

TestGenie
AI-Powered Question Paper Generator

Hindi — Class 10

Chapter(s): गिरिजाकुमार माथुर - छाया मत छूना

Maximum Marks: 39

Time Allowed: 1 Hour 10 Minutes

Section A — MCQ & Assertion-Reason (1 mark each)

Q1. कविता 'छाया मत छूना' में 'छाया' को किस प्रतीक-रूप में समझना सबसे उपयुक्त है, जिससे कविता का केंद्रीय संदेश स्पष्ट होता है? [1 अंक]

- A) जीवन का वर्तमान संघर्ष, जिसे पकड़कर आगे बढ़ना चाहिए
- B) अतीत की स्मृतियाँ/मोह, जिनमें उलझकर वर्तमान दुर्बल हो जाता है
- C) प्रकृति की शीतलता, जो मन को स्थायी शांति देती है
- D) समाज का दबाव, जो व्यक्ति की स्वतंत्रता छीन लेता है

Q2. कविता 'छाया मत छूना' के भाव-प्रवाह को देखते हुए 'मत' का प्रमुख व्यावहारिक आशय क्या बनता है? [1 अंक]

- A) स्मृतियों को पूरी तरह नकारकर भावनाशून्य हो जाना
- B) दुखद स्मृतियों से भागकर कल्पना-जगत में खो जाना
- C) आत्मरक्षा हेतु सीमारेखा तय कर स्मृति को प्रेरणा बनाना, पर आसक्ति न बढ़ाना
- D) वर्तमान कर्म छोड़कर केवल बीते सुखों का पुनर्जीवन करना

Q3. यदि किसी व्यक्ति को पुरानी उपलब्धियों की याद आते ही वर्तमान कार्यों में अरुचि, चिड़चिड़ापन और 'सब व्यर्थ है' जैसा भाव आने लगे, तो यह स्थिति कविता 'छाया मत छूना' के किस निष्कर्ष से सबसे अधिक मेल खाती है? [1 अंक]

- A) स्मृति व्यक्ति को सदैव अधिक कर्मठ बनाती है, इसलिए यह सकारात्मक संकेत है
- B) अतीत का मोह वर्तमान का संबल कमजोर कर देता है, इसलिए 'छाया' से चिपकना हानिकारक है
- C) दुख की स्मृति जितनी गहरी होगी, उतना ही व्यक्ति का धैर्य बढ़ेगा
- D) वर्तमान की समस्या का समाधान केवल अतीत को बार-बार दोहराने से निकलता है

Q4. कविता 'छाया मत छूना' में 'छाया' के साथ 'छूना' क्रिया-प्रयोग भाव-स्तर पर किस प्रकार का अर्थ-संकेत सबसे सटीक रूप से बनाता है? [1 अंक]

- A) छाया को वास्तविक वस्तु मानकर उसे पकड़ लेने की व्यावहारिक सफलता
- B) स्मृति/मोह को स्पर्श-योग्य मानकर उसे 'अधिकार' की तरह अपनाने की चाह
- C) प्रकृति-चित्रण में प्रकाश-छाया के वैज्ञानिक नियमों की व्याख्या
- D) अतीत को संजोने के लिए वस्तुओं का संग्रह कर स्मारक बनाना

Q5. कविता में 'छाया' को छूने का प्रयास किस मानसिक अवस्था का संकेत देता है? [1 अंक]

- A) आत्मालोचन से उपजी परिपक्वता
- B) यथार्थ-बोध से उत्पन्न दृढ़ता
- C) मोहग्रस्त पलायन, जहाँ व्यक्ति वास्तविकता से बचता है
- D) सामाजिक उत्तरदायित्व का विकास

Q6. अभिकथन (A): 'छाया मत छूना' में 'छाया' का रूपक पाठक को यह समझाता है कि अतीत के मोह में फँसना वर्तमान को कमजोर कर सकता है।

कारण (R): छाया को पकड़ना मूलतः असंभव है; उसे पकड़ने का प्रयास वास्तविक वस्तु/यथार्थ की जगह भ्रम के पीछे दौड़ना है। [1 अंक]

- A) अभिकथन और कारण दोनों सही हैं और कारण, अभिकथन की सही व्याख्या करता है।
- B) अभिकथन और कारण दोनों सही हैं किन्तु कारण, अभिकथन की सही व्याख्या नहीं करता है।
- C) अभिकथन सही है किन्तु कारण गलत है।
- D) अभिकथन गलत है किन्तु कारण सही है।

