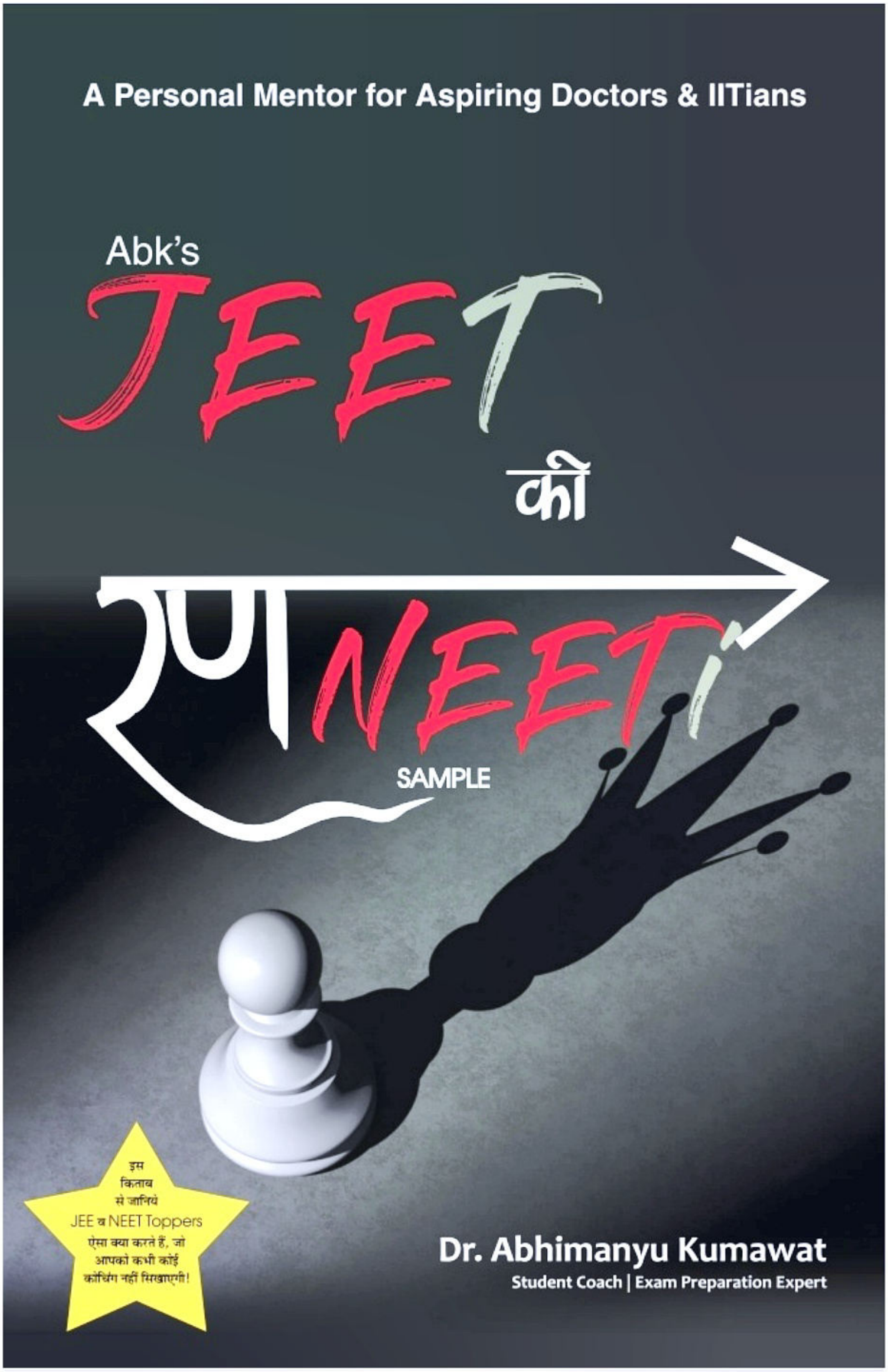


JEET की रणNEETi

INDEX

More Books : www.The-Gyan.in

JEET की रणNEETI

किताब को लिखने में और इसे बेहतर बनानें में चीफ एडिटर "डॉ. हिमांशु ओझा सर" का बहुत बड़ा योगदान रहा, उन्हें तहेदिल से शुक्रिया, बहुत-बहुत आभार ।

"जीत की रणनीति" की बारीक चीजों में महत्वपूर्ण सुधार हेतु डॉ. शिवानी कुमावत का सहृदय आभार ।

किसी भी किताब में पूरी टीम काम करती है, हर एक की लगन और मेहनत होती है, विशेष तौर पर रक्षा अग्रवाल और सिद्धार्थ ने इसके लिए काफी मेहनत की, उनका बहुत आभार !

