



श्री 1008 महामंडलेश्वर  
श्री स्वामी रामानंद  
दासजी महाराज  
श्री रामानंद दास अन्वेषत्र सेवा  
ट्रस्ट, तपोवन आश्रम



स्व. पं. पृ. 1008 श्री रामानन्द जी  
तपोवन मंदिर, तपोवन, सूरत

वर्ष-13 अंक:28 ता. 24 जुलाई 2024, बुधवार, कार्यालय:114, न्यु प्रियंका टाउनशिप अदरॉपमेंट, डिंडोली, डिंडोली, ज्यना सूरत ( गुजरात ) मो. 9327667842, 9825646069 पृष्ठ: 8 कीमत: 2:00 रुपये

ho@suratbhumi.com /Suratbhumi.com /Suratbhumi /Suratbhumi /Suratbhumi

### संक्षिप्त समाचार

#### सुनीता विलियमस के साथ स्पेस स्टेशन में मौजूद है सुपरखग



वॉशिंगटन (एजेंसी)। ये किसी साइंस-फिक्शन जैसा लग सकता है, लेकिन उतना ही सच है। नासा की अंतरिक्ष यात्री सुनीता विलियमस जिस अंतरराष्ट्रीय स्पेस स्टेशन (नासा) में फिक्ले डेड महीने से ज्यादा समय से फंसी हुई हैं, वहां एक एक बहुत खतरा मौजूद है। ये खतरा एक सुपरखग है, जिसके बारे में कुछ समय पहले ही वैज्ञानिकों ने पता लगाया है। आईआईटी मद्रास और नासा की जेट प्रत्यक्ष प्रयोगशाला के वैज्ञानिकों ने अंतरराष्ट्रीय स्पेस स्टेशन में एक ऐसे बैकटीरिया स्टैन का पता लगाया है, जो कई बार स्पेस स्टेशन के बहुत शक्तिशाली बन चुका है। इसके चलते इसे खतरनाक भी कहा जा रहा है।



गरीबों, किसानों और महिलाओं के लिए खुला खजाना

### जम्मू-कश्मीर के पुंछ में एकनाउट, जवान घायल

श्रीनगर (एजेंसी)। जम्मू-कश्मीर के पुंछ में बटाली सेक्टर में मंगलापुर (23 जुलाई) सुबह करीब 3 बजे आर्मी-आतंकियों के बीच गोलीबारी हुई। इसमें सेना का एक जवान घायल हो गया। सेना की ओर बताया गया कि कुछ आतंकी घुसपैठ की कोशिश कर रहे थे, जिसे नाकाम कर दिया गया। वीएसएफ के

# मोदी सरकार का 'मंगलमय' बजट

- 3 लाख तक की इनकम टैक्स फ्री, एजुकेशन लोन 10 लाख रुपए कर दिया
- भारत को 2047 तक विकसित राष्ट्र बनाने के लिए 9 प्राथमिकताओं पर जोर
- नौकरी और कौशल विकास पर 2 लाख करोड़ रुपए तक खर्च करने का ऐलान
- महिलाओं-लड़कियों को फायदा पहुंचाने वाली योजनाओं पर 3 लाख करोड़ होंगे खर्च

नई दिल्ली (एजेंसी)। नरेंद्र मोदी सरकार ने 2047 तक भारत को विकसित राष्ट्र बनाने के लिए कमर कस ली है। मंगलवार को वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण ने जब बजट भाषण पढ़ा तो यही बात नजर आई। निर्मला सीतारमण ने सातवां बार बजट पेश किया है। यह मोदी सरकार का यह 13वां बजट है, जिसमें निर्मला ने कहा कि यह बजट गरीब, महिला, युवा और अल्पसंख्यकों पर फोकस है। भारत को जनता ने प्रधानमंत्री मोदी के नेतृत्व वाली एनडीए सरकार में अपना विश्वास तीसरी बार जताया है। वहीं, मुश्किल दौर में भी भारत को अर्थव्यवस्था तेज गति से चल रही है। निर्मला के इस बजट में आम आदमी को थोड़े सी रहत देते हुए नए टैक्स रिजोम में बदलाव किया गया है, जिसके तहत 3 लाख तक की इनकम अब टैक्स फ्री होगी। वहीं, पुरानी टैक्स रिजोम में 2.5 लाख रुपए तक की इनकम पर टैक्स से छूट पहले की ही रहत जारी होगी। यानी सरकार धीरे-धीरे नई टैक्स रिजोम को ओवर ब्रैड करेगी। वित्त मंत्री ने बजट में युवा, किसान, महिला और गरीब सबको फोकस किया है।