Q7. अभिकथन (A): कविता का 'मत' पाठक पर किसी बाहरी अनुशासन का दबाव डालने की बजाय आत्मसंयम और विवेक की मांग करता है।

कारण (R): कवि यह मानता है कि व्यक्ति की भटकन का कारण बाहरी परिस्थितियाँ नहीं, बल्कि स्वयं का मोहग्रस्त मन होता है। [1 अंक]

- A) अभिकथन और कारण दोनों सही हैं और कारण, अभिकथन की सही व्याख्या करता है।
- B) अभिकथन और कारण दोनों सही हैं किन्तु कारण, अभिकथन की सही व्याख्या नहीं करता है।
- C) अभिकथन सही है किन्तु कारण गलत है।
- D) अभिकथन गलत है किन्तु कारण सही है।

Q8. अभिकथन (A): 'छाया' का पीछा करना कविता में रचनात्मक स्मृति-चिंतन का रूप है, जो व्यक्ति को अधिक कर्मठ बनाता है।

कारण (R): कवि अतीत को इसलिए महत्व देता है क्योंकि वही जीवन की एकमात्र सच्चाई है और वर्तमान मिथ्या है। [1 अंक]

- A) अभिकथन और कारण दोनों सही हैं और कारण, अभिकथन की सही व्याख्या करता है।
- B) अभिकथन और कारण दोनों सही हैं किन्तु कारण, अभिकथन की सही व्याख्या नहीं करता है।
- C) अभिकथन सही है किन्तु कारण गलत है।
- D) अभिकथन गलत है किन्तु कारण सही है।

Q9. अभिकथन (A): कविता यह सिखाती है कि दुख/हानि की स्मृति को बार-बार कुरेदना आत्मबल को क्षीण कर सकता है।

कारण (R): बार-बार स्मृति में लौटना व्यक्ति को वर्तमान निर्णय और कर्म से काटकर एक प्रकार की निष्क्रियता की ओर ले जाता है। [1 अंक]

- A) अभिकथन और कारण दोनों सही हैं और कारण, अभिकथन की सही व्याख्या करता है।
- B) अभिकथन और कारण दोनों सही हैं किन्तु कारण, अभिकथन की सही व्याख्या नहीं करता है।
- C) अभिकथन सही है किन्तु कारण गलत है।
- D) अभिकथन गलत है किन्तु कारण सही है।

Q10. अभिकथन (A): 'छाया' का रूपक यह भी संकेत देता है कि जो वस्तु देखने में निकट लगती है, वह वास्तव में पकड़ से बाहर हो सकती है।

कारण (R): छाया प्रकाश-व्यवस्था पर निर्भर एक प्रतिबिम्ब-सा प्रभाव है; इसलिए उसका स्थायी, ठोस अस्तित्व नहीं होता जिसे पकड़ा जा सके। [1 अंक]

- A) अभिकथन और कारण दोनों सही हैं और कारण, अभिकथन की सही व्याख्या करता है।
- B) अभिकथन और कारण दोनों सही हैं किन्तु कारण, अभिकथन की सही व्याख्या नहीं करता है।
- C) अभिकथन सही है किन्तु कारण गलत है।
- D) अभिकथन गलत है किन्तु कारण सही है।

Section B — Very Short Answer (2 marks each)

Q11. कविता 'छाया मत छूना' के आधार पर 'छाया' और 'यथार्थ' के बीच का विरोध (टकराव) ठीक दो वाक्यों में स्पष्ट कीजिए। [2 अंक]

Q12. कविता की चेतावनी के संदर्भ में 'स्मृति से सीख' और 'स्मृति में फँसना'-इन दोनों में अंतर ठीक दो वाक्यों में लिखिए। [2 अंक]

Q13. मान लीजिए किसी छात्र ने कहा-"कवि तो बस अतीत को भूल जाने को कह रहा है।" इस कथन का खंडन कविता के भाव के आधार पर ठीक दो वाक्यों में कीजिए। [2 अंक]

Section C — Short Answer (3 marks each)