किताब को लिखने में कई प्रकार के सहयोग की आवश्यकता होती है, उन सभी सहयोगों के लिए छोटे भाई विकास कुमावत का बहुत-बहुत आभार !

और आखिरी में यह पुस्तक माता-पिता के चरणों में समर्पित, जिनके बिना किताब छोड़िये, खुद का अस्तित्व ही सम्भव नहीं होता ।

Dr. Abhimanyu Kumawat (ABK Sir)
Student Coach | Exam Preparation Expert
Director at Cellsius Institute Ajmer (Raj.)
Founder at NEET kaka JEE

More Books : www.The-Gyan.in

JEET की रणNEETI

आपको जो भी मिलेगा अपनी एनर्जी से मिलेगा

2

अगर आप किसी स्टेडियम को दर्शकों और जोश से भरा हुए देखते हैं, तो इसका सीधा मतलब यह है कि आज कोई ऐसा खिलाड़ी मैदान में है, जिसकी एनर्जी और फोकस बहुत गजब का है। आज स्टेडियम में सामान्य खिलाड़ियों की क्षमता से कहीं आगे वाला खिलाड़ी अपनी प्रतिभा दिखाने वाला है। वास्तविकता में हम सभी एनर्जी को देखने के लिए ही पैसा खर्च करते हैं, ताकि हम भी प्रेरित (Inspired) होकर ज्यादा ऊर्जावान महसूस कर सकें। इंसान तो एनर्जी का दीवाना है। चाहे विराट कोहली, यूसैन बोल्ट या कोई रॉक स्टार हो, इन सभी में सामान्य इंसानों से कहीं ज्यादा एनर्जी है। ये बेमिसाल ऊर्जा के मालिक हैं और इसीलिए इन्हें देखने भीड़ उमड़ती है।

वास्तव में अगर ज़िंदगी की गणित की गणना (केलकुलेशन) करेंगे तो यह सिर्फ टाइम × एनर्जी ही है। इन दोनों के संगम को ही लाइफ कहा जा सकता है। कोई भी एक गायब होगा तो उसे आप ज़िंदगी नहीं कह सकते या आप कह सकते हैं कि दोनों में से किसी एक की बर्बादी, आपको ज़िंदगी बर्बाद होने की गारंटी देती है।

सीधे शब्दों में कहा जाये तो जिसने टाइम और एनर्जी को साध लिया उसने ज़िंदगी संवार ली। "लेकिन किसी भी एग्ज़ाम की तैयारी के दौरान तो समय सबके पास एक समान ही होता है, यहां अंतर पैदा करती है, एनर्जी। वैसे ज्यादा एनर्जी अच्छी आदतों से पाई जा सकती है और बुरी आदतों से, पहले से उपस्थित एनर्जी भी खत्म हो जाती है।"

तो अच्छा होता। लेकिन उस वक्त खुद ही आंसू पोंछकर वापस पढ़ना पड़ता था। दुनिया तो टिश्यू पेपर तब ऑफर करती है, जब आप दूसरों के आंसू पोंछने के काबिल हो जाते हो, चाहे फिर वो आपके रिश्तेदार ही क्यों न हो।

एग्ज़ाम की तैयारी एक ऐसा समय होता है जब आपको खुद से और दुनिया से एक साथ जीतना होता है महाभारत वाला अर्जुन बनकर, लेकिन ऐसा युद्ध जो अंदर बाहर दोनों तरफ चल रहा हो उसे बिना कृष्ण जैसे सारथी के जीतना संभव नहीं है। जीत की रणनीति भविष्य के बेहतरीन डॉक्टर्स और IITians के लिए किसी गीता से कम नहीं है, जिसमें आपके "अभिमन्यु" ने तैयारी के समय वाले हर चक्रव्यूह से बचाने की कोशिश की है।

"याद रखिये, दुनिया आपको उठाने तब आती है जब आप उड़ रहे होते हो। गलती से कभी ठोकर खाकर गिर जाते हो, तो कुचलने वालों का तांता लग जाता है, चाहे फिर वो आपके सपने हों या आप खुद, सब कुछ रौंद दिया जाता है। मैं तो सिर्फ ये कहूँगा कि जब आप ज़मीन पर औंधे मुंह भी गिरें तब भी निगाहें आसमान की तरफ ही रखना, एक ना एक दिन आप उड़ेंगे और जरूर उड़ेंगे।"