### मोबाइल फोन सस्ते होंगे

सोना-चांदी पर भी इट्यूटी घटाई



नई दिल्ली (एजेंसी)। अब बजट में गिनी-चुनी चीजों ही सस्ती या महंगी होती है। सरकारी ने 1 जुलाई 2017 को देशभर में जीएसटी लागू किया था, जिसके बाद से बजट में केवल कस्टम और एक्ससाइज इट्यूटी बढ़ाई-घटाई जाती है। इट्यूटी के बढ़ने और घटने को का इनफ्लेक्शन असर वीजो की कीमतों पर पड़ता है। तो इस बार सरकार ने मोटे तौर पर 7 चीजों पर कस्टम इट्यूटी घटा दी है और 2 की इट्यूटी बढ़ा दी है।

### युवाओं को इंटरशिप के लिए 5 हजार महीना मिलेगा



मोदी सरकार की 5वीं नई योजना के तहत 500 बजट कार्यक्रमों में इंटरशिप को बढ़ावा दिया जाएगा। सरकारी की इंटरशिप योजना से 1 करोड़ युवाओं को फायदा होगा। पीएम मोदी का यह युवाओं के लिए रोजगार इंटरशिप पैकेज है। इसके तहत युवाओं को 500 टियुटी कार्यक्रमों में इंटरशिप करने की मौका मिलेगा। साथ ही हर महीने 5 हजार रुपये का इंटरशिप भता भी दिया जाएगा।

### बनौतेनीनए एक्सप्रेस-वे

युवाओं के लिए 5 जॉई स्क्रीन



वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण ने बजट में बिहार में 3 एक्सप्रेसवे, भागलपुर के पीरैती में पावर प्लांट के साथ ही पूर्वी राज्यों के डेवलपमेंट के लिए पुनर्विचार स्क्रीन का ऐलान किया है। वहीं जॉब-रिफिल डेवलपमेंट के लिए 5 नई योजनाओं की घोषणा की।

### नीतिश को 59 हजार करोड़, नायडू को 15 हजार करोड़ की सौगात

नई दिल्ली (एजेंसी)। वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण ने मंगलापुर को लगातार सातवीं बार बजट पेश करने का रिकॉर्ड बनाया। 1 घंटे 23 मिनट के भाषण में उनका फोकस शिक्षा, रोजगार, किसान, महिला और युवाओं पर रहा। इसके अलावा नीतिश कुमार के बिहार और

### यह बजट देश को समृद्धि देने वाला मिडिल क्लास को नई शक्ति देगा

- पीएम मोदी ने रेखी अपनी बात, विपक्ष बोला-ये नीतिश और चंद्रबाबू से डरा हुआ

नई दिल्ली (एजेंसी)। मानसून सब के दूसरे दिन मंगलापुर को वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण बजट पेश किया। ये उम्कन लगातार सातवां बजट था। बजट के साथ ही देश भर में इसे लेकर रिवकलन भी आने लगे हैं। प्रधानमंत्री मोदी ने कहा कि यह बजट समृद्धि की राह पर ले जाने वाला बजट है। बजट को गुलाम्नी शाह ने मोदी सरकार में आशावादी की नई भावना कहा है, तो वहीं अखिलेश यादव ने कहा कि प्रधानमंत्री देने वाले राज्य युद्ध को कुछ नहीं मिला है। उधर, विपक्ष और इंडिया ब्लॉक से जुड़े नेताओं ने इसे प्रधानमंत्री सरकार बचाओ योजना का नाम दिया है। कोरप्ट सांसद इमरान मसूद ने कहा कि यह नीतिश कुमार और चंद्रबाबू नायडू से डरा हुआ बजट है।



चंद्रबाबू नायडू के आंध्र प्रदेश पर केंद्र सरकार मेहरबान रही। मोदी सरकार 3.0 बिहार के सोपम नीतिश कुमार की डीडीपी और आंध्र के सोपम चंद्रबाबू नायडू की डीडीपी के भरोसे चल रही है। वित्त मंत्री ने बिहार में इंधन और अन्य प्रोसेक्टस के लिए 58 हजार 900 करोड़ और आंध्र की नई राजधानी अमरावती के विकास के लिए 15 हजार करोड़ दिए हैं।