Q14. कविता 'छाया मत छूना' के संदेश को आधार बनाकर लिखिए कि आधुनिक जीवन (सोशल मीडिया/यादों की पोस्टिंग/पुरानी उपलब्धियों) में 'छाया' कैसे बनती है। उत्तर ठीक 3 क्रमांकित बिंदुओं में लिखिए; प्रत्येक बिंदु में एक शीर्षक और 2-3 वाक्य हों (कुल 130-160 शब्द)। [3 अंक]

Q15. कविता में 'निषेध' (मत) का प्रयोग पाठक पर क्या प्रभाव डालता है? उत्तर ठीक 3 क्रमांकित बिंदुओं में लिखिए; प्रत्येक बिंदु में शीर्षक और 2-3 वाक्य हों (कुल 130-160 शब्द)। [3 अंक]

Q16. 'छाया' रूपक के माध्यम से कवि मनुष्य की किस कमजोरी की आलोचना करता है और किस गुण को स्थापित करता है? उत्तर ठीक 3 क्रमांकित बिंदुओं में लिखिए; प्रत्येक बिंदु में शीर्षक और 2-3 वाक्य हों (कुल 130-160 शब्द)। [3 अंक]

Section D — Long Answer (5 marks each)

Q17. 'छाया मत छूना' कविता के आधार पर स्पष्ट कीजिए कि कवि क्यों मानता है कि अतीत की 'छाया' को पकड़ने की कोशिश वर्तमान को भी घायल कर देती है। उत्तर में (क) 'छाया' के प्रतीक का अर्थ, (ख) स्मृति-आसक्ति के मनोवैज्ञानिक प्रभाव, (ग) वर्तमान कर्म-क्षमता पर असर, (घ) संबंधों/आत्मसम्मान पर पड़ने वाला प्रभाव, (ङ) कविता का व्यावहारिक संदेश-इन पाँच बिंदुओं को क्रमबद्ध रूप से लिखिए। [5 अंक]

Q18. कविता 'छाया मत छूना' में कवि दुख से बचने का नहीं, दुख को समझकर आगे बढ़ने का आग्रह करता है स्पष्ट कीजिए कि कवि की यह दृष्टि 'पलायन' नहीं बल्कि 'जीवन-निर्माण' क्यों है। उत्तर 1 भूमिका वाक्य, फिर 5 क्रमांकित बिंदुओं (प्रत्येक में 2 वाक्य) और अंत में 1 निष्कर्ष वाक्य में लिखिए। [5 अंक]

Section E — Case Study (4 marks each)

Q19. निम्नलिखित गद्यांश को पढ़कर नीचे दिए गए प्रश्नों के उत्तर दीजिए: [4 अंक]

विद्यालय की परामर्श-कक्षा में 10वीं के चार विद्यार्थियों ने परीक्षा के बाद अपनी दिनचर्या का विवरण दिया। आरव रोज़ 2 घंटे पुराने फोटो और चैट पढ़ता है; उसके बाद वह चिड़चिड़ा हो जाता है और अगले दिन की पढ़ाई टाल देता है। सिया कहती है कि उसे पिछले वर्ष की असफलता की याद बार-बार आती है; वह उसी पर सोचते हुए नए टेस्ट से डरने लगती है। इशान ने अपनी डायरी में लिखा-"मैं हर बार पुराने 'सबसे अच्छे दिनों' की तुलना आज से करता हूँ, इसलिए आज का हर काम अधूरा लगता है।" मीरा ने अलग तरीका चुना: उसने कुछ यादें संभालकर रखीं, लेकिन सप्ताह में एक दिन ही उन्हें देखती है; बाकी दिनों में वह छोटे लक्ष्य बनाकर पढ़ाई करती है और शाम को खेलती है। शिक्षक ने इन चारों को गिरिजाकुमार माथुर की कविता 'छाया मत छूना' का आशय समझाया कि बीता हुआ समय छाया की तरह है-उसके पीछे भागने से वर्तमान हाथ से निकल सकता है, पर सीख लेकर आगे बढ़ना संभव है।

(i) आरव और सिया के व्यवहार में 'छाया' का कौन-सा समान प्रभाव दिखाई देता है? एक वाक्य में लिखिए।

(1 अंक)

(ii) मीरा का तरीका कविता के संदेश के अधिक निकट क्यों है? एक तर्क लिखिए। (1 अंक)

(iii) इशान की समस्या का समाधान कविता के आधार पर दो ठोस कदमों में सुझाइए। (2 अंक)

TestGenie
AI-Powered Question Paper Generator

Hindi — Class 10

Chapter(s): गिरिजाकुमार माथुर - छाया मत छूना

Section A — MCQ & Assertion-Reason (1 mark each)

A1.