More Books : www.The-Gyan.in

आपको जो भी मिलेगा अपनी एनर्जी से मिलेगा

2

अगर आप किसी स्टेडियम को दर्शकों और जोश से भरा हुए देखते हैं, तो इसका सीधा मतलब यह है कि आज कोई ऐसा खिलाड़ी मैदान में है, जिसकी एनर्जी और फोकस बहुत गजब का है। आज स्टेडियम में सामान्य खिलाड़ियों की क्षमता से कहीं आगे वाला खिलाड़ी अपनी प्रतिभा दिखाने वाला है। वास्तविकता में हम सभी एनर्जी को देखने के लिए ही पैसा खर्च करते हैं, ताकि हम भी प्रेरित (Inspired) होकर ज्यादा ऊर्जावान महसूस कर सकें। इंसान तो एनर्जी का दीवाना है। चाहे विराट कोहली, यूसैन बोल्ट या कोई रॉक स्टार हो, इन सभी में सामान्य इंसानों से कहीं ज्यादा एनर्जी है। ये बेमिसाल ऊर्जा के मालिक हैं और इसीलिए इन्हें देखने भीड़ उमड़ती है।

वास्तव में अगर ज़िंदगी की गणित की गणना (केलकुलेशन) करेंगे तो यह सिर्फ टाइम × एनर्जी ही है। इन दोनों के संगम को ही लाइफ कहा जा सकता है। कोई भी एक गायब होगा तो उसे आप ज़िंदगी नहीं कह सकते या आप कह सकते हैं कि दोनों में से किसी एक की बर्बादी, आपको ज़िंदगी बर्बाद होने की गारंटी देती है।

सीधे शब्दों में कहा जाये तो जिसने टाइम और एनर्जी को साध लिया उसने ज़िंदगी संवार ली। "लेकिन किसी भी एग्ज़ाम की तैयारी के दौरान तो समय सबके पास एक समान ही होता है, यहां अंतर पैदा करती है, एनर्जी। वैसे ज्यादा एनर्जी अच्छी आदतों से पाई जा सकती है और बुरी आदतों से, पहले से उपस्थित एनर्जी भी खत्म हो जाती है।"

More Books : www.The-Gyan.in

वैसे तो एनर्जी कई प्रकार की होती है जैसे - मेंटल, फिजिकल, सेक्सुअल, स्पीरिचुअल (Spiritual)। इनमें से किसी भी परीक्षा की तैयारी में सबसे ज्यादा मदद करती है आपकी मेंटल यानी मानसिक ऊर्जा। सीधे शब्दों में कहा जाए तो आपको हर एनर्जी का कुछ हिस्सा तोड़कर अपनी मेंटल एनर्जी में जमा करना पड़ेगा, ताकि उम्मीद के मुताबिक आपको परिणाम दे सके। इसी मेंटल एनर्जी को बढ़ाकर आप एग्ज़ाम में गज़ब परफोर्मेंस दे सकते हैं।

अब मेंटल एनर्जी को बढ़ाने के लिए आप मुझसे डॉक्टर होने के नाते प्रिस्क्रिप्शन की उम्मीद ना करें। बस इतना कहूँगा कि आप अपनी बाकी दोनों एनर्जी को बचाकर मेंटली बेहतर परफोर्म कर सकते हैं यानी फिजिकल और सेक्सुअल को बचाकर मेंटल में लगाइए और इसका सबसे आसान तरीका है चुप रहें और बात भी करनी हो तो कम से कम लोगों से, बाकि आप मेरे इशारे को समझ सकते हैं।

इसमे कोई संदेह नहीं है कि थोड़े से बादाम और अखरोट चबाना भी मेंटल एनर्जी को बढ़ाने का अच्छा तरीका है, भीगे हुए हों तो सोने पर सुहागा। लेकिन व्यर्थ के कार्यों में एनर्जी खर्च ही ना करने से बेहतरीन कुछ नहीं।

ड्रॉप के दौरान मेरे एक स्टूडेन्ट ने अपनी मोबाइल सिम बदल दी थी ताकि वह बिना मतलब के गप्पों और पंचायती में पड़े बिना सिर्फ तैयारी पर फोकस कर सके। वह अभी एम्स जोधपुर का स्टूडेन्ट है। सिम को मैं तो यहाँ Strategic investment in Mental Energy कहूँगा। आप भी आज एक बोल्ड डिसीजन लें और अपनी मानसिक ऊर्जा पर काम करें।

याद रखिये जिन्होंने दुनिया जीती है, उन सभी ने ज़िंदगी के किसी ना किसी पड़ाव पर अपनी मेंटल एनर्जी के लिए बड़े-बड़े त्याग किये हैं। एक सफल विद्यार्थी आपको तैयारी के समय से लेकर रैंक हासिल करने तक भी शांत ही दिखेगा। वह चुप रहेगा ताकि अपनी मेंटल एनर्जी का

More Books : www.The-Gyan.in

अधिकतम इस्तेमाल कर सके। जबकि भविष्य में सिलेक्ट ना होने वाला विद्यार्थी सिर्फ एक सवाल सॉल्व होने पर भी आपको शेखी बघारता (Oversmart बनता) नजर आयेगा।

