प्रतिदर्श प्रश्न पत्र 4 (2019–20)

हिन्दी–अ कोड (002)

कक्षा–9

निर्धारित समय– 3 घंटे अधिकतम अंक – 80

सामान्य निर्देशः–

1. इस प्रश्न–पत्र में चार खंड हैं– क, ख, ग और घ।
2. सभी खंडों के प्रश्नों के उत्तर देना अनिवार्य है।
3. यथासंभव प्रत्येक खंड के प्रश्नों के उत्तर क्रम से लिखिए।

खण्ड – क (अपठित अंश) 15

1. निम्नलिखित गद्यांश को ध्यानपूर्वक पढ़कर पूछे गए प्रश्नों के उत्तर लिखिए– 8

"समुद्र–मंथन" की कथा लगभग सभी भारतवासियों को मालूम है कि मंथन क्यों हुआ था। परन्तु इसकी जानकारी कम लोगों को ही है। 'विष्णु–पुराण' के प्रथम अंश के नवें अध्याय में इस अमृत–मंथन के कारणों का स्पष्ट उल्लेख है कि फूलों की माला का अपमान करने के प्रायश्चित स्वरूप देवताओं को अमृत–मंथन करना पड़ा। यह कथा इस प्रकार की है कि दुर्वासा ऋषि ने पृथ्वी पर विचरण करते हुए एक कृशांगी के जिसकी बड़ी–बड़ी आँखें थी, हाथ में एक दिव्य माला देखी। उन्होंने इस विद्याधारी से उस माला को माँग लिया और उसे किसी अतिविशिष्ट व्यक्ति की गर्दन में डालने की बात सोचने लगे। तभी ऐरावत पर चढ़े देवताओं के साथ आते हुए इन्द्र पर उनकी नजर पड़ी, उन्हें देखकर दुर्वासा ने उस माला को इन्द्र के गले में डाल दिया लेकिन इन्द्र ने अनिच्छापूर्वक ग्रहण करके उस माला को ऐरावत के मस्तक पर डाल दिया। ऐरावत उसकी गंध से इतना विचलित हो उठा कि फौरन सूँड से लेकर उसने माला को जमीन पर फेंक दिया। संयोगवश वह माला दुर्वासा के ही पास जा गिरी। इंद्र को पहनाई माला की इतनी दुर्दशा देखकर दुर्वासा को क्रोध आना स्वाभाविक था। वह वापस इन्द्र के पास लौटकर आए और श्राप दे दिया।

1. अमृत–मंथन के कारणों का उल्लेख कहाँ किया गया है? 2

उत्तर : अमृत–मंथन के कारणों का उल्लेख 'विष्णु–पुराण' के प्रथम अंश के नवें अध्याय में स्पष्ट रूप से किया गया है।

2. दुर्वासा ऋषि ने दिव्य माला कहाँ देखी थी? 2

उत्तर : दुर्वासा ऋषि ने पृथ्वी पर विचरण करते हुए एक कृशांगी के जिसकी आँखें बड़ी–बड़ी थी, हाथ में एक दिव्यमाला देखी थी।

3. ऐरावत ने माला पृथ्वी पर क्यों फेंक दी? 2

उत्तर : ऐरावत उस माला की गंध से बहुत अधिक विचलित हो गया और उसने फौरन सूँड से लेकर माला को पृथ्वी पर फेंक दिया।

4. दुर्वासा ने इंद्र को श्राप क्यों दिया? 1

उत्तर : दुर्वासा ने इंद्र को दी गई माला की दुर्दशा देखकर, क्रोधित होकर इंद्र को श्राप दे दिया।

5. गद्यांश का उचित शीर्षक लिखिए? 1

उत्तर : समुद्र–मंथन।

2. निम्नलिखित काव्यांश को ध्यानपूर्वक पढ़कर पूछे गए प्रश्नों के उत्तर दीजिए– 7

बार–बार आती है मुझको,
मधुर याद बचपन तेरी।
गया ले गया, तू जीवन की,
सबसे मस्त खुशी मेरी।
चिंता रहित खेलना खाना,
वह फिरना निर्भय स्वच्छंद।
कैसे भूला जा सकता है,
बचपन का अतुलित आनंद।
रोना और मचल जाना भी,
क्या आनंद दिखलाते थे।
बड़े–बड़े मोती–से आँसू,
जयमाला पहनाते थे।
मैं रोई, माँ काम छोड़कर,
आई, मुझको उठा लिया।
झाड़–पोंछकर चूम–चूमकर।
गीले गालों को सुखा दिया,
आ जा बचपन! एक बार फिर।
दे दे अपनी निर्मल शांति,
व्याकुल व्यथा मिटाने वाली।
वह अपनी प्राकृत विश्रांति,
वह भोली–सी मधुर सरलता।
वह प्यारा जीवन निष्पाप।
क्या फिर आकर मिटा सकेगा,
तू मेरे मन का संताप?

1. कवयित्री को बचपन क्यों याद आ रहा है? 2
उत्तर : कवयित्री को बचपन इसलिए याद आ रहा है क्योंकि उसके लिए बचपन को भूलना कठिन है।
2. बचपन में अतुलित आनंद क्यों मिलता था? 2
उत्तर : बचपन में अतुलित आनंद इसलिए मिलता था क्योंकि उस समय वह चिंता रहित होकर खेलती, खाती और निडर होकर स्वच्छंद विचरण करती थी।
3. झाड़–पौंछ में कौन–सा समास है? 1
उत्तर : झाड़ना और पौंछना–द्वन्द्व समास।
4. बड़े होने पर कवयित्री को जीवन में क्या मिला है? उसे कैसे मिटाया जा सकेगा? 1
उत्तर : बड़े होने पर कवयित्री को जीवन में संताप मिला है। उसे तो बचपन की मधुर सरलता और निष्पाप जीवन ही मिटा सकता है।
5. जब वह रोती थी तो माँ की क्या प्रतिक्रिया होती थी? 1
उत्तर : जब वह रोती थी तो माँ काम छोड़कर उसको उठा लेती थी, उसकी धूल झाड़ कर, गालों को चूम–चूमकर प्यार करती थी।