उत्तर:

Correct option: (B)

अतीत की स्मृतियाँ/मोह, जिनमें उलझकर वर्तमान दुर्बल हो जाता है

Explanation:

कवि 'छाया' के माध्यम से उस अतीत/मोह का संकेत करता है जो आकर्षक होकर भी व्यक्ति को वर्तमान कर्म और आत्मबल से विचलित कर देता है। इसलिए 'छाया मत छूना' का आशय है कि बीती स्मृतियों के मोह में पड़कर जीवन की वास्तविक दिशा न खोई जाए। Hence, option (B) is correct.

A2.

उत्तर:

Correct option: (C)

आत्मरक्षा हेतु सीमारेखा तय कर स्मृति को प्रेरणा बनाना, पर आसक्ति न बढ़ाना

Explanation:

कविता का निषेधात्मक 'मत' स्मृति-विरोध नहीं, बल्कि स्मृति और वर्तमान के बीच विवेकपूर्ण दूरी बनाकर चलने की सीख देता है, ताकि मन बार-बार पीड़ा में न उलझे और कर्म-ऊर्जा बनी रहे। इसलिए 'सीमारेखा तय कर स्मृति से प्रेरणा लेना, पर आसक्ति न बढ़ाना' ही व्यावहारिक निष्कर्ष है।; Hence, option (C) is correct.

A3.

उत्तर:

Correct option: (B)

अतीत का मोह वर्तमान का संबल कमजोर कर देता है, इसलिए 'छाया' से चिपकना हानिकारक है

Explanation:

दिए गए लक्षण बताते हैं कि व्यक्ति का मन 'बीते' में फँसकर वर्तमान कर्म से कट रहा है और निरर्थकता-बोध बढ़ रहा है, जो कविता में 'छाया' के पीछे लगने से होने वाली मानसिक क्षति का संकेत है। कविता का संकेत यही है कि ऐसी आसक्ति वर्तमान को दुर्बल बनाती है।; Hence, option (B) is correct.

A4.**उत्तर:****Correct option: (B)**

स्मृति/मोह को स्पर्श-योग्य मानकर उसे 'अधिकार' की तरह अपनाने की चाह

Explanation:

'छाया' स्वभावतः पकड़ में नहीं आती; उसे 'छूना' चाहना संकेत देता है कि वक्ता एक अमूर्त/क्षणभंगुर अनुभव (मोह/स्मृति) को ठोस बनाकर अपना लेना चाहता है। यही भाव-स्तर पर भ्रमजन्य 'अधिकार-बोध' और आसक्ति का अर्थ-संकेत निर्मित करता है।; Hence, option (B) is correct.

A5.**उत्तर:****Correct option: (C)**

मोहग्रस्त पलायन, जहाँ व्यक्ति वास्तविकता से बचता है

Explanation:

छाया को छूना वस्तुतः असंभव-सी वस्तु को पकड़ने जैसा है; यह संकेत देता है कि व्यक्ति वास्तविक जीवन-संघर्ष से हटकर भ्रम/मोह में शरण खोज रहा है। कविता इसी पलायनशील प्रवृत्ति से सावधान करती है। Hence, option (C) is correct.

A6.**उत्तर:****Correct option: (A)**

अभिकथन और कारण दोनों सही हैं और कारण, अभिकथन की सही व्याख्या करता है।

Explanation:

कविता में 'छाया' का प्रतीकात्मक अर्थ मोह/स्मृति है और उसे 'छूने' का आग्रह-निषेध उसी मोह में फँसने

से रोकता है। कारण में छाया की पकड़-असम्भवता का तर्क इस प्रतीक को स्पष्ट करता है कि भ्रम के पीछे भागना वर्तमान-यथार्थ से दूर ले जाता है। Hence, option (A) is correct.

A7.