अपनी तैयारी के दौरान जिस दिन मैं बहुत कम या ना के बराबर बोलता था, उस दिन बेहतर पढ़ाई कर पाता था। मुझे याद है एक बार मैंने लगातार 13 दिन तक घर में पढ़ते हुए बिना किसी से बात किए पढ़ाई की थी। हालांकि घरवाले सोचने लगे थे कि शायद मैं डिप्रेशन में हूँ, लेकिन वो दिन मेरे जीवन के सबसे ज्यादा एकाग्रचित दिनों में से एक थे।

जब आप चुप रहते हैं तो आपकी सफलता बोलना सीख जाती है। एक टीचर होने के नाते आज मैं अपने स्टूडेन्ट को ज्यादातर समय चुप रहने की सलाह देता हूँ, क्योंकि सफलता पाने का यह एक आसान तरीका है।

जो मौन और शांत हैं, उनके सामने पहाड़ भी सर झुकाते नजर आते हैं। राजाओं के राजा, बड़े से बड़े महाराजा भी उनके आगे नतमस्तक होते हैं। ऊर्जा (एनर्जी) का संचय करने वाले लोग ज़िन्दगी में कुछ बड़ा हासिल करते हैं, इस बात में दूर-दूर तक कोई संदेह नहीं है।

More Books : www.The-Gyan.in

लक्ष्य और सपनों में अंतर समझिये

3

एक होनहार युवा 10th क्लास के बाद सपना देखता है कुछ बनने का और अगर आप इस किताब को पढ़ रहे हैं तो आपका सपना एम्स दिल्ली या आई. आई. टी. बॉम्बे में से एक रहा होगा। वास्तविकता में इंसान स्वप्नजीवी है, जब तक उसके सपने जिंदा हैं, वो खुद जिंदा है। किसी दिन अगर उसके सपनों ने दम तोड़ दिया तो उसके प्राण-पखेरू अपने आप ही उड़ जाते हैं। जब तक आप हैं तो सपने हैं, से कहीं बेहतर वाक्य है- "सपने हैं, तो आप हैं।"

सपना तो हर विद्यार्थी देखता है लेकिन उसकी प्लानिंग बहुत कम लोग कर पाते हैं। प्लानिंग ही सपने को लक्ष्य में बदलती है, और याद रहे! "पूरे लक्ष्य होते हैं, सपने नहीं।"

मेरे विशेष रूप से प्रिय, अब्दुल कलाम साहब ने कहा था, "सपने वे होते हैं जो आपको सोने नहीं देते हैं", मैं कहता हूँ सोइये, आराम से जी भरकर सोइये, लेकिन सोने से पहले ये प्लानिंग जरूर कर लीजिये कि आप उठकर क्या करेंगे?

किसी भी विद्यार्थी के पास पूरी सप्ताह की नहीं तो कम से कम अगले दिन की प्लानिंग होनी चाहिए, क्योंकि यदि आप अपना दिन प्लान नहीं करते, तो आपके आस-पास के लोग उस दिन को खराब कर देते हैं। (Because if you don't plan your day, others around you, are planning to waste it). जो अपने एक दिन को सफल बना सकता है, वो ज़िंदगी को भी सफल बना सकता है। जो लोग हर रोज, हर एक दिन की प्लानिंग करते हैं, उनकी जिंदगी तो खुद ईश्वर धरती पर आकर संवारता है।

More Books : www.The-Gyan.in

JP Morgan बहुत बड़े अमेरिकन बैंकर थे। एक बार एक व्यक्ति उनसे मिलने आया और बोला "मेरे पास इस लिफाफे में सफल होने का सबसे बड़ा सीक्रेट है। लेकिन कीमत है 25000$ (तकरीबन 20 लाख रूपये), अगर मंजूर हो तो दिखाऊं?"

इतना बड़ा बैंकर जिससे अमेरिकन गर्वन्मेंट तक लोन लेती थी, ये कहकर मान जाता है "मुझे लिफाफा खोलकर पढ़ने दो, पसंद आया तो पूरा दाम मिलेगा।" इस बात पर Morgan को लिफाफा दिया गया। अंदर लेटर पर सिर्फ एक लाइन लिखी थी "जो भी चाहते हो उसे पहले ही लिख लो, फिर पूरे मन से उसके लिए काम करो!" अब आपको क्या लगता है आगे क्या हुआ होगा? हुआ ये कि JP Morgan ने बड़ी खुशी से उसे 25000$ दे दिये। वे इस बात से इतने ज्यादा प्रभावित थे कि अपने किसी सेमिनार या आर्टिकल में उनका जोर इसी बात पर रहता था कि कुछ भी करना है तो लिखना शुरू करो।

एक तीर से आप सब कुछ खत्म कर सकते हो, अगर वो "ब्रह्मास्त्र" हो और सिर्फ एक बात को पूरे दिल के साथ फॉलो कर के आप पूरी दुनिया जीत सकते हैं, अगर आप में भी अर्जुन जैसी एकाग्रता और तन्मयता हो।

