बी.ए. आनर्स संस्कृत कार्यक्रम

(बी.एस.के.सी–104)

सत्रीय कार्य (प्रथम छमाही)

(Second Semester)

जुलाई, 2022 एवं जनवरी, 2023 सत्रों के लिए

BSKC– 104 गीता में आत्मप्रबन्धन

मानविकी विद्यापीठ
इंदिरा गांधी राष्ट्रीय मुक्त विश्वविद्यालय
मैदान गढ़ी, नई दिल्ली–110068

बी.ए.आनर्स संस्कृत (कार्यक्रम) संस्कृत–कोर पाठ्यक्रम
सत्रीय कार्य (2022–2223)
पाठ्यक्रम कोडः : BSKC–104 / 2022–2023

प्रिय छात्र / छात्राओं,

यह सत्रीय कार्य शिक्षक जांच सत्रीय कार्य (2022–23) है। सत्रीय कार्य के लिए 100 अंक निर्धारित किए गए हैं। सत्रीय कार्य में पूरे पाठ्यक्रम से प्रश्न पूछे जायेंगे।

उद्देश्य : शिक्षक जांच सत्रीय कार्य का उद्देश्य यह जांचना है कि आपने पाठ्य सामग्री को कितना समझा है और आप उसे अपने शब्दों में कैसे प्रस्तुत कर सकते हैं। यहां पाठ्य सामग्री की पुर्नप्रस्तुति से तात्पर्य नहीं है वरन अध्ययन के दौरान जो कुछ सीखा और समझा है उसे आप आलोचनात्मक ढंग से प्रस्तुत कर सकें, इसे ठीक से ग्रहण करना ही उद्देश्य है।

निर्देश– सत्रीय कार्य आरम्भ करने से पूर्व निम्नलिखित बातों को ध्यान से पढ़िएः

1) अपनी उत्तर पुस्तिकाओं के पहले पृष्ठ के दायों सिरे पर अनुक्रमांक, नाम, पूरा पता और दिनांक लिखिए।

2) बाईं ओर पाठ्यक्रम का शिर्षक, सत्रीय कार्य संख्या और अपने अध्ययन केन्द्र का उल्लेख करें जैसा आगे दिखाया गया है।

अनक्रमांक : ....

नाम ....

पता : ....

पाठ्यक्रम का नाम / कोड : ....

सत्रीय कार्य कोड : ....

अध्ययन केन्द्र का नाम / कोड : ....

दिनांक...

सत्रीय कार्य जमा कराने की तिथियां :

जुलाई 2022 सत्र के लिए : 30 अप्रैल 2023

जनवरी 2023 सत्र के लिए : 30 अक्तूबर 2023

सत्रीय कार्य के लिए आवश्यक निर्देश :

1. अध्ययन : सबसे पहले सत्रीय कार्य को ध्यान से पढ़िए, फिर इससे सम्बंधित इकाइयों का सावधानिपूर्वक अध्ययन कीजिए। अंत में प्रत्येक प्रश्न के संबंध में कुछ खास बातें नोट कर लीजिए और उन्हें तार्किक ढंग से व्यवस्थित कीजिए।

2. अभ्यास : उत्तर का प्रारूप तैयार करने से पूर्व नोट की गई बातों पर विचार कीजिए। अनावश्यक बातों को हटा दीजिए और प्रत्येक बिंदु पर विस्तार से विचार कीजिए। निबंधात्मक या टिप्पणीपरक प्रश्नों में आरंभ और उपसंहार पर विशेष ध्यान दीजिए। मध्य भाग में आप उत्तर का मुख्य भाग आवश्यक विस्तार के साथ क्रमबद्धता और तार्किक ढंग से प्रस्तुत करें। उपसंहार में उत्तर का सार देना चाहिए।

यह सुनिश्चित कर लीजिए कि :

(क) आपका उत्तर तार्किक और सुसंगत हो,

(ख) उत्तर सही ढंग से लिखा गया हो तथा आपकी अभिव्यक्ति शैली और प्रस्तुति के पूर्णतया अनुकूल हो,

(ग) आपके लेखन में भाषागत त्रुटियां न हों, विशेष रूप से मात्रा और व्याकरण संबंधी गलतियों से बचें।