### वया हुआ सस्ता, वया महंगा

#### ये होंगी सस्ती इनके बढ़ेंगे दाम

रामड़े के जुते काड़े	सोना-चांदी	सिगरेट	हाईड्रोजन से याना
मोबाइल फोन	मोबाइल वॉर्जर	पेट्रोलियम	इलेक्ट्रिक व्हीकल
किराने दवा	बिजली के तार	वॉल्टेज	एक्सपेंसिव
बिजली के तार	सोलर सेल		



### बुनिदा मामलों में ही जमानत पर रोक लगे: सुप्रीम कोर्ट

नई दिल्ली (एजेंसी)। सुप्रीम कोर्ट ने मंगलापुर को एक मामलों की सुनवाई करते हुए कहा कि कोर्ट के पास वेब ऑर्डर पर रोक लगाने का अधिकार होता है, लेकिन यह स्ट्रे रिफ्ट असामान्य मामलों और असाधारण परिस्थितियों में ही लगाना चाहिए। जस्टिस अमर्य सिंह आका और जस्टिस ऑगरिस्टिन जॉर्ज मसीही के बीच ने यह टिप्पणी मनी

### लॉडिंग के आरोपी परिवार सिंह खुराना की याचिका पर सुनवाई करते हुए की।

दरअसल, खुराना को इंडी ने 2023 में गिरफ्तार किया था। ट्रायल कोर्ट से जून 2023 में बेल मिल गई थी, जिसके खिलाफ इंडी ने हाईकोर्ट में याचिका लगाई थी। हाईकोर्ट ने न्युट्रल कोर्ट के बेल ऑर्डर पर रोक लगा दिया था। इसके बाद दिल्ली हाईकोर्ट के खिलाफ खुराना ने सुप्रीम कोर्ट में याचिका लगाई, जिस पर सुनवाई करते हुए सुप्रीम कोर्ट ने उनकी स्वतंत्रता को लेकर धिंता जताई। कोर्ट ने कहा कि एक साल तक एक शकस्ट बिना किसी कारण के सड़ रहा है।

### पिनाका, ब्रह्मोस...

## भारतीय हथियारों की दीवानी हुई दुनिया

#### विश्व के टॉप निर्यातकों में हुआ शामिल

नई दिल्ली (एजेंसी)। दुनियाभर में तनावपूर्ण माहौल के बीच भारत के हथियारों का निर्यात लगातार बढ़ता जा रहा है। ताजा इकनॉमिक सर्वे से खुलासा हुआ है कि दुनिया का सबसे बड़ा हथियार आयातक देश अब हथियारों के निर्यात में भी शानदार प्रदर्शन कर रहा है। भारत ने करीब 85 देशों को ब्रह्मोस मिसाइल से लेकर पिनाका रॉकेट और तोपें निर्यात की है। भारत बड़े पैमाने पर टॉप के गोलाओं का भी निर्यात कर रहा है। भारत से हथियार खरीने वाले देशों में अर्मेनिया और फिलीपीन्स जैसे देश शामिल हैं जो बड़े खर्चे का सामना कर रहे हैं।

इसके अलावा इटली, मालदीव, रूस, श्रीलंका, यूएई, फिलीपीन्स, सऊदी अरब, पोलैंड, मिस्र, इजरायल, स्पेन जैसी भी शामिल है। भारत के इकनॉमिक सर्वे 2024 के मुताबिक भारत का हथियार उद्योग साल 2017 के वित्तीय वर्ष में 74,054 करोड़ था जो साल 2023 में बढ़कर अब 1,08,684 करोड़ पहुंच गया है। इससे हथियारों का निर्यात काफी बढ़ गया है। साल 2015 से 2019 के बीच में भारत दुनिया का दूसरा सबसे बड़ा हथियार आयातक देश था लेकिन अब वह टॉप 25 हथियार निर्यातक देशों में शामिल हो गया है। सबसे बड़े हथियार निर्यात में अहम भूमिका निभाई है।