अथवा

वीर जवानो, सुनो, तुम्हारे सम्मुख एक सवाल है।
जिस धरती को तुमने सींचा,
अपने खून–पसीनों से।
हार गई दुश्मन की गोली,
वज्र सरीखे सीनों से।
जब–जब उठी तुम्हारी बाँहें, होता वश में काल हैं।
जिस धरती के लिए सदा,
तुमने सब कुछ कुर्बान किया।
शूली पर चढ़–चढ़ हँस–हँसकर
कालकूट का पान किया।
जब–जब तुमने कदम बढ़ाया, हुई दिशाएँ लाल हैं।
उस धरती को टुकड़े–टुकड़े,
करना चाह रहे दुश्मन।
बड़े गौर से अजब तुम्हारी,
चुप्पी थाह रहे दुश्मन।
जाति–पाँति, वर्गों–फिरकों के वह फैलाता जाल है।
कुछ देशों की लोलुप नजरें,
लगी तुम्हारी ओर हैं।
कुछ अपने ही जयचंदों के,
मन में बैठा चोर है।
सावधान कर दो उसको जो पहने,
कपटी खाल है।

1. 'धरती' शब्द से कवि का क्या अभिप्राय है? उसे किससे सींचा गया है?
उत्तर : 'धरती' शब्द से अभिप्राय है 'मातृभूमि'। उसे वीर जवानों ने अपने खून–पसीनों से सींचा है?
2. 'हार गई दुश्मन की गोली वज्र सरीखे सीनों से' पंक्ति का आशय बताइये।
उत्तर : हमारे वीर जवानों के वज्र के समान कठोर सीनों से तो दुश्मन की गोली भी हार गई अर्थात् वीर जवान गोली खाकर भी युद्ध में दुश्मन के सामने डँटे रहते हैं।
3. कवि किन्हें सावधान करने के लिए कह रहा है?
उत्तर : कवि कपटी खाल पहनने वालों को सावधान करने के लिए कह रहा है।
4. धरती के दुश्मन किन रूपों में उसके टुकड़े करना चाहते हैं?
उत्तर : धरती के दुश्मन जाति–वर्ण, संप्रदाय के रूप में उसके टुकड़े करना चाहते हैं।
5. 'अपने ही जयचंदों' कहकर कवि ने किन लोगों पर व्यंग्य किया है?
उत्तर : 'अपने ही जयचंदों' कहकर कवि ने देशद्रोहियों पर व्यंग्य किया है।

खण्ड – ख (व्यावहारिक व्याकरण) 15

3. निर्देशानुसार उत्तर दीजिए– 7

1. किन्हीं दो शब्दों में प्रयुक्त उपसर्ग एवं मूल शब्द अलग करके लिखिए– 2
अनुमान, अवगुण, अभिज्ञान
उत्तर :

	उपसर्ग	मूलशब्द
1.	अनु	मान
2.	अव	गुण
3.	अभि	ज्ञान

2. किन्हीं दो शब्दों में प्रयुक्त प्रत्यय एवं मूल शब्द अलग करके लिखिए– 2
मिलाप, गोपनीय, सजावट
उत्तर :

	मूलशब्द	प्रत्यय
1.	मिल	आप
2.	गोप	अनीय
3.	सज	आवट

3. किन्हीं तीन शब्दों के विग्रह करके समास का नाम लिखिए– 3
यथाविधि, हस्तलिखित, नीलगगन, त्रिफला
उत्तर :

	विग्रह	समास का नाम
1.	विधि के अनुसार	अव्ययी भाव

	विग्रह	समास का नाम
2.	हाथ से लिखा हुआ	तत्पुरुष
3.	नीला है जो गगन	कर्मधारय
4.	तीन फलों का समाहार	द्विगु

4. निर्देशानुसार उत्तर दीजिए– 4

1. अर्थ के आधार पर किन्हीं दो वाक्यों में भेद लिखिए– 2

1. शाम तक जरूर आ जाना।

उत्तर : विधानवाचक

2. अगर वे आ जाते तो मेरा काम बन जाता।

उत्तर : संकेतवाचक

3. बच्चा दूध नहीं पीता।

उत्तर : निषेधवाचक

2. निर्देशानुसार किन्हीं दो वाक्यों में परिवर्तन करके लिखिए– 2

1. बच्चे लाइन में जाएँगे। (प्रश्नवाचक में)

उत्तर : क्या बच्चे लाइन में जाएँगे?

2. वाह! क्या सुन्दर दृश्य है। (विधानवाचक में)

उत्तर : दृश्य बहुत सुन्दर है।

3. राम घर पर है। (संदेहवाचक में)

उत्तर : राम घर पर होगा।

5. निम्नलिखित काव्यांशों में से किन्हीं चार के अलंकार भेद पहचान कर लिखिए– 4

1. तू मोहन के उरबसी ह्वै उरबसी समान।

उत्तर : यमक अलंकार

2. मेघ आए बड़े बन–ठन के सँवर के।

उत्तर : मानवीकरण अलंकार

3. भूप सहस दस एकहिं बारा। लगे उठावन टरत न टारा।

उत्तर : अतिश्योक्ति अलंकार

4. शशिमुख पर घूँघट डाले अंचल में दी छिपाए।

उत्तर : रूपक अलंकार

5. कहती हुई यों उत्तरा के, नेत्र जल से भर गए।
हिम के कणों से पूर्ण मानो, हो गए पंकज नए।।

उत्तर : उत्प्रेक्षा अलंकार

खण्ड – ग

(पाठ्य–पुस्तक एवं पूरक पाठ्य पुस्तक) 30

6. निम्नलिखित गद्यांश को ध्यानपूर्वक पढ़कर पूछे गए प्रश्नों के उत्तर लिखिए– 5

जानवरों में गधा सबसे ज्यादा बुद्धिमान समझा जाता है। हम जब किसी आदमी को परले दर्जे का बेवकूफ कहना चाहते हैं, तो उसे गधा कहते हैं। गधा सचमुच बेवकूफ है, या उसके सीधेपन, उसकी निरापद सहिष्णुता ने उसे यह पदवी दे दी है, इसका निश्चय नहीं किया जा सकता। गायें सींग मारती हैं, ब्याही हुई गाय तो अनायास ही सिंहनी का रूप धारण कर लेती है। कुत्ता भी बहुत गरीब जानवर है, लेकिन कभी–कभी उसे भी क्रोध आ ही जाता है, किन्तु गधे को कभी क्रोध करते नहीं सुना, न देखा। जितना चाहो गरीब को मारो, चाहे जैसी खराब, सड़ी हुई घास सामने डाल दो, उसके चेहरे पर कभी असंतोष की छाया भी न दिखाई देगी।

1. गधे को गधा कहने के पीछे क्या कारण होते हैं? 2

उत्तर : गधे को गधा कहने के पीछे दो कारण होते हैं–

1. मूर्ख होना।
2. सीधा और सहनशील होना।

2. गधे की कौन–सी विशेषता अन्य पशुओं से भिन्न हैं? 2

उत्तर : गधे की अत्यधिक सहनशीलता, सरलता, संतोषवृत्ति, सुख–दुख को एक समान मानने की क्षमता उसे अन्य पशुओं से भिन्न करती है। अन्य जानवर गधे के समान सरल, आक्रोशी और अत्यंत सहनशील नहीं होते।