3. प्रस्तुति : जब आप अपने उत्तर से पूर्णतया संतुष्ट हो जायें तो उसे साफ और सुंदर अक्षरों में उत्तर पुस्तिका में लिख लीजिए तथा जिन बातों पर आप जोर देना चाहते हैं उन्हें रेखांकित कर दीजिए।

शुभकमानओं के साथ

नोट : याद रखे कि परीक्षा में बैठने से पूर्व सत्रीय कार्य जमा कराना अनिवार्य है अन्यथा आपको परीक्षा में बैठने की अनुमति नहीं दी जायेगी।

सत्रीय कार्य BSKC– 104 : गीता में आत्मप्रबन्धन

पाठ्यक्रम का कोड– BSKC–104
पाठ्यक्रम शीर्षक – गीता में आत्मप्रबन्धन
पाठ्यक्रम कोड : BSKC–104/2022–2023
पूर्णांक – 100

नोट–सभी प्रश्न अनिवार्य हैं :

1. निम्नलिखित की व्याख्या कीजिए : (5 **X10**=50)

(क) श्रोत्रं चक्षुः स्पर्शनं च रसनं घ्राणमेव च।
अधिष्ठाय मनश्चायं विषयानुपसेवते।।

अथवा

इन्द्रियाणि पराण्याहुरिन्द्रियेभ्यः परं मनः।
मनसस्तु परा बुद्धिर्यो बुद्धेः परतस्तु सः।।

(ख) तत्र सत्त्वं निर्मलत्वात्प्रकाशकमनामयम्।
सुखसङ्गेन बन्धाति ज्ञानसङ्गेन चानघ।।

अथवा

सत्त्वं सुखे संजयति रजः कर्मणि भारत।
ज्ञानमावृत्य तु तमः प्रमादे स्ंजयत्युत।।

(ग) यततो ह्यपि कौन्तेय पुरुषस्य विपश्चितः।
इन्द्रियाणि प्रमाथीनि हरन्ति प्रसभं मनः।।

अथवा

इन्द्रियाणां हि चरतां यन्मनोनुविधीयते।
तदस्य हरति प्रज्ञां वायुर्नावमिवाम्भसि।।

(घ) असंशयं महाबाहो मनो दुर्निग्रहं चलम्।
अभ्यासेन तु कौनतेय वैराग्येण च गृह्यते।।

अथवा

नियतं कुरु कर्म त्वं कर्म ज्यायो ह्यकर्मणः।
शरीरयात्रापि च ते न प्रसिद्धयेदकर्मणः।।

(ङ) सक्ताःकर्मण्यविद्वांसो यथा कुर्वन्ति भारत।
कुर्याद्विद्वांस्तथासक्तश्रिकीर्षुलोकिसंग्रहम्।।

अथवा

कार्पण्यदोषोपहतस्वभावः
पृच्छामि त्वां धर्मसम्मूढचेताः।
यच्छेयः स्यान्निश्चितं ब्रूहि तन्मे
शिष्यस्तेहं शाधि मां त्वां प्रपन्नम्।।

2. निम्नलिखित प्रश्नों में से किन्हीं तीन पर सविस्तार लिखिए।

1. भगवद्गीता के अनुसार आत्म–प्रबन्धन के स्वरूप पर एक लेख लिखिए। **(3X10=30)**

2. इन्द्रिय, मन, बुद्धि ओर आत्मा का श्रेष्ठता का क्रम उदाहरण सहित समझाए।

3. सात्त्विक, राजसिक एवं तामसिक आहार की विशेषताओं का वर्णन कीजिए।

4. भगवद्गीता के अनुसार हम एक सन्तुलित जीवन किस प्रकार जी सकते हैं।

5. निम्नलिखित में से किन्हीं दो पर टिप्पणी लिखिए : **(2X10=20)**

(i) ध्यान लगाने की प्रक्रिया (Procedure of Meditation)

(ii) त्रिविध बुद्धि (Three fold Intellect)

(iii) भक्तियोग (Devotion Yoga)

(iv) मानसिक द्वन्द्व (Mental Conflict)

(v) समत्व बुद्धि (Equanimity Yoga)