### प.बंगाल के साउथ 24 परगना में मिली गुप्त सुरंग

#### गवर्नर बोले-बांग्लादेश बॉर्डर के पास टनल मिलना नेशनल सिक्योरिटी के लिए बड़ा खतरा



कोलकाता (एजेंसी)। पश्चिम बंगाल के साउथ 24 परगना जिले के एक घर में पुलिस को एक गुप्त मिली थी। यह सुरंग बांग्लादेश की बॉर्डर के करीब है। इसे लेकर गवर्नर आनंद बोस ने ममता सरकार की नीतियों को लेकर खयाल उठाया है। गवर्नर ने कहा है कि बॉर्डर के पास के घर में सुरंग निकलना देश के लिए खतरा है। ममता बनर्जी सरकार को मजबूत और निष्पक्ष कानून व्यवस्था बनाने को शकस्ट है। दरअसल, 15 जुलाई को पुलिस ने सदराम नाम के शकस्ट के घर पर छापा मारा था। सदराम नकली सोने के मुद्रित का डीलर है। उसके घर पर मिली 40 मीटर लंबी सुरंग नहर की ओर निकलती है। इस नहर से तब के सहारे मतलान नदी तक पहुंचा जा सकता है, जहां से बांग्लादेश सीमा को पार किया जा सकता है। पुलिस का मानना है कि सदराम ने सुरंग का इस्तेमाल छापेमारी के दौरान भागने के लिए भी किया था।









# एकाग्रता से बढ़ाएं कार्यकुशलता

काम करते वक्त ध्यान का भटकना लगभग सभी के साथ होता है, किंतु अगर यह बहुत ज्यादा होने लगे तो इससे कार्य पर तो असर पड़ता ही है, व्यक्ति का स्वभाव भी प्रभावित होने लगता है।

जिनमें एकाग्रता की कमी होती है वे बहुत चिंचित, उदास, चिड़चिड़े और सहमे से रहते हैं। कुछ अपराध भावना व हीनभावना के शिकार भी हो जाते हैं। आत्मविश्वास की कमी, असुरक्षा की भावना, कुटा, गुस्सा, चिड़चिड़ापन व घबराहट बढ़ जाती है। ध्यान भटकने की समस्या में आमतौर पर आत्म नियंत्रण व व्यवहार नियंत्रण का अभाव होता है। ध्यान भटकने से अक्सर

गलतियां होने की संभावना रहती है। जिनका ध्यान जल्दी बंद जाता है, उनकी मनोदशा में भी जल्दी-जल्दी उतार-चढ़ाव आते रहते हैं।

### एकाग्रता बढ़ाने के लिए निम्न बातों पर गौर फरमाएं

- एकाग्रता बढ़ाने के लिए मेडिटेशन और योग करें। इससे ध्यान केंद्रित करने की क्षमता का विकास होता है।
- एकाग्रता बढ़ाने के लिए किसी केंद्र बिंदु पर जितनी देर हो सके, ध्यान केंद्रित करें। धीरे-धीरे ध्यान केंद्रित करने का समय बढ़ाएं।
- माता-पिता को चाहिए कि शुरू से ही बच्चों को ध्यान केंद्रित करने की शिक्षा दें।
- अपने कार्यों को योजनाबद्ध तरीके से और समय पर करें, इससे काम का अतिरिक्त बोझ भी नहीं पड़ेगा और किसी तरह की चिंता भी नहीं रहेगी।
- उद्देश्यों में कामयाब न होने पर भी नकारात्मक विचार आने लगते हैं और नकारात्मक विचार मन में हीनभावना लाते हैं अतः ऐसी भावना से बचें।
- सफलता प्राप्त होने पर स्वयं को सकारात्मक सोच से भरें, जिससे काम करने का उत्साह बना रहे।
- बचपन से ही बच्चों की ताकतों और कमजोरियों को



पढ़ानने की कोशिश करें। जहाँ तक हो सके घर का माहौल हसी-खुशी का बनाकर रखें, ताकि बच्चों में नकारात्मक सोच पैदा न हो।