3. प्रस्तुत गद्यांश किस पाठ से लिया गया है? लेखक का भी नाम लिखिए। 1

उत्तर : पाठ– दो बैलों की कथा, लेखक– प्रेमचंद।

7. निम्नलिखित प्रश्नों में से किन्हीं चार प्रश्नों के उत्तर लिखिए– 8

1. हीरा और मोती को रास्ते में कौन मिला? उसके बाद क्या हुआ? 2

उत्तर : हीरा और मोती को रास्ते में एक साँड़ मिल गया। उसने मौका पाकर इन दोनों पर आक्रमण कर दिया। परन्तु हीरा और मोती संगठित थे। इन्होंने मिलकर लड़ाई की। वे साँड़ पर दोनों तरफ से टूट पड़े और साँड़ बेदम होकर गिर पड़ा।

2. डाँड़ों में कानून व्यवस्था ढीली होने का क्या कारण है? 'ल्हासा की ओर' पाठ के आधार पर बताइए। 2

उत्तर : डाँड़ों 16–17 हजार फीट की ऊँचाई पर स्थित होते हैं। डाँड़े पहाड़ और नदी के मोड़ पर होने के कारण बिल्कुल निर्जन होते हैं। यहाँ पुलिस भी नहीं होती। इसलिए डाँड़ों की कानून व्यवस्था बहुत ढीली होती है।

3. 'साँवले सपनों की याद' पाठ के सालिम अली ने पर्यावरण संरक्षण के लिए किस रूप में भूमिका निभाई है। 2

उत्तर : सालिम अली ने पर्यावरण संरक्षण के लिए जो कार्य किए, वे इस प्रकार हैं–

1. उन्होंने जीवनभर पक्षियों के विषय में खोजें की तथा सुरक्षा के बारे में अध्ययन किए।
2. उन्होंने भारत के प्रधानमंत्री चौधरी चरण सिंह से मिलकर केरल की साइलेंट–वेली के पर्यावरण को उजड़ने से रोकने की प्रार्थना की।

4. 'तुम पर्दे का महत्त्व ही नहीं जानते, हम पर्दे पर कुर्बान हो रहे हैं'। 'प्रेमचंद के फटे जूते' पाठ के आधार पर इस पंक्ति का आशय स्पष्ट कीजिए। 2

उत्तर : प्रेमचंद ने कभी पर्दे को अर्थात् लुकाव–छिपाव को महत्त्व नहीं दिया। उन्होंने वास्तविकता को कभी ढाँकने का प्रयत्न नहीं किया। वे अंदर बाहर से एक थे। यहाँ तक कि उनका पहनावा भी अलग–अलग न था। लेखक ने उस समय की मनोभावना पर व्यंग्य किया है कि हम पर्दा रखने को बड़ा गुण मानते हैं। जो व्यक्ति अपने कष्टों को छिपाकर समाज के सामने सुखी होने का ढोंग करता है ? हम उसी को महान मानते हैं।

5. सन् 1917 में हिंदी की क्या स्थिति थी? 'मेरे बचपन के दिन' पाठ के आधार पर बताइए। 2

उत्तर : सन् 1917 में हिंदी के प्रचार–प्रसार का युग था। उन्हीं दिनों देशभक्ति जगाने के लिए हिन्दी के कवि सम्मेलन होने लगे थे। उनमें हरिऔध, श्रीधरपाठक और रत्नाकर जैसे महान कवि भाग लिया करते थे।

8. निम्नलिखित काव्यांश को ध्यानपूर्वक पढ़कर पूछे गए प्रश्नों के उत्तर लिखिए– 5

या लकुटी अरु कामरिया पर राज तिहूँ पुर को तजि डारौं।
आठहूँ सिद्धि नवौ निधि के सुख नंद की गाइ चराइ बिसारौं।।
रसखान कबौं इन आँखिन सौं, ब्रज के बन बाग तड़ाग निहारौं।
कोटिक ए कलधौत के धाम करील के कुंजन ऊपर वारौं।।

1. कवि किस पर तीनों लोकों को न्योछावर करने को तैयार हैं? 2

उत्तर : कवि कृष्ण की लाठी और काली कमली (कंबल) पर तीनों लोकों का राज न्योछावर करने को तैयार हैं।

2. नंद की गाय चराने के लिए कवि कौन–कौन–सा सुख त्यागना चाहता है? 2

उत्तर : नंद की गाय चराने के लिए कवि आठों सिद्धियों और नवों निधियों का सुख त्यागने को तैयार है।

3. प्रस्तुत काव्यांश किस पाठ से लिया गया है? इसके रचयिता का नाम लिखिए। 1

उत्तर : कविता (पाठ) सवैये, रचयिता–रसखान।

9. निम्नलिखित प्रश्नों में से किन्हीं चार प्रश्नों के उत्तर लिखिए– 8

1. गोपिकाएँ कृष्ण की मुरली से क्यों जलती हैं? 2

उत्तर : गोपिकाएँ कृष्ण की मुरली से ईर्ष्या करती हैं क्योंकि कृष्ण सदा मुरली बजाने में खोए रहते हैं। वे गोपियों की ओर ध्यान ही नहीं देते। इसलिए गोपियों को मुरली पर गुस्सा आता है। अतः उन्हें मुरली को अपने अधरों से नहीं लगाना चाहिए।

2. कोयल की कूक सुनकर कवि ने क्या प्रतिक्रिया व्यक्त की थी? 'कैदी और कोकिला' कविता के आधार पर उत्तर लिखिए। 2

उत्तर : कोयल की कूक सुनकर कवि को ऐसा लगा कि वह मानो उससे कुछ कहना चाहती है। कोयल या तो उसे निरन्तर लड़ते रहने की प्रेरणा देती है या उसके कष्टों के दर्द को बाँटना चाहती है या कवि के कष्टों को देखकर आँसू बहा रही है और चुपचाप अँधेरे को बेधकर विद्रोह करने को कह रही है। इसलिए अंत में कवि इसके इशारों पर अपना बलिदान करने को तैयार हो जाता है।

3. कवयित्री ने परमात्मा–प्राप्ति का क्या उपाय बताया है? 'वाख' कविता के आधार पर उत्तर दीजिए। 2