उत्तर:

Correct option: (A)

अभिकथन और कारण दोनों सही हैं और कारण, अभिकथन की सही व्याख्या करता है।

Explanation:

कविता का निषेध 'मत' आंतरिक नियंत्रण की ओर संकेत करता है-अर्थात् मन को मोह से हटाना। कारण बताता है कि समस्या का स्रोत मन की आसक्ति/भ्रम है, इसलिए समाधान भी आत्मसंयम और विवेक से ही संभव है। Hence, option (A) is correct.

A8.

उत्तर:

Correct option: (D)

अभिकथन गलत है किन्तु कारण सही है।

Explanation:

कविता में 'छाया' का पीछा करना कर्मठता नहीं, मोह में पड़कर वर्तमान से पलायन का संकेत है; इसलिए अभिकथन गलत है। कारण में अतीत को 'एकमात्र सच्चाई' बताने का दावा भी कविता के विरुद्ध है, अतः यहाँ सही विकल्प वही है जिसमें अभिकथन गलत और कारण सही माना गया है। Hence, option (D) is correct.

A9.

उत्तर:

Correct option: (A)

अभिकथन और कारण दोनों सही हैं और कारण, अभिकथन की सही व्याख्या करता है।

Explanation:

कविता के केंद्र में चेतावनी है कि मोह/दुख की छाया से चिपकना व्यक्ति को भीतर से कमजोर करता है। कारण उसी प्रक्रिया को स्पष्ट करता है कि स्मृति-आसक्ति वर्तमान कर्मशीलता को घटाकर निष्क्रियता बढ़ाती है। Hence, option (A) is correct.

A10.

उत्तर:

Correct option: (A)

अभिकथन और कारण दोनों सही हैं और कारण, अभिकथन की सही व्याख्या करता है।

Explanation:

कविता में 'छाया' के माध्यम से निकट-लगने वाली परंतु अपकड़ वास्तविकता (मोह/भ्रम) का बोध कराया गया है। कारण छाया के अस्थायी/अठोस स्वरूप का तर्क देकर अभिकथन की व्याख्या करता है, जिससे रूपक का अर्थ स्पष्ट होता है। Hence, option (A) is correct.

Section B — Very Short Answer (2 marks each)

A11.

उत्तर:

'छाया' कविता में अतीत के मोह, भ्रम या दुख-स्मृतियों का प्रतीक है जो आकर्षक लगकर भी पकड़ में नहीं आता और मन को भटकाता है। 'यथार्थ' वर्तमान जीवन-संघर्ष और कर्म है, जिसे स्वीकारकर ही व्यक्ति आत्मबल के साथ आगे बढ़ सकता है।

यह प्रश्न प्रतीक और कथ्य के संबंध को जाँचता है, जहाँ 'छाया' मानसिक आसक्ति और 'यथार्थ' कर्मभूमि का संकेत बनता है। दो वाक्यों में विरोध स्पष्ट करने से छात्र रूपक-समझ और केंद्रीय संदेश-मोह से दूरी, वर्तमान में सक्रियता-दोनों दिखा देता है।

A12.

उत्तर:

'स्मृति से सीख' का अर्थ है अतीत के अनुभवों का विवेकपूर्ण विश्लेषण करके वर्तमान व्यवहार/निर्णय सुधारना। 'स्मृति में फँसना' का अर्थ है बीते दुख या मोह को बार-बार पकड़े रहना, जिससे वर्तमान कर्म और निर्णय-क्षमता कमजोर पड़ जाती है।

A13.

उत्तर:

कवि अतीत को 'भूलने' नहीं, बल्कि अतीत के मोह/दुख की 'छाया' को पकड़ने से मना करता है क्योंकि वह वर्तमान को कमजोर करती है। कविता का उद्देश्य संवेदनहीन बनाना नहीं, बल्कि यथार्थ स्वीकारकर आत्मसंयम और कर्मशीलता के साथ आगे बढ़ने की प्रेरणा देना है।

Section C — Short Answer (3 marks each)

A14.