- अपने कार्यों को समय-समय पर रिव्यू करते रहें।
- बच्चों की बातों को अनसुना करने की बजाए गौर से सुनें और उन पर ध्यान दें।
- एकाग्रता से काम करने के लिए शांतिपूर्ण माहौल का होना जरूरी है। इसलिए काम करते समय रोकड़ या टीवी न चलाएं।
- काम पर ध्यान केंद्रित करने के लिए खुद को अनुशुद्ध देते रहें कि आपका ध्यान केवल अपने निर्धारित काम के अलावा और कहीं नहीं जाए।
- यदि काम करते समय ध्यान टोपी देखने या किसी मनोरंजन के साधन की ओर जाए तो पहले उसे पूरा करें, फिर काम करें। इससे ध्यान भटकेगा नहीं और आपको सतृप्ति भी मिलेगी।
- विद्यार्थियों को चाहिए कि पढ़ाई के दौरान बीच-बीच में ब्रेक लें। ब्रेक के समय पढ़ाई की चिंता छोड़कर हल्का-फुल्का कुछ खा-पी लें। घरवालों के साथ बातें और हसी मजाक करते रहें। ऐसा करने से मूढ़ बनतेगा और फिर से पढ़ाई करने में अधिक ध्यान लागेगा।

## ये हैं सफलता के मंत्र

पढ़ाई में टॉपर बनना आपका सपना है तो इस सपने को आप मेहनत से हकीकत में बदल सकते हैं। इन सर्वसेस मंत्रों को अपनाकर प्रतियोगी परीक्षा और एक्जाम में सफल हो सकते हैं।

**कड़ी मेहनत-सफलता हासिल करने का पहला मंत्र है कड़ी मेहनत।** मेहनत का कोई शॉर्टकट नहीं होता। यदि अ प न

पाठ्यक्रम की आवश्यकता के अनुसार कड़ी मेहनत करते हैं तो उसका फायदा मिलता ही है।

**खुश रहें-** किसी भी परीक्षा की तैयारी के दौरान नकारात्मक विचारों से दूर रहें। हमेशा पॉजिटिव थिंकिंग रखें। हमेशा खुश रहने की कोशिश करें।

**फोकस बनाए रखें-** बिना फोकस बनाकर कई घंटे पढ़ाई करने से अच्छे है कि कुछ घंटे ध्यान लगाकर पढ़ाई करें। कुछ देर ही सही पर मन को एकाग्र रखकर पढ़ाई करें।

**सपनों को सच करने के लिए संघर्ष करें-** हमेशा जीवन में बड़े सपने देखें और लाग टर्म गोल बनाएं। जब भी ऐसा लगे कि आप हार रहे हैं तो अपने सपनों को याद करें। खुद को यह अहसास दिलाएं कि सफ़लता इतने कीमती है कि ऐसा संघर्ष उन सपनों के सामने कुछ भी नहीं है।



## फोटोग्राफी में रखें इन बातों का ध्यान



फेशन और वाइल्ड लाइफ फोटोग्राफी में रुचि रखने वाले युवा इसे अपना पेशा मानते हैं। इस फील्ड में फिएरिटीटी, टैलेंट, ट्रेनिंग, हार्डवर्क, रतैमर, एडवेंचर सबकुछ है। सही ट्रेनिंग और गाइडेंस से इस फील्ड में करियर बनाना का सपना बढ़ गया है। कई डिग्री होल्डर फोटोग्राफर्स भी फेशन और वाइल्ड लाइफ फोटोग्राफी की बारीकियां सीख रहे हैं।

**करियर संभावनाएं-** फेशन इंडस्ट्रीज, कार्पोरेट और इंडस्ट्रीयल सेक्टर के विकसित होने से इस फील्ड में संभावनाएं बढ़ गई हैं। फेशन इंडस्ट्री के फलने-फूलने के साथ ही फेशन फोटोग्राफी में रतैमर जुड़ चुका है। आज हर कंपनी अपने प्रोडक्ट के साथ कैलेंडर, मैगजीन, विज्ञापन बोर्डर प्रकाशित करती है। इनमें आर्टिस्ट और स्टायलिश फोटो की खास भूमिका होती है। इन सबके लिए फेशन फोटोग्राफर की बहुत जरूरत है। तकनीकी रूप से सक्षम होने पर इस क्षेत्र में भविष्य बहुत उज्जवल है।

**शैक्षणिक योग्यता-** फोटोग्राफी के लिए कम से कम ग्रेजुएशन होना जरूरी है। देशभर में कई इंस्टीट्यूट्स फोटोग्राफी में डिग्री



