करने मे सक्षम हो जाता है। योग का महत्व है।

BSER-180/2025

परीक्षक द्वारा प्रदत्त अंक	प्रश्न संख्या	परीक्षार्थी उत्तर

योग के लाभ → योग करने से हमारा शरीर स्वस्थ रहेगा। योग करने से हमारा ~~मानसिक~~ मानसिक सक्रिय रहता है। जिससे हम सब प्रकार से कार्य कर सकते है। योग करने से हमारा दिमाग शांत रहता है। योग करने से ~~हमारा~~ हमारे शरीर का सर्वांगीन विकास होता है। योग करने से हमारे तर्क - वितर्क की शक्ति बढ़ती है।

योग न करने से हानि -

(i) योग न करने से हमारे शरीर का सर्वांगीण विकास्य नही हो पाता है।

(ii) योग न करने से हमारा शरीर स्वस्थ नही रह पाता है।

(iii) योग नही करने से अनेक प्रकार की बिमारियो के हम शिकार हो सकते है।

BSER-180/2025

परीक्षक द्वारा प्रदत्त अंक | प्रश्न संख्या | परीक्षार्थी उत्तर

(iv) योग न करने से हमारे मस्तिष्क पर बुरा प्रभाव पड़ता।

उपसंहार → आज योग हमारे जीवन का महत्वपूर्ण अंग है। योग करने से ही हमारे शरीर का विकास होगा। योग करने से युवाओं की सोचने समझने की शक्ति बढ़ेगी जिससे हमारी देश प्रगति कर सकता है।

5½

समाप्त

BSER 180/2025

Previous PathShala