एक स्ट्रॉंग प्लानिंग बहुत ज्यादा जरूरी है। जिसे यह नहीं पता कि वो आज क्यों उठा है, उसके उठ जाने से खास फर्क नहीं पड़ेगा। रात को प्लानिंग के साथ सोयेंगे तो पूरा दिन बेहतरीन एनर्जी के साथ काम कर पायेंगे और सफलता की तो बात ही क्या, वो तो फिर आपकी दीवानी हो जाएगी।

याद रखिये, हर बड़ा लक्ष्य छोटे-छोटे लक्ष्यों का दीवाना है। आप हर दिन अपने लक्ष्य निर्धारित कर सकते हैं, जैसे अबकी बार जब मैं क्वेश्चन सॉल्व करना चालू करूंगा तो कम से कम 45 सवाल एक बार में करूंगा, चाहे जो हो जाये मेरे माइनर टेस्ट में इस बार नम्बर सबसे ज्यादा आएंगे।

जब आप छोटे-छोटे लक्ष्य पूरे करते जांएगे तो बड़े लक्ष्य आपके लिए बहुत छोटी चीज हो जायेंगे।

More Books : www.The-Gyan.in

पेट या दिमाग में से कोई एक काम करता है

4

इंसान के मानसिक विकास (Brain Development) में जिसने सबसे ज्यादा क्रांतिकारी भूमिका
निभाई, वह था पका हुआ भोजन। कच्चा माँस खाकर तो इंसान बस सोता था, क्योंकि उसे पचाने
में जबरदस्त ऊर्जा चाहिए होती थी।

हमारा शरीर गजब की मशीन है। जहाँ उसे ऊर्जा (एनर्जी) चाहिए होती है वहीं पर ब्लड सप्लाई
बढ़ा देती है, क्योंकि ग्लूकोज़ और ऑक्सीजन हमेशा ब्लड में ही तैरते हैं। इंसान को मजा तब
आया जब उसे वही माँस पका हुआ मिला। उसके तो मानो वारे – न्यारे हो गये।

उसकी नींद की जरूरत और सुस्ती दोनों कम हो गये, खाना जल्दी पचा और ब्लड वापस बढ़ चला
हमारे Master Organ Brain की तरफ, जैसे पूरा ब्रह्माण्ड ईश्वर के इशारे पर चलता है। हमारे
शरीर का भगवान हमारा दिमाग ही है। Brain with positive thought is more powerful than
god यानी कि सकारात्मक विचारों वाला दिमाग ईश्वर से भी शक्तिशाली होता है। आप ज़िंदगी में
एक ही चीज को काम में लगा सकते हैं, आपका दिमाग या आपका पेट। ये दोनों ही कभी एक
साथ काम नहीं कर सकते। हमारा पेट और दिमाग ऊर्जा के दीवाने हैं। इन्हें काम करने के लिए
बहुत ज्यादा एनर्जी चाहिए होती है।

एक विद्यार्थी के तौर पर आपको सबसे ज्यादा जरूरत होती है मेंटल एनर्जी की। याद रखिए, जिस
आग में आपका रिजल्ट या रैंक बनेगा, वो है मस्तिष्क की आग और आप एक जगह की ही आग
सुलगा कर रख सकते हैं, पेट की या दिमाग की। हमेशा हल्का खाना लेने की कोशिश करें, खाना
जितना लाइट होगा, आपका फ्यूचर और ब्रेन उतना ही ब्राइट होगा।

More Books : www.The-Gyan.in

जब भी आप किसी सफल इंसान को देखेंगे उसमें सबसे बड़ा रोल उसकी डाइट का होता है। आप क्या खाते हैं, यह आपको "अवशेष मात्र से विशेष" बना सकता है। अपने आस-पास या अपने देश में देखिए, जो भी लोग मशीन की तरह काम करते हैं, थोड़ा-थोड़ा बार-बार खाते हैं, उनका पेट हर समय खाना पचाने में नहीं लगा रहता है और उस खाने में भी ज्यादातर Plant based food ही होता है।

अभी आप जिस उम्र में हैं, आपको शायद डाइट का इतना महत्त्व महसूस ना हो, लेकिन जब आप 25 के बाद किसी एग्ज़ाम की तैयारी करेंगे, तो सारा खेल एक ही बात पर टिका होगा कि आपने 15 साल की उम्र के बाद किस क्वालिटी का खाना खाया? वो कचरा फास्ट फूड या फल और सब्जियां। अगर आपने अभी फल-सब्जी पर ध्यान दिया तथा फास्ट फूड और किसी भी नशे से दूर रहे तो कुछ बेहतरीन हासिल कर पायेंगे।