उत्तर:

- 1) आकर्षक 'फीड' बनाम वास्तविक जीवन: सोशल मीडिया पर पुरानी उपलब्धियाँ/खुशियाँ बार-बार देखकर व्यक्ति वर्तमान के छोटे संघर्षों को तुच्छ मानने लगता है। यह 'छाया' जैसी चमक पैदा करती है, पर पकड़ में आने वाली ठोस संतुष्टि नहीं देती।
- 2) तुलना से मोह और कमजोरी: दूसरों की चमकीली स्मृतियों से तुलना करके व्यक्ति अपने वर्तमान को कमतर समझता है। इससे निर्णय-क्षमता और आत्मविश्वास कमजोर पड़ते हैं, जैसा कविता 'छाया' से सावधान करती है।
- 3) उपाय-विवेकपूर्ण दूरी और कर्म: कविता का संकेत है कि स्मृतियों को सीख तक सीमित रखें, आसक्ति न बनाएं। समय-सीमा तय कर वर्तमान लक्ष्य पर नियमित कर्म, आत्मबल को स्थिर रखता है।

A15.

उत्तर:

- 1) चेतावनी और जागरूकता: 'मत' शब्द पाठक को तुरंत रोककर सोचने को बाध्य करता है कि वह किस भ्रम के पीछे जा रहा है। यह कविता के संदेश को उपदेश नहीं, सक्रिय चेतावनी बनाता है।
- 2) आत्मसंयम की प्रेरणा: निषेध बाहरी दंड का भय नहीं जगाता, बल्कि मन को नियंत्रित करने की जरूरत बताता है। पाठक समझता है कि भटकन का स्रोत मन की आसक्ति है, इसलिए समाधान भी भीतर से आएगा।
- 3) यथार्थ की ओर मोड़: 'मत' का स्वर निराशा नहीं, दिशा है-मोह/स्मृति के जाल से हटकर वर्तमान कर्म में लगना। इससे कविता मार्गदर्शक बनती है और पाठक को आगे बढ़ने की ऊर्जा देती है।

A16.

उत्तर:

- 1) कमजोरी-मोहग्रस्त पलायन: कवि उस प्रवृत्ति की आलोचना करता है जिसमें व्यक्ति वर्तमान की कठिनाइयों से बचकर बीते सुख-दुख में शरण खोजता है। 'छाया' का पीछा इसी पलायन और भ्रम का प्रतीक है।
- 2) कमजोरी-निर्णय-क्षमता का हास: जब मन स्मृति-आसक्ति में डूबता है, तो विवेक कमजोर पड़ता है और व्यक्ति वर्तमान कर्म टालने लगता है। कविता इसे आत्मबल के क्षरण के रूप में दिखाती है।
- 3) स्थापित गुण-यथार्थ-बोध और आत्मबल: कवि चाहता है कि व्यक्ति यथार्थ स्वीकारे, अपने भीतर का संयम विकसित करे और कर्मशील बने। 'छाया' से दूरी का अर्थ है ठोस जीवन-मूल्यों पर टिककर आगे

बढ़ना ।

Section D — Long Answer (5 marks each)

A17.

उत्तर:

कविता 'छाया मत छूना' में कवि अतीत की 'छाया' को ऐसी स्मृति-आसक्ति मानता है जो बाहर से कोमल दिखती है, पर भीतर से वर्तमान को कमजोर कर देती है ।

1) प्रतीक: 'छाया' का वास्तविक अर्थ

'छाया' यहाँ बीते सुख, खोए संबंध, और पुराने स्वप्नों का प्रतीक है । छाया वस्तु नहीं होती; उसे पकड़ने पर हाथ खाली रह जाता है और मन में असंतोष बढ़ता है ।

2) मनोवैज्ञानिक प्रभाव: स्मृतियों की लत

बार-बार पीछे लौटना मन को तुलना और पछतावे की आदत सिखा देता है । इससे व्यक्ति हर वर्तमान अनुभव को अधूरा समझने लगता है और उसके भीतर स्थायी खालीपन बनता है ।

3) वर्तमान कर्म-क्षमता पर प्रहार

जब ऊर्जा अतीत को "फिर से पाने" में खर्च होती है, तो वर्तमान के निर्णय ढीले पड़ते हैं । कवि संकेत करता है कि ऐसी आसक्ति लक्ष्य-निर्धारण, जोखिम लेने और नई शुरुआत की क्षमता को कुंद करती है ।

4) संबंधों और आत्मसम्मान पर प्रभाव

अतीत की छाया पकड़ने वाला व्यक्ति वर्तमान लोगों से न्याय नहीं कर पाता, क्योंकि वह उन्हें पुराने मानकों से तौलता है । यह आत्मसम्मान को भी चोट पहुँचाता है-व्यक्ति अपने आज को कमतर मानकर खुद को ही हार का कारण समझने लगता है ।

