



अभ्यास पत्रक

पाठ – आत्मत्राण

नाम :- कक्षा :- अवधि :- अनुक्रमांक :- प्राप्तांक :-

“सुख में तब सदा स्मरण हो
दुख में न हो संशय
करुणामय, त्राण की भीख न माँगूँ
बस हो मुझमें बल निर्भया”

1. कवि सुख के समय कौन-सी चेतना जागृत रखना चाहता है?

उत्तर -
.....

2. दुख में कवि किस प्रकार का मनोभाव नहीं चाहता?

उत्तर -
.....

3. ‘त्राण की भीख न माँगूँ’ – इस पंक्ति से कवि क्या अभिप्राय देना चाहता है?

उत्तर -
.....

2. Assertion-Reason आधारित प्रश्न – (2x1=2 अंक)

4. **कथन:** कवि हर परिस्थिति में ईश्वर को स्मरण करना चाहता है।

कारण: वह चाहता है कि उसका ईश्वर से संबंध स्वार्थ पर आधारित न हो।

(क) A: सही, R: सही और R कथन की सही व्याख्या है।

(ग) A: सही, R: गलत

(ख) A: सही, R: सही पर R कथन की व्याख्या नहीं है।

(घ) A: गलत, R: सही

5. **कथन:** कवि त्राण (बचाव) की याचना बार-बार करता है।

कारण: वह हर स्थिति से बचने में विश्वास रखता है।

(क) A: सही, R: सही और R कथन की सही व्याख्या है।

(ग) A: सही, R: गलत

(ख) A: सही, R: सही पर R कथन की व्याख्या नहीं है।

(घ) A: गलत, R: सही

3. बहुविकल्पीय प्रश्न (MCQs) – (5x1=5 अंक)

6. ‘आत्मत्राण’ का मूल रूप किस भाषा में लिखा गया है?

(क) संस्कृत

(ख) उर्दू

(ग) बंगला

(घ) मराठी

7. ‘स्मरण हो’ का भाव किस ओर संकेत करता है?

(क) ध्यान केंद्रित करने पर

(ख) ईश्वर को मन से जोड़ना

(ग) नाम जपना

(घ) पूजा-पाठ करना

8. कविता में कवि क्या माँगता है?

(क) दुख से मुक्ति

(ख) कष्टों का अंत

(ग) निर्भयता और बल

(घ) भौतिक सुख

9. कवि विपत्ति में किसके सहारे खड़ा रहना चाहता है?

(क) मित्र

(ख) ईश्वर

(ग) आत्मबल

(घ) परिवार

10. कविता में कौन-से भाव स्पष्ट रूप से व्यक्त किए गए हैं?

(क) करुणा, याचना

(ख) भय, दुख

(ग) आत्मबल, श्रद्धा

(घ) विरोध, असंतोष

4. लघु उत्तरीय प्रश्न (प्रत्येक 2 अंक, कुल 6 अंक)



उत्तर कुंजी

1. कवि चाहता है कि सुख के समय भी वह ईश्वर को न भूले और सदा उनका स्मरण करता रहे।
2. दुख में उसके मन में कभी संदेह या ईश्वर के प्रति अविश्वास न आए।
3. कवि यह कहता है कि वह ईश्वर से त्राण (रक्षा) की भीख नहीं माँगना चाहता, बल्कि साहस और आत्मबल माँगता है।
4. (क)
5. (घ)
6. (ग)
7. (ख)
8. (ग)
9. (ग)
10. (ग)
11. कवि का आशय है कि जब जीवन में दुख या संकट आएँ, तो मन में ईश्वर के प्रति कोई संशय न हो। हमें यह विश्वास बना रहना चाहिए कि ईश्वर हमारे साथ हैं, चाहे परिस्थिति कैसी भी हो।
12. कवि त्राण (बचाव) की बजाय निर्भयता और आत्मबल की शक्ति चाहता है, ताकि वह हर परिस्थिति का सामना साहस के साथ कर सके। यह भाव मनुष्य को आत्मनिर्भर बनाता है।
13. 'निर्भय बल' का अर्थ है – ऐसा आत्मबल जो व्यक्ति को भय से मुक्त रखे और हर संकट में डटकर खड़े रहने की शक्ति प्रदान करे।
14. कवि 'आत्मत्राण' की भावना इसलिए व्यक्त करता है क्योंकि वह जीवन की कठिनाइयों से भागना नहीं चाहता। वह ईश्वर से यह नहीं माँगता कि दुख न आएँ, बल्कि वह यह माँगता है कि जब दुख आएँ तो वह डर न पाए। यह भावना आज के समय में भी बहुत प्रासंगिक है, जब मनुष्य छोटी-छोटी समस्याओं से घबरा जाता है। कवि आत्मबल और साहस को सबसे बड़ा सहारा मानता है। आत्मत्राण ही मनुष्य को विपत्तियों में भी दृढ़ बनाता है और उसकी आध्यात्मिक शक्ति को जाग्रत करता है।
15. 'आत्मत्राण' कविता हमें यह सिखाती है कि ईश्वर पर सच्चा विश्वास वही होता है जो सुख-दुख में समान रूप से स्थिर रहता है। कवि विपत्ति से डरकर ईश्वर से सहायता नहीं माँगता, बल्कि वह चाहता है कि कठिनाइयों में भी उसके मन में ईश्वर के प्रति विश्वास बना रहे। वह त्राण (बचाव) की भीख नहीं माँगता, बल्कि निर्भय रहने की शक्ति चाहता है। यह श्रद्धा की सर्वोच्च अवस्था है – जब व्यक्ति दुखों से डरकर भागता नहीं, बल्कि आत्मबल से उन्हें सहता है। आज के समय में, जब लोग ज़रा सी परेशानी में ईश्वर को कोसने लगते हैं, यह कविता हमें सच्चे श्रद्धावान बनने की प्रेरणा देती है। श्रद्धा का अर्थ केवल पूजा नहीं, बल्कि हर परिस्थिति में ईश्वर को स्वीकार करना है।