उत्तर : कवयित्री के अनुसार परमात्मा–प्राप्ति के लिए दिल में 'हूक' उठना आवश्यक है। दूसरे जीवन में त्याग और भोग के बीच सहज जीवन जीना आवश्यक है। न भोग में आसक्ति, न त्याग का आग्रह और न हठयोग। इनसे कुछ हाथ नहीं आता। परमात्मा को जानने के लिए आवश्यक है कि मनुष्य पहले मन को टटोले, अपने आप को जाने, आत्मज्ञान प्राप्त करे।

4. 'चंद्र गहना से लौटती बेर' कविता के आधार पर अलसी के मनोभावों का वर्णन कीजिए। 2

उत्तर : अलसी अल्हड़ नायिका है। उसकी कमर लचीली है, देह पतली है और स्वभाव से हठीली है। उसने अपने शीश पर नीले फूल धारण किए हुए हैं। वह मानो सबको प्रेम का खुला निमंत्रण देकर कह रही है– जो भी मुझे छुए, मैं उसे अपना दिल दे दूँगी।

5. 'मेघ आए' कविता में ताल और पीपल को किन–किन रूपों में चित्रित किया गया है? 2

उत्तर : इस कविता में 'ताल' मेहमान के हाथ–पाँव धुलवाने के लिए परात लेकर खड़ा है। पीपल का बुजुर्ग पेड़ बड़े आदर से मेहमान की अगवानी कर रहा है।

10. निम्नलिखित प्रश्नों में से किन्हीं दो प्रश्नों के उत्तर लिखिए– 4

1. लेखिका की परदादी ने ऐसी कौन–सी बात कह दी थी, जिसे सुनकर सभी हैरान हो गए? 'मेरे संग की औरतें', पाठ के आधार पर उत्तर लिखिए। 2

उत्तर : लेखिका की परदादी को पौत्री की इच्छा थी। उन्होंने भगवान से यह दुआ माँगी कि उनकी पतोहू (पौत्र–वधू) की पहली संतान लड़की पैदा हो न कि लड़का। समाज सदा से ही लड़कों की कामना करता रहा है, पर लेखिका की परदादी ने वह दुआ माँगी जिसे समाज बोझ समझता था। उनकी मन्नत के बारे में जानकर सभी हैरान रह गए, क्योंकि उन्होंने यह बात सभी को बता दी थी।

2. 'मेरे संग की औरतें' पाठ के आधार पर लेखिका की माँ का चरित्र–चित्रण उनके मूल्यों के आधार पर लिखिए। 2

उत्तर : लेखिका की माँ खूबसूरत, दुबली–पतली महिला थीं, जिनका विवाह स्वतंत्रता सेनानी के साथ हुआ। मूल्यों के आधार पर उनका चरित्र चित्रण इस प्रकार है–

1. **ईमानदारी–** लेखिका की माँ ईमानदार महिला थी, इस कारण उनका सब आदर करते थे।
2. **निष्पक्षता–** लेखिका की माँ किसी बात के लिए किसी का पक्ष नहीं लेती थी।
3. **सत्यवादिनी–** लेखिका की माँ सदैव सत्य बोलती थी, जिससे घर वाले उनका आदर करते थे।
4. **सुंदर एवं ठोस निर्णय लेना–** सुंदर एवं ठोस निर्णय लेना उनका स्वभाव था, जिससे सभी उनकी राय मानते थे।

3. पुनर्वास के लिए माटी वाली को किस समस्या का सामना करना पड़ा? 'माटी वाली' पाठ के आधार पर उत्तर लिखिए। 2

उत्तर : सरकारी पुनर्वास के लिए कागजी प्रमाणों की आवश्यकता थी। माटी वाली बिल्कुल अनपढ़ और दलित महिला थी। उसके अपने नाम न तो कोई जमीन थी, न जायदाद, न और कोई ठिकाना। माटीखान से मिट्टी खोदना भी कानूनी अधिकार नहीं था। अतः पुनर्वास के मामले में वह बिल्कुल लाचार और निरुत्तर हो गई। उसके सामने भविष्य के ठिकाने का संकट खड़ा हो गया था।

खण्ड – घ (लेखन) 20

11. निम्नलिखित में से किसी एक विषय पर दिए गए संकेत बिन्दुओं के आधार पर लगभग 200–250 शब्दों में निबन्ध लिखिए– 10

(1) ग्लोबल वार्मिंग

संकेत–बिन्दु : प्रस्तावना • ग्लोबल वार्मिंग की परिभाषा एवं अर्थ • ग्लोबल वार्मिंग का प्राकृतिक कारण • ग्लोबल वार्मिंग का मानवीय कारण • रोकने के उपाय • उपसंहार।

(2) समाज में मीडिया की भूमिका

संकेत–बिन्दु : प्रस्तावना • मीडिया क्या है • मीडिया लोकतंत्र का चौथा स्तम्भ • सोशल मीडिया के दुष्प्रभाव • उपसंहार।

(3) आत्मनिर्भर या स्वावलंबी

संकेत–बिन्दु : प्रस्तावना • संसार में परावलंबी अर्थात् परमम दुखम् • आत्म–निर्भर व्यक्ति • स्वावलंबन से लाभ • उपसंहार।

उत्तर :

(1) ग्लोबल वार्मिंग

संकेत–बिन्दु : प्रस्तावना • ग्लोबल वार्मिंग की परिभाषा एवं अर्थ • ग्लोबल वार्मिंग का प्राकृतिक कारण • ग्लोबल वार्मिंग का मानवीय कारण • रोकने के उपाय • उपसंहार।

1. **प्रस्तावना–** ग्लोबल वार्मिंग हमारे देश की ही नहीं, अपितु पूरे विश्व की समस्या है। यह धरती के वातावरण पर लगातार बढ़ रही है। इस समस्या से निपटने के लिए प्रत्येक देश कुछ न कुछ उपाय लगातार कर रहा है, परन्तु यह घटने की जगह निरंतर बढ़ रही है। ग्लोबल वार्मिंग के लिये सबसे बड़ा जिम्मेदार मानव स्वयं है। मनुष्य की गतिविधियों से खतरनाक गैसे– कार्बन–डाइऑक्साइड, मीथेन, नाइट्रोजन ऑक्साइड इत्यादि का ग्रीन हाउस गैसों की मात्रा में वातावरण में बढ़ोत्तरी हो रही है।
2. **ग्लोबल वार्मिंग की परिभाषा–** धरती के वातावरण में तापमान के लगातार हो रही विश्वव्यापी बढ़ोत्तरी को ग्लोबल वार्मिंग कहते हैं।