भारत में सिविल सर्विस एग्ज़ाम कठिन माना जाता है। माना कि वो कठिन है, लेकिन ज्यादा कठिन इसलिए बन जाता है क्योंकि आप जिस उम्र से उसकी तैयारी करते हैं तब एक health issue भी आपके साथ होता है, जो खान-पान की गलत आदतों से पैदा होता है।

याद रखिये परीक्षाएं आपको जीवन भर देनी है, लेकिन सबसे ज्यादा परीक्षाएं वह पास करेगा, जो बिल्कुल स्वस्थ है और जो जितनी ज़्यादा परीक्षायें पास करेगा उतना ही आगे जाएगा।

Joe Biden 70 से ज्यादा की उम्र में President election campaign कर रहे थे। उसी उम्र में कई लोग अस्पताल के बेड पर मौत का इंतजार करते हैं। चुनाव लड़ना और जीतना किसी परीक्षा से कम है क्या? 70 की उम्र में लोग 2 सीढियाँ नहीं चढ़ पाते, व्हाइट हाउस की सीढ़ियों की तो बात ही छोड़िए। यही बात हमारे देश में भी प्रधानमंत्री बनने पर भी लागू है। क्या आपको पता है भारत के प्रधानमंत्री बनने की औसत उम्र 68 साल है, यानी सभी प्रधानमंत्रियों की औसत उम्र 68 साल के आस-पास है।

एग्ज़ाम कोई भी हो क्रेक वही करेगा, जिसका पेट सुकून से भरा हो।

More Books : www.The-Gyan.in

निरंतरता में है बेमिसाल शक्ति

5

कुछ समय पहले कछुआ और खरगोश दौड़े थे और आखिर में हमने पढ़ा कि कछुआ जीत गया। कछुआ निरंतरता का प्रतीक है, कछुआ किसी जानवर का नाम नहीं है, यह एक Attitude है। निरंतरता वो शब्द है जिससे एक मिट्टी की मूर्ति भी आपको एकलव्य बना देती है। मुझे यह देखकर बड़ा अफसोस होता है कि हर किसी बात पर "slow & steady wins the race" बोलने वाले, बात-बात पर खरगोश की तरह दौड़ते नजर आते हैं।

ये भी सही है कि जो चीज जितनी ज्यादा जरूरी होती है उतनी ही कठिन हो जाती है चाहे फिर उसका नाम निरन्तरता हो, तो भी क्या फर्क पड़ता है। लगातार किसी काम पर मेहनत करने को निरन्तरता नाम दिया जाता है, लेकिन हम सी.एफ. एल. नहीं हैं कि हर दिन 100 वॉट पर ही जलें, हमारी ऊर्जा ऊपर-नीचे होती है और ऊपर-नीचे गिरती है हमारी निरंतरता ।

लेकिन अगर हम हर रोज 100 वॉट वाली रोशनी ही फैलाना चाहते हैं, तो फ्यूज होने के लिए भी तैयार रहना होगा। मुझे बहुत अच्छे से याद है जब मेरे टीचर मुझे कहते थे कि राष्ट्रीय स्तर पर कुछ भी हासिल करने के लिए, प्रतिदिन 6 घंटे की मेहनत जरूरी है।

6 घंटे की मेहनत ज्यादा मुश्किल नहीं, अगर इसके आगे प्रतिदिन ना लगा हो। मै सिर्फ 3 घंटे ही पढ़ पाता था, लेकिन उस वक्त मुझे अपनी टेबल-कुर्सी का भी पता नहीं होता था। बहुत बार निरंतरता भी Intensity के आगे नतमस्तक हो जाती है। जब भी पढ़ता था पूरा तल्लीन होकर पढ़ता था।

आज मैं अपने स्टूडेन्ट्स से कहता हूँ कि जितना भी पढ़ो एकाग्रता और तन्मयता के साथ पढ़ो क्योंकि ये दोनों ईश्वर से भी ज्यादा चमत्कारी हैं।

More Books : www.The-Gyan.in

जब आपका एनर्जी लेवल ऊपर-नीचे होगा तो सेल्फ स्टडी के समय (घंटों) की निरंतरता भी प्रत्यावर्ती धारा (Alternate current) की तरह चलेगी।

याद रखिये Daily goals पूरा करने वाले अपनी धरती पर पैदा ही नहीं हुए, लेकिन weekly goal पूरा कर सकने वाले भी धरती पर राज करने के काबिल जरूर हैं।

मुझे इस बात से ज्यादा फर्क नहीं पड़ता कि आप रोज कितने घंटे पढ़ते हैं लेकिन आप लगातार पढ़ते हैं, यह सबसे ज्यादा जरूरी है। जिस दिन लगे कि आज एनर्जी कम है, पढ़ने का मन नहीं है, तो रिवीजन कर लीजिए। पुराना पढ़ा हुआ वापस पढ़ने पर कम एनर्जी की डिमांड करता है। नया उसी दिन पढ़िए जब आप जबरदस्त एनर्जी से सरोबार हों। मेरे एक स्टूडेन्ट ने बताया था कि उसने अपने जेईई एग्ज़ाम की तैयारी के दौरान 20 दिन तक घर का दरवाजा तक नहीं देखा था। यह निरन्तरता का ही एक बेहतरीन उदाहरण है।