या सर्टिफिकेट कोर्स कराते हैं। एक सर्वसेसफुल फोटोग्राफर बनने के लिए डीप स्टडी और अच्छे विज्ञान का होना जरूरी है। अहमदाबाद, मुंबई, दिल्ली, औरंगाबाद जैसे शहरों में संस्थानों द्वारा फोटोग्राफी का विधिवत प्रशिक्षण दिया जाता है। इन संस्थानों में दो-तीन वर्षों के डिग्री कोर्स एवं ट्रेनिंग दी जाती है। इन बातों का रखें ध्यान-

- फोटोग्राफर बनने के लिए कितनी कम और
- प्रेक्टिकल नॉलेज ज्यादा जरूरी है।
- अपने फील्ड की पूरी जानकारी, लेटेस्ट ट्रेंड पर नजर आने वाले ट्रेड की खबर होना जरूरी है।
- फोटोग्राफी का बेसिस नॉलेज लिए किसी प्रतिष्ठित इंस्टीट्यूट से ट्रेनिंग लें।
- ट्रेनिंग के बाद सबसे ज्यादा जरूरी है विज्ञान।
- इस फील्ड में बहुत ज्यादा पेशेन रखने की जरूरत है। यह फील्ड पेशेन, कॉन्फिडेंस और हार्ड वर्क माता है।
- फोटोग्राफी में सर्वसेस थीर-थीर ही मिलती है।

**फोटोग्राफी के टॉप इंस्टीट्यूट**

- नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ डिजाइन, अहमदाबाद।
- सर जेजे स्कूल ऑफ एप्पाइड आर्ट, मुंबई।
- जवाहरलाल नेहरू टेक्नोलॉजिकल युनिवर्सिटी, हैदराबाद।

## ऐसे मिलती है सफलता

अक्सर देखा जाता है कि युवा जब अपना सफल करियर नहीं बना पाते हैं तो इसका दोष वे दूसरों को देते हैं। अपनी नाकामियों का ठीकरा दूसरों पर फोड़ने लगते हैं। यह याद रखिए अपनी नाकामी के जिम्मेदार आप खुद हैं।

वे अनेक बातों का रोना रहते हैं, जैसे हमारे मान-पिता के कम पढ़े-लिखे होने के कारण वे हमारा करियर में मार्गदर्शन नहीं कर सके। हम पढ़ने की सुविधाएं नहीं मिली। पढ़ाई के दौरान हमें घर के कामों में लगाए रखा। घर में ज्यादा सदस्य होने से घरवालों ने हमारी ओर ध्यान नहीं दिया।

ये ऐसी कुछ बातें हैं जो असफल युवा कहते हैं, लेकिन ऐसा नहीं है। अगर व्यक्ति कुछ करना चाहे और उसके हौसले बुलंद हों तो उसकी राह में कितनी भी मुसीबतें आए वह सफल हो जाता है।

एक अंग्रेजी कहावत का हिन्दी अर्थ है- किसी एक विचार या लक्ष्य के प्रति समर्पण के कारण ही एक सामान्य योग्यता रखने वाला व्यक्ति असाधारण प्रतिभा से संपन्न व्यक्ति बनता है। कठिनाइयां हर किसी के जीवन में आती हैं बस उनका स्वरूप और उनसे लड़ने के तरीके अलग हो सकते हैं। उन कठिनाइयों को ढाल बनाकर अपनी नाकामी को उजागर न करें, बल्कि हर स्थिति से निकलना सीखें।

याद रखिए दुनिया भी उन्हीं को याद रखती है जो संघर्षों से निकलकर सफलता के शिखर पर पहुंचते हैं। नाकामियों को रोना छोड़कर चल पड़िए मंजिल की राह पर। मुश्किलें तो आएंगी। अपनी नाकामियों को सफलता की मंजिल पाने का पड़ाव मानिए।

हिंदतर का प्रसिद्ध वाक्य है, जो बिना संघर्ष के जीतता है वह विजेता कहलाता है लेकिन जो संघर्षों का सामना करके जीतता है वह इतिहास बनाने वाला कहलाता है।