   ग्लोबल वार्मिंग का अर्थ– पृथ्वी के निकट हवाई और महासागर की औसत तापमान में बीसवीं शताब्दी से हो रही वृद्वि और उसकी अनुमानित निरंतरता है पृथ्वी की सतह के निकट विश्व की वायु के औसत तापमान में 2500 वर्षों के दौरान 0.74 प्लस माइनस 0.8 डिग्री सेल्सियस (1.33 प्लस माइनस 0.32 डिग्री एक)।
3. **ग्लोबल वार्मिंग का प्राकृतिक कारण–** ग्लोबल वार्मिंग के कारण होने वाले जलवायु परिवर्तन के लिए सबसे अधिक जिम्मेदार ग्रीन हाउस गैसें हैं। ये वे गैसें होती हैं जो बाहर से मिल रही गर्मी को अपने अंदर सोख लेती है। ग्रीन हाउस गैसों में सबसे महत्त्वपूर्ण है कार्बन डाइ ऑक्साइड, जिसे हम जीवित प्राणी अपने साँस के साथ उत्सर्जन करते हैं। पृथ्वी के वातावरण में प्रवेश कर यहाँ का तापमान बढ़ाने के कारक बनती है कार्बन डाइ–ऑक्साइड। वैज्ञानिकों के अनुसार इन गैसों का उत्सर्जन इसी तरह चलता रहा तो 21वीं सदी में हमारे पृथ्वी का तापमान 3 डिग्री से 8 डिग्री सेल्सियस तक बढ़ा सकता है। यदि ऐसा हुआ तो इसके परिणाम बहुत घातक होंगे दुनिया के कई हिस्सों में बर्फ की चादर बिछ जाएगी। समुद्र का जलस्तर बढ़ जाएगा और दुनिया के कई हिस्से जल में विलीन हो जाएँगे भारी तबाही मचेगी। यह किसी विश्वयुद्ध या किसी 'एस्टेरॉयड' के पृथ्वी से टकराने से होने वाली तबाही से भी ज्यादा भयानक होगी।
4. **ग्लोबल वार्मिंग का मानवीय कारण–** ग्लोबल वार्मिंग के लिए जिम्मेदार अधिकांश कारक मानव द्वारा किए

गए निर्मित कार्य जिसका परिणाम विनाशकारी है। नदियों की धारा को अवरुद्ध किया जा रहा है हमारी खुशी और संसाधनों को इकट्ठा करने के लिए पेड़ और जंगलों को नष्ट किया जा रहा है। औद्योगिक क्रांति की वजह से कोयले, तेल और करोड़ों वाहनों के चलाने की वजह से प्रदूषण बहुत बढ़ रहा है जिससे हमारी पृथ्वी असामान्य रूप से गर्म होती जा रही है।

मानव द्वारा निर्मित ग्लोबल वार्मिंग के अन्य कारण– 1. वनों की कटाई, 2. औद्योगिकरण, 3. शहरीकरण, 4. मानव की विभिन्न क्रियाएँ, 5. हानिकारक यौगिकों में वृद्धि, 6. रासायनिक उर्वरकों का उपयोग।

ग्लोबल वार्मिंग का एक कारण विकसित देश है। संयुक्त राज्य अमेरिका और बहुत से अन्य विकसित देश इस समस्या के लिए अधिक जिम्मेदार हैं क्योंकि विकासशील देशों की अपेक्षा उनके देश की कार्बन उत्सर्जन की प्रतिदर 10 गुना अधिक है। लेकिन औद्योगिक प्रकृति बनाए रखने के लिए कार्बन उत्सर्जन में कटौती करने के इच्छुक नहीं है। दूसरी ओर भारत, चीन, जापान जैसे विकासशील देशों का मानना है कि वह भी विकास की प्रक्रिया में है, इसलिए वह कार्बन–उत्सर्जन को कम करने का रास्ता नहीं अपना सकते। इसलिए विकसित देशों को भी थोड़ा सामंजस्य बनाकर अपनी पृथ्वी की सुरक्षा समझकर कार्य करना चाहिए।

5. **ग्लोबल वार्मिंग रोकने के उपाय–** ग्लोबल वार्मिंग रोकने के लिए जागरूकता फैलानी होगी। हमें पृथ्वी को सही मायने में 'ग्रीन' बनाना होगा। अपने 'कार्बन फुटप्रिंटर्स' को कम करना होगा। हम अपने आसपास के वातावरण को प्रदूषण से जितना मुक्त रखेंगे, इस पृथ्वी को बचाने में उतनी बड़ी भूमिका निभाएँगे। वैज्ञानिकों और पर्यावरणविदों का कहना है कि ग्लोबल वार्मिंग में कमी के लिए मुख्य रूप से सी.एफ.सी. गैसों का उत्सर्जन रोकना होगा। इसके लिए फ्रिज, एयरकंडीशनर और दूसरे कूलिंग मशीनों का इस्तेमाल कम करना होगा। औद्योगिक इकाइयों की चिमनियों से निकलने वाला धुआँ हानिकारक है इस प्रदूषण को रोकने के लिये पर्यावरण मानकों का सख्ती से पालन करना होगा। पेड़ों की कटाई रोकनी होगी और जंगलों के संरक्षण पर बल देना होगा। पवन ऊर्जा, सौर ऊर्जा और पनबिजली पर ध्यान दिया जाए तो वातावरण को गर्म करने वाली गैसों पर नियंत्रण पाया जा सकता है। जंगलों की आग को रोकना होगा। पेड़ लगाएँ।
6. **उपसंहार–** मानव को मिलकर इस ग्लोबल वार्मिंग से पृथ्वी को बचाना जरूरी है। नहीं तो भयंकर परिणाम देखने को मिलेगा जिसमें शायद पृथ्वी का अस्तित्व ही न रहे। इसलिए मानव को सामंजस्य बुद्धि और एकता के साथ मिलकर सभी देशों को इसके बारे में उपाय ढूँढ़ना अनिवार्य है। हमारी साँसें चलती रहें इसलिए तकनीकी और आर्थिक आराम से ज्यादा अच्छा प्राकृतिक सुधार जरूरी है।

(2) समाज में मीडिया की भूमिका

संकेत–बिन्दु : प्रस्तावना • मीडिया क्या है • मीडिया लोकतंत्र का चौथा स्तम्भ • सोशल मीडिया के दुष्प्रभाव • उपसंहार।