मिल्खा सिंह अपनी प्रैक्टिस रोजाना उस वक्त बंद करते थे जब थकान के मारे उन्हें उल्टी हो जाती थी। अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर अपनी श्रेष्ठता साबित करने वाले एथलीट्स कई सालों तक 16 घंटे की मेहनत करते हैं, हालांकि बाद में दर्शक उनकी परफॉरमेंस को ईश्वर की मेहरबानी या किस्मत से जोड़ देते हैं।

कोई भी चमत्कार हो, वो 'लगातार' शब्द का दीवाना है। किसी भी हफ्ते में अगर आप अपने लक्ष्य को पूरा कर लेते हैं, तो अपने आप को शाबाशी या पार्टी देना मत भूलिए। हालांकि उसके लिए आपको तीन यारों के साथ बैठकर रंग जमाने की जरूरत नहीं है , कोई भी छोटी-मोटी ट्रीट जिससे आपका मन खुश हो और ज्यादा समय भी खराब ना हो। लेकिन आखिर में याद रखिए, रेस चाहे किसी भी फील्ड में हो, जीतेगा हमेशा कछुआ ही। परीक्षा के साम्राज्य में झंडा फहराने के लिए मेहनत अगर king है तो निरंतरता Queen है।

More Books : www.The-Gyan.in

विद्यार्थी की सबसे बड़ी ताकत है -मौन

6

भारत में धर्म का दूसरा नाम क्रिकेट है, और अगर आप इसके बेहतरीन खिलाड़ी हैं, तो आप ही भगवान हैं। हिन्दुस्तान में ज्यादातर वार्तालाप या वाद-विवाद क्रिकेट या राजनीति के इर्द-गिर्द होती है और सबसे ज्यादा निशाने पर होते हैं, क्रिकेट टीम के कप्तान।

विराट कोहली या सौरव गांगुली क्रिकेट के क्लासिक खिलाड़ी हैं और तकनीकी तौर पर महेन्द्र सिंह धोनी से कहीं बेहतर हैं, लेकिन 3 बार विश्व-विजेता बनने का गौरव केवल धोनी के पास है। चाहे वो T-20 वर्ल्ड कप हो, चैंपियन्स ट्रॉफी हो या सालों का सपना जो 2011 में पूरा हुआ।

महेन्द्र सिंह धोनी शांत है और ज्यादातर समय चुप रहते हैं, वो भी ऐसे खेल में जिसमें हर गेंद पर करोड़ों प्रतिक्रियाएं (Reactions) आती हों। शांत रहने से आपकी Concentration Power बढ़ती है, चीजों को लम्बे समय तक याद रख पाते हैं और गजब के निर्णय ले पाते हैं, जो बाद में जाकर सही साबित होते हैं।

Exam crack करना भी सबसे अच्छे ऑप्शन के चुनने के निर्णय पर ही आधारित है। जो विद्यार्थी जितना अधिक शांत रहता है, वह उतना ही ज्यादा दिमाग काम में ले पाता है।

जब आप चुप रहते हैं तो पूरा ब्रह्माण्ड, सम्पूर्ण प्रकृति और स्वयं ईश्वर आपके लिए काम करते हैं। ब्रह्मा, विष्णु, महेश, अल्लाह, ईसा मसीह, महावीर स्वामी सभी यही चाहते हैं कि शांत रहने वाले का अधिकतम फायदा हो, उसका नुकसान वो अपना नुकसान मानते हैं।

More Books : www.The-Gyan.in

याद करिये। महावीर स्वामी जो इंसान मात्र थे, शांत रहने के अभ्यास ने उन्हें भगवान महावीर बना दिया।

विश्वकप के दौरान ऊपरवाले ने धोनी को बेहतरीन टीम का साथ दिया, क्योंकि वो शांत रहते थे। ईश्वर ने टीम के किसी भी खिलाड़ी को अनफिट या Injured नहीं होने दिया, यहां तक कि युवराज सिंह को भयंकर बीमारी में भी खेलने का हौंसला दिया और उन्होंने गजब की परफोर्मेंस दी। यह सब ईश्वर ने धोनी के लिए किया क्योंकि वे शांत रहते हैं और आखिरी में उन्होंने वन मैन आर्मी की तरह फाइनल जिता दिया, क्योंकि उनके पास ब्रह्मास्त्र के रूप में शांत दिमाग था।

मौन रहना एक तपस्या है जो किसी भी चीज में आपको सिद्धी प्राप्त करवाता है। फिर प्रसिद्धि तो बस सिद्धी की दीवानी है।