5) व्यावहारिक संदेश: स्वीकार और निर्माण

कवि का संदेश पलायन नहीं, स्वीकार है-जो छूट गया उसे वस्तु की तरह वापस नहीं लाया जा सकता । इसलिए बेहतर है कि मन को अनुशासन देकर वर्तमान को रचें, ताकि भविष्य 'छाया' नहीं, ठोस उपलब्धि बने ।

निष्कर्षतः कवि छाया न छूने को जीवन-दृष्टि मानता है-अतीत का सम्मान करते हुए भी वर्तमान को प्राथमिकता देना ही सच्ची प्रगति है ।

A18.

उत्तर:

'छाया मत छूना' में कवि का आग्रह यह है कि मनुष्य दुख से भागे नहीं, पर दुख के सहारे अतीत में भी न अटक

जाए; वह दुख को समझकर वर्तमान को मजबूत बनाए।

1) दुख की स्वीकृति, न कि नकार

कवि दुख को जीवन का सत्य मानकर स्वीकारने की बात करता है। स्वीकृति मन को यथार्थवादी बनाती है और अनावश्यक आत्म-दया को रोकती है।

2) 'छाया' से दूरी: निषेध नहीं, अनुशासन

कवि स्मृतियों पर पूर्ण प्रतिबंध नहीं लगाता, बल्कि उन्हें नियंत्रित करने की चेतना देता है। यह अनुशासन भावुकता को दिशा देता है ताकि मन वर्तमान में टिक सके।

3) सीख को चुनना, बोझ को छोड़ना

अतीत से अनुभव और सीख लेना उपयोगी है, पर उसे बार-बार जीना बोझ बन जाता है। कवि इसी भेद को रेखांकित करता है कि सीख आगे बढ़ाती है, बोझ रोक देता है।

4) वर्तमान की गरिमा और आत्मसम्मान

कवि वर्तमान को 'कमतर' मानने वाली मानसिकता से सावधान करता है। जब व्यक्ति आज की गरिमा समझता है, तो वह अपने आत्मसम्मान के साथ नई पहल कर पाता है।

5) रचनात्मकता और संबंधों का पुनर्निर्माण

अतीत-आसक्ति व्यक्ति को एक ही कथा में कैद कर देती है, जबकि जीवन निरंतर बदलता है। कवि नए संबंध, नए लक्ष्य और नई रचनात्मकता से जीवन को फिर से गढ़ने की प्रेरणा देता है।

निष्कर्षतः यह दृष्टि पलायन नहीं, जीवन-निर्माण है-क्योंकि यह दुख को समझकर उसे ऊर्जा में बदलने और वर्तमान में सार्थक कर्म करने की राह दिखाती है।

Section E — Case Study (4 marks each)

A19.

(i) आरव और सिया के व्यवहार में 'छाया' का कौन-सा समान प्रभाव दिखाई देता है? एक वाक्य में लिखिए।

उत्तर:

दोनों अतीत की स्मृतियों में उलझकर वर्तमान के कार्य (पढ़ाई/नए प्रयास) को टाल रहे हैं और मानसिक तनाव बढ़ा रहे हैं।

(ii) मीरा का तरीका कविता के संदेश के अधिक निकट क्यों है? एक तर्क लिखिए।

उत्तर:

क्योंकि वह स्मृतियों को नियंत्रित रखकर वर्तमान में लक्ष्य-निर्धारण और कर्म को प्राथमिकता देती है, यानी 'छाया' को जीवन का केंद्र नहीं बनाती।

(iii) इशान की समस्या का समाधान कविता के आधार पर दो ठोस कदमों में सुझाइए ।

उत्तर:

पहला, तुलना की आदत तोड़ने के लिए वह रोज़ 'आज' के दो achievable लक्ष्य लिखे और उनके पूरा होने का प्रमाण (टिक/समय) दर्ज करे, ताकि वर्तमान ठोस बने । दूसरा, पुराने 'सबसे अच्छे दिनों' की याद आने पर वह उनसे मिली सीख को एक वाक्य में लिखकर आगे की तैयारी से जोड़ दे (जैसे अभ्यास-सारणी), ताकि स्मृति प्रेरणा बने, जकड़न नहीं ।