1. **प्रस्तावना–** मीडिया संचार का ऐसा माध्यम है जिसके द्व रा हम समाज में घटित हो रही किसी भी घटना, किसी भी प्रकार की जानकारी शिक्षा एवं किसी भी प्रकार के विज्ञापन के प्रचार–प्रसार को बहुत ही सहजता से समाज के व्यक्ति के पास तक पहुँचा सकते हैं।
2. **मीडिया क्या है–** तकनीकी विकास से पहले मीडिया शब्द का प्रयोग केवल किताबों, समाचार पत्रों, जिसे हम प्रिंट मीडिया के रूप में जानते हैं, के लिए होता था परन्तु अब टेलीफोन, फिल्में, रेडियो तथा इंटरनेट आदि भी मीडिया के प्रमुख अंग बन गए हैं।

पहले मीडिया के ये सभी आधुनिक साधन नहीं थे तो केवल प्रिंट मीडिया का ही प्रयोग होता था। लोग साहित्य लेखन के द्वारा ही अपने विचारों को प्रकट किया करते थे। जैसे कि भारत की आजादी के लिए चलाए जा रहे आंदोलनों को सफल बनाने के लिए इससे लोगों को जोड़ने के लिए अनेक प्रकार के प्रिंट मीडिया का सहारा लेकर कई समाचार पत्रों तथा पत्रिका का संपादन किया जा रहा था।

आज का मीडिया हमारे समाज को नया आकार प्रदान करने तथा इसको मजबूत बनाने में अपनी एक सशक्त एवं महत्त्वपूर्ण भूमिका निभा रहा है। मीडिया लोगों के मनोरंजन का एक बेहतरीन साधन है। आज मीडिया के द्वारा ही किसी देश के किसी कोने में बैठकर दुनिया के किसी कोने में घटित हुई घटना को टेलीविजन या रेडियो के माध्यम से आसानी से देख व सुन सकते हैं। इसके साथ ही सोशल मीडिया भी हमें तरह–तरह की खबरों से अवगत कराता है। पहले लोग अपने से दूर मित्रों एवं रिश्तेदारों से बात करने के लिए टेलीग्राम एवं पत्र लेखन का सहारा लेते थे। आज फेसबुक, व्हाट्सएप, ट्विटर, इंस्टाग्राम, यू–ट्यूब आदि जैसे सोशल मीडिया का प्रयोग कर बड़ी आसानी से एक–दूसरे से बातचीत कर सकते हैं। वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के द्वारा अपने मित्रों रिश्तेदारों से बात कर सकते हैं। आज के समाज में मीडिया किसी न किसी रूप में जगह बनाए हुए हैं।

3. **मीडिया लोकतंत्र का चौथा स्तंभ–** हमारी लोकतांत्रिक व्यवस्था के तीन स्तंभ कार्यपालिका, न्यायपालिका और विधायिका के साथ ही साथ मीडिया को भी हमारे लोकतंत्र के चौथे स्तम्भ के रूप में माना जाता है। आज हमारी जनता को जागरूक करने एवं उसके लिए लागू की गई किसी भी नई योजनाओं की जानकारी मीडिया के द्वारा ही आम जन मानस तक पहुँचाती है।

मीडिया के द्वारा आज समाज का हर व्यक्ति भ्रष्टाचार एवं देश में हो रहे घोटालों को उजागर करने में अपना महत्त्वपूर्ण योगदान दे रहा है। आज कोई भी व्यक्ति देश में होने वाली गलत घटना को अपने मोबाइल या कैमरे में रिकार्ड कर उसे सोशल मीडिया के माध्यम से उस घटना के दोषियों को सजा दिलाने में अपनी भागीदारी सुनिश्चित कर सकता है। आधुनिकीकरण के साथ ही औद्योगिक क्षेत्र में भी मीडिया ने क्रांति ला दी है। आज मीडिया विज्ञापन का ऐसा सरल माध्यम है जिसके द्वारा कोई भी व्यापारी या कम्पनी अपने उत्पादों को टेलीविजन तथा सोशल मीडिया का प्रयोग करके जनमानस को बड़ी सहजता से बता सकती है। मीडिया के द्वारा संक्रामक बीमारी के द्वारा आदि के बारे में बता कर लोगों को सचेत किया जा रहा है।

आज मीडिया के द्वारा ऐसे अनेक कार्यक्रम प्रसारित किए जाते हैं जिसमें किसानों को खेती के नए–नए वैज्ञानिक तरीकों से अवगत कराया जाता है। इसका सीधा असर किसानों के फसल उत्पादन की क्षमता पर पड़ता है। इस तरह मीडिया का हमारे आज के समाज में बहुत ही बड़ा योगदान है।

4. **सोशल मीडिया के दुष्प्रभाव–** परन्तु किसी भी सिक्के के दो पहलू होते हैं। किसी चीज से जितना लाभ होता है उतनी ही हानि भी होती है। मीडिया के माध्यम से समाज में अनेकों प्रकार की भ्रांतियाँ उत्पन्न की जा सकती हैं। बच्चे अपना समय पढ़ाई में न लगाकर सोशल मीडिया में लगा रहे हैं। जब से लोग सोशल मीडिया का प्रयोग ज्यादा करने लगे हैं तब से लोगों में बीमारियाँ भी काफी बढ़ने लगी हैं। सोशल मीडिया के जरिए कई लोग साइबर क्राइम करते हैं। जैसे कि लोग किसी का पासवर्ड चुरा लेते हैं, उससे उनकी पर्सनल जानकारी ले लेते हैं या फिर उनके मोबाइल की फोटोस और वीडियो को चुरा लेते हैं। जिनको सोशल मीडिया की ठीक से जानकारी नहीं होती, वे दूसरे के झाँसे में आ जाते हैं, जिससे उनका सारा पैसा उनके खाते से निकाल दिया जाता है। इसमें लोगों की पर्सनल चीजें हैक करके उन्हें ब्लैकमेल भी किया जाता है। इसमें कई प्रकार की साइट ऐसी हैं कि सोशल मीडिया के जरिए भेजी जाती हैं जो लोगों को काफी लालच देने वाली होती हैं। लोगों के झाँसे में आकर उसमें फँस जाते हैं।

5. **उपसंहार–** मीडिया एक दोधारी अस्त्र है। जहाँ एक तरफ यह लोगों के विचार को एक रूप देता है। वहीं दूसरी तरफ पाठकों को आकर्षित करने के लिए सनसनी खेज मुद्दे बनाना इसका चरित्र है। अतः आवश्यकता इस बात की है कि मीडिया का प्रयोग बड़ी सूझ–बूझ के साथ प्रयोग होना चाहिए यह हमारे जीवन का अभिन्न अंग बन गया है।

(3) आत्मनिर्भर या स्वावलंबी

संकेत–बिन्दु : प्रस्तावना • संसार में परावलंबी अर्थात् परमम दुखम् • आत्म–निर्भर व्यक्ति • स्वावलंबन से लाभ • उपसंहार।

1. **प्रस्तावना–**

खुदी को कर बुलंद इतना, कि हर तकदीर से पहले
खुदा बंदे से ये पूछे–बता तेरी रजा क्या है?

शायर की उपर्युक्त पंक्तियाँ स्वावलंबी मनुष्य के बारे में है। जिनका आशय है स्वावलंबी या आत्मनिर्भर व्यक्तियों के सामने ईश्वर को भी झुकना पड़ता है। ऐसे व्यक्तियों का भाग्य लिखने से पहले ईश्वर को भी उनसे पूछना पड़ता है–'बता तेरी रजा क्या है।' परमुखापेक्षी व्यक्ति न तो स्वयं उन्नति कर सकता है और न ही अपने समाज एवं राष्ट्र के किसी काम आ सकता है। स्वावलंबन का अर्थ है–अपना सहारा आप बनना, आत्मनिर्भर बनना। परमुखापेक्षी व्यक्ति सदैव दूसरों का मुख देखता है।

2. **संसार में परावलंबी अर्थात् परमम दुखम्–** परावलंबी को हमेशा आश्रय देने वाले के अधीन बनकर रहना पड़ता है। ऐसी स्थिति में न तो उसका आत्मसम्मान जीवित रह पाता है और न ही आत्मविश्वास। वह दूसरों के हाथ की कठपुतली बनकर कुंठा, त्राय, यातना, पीड़ा, अपमान और उपेक्षा का जीवन जीने पर विवश हो जाता है। इसलिए परावलंबन को घोर पाप माना गया है। स्वावलंबी व्यक्ति ही सही अर्थों में जान पाया है कि दुःख–पीड़ा क्या होते हैं और सुख–सुविधा का क्या मूल्य एवं महत्त्व, कितना आनंद और आत्म–संतोष हुआ करता है। विश्व और समाज किसे कहते हैं। अपमान की पीड़ा क्या होती है। अभाव किसी तरह से व्यक्ति को मर्माहत कर सकते हैं। परावलंबी को तो हमेशा मान–अपमान की चिंता त्याग कर, हीनता के बोध से परे रहकर, इस तरह व्यक्ति होते हुए भी व्यक्तित्वहीन बनकर जीवन गुजार देना पड़ता है। सहज, सरल मानव बनकर

रहने, मानवीय सम्मान और गरिमा पाने की भूख हर मनुष्य में जन्मजात होती है।

3. **आत्मनिर्भर व्यक्ति–** आत्मनिर्भर होने का यह अर्थ नहीं कि मनुष्य के पास बड़े–बड़े, ऊँचे–ऊँचे राजमहल हो, अपार संपत्ति हो, ऐसा नहीं होने पर यदि मनुष्य के पास बड़ी–बड़ी ऊँची–ऊँची गतिविधियों पर अपना अधिकार नहीं तो उन सबका होना न होना बेकार है। स्वतंत्र तथा इच्छानुसार कार्य करके ही मनुष्य अपने साथ–साथ, आस–पड़ोस, गली–मुहल्ले, समाज और पूरे देश का हित साधन कर पाने में सफल हो पाया है। आत्मनिर्भर व्यक्ति द्वारा किए गए परिश्रम से बहने वाली पसीने की प्रत्येक बूँद मोती के समान बहुमूल्य हुआ करती है। जिसे सच्चा सुख एवं आत्मसंतोष कहा जाता है, वह केवल आत्मनिर्भर व्यक्ति को ही प्राप्त हुआ है। स्वावलंबन की एक झलक पर कुबेर का खजाना न्योछावर किया जा सकता है।
4. **स्वावलंबन से लाभ–** स्वावलंबी व्यक्ति ही आत्मचिंतन करके अपने लोक के साथ परलोक का सुधार कर सकता है। संत कबीर कपड़ा बुनकर अपने परिवार का पालन किया करते थे। गुरुनानक देव अपने पुत्रों की नाराजगी मोल लेकर भी धर्मशाला (गुरुद्वारे) के चढ़ावे को हाथ नहीं लगाते थे। श्रीकृष्ण को गौएँ चराना, संत रैदास और दादूदयाल जूते गाँठना जैसे कार्य संकेत करने वाले हैं। निश्चय ही स्वावलंबी बनने की प्रेरणा देने वाले हैं।

   जो व्यक्ति स्वावलंबी नहीं होते, वे ही अपनी प्रत्येक असफलता के लिए भाग्य को दोष देते हैं। तुलसीदा सने ठीक ही कहा है–'देव–देव आलसी पुकारा'। स्वावलंबी मनुष्य सफलता या असफलता की परवाह किए बिना निरन्तर प्रयासरत रहते हैं और दृढ़ता से आगे बढ़ते जाते हैं। पथ के शूल (काँटे) उनके कदमों को रोक नहीं पाते और सफलता अंततः उन्हीं का वरण करती है। आत्मनिर्भरता के बल पर भी शिवाजी ने थोड़े से सिपाहियों के साथ औरंगजेब की विशाल सेना को नाकों चने चबवा दिए थे। एकलव्य ने गुरु द्रोणाचार्य द्वारा उपेक्षित किए जाने पर भी धनुर्विद्या में अद्‌भुत कौशल प्राप्त किया था। नेपोलियन जैसे साधारण व्यक्ति एक महान सेनानायक बन पाया था। एक किसान तथा बढ़ई का पुत्र अब्राहम लिंकन अमेरिका का राष्ट्रपति बन पाया था। इतिहास ऐसे उदाहरणों से भरा पड़ा है।
5. **उपसंहार–** आज का व्यक्ति अधिक से अधिक सुख–साधन तो चाहता है पर दूसरों को लूट–खसोट और टाँग पीछे खींचकर, अपने परिश्रम और स्वयं अपने पर विश्वास और निष्ठा रखकर नहीं। यही कारण है कि आज का व्यक्ति स्वतंत्र होकर भी परतंत्र और दुःखी है। इस स्थिति से छुटकारा पाने का एक ही उपाय है और वह स्वावलंबी या आत्मनिर्भर बनना, अन्य कोई नहीं।

12. अपने पिताजी को पत्र द्वारा सूचित कीजिए कि आपको अच्छी नौकरी मिल गई है और ठहरने का प्रबन्ध भी हो गया है– 5

उत्तर :