ध्यान रहे, कांटे में वही मछली फंसती है जो मुंह खोलती है। मौन रहकर आप बिना मतलब के वाद-विवाद से दूर रहते हैं, जिससे समय बचता है यानी जीवन बचता है। कुल-मिलाकर चुप इंसान ही शारीरिक और मानसिक स्तर पर सबसे बेहतरीन परफोर्मेंस दे पाता है। शांत रहने वाले व्यक्ति पर काम के दौरान, ना के बराबर तनाव होता है और थकान शब्द तो उसकी जिन्दगी से गायब हो जाता है।

मुझे तो लगता है दिमाग उस वक्त चलना चालू होता है, जब मुख बन्द होता है।

2013 में प्रकाशित एक सर्वे के मुताबिक रोज 2 घंटे चुप रहने से ऐसी Cells Regenerate होने लगती है जिससे आपकी समझ बेहतर हो जाती है, आप जल्दी Concepts समझ पाते हैं। इतना ही नहीं, आपकी याददाश्त (Memory) भी Super sharp हो जाती है।

कुल मिलाकर चुप रहने के अभ्यास से आप एक बेहतरीन स्टूडेन्ट बन जाते हैं।

More Books : www.The-Gyan.in

बिना प्लान वाले जीनियस से बेहतर है, प्लान वाला ईडियट

7

दो जिगरी, बहुत करीबी दोस्त किसी घने जंगल में भटक जाते हैं। अफसोस ये कि वे एक-दूसरे से भी अलग हो गए हैं, इतने दूर कि एक दूसरे को सुन भी नही पा रहे हैं। अपने गजब के हौंसले और हिम्मत से थके हारे, कांटों से जख्मी, जंगल से बाहर तो निकल जाते हैं लेकिन बिल्कुल अलग-अलग छोर पर।

अब किस्मत का खेल देखिए। एक दोस्त जिसका नाम अमित है, ऐसे हिस्से से बाहर निकला है कि जंगल से बड़ी मुसीबत उसके सामने है,वो है अथाह विशाल समुद्र। जबकि दूसरे दोस्त के सामने सिर्फ एक छोटी सी झील है और उसके पार वह किसी शहर की तरफ जाने वाली रोड़ देख पा रहा है।

आपको क्या लगता है, दोनों में से कौन तैरने की हिम्मत जुटा पाएगा? कौन अपनी मंजिल तक पहुँचेगा? अमित का नाम तो अब आपके दिमाग में नहीं होगा।

एग्ज़ाम में अपीयर होने वाले ज्यादातर स्टूडेंट्स के असफल होने के मुख्य कारण हैं - सालों की तैयारी करते-करते वो इतने रजिस्टर भर लेते हैं कि उनके सामने विषय का विशाल समुद्र होता है। लेकिन तैयारी करते-करते इतने थक जाते हैं कि अब उनका तैरने का मन नहीं होता। उन्हें पता है कि अगर तैरने के लिए छलांग भी लगाई तो रास्ते में ही डूब जाएंगे।

कुल-मिलाकर वो आखिर में पूरी तरह से पढ़ना छोड़ देता है और सालों की मेहनत पर पानी फिर जाता है। ये वही समय होता है जब कई विद्यार्थी एंजाइटी और डिप्रेशन जैसी परेशानियों से जूझते हैं।

More Books : www.The-Gyan.in

लेकिन यही टाइम 99.99% सिलेक्शन्स का भी जिम्मेदार होता है। भविष्य के IITians और मेडिकोज इसी टाइम के बेहतर इस्तेमाल से बनते हैं। यह समय उसी के काबू में आता है, जो लगातार summary नोट्स बनाने पर काम करे थे और अब उन्हीं से बार-बार Content रिवाइज कर रहे हैं।

किसी भी चैप्टर को 30 पेज से एक पेज में बदलना ही सफल और असफल के बीच अन्तर करता है। कोई भी स्टूडेन्ट उस चैप्टर को कभी नहीं भूलता, जिसकी Sincerely उसने summary बनाई हो। मुझे याद है, जब-जब मेरे पास कोई स्टूडेन्ट किसी चैप्टर की समरी बनाकर लाता था, तो अपने आप ही वो उसका फेवरेट चैप्टर बन जाता था।

याद रखिए ! आपका सिलेक्शन इस फॉर्मूले पर आधरित है-

$\text{Selection} \propto \frac{\text{No. of Revision}}{\text{No. of Resources}}$ और दुनिया का कोई भी एग्ज़ाम इसका एक्सेप्शन नहीं है। आज से ही चैप्टर summary पर काम करिए। बार-बार रिवाइज करते जाइये।

फिर आपके सामने एक बड़ा समुद्र नहीं, सिर्फ एक छोटी सी झील होगी, जिसे पार करना आपके लिए बड़ा