**इन बातों जीवन में हमेशा रखें ध्यान-**

- अगर आप किसी क्षेत्र में करियर बनाने में असफल हो गए हैं तो यह न सोचिए कि सिर्फ वही क्षेत्र आपके लिए बना था।
- आप दूसरे क्षेत्र में प्रयास कर सफलता को प्राप्त कर सकते हैं।
- पहाड़ी की चढ़ाई करते समय हमेशा ऊपर चढ़ने वालीं को देखना चाहिए। नीचे वालीं को देखेंगे तो हमें ऊंचाई से डर लगेगा।
- अपने आपको मोटिवेटे कीजिए। सफलता की जो अनुभूति रहती है उसका मजा ही कुछ और है।
- जीत कुछ कर गुजरने में है, हारकर बैठने में नहीं। प्रयास से स फ ल त। मिल ही जाती है।



## कैसे सामना करें इंटरव्यू का

**इंटरव्यू का नाम आते ही दिल में एक डर पैदा होने लगता है। इंटरव्यू के लिए आपको हर तरह से तैयार रहना पड़ता है। इंटरव्यू से पहले कई अनजाने सवाल सताने लगते हैं।**

कहते हैं कि वेल विंगिंग इज हाफ डन अगर आपने इंटरव्यू में शुरू से ही अपना विश्वास बनाए रखा और इंटरव्यू पैनल के शुरूआती सवालों का प्रभावशाली अंदाज में जवाब दे दिया तो मान लें कि आपकी सफलता की संभावनाएं प्रबल हैं।

इंटरव्यू में जाने से पहले नीचे दिए गए टिप्स पर गौर करें। ये टिप्स आपके लिए बड़े मददगार साबित होंगे। टिप्स पढ़ने के बाद आप पाएंगे कि आपका आत्मविश्वास बढ़ गया है।

- कहा जाता है कि पहला इंप्रेशन ही आखिरी इंप्रेशन होता है। इसलिए मॉडल लेकर तैयारी के साथ-साथ आप यह न भूल जाएं कि इंटरव्यू में आपको बौद्धिक क्षमता के अलावा आपकी बाँधी लेवेल को भी परखा जाएगा। वेल ड्रेस होकर ही इंटरव्यू में जाएं क्योंकि इससे आप आत्मविश्वास से भर जायेंगे।
- अपने साथ जरूरी कागजात जरूर ले जाएं। मसलन अपने सर्टिफिकेट, एकेडमिक एचिवमेंट और बायोडेटा जो आपने इंटरव्यू से पहले भेजा था, उसकी एक प्रति अक्षय ले जाएं।
- अपने कागजात इंटरव्यू में तभी प्रस्तुत करें, जब आप से मांगें जाएं।
- इंटरव्यू में लेट न हों। कम से कम पंद्रह मिनट

पहले पहुंचने की कोशिश करें।

- यदि किसी कारण न चाहते हुए भी इंटरव्यू में लेट हो जाएं तो उसके लिए सबसे पहले क्षमा मांगें और देर से आने के कारण का उल्लेख करें।
- इंटरव्यू पैनल में पहुंचते ही इंटरव्यू पैनल के सदस्यों का अभिवादन जरूर करें।
- इंटरव्यू पैनल के हर सवाल को ध्यान से सुनें और यदि किसी सवाल को सुनने में कोई शक हो तो मित्रतापूर्वक उसे दोहराने के लिए कहें।
- सवालों के जवाब विश्वास के साथ और संक्षेप में दें जब तक कि विस्तृत जानकारी देने के लिए न कहा जाए।
- जिस संस्थान में इंटरव्यू के लिए जा रहे हैं, उसके बारे में मोटी जानकारी पहले ही जुटा लें।
- जब आपसे पूछा जाए कि इस पद के लिए आपकी एक्सपेक्टेशन क्या है तो इसका जवाब चतुराई से दें। सोचें ही कोई फिगर बताने से बेहतर होगा कि आप कहां कि एस पर द मार्केट स्टैंडर्ड। इंटरव्यू पैनल के दोबारा पूछने पर आप अपने मुताबिक कोई फिगर बताने सकते हैं।
- इंटरव्यू के दौरान इंटरव्यू पैनल से आई कॉन्टैक्ट कायम रखें।
- अगर किसी विषय में जानकारी नहीं है तो उसे स्वीकार कर लें।
- कभी झूठ न बोलें। अगर इंटरव्यू पैनल ने आपका झूठ पकड़ लिया तो आपकी सारी इंप्रेशन खराब हो जाएगी।