A–110, शाहदरा
नई दिल्ली।
दिनांक– 21 मई, 2019
आदरणीय पिता जी,
सादर चरण–स्पर्श,

मैं यहाँ कुशलतापूर्वक हूँ। आशा है कि आप भी सपरिवार स्वस्थ एवं प्रसन्न होंगे। मैं आपको यह बताना चाहता हूँ कि मुझे एक बड़ी कंपनी में सहायक प्रबंधक (Assistant Manager) की नौकरी मिल गई है। सबसे बड़ी बात यह है कि कंपनी ने मुझे आवास भी दिया है। यहाँ मुझे घरेलू माहौल मिल गया है। सभी से मेरे अच्छे सम्बन्ध हैं तथा सबसे खूब स्नेह मिलता है। मैं सभी के साथ सहयोग करता हुआ अपना कार्य पूरी निष्ठा से करता हूँ। मुझे आकर्षक वेतन मिलता है। मैं यहाँ अति उत्साहित और संतुष्ट हूँ। यह सब आपके आशीर्वाद से ही संभव हुआ है। माता जी को प्रणाम कहिएगा तथा छोटे को प्यार।

आपका प्रिय पुत्र
अर्जुन

अथवा

आपका नाम आकाश है। आपका टेलीफोन लगभग पन्द्रह दिनों से खराब है। इसकी शिकायत करते हुए भारत संचार निगम लिमिटेड के महाप्रबन्धक को पत्र लिखिए–

उत्तर :

आकाश गुप्ता
C/25 सरिता विहार
दिल्ली।
सेवा में,
महाप्रबन्धक महोदय,
भारत संचार निगम लिमिटेड,
सरिता विहार
दिल्ली।
दिनांक : 10 मई, 2019
विषय– खराब टेलीफोन के सम्बन्ध में।
मान्यवर,

मैं आपका ध्यान अपने खराब टेलीफोन की ओर आकर्षित करना चाहता हूँ। इसका नंबर 011–70655158 है। यह फोन पिछले पन्द्रह दिन से खराब पड़ा है। इसकी शिकायत स्थानीय कार्यालय में कर चुका हूँ, पर स्थिति वैसी की वैसी ही है। वहाँ अधिकारी एक तो ढंग से बात नहीं करते और न कोई कार्य करते हैं। कभी कोई सुनता भी है तो आश्वासन देकर टाल देते हैं। मेरे परिवार में सभी के काम पर जाने के बाद घर में वृद्ध पिताजी के अलावा कोई नहीं रहता है। कोई आवश्यकता पड़ने पर वे किसी–न–किसी को फोन के माध्यम से बता तो सकते थे, पर फोन खराब होने से एकमात्र सहारा छिन–सा गया है। वैसे ही फोन कितना जरूरी हो गया है यह आप स्वयं भी महसूस करते होंगे।

अतः आपसे प्रार्थना है कि आप कर्मचारियों को टेलीफोन ठीक करने का आवश्यक आदेश देने की कृपा करें। आपकी इस कृपा के लिए मैं आभारी रहूँगा।

धन्यवाद सहित

भवदीय

आकाश गुप्ता

13. ग्रीष्मकालीन अवकाश में बच्चे गरीब बच्चों को पढ़ाकर साक्षरता अभियान चलाना चाहते हैं। इस सम्बन्ध में दो मित्रों का आपस में संवाद लिखिए। 5

उत्तर :

अर्जुन– मित्र शिवम! ग्रीष्मकालीन अवकाश शुरू होने वाले हैं। मैं सोचता हूँ कि कुछ ऐसा करें जिससे गरीब बच्चों का भला हो।

शिवम– मित्र अर्जुन! यह तो तुमने बहुत ही अच्छी बात सोची। कल हम गरीब बच्चों की बस्ती में जाएँगे, उन्हें पढ़ाने के विषय में जानकारी देंगे।

अर्जुन– हाँ मित्र! अपनी पहले की किताबें, रखी हैं, वही काम आएँगी।

शिवम– हाँ, पढ़ाने के लिए कापियों, पेन्सिल, रबर, बाल पेन इत्यादि ले आएँगे?

अर्जुन– मित्र! इसके लिए बहुत सारे रुपयों की जरूरत होगी वे कहाँ से आएँगे?

शिवम– मेरे पिगी बैंक में काफी रुपए हैं उसी से सब चीजें ले आएँगे।

अर्जुन– हाँ मित्र! मेरे पिग बैंक में भी रुपए हैं। मैं भी सामान के लिए उन्हें खर्च कर लूँगा।

शिवम– मित्र! यदि रुपए कम पड़ेंगे तो पापा से ले लेंगे।

अर्जुन– यह तो बहुत अच्छा विचार है। मेरे पापा भी रुपए के लिए मना नहीं करेंगे।

शिवम– अच्छा, ठीक है तो कल घर पर आ जाओ। पहले गरीब बच्चों की बस्ती में चलते है, फिर बाद में आवश्यक सामान भी ले आएँगे।

अथवा

माँ और बेटी 'भोजन में संतुलित आहार जिसमें–विटामिन, कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन, वसा सम्मिलित हो' बात करते हुए संवाद लिखिए।

उत्तर :

बेटी– माँ! मुझे भूख लगी है जल्दी से खाना दे दीजिए।

माँ– बेटी! तुम स्कूल से आई हो; पहले हाथ–मुँह धो लो, फिर भोजन करना।

बेटी– माँ! आज आपने खाने में क्या बनाया है?

माँ– बेटी! मैंने दाल–चावल, पालक की सब्जी और रोटी बनाई हैं।

बेटी– माँ! आप तो जानती हो कि मुझे पालक की सब्जी बिल्कुल पसंद नहीं है। फिर आपने यह सब्जी क्यों बनाई है।

माँ– बेटी! पालक में तो लौह तत्व (आयरन) होता है जो पेट को साफ करता ही है साथ–ही–साथ रक्त में हीमोग्लोबिन भी बढ़ाता है।

बेटी– ठीक है माँ! पालक की सब्जी खा लूँगी। और किन–किन सब्जियों में लौह तत्व (आयरन) पाया जाता है।

माँ– बेटी! सारी हरी सब्जियाँ जैसे–मैथी, बथुआ, पत्तागोभी, गाजर, लौकी, तोरई, कद्दू, करेला आदि सभी सब्जियों में लौह तत्व भरपूर मात्रा में मौजूद होता है।

बेटी– माँ! हमें और क्या खाना आवश्यक है?

माँ– फल का रस दिन में एक बार। अनाज जैसे–मक्का, बाजरा, ज्वार, लोबिया आदि। दूध सवेरे नाश्ते में जरूर लेना चाहिए, और सेब, केला, पपीता इत्यादि फल भी जरूरी हैं।

बेटी– ठीक है माँ! मैं आपकी बात समझ गई। मैं सभी चीजें खाऊँगी।

WWW.CBSE.ONLINE

Download unsolved Version of this solved paper from www.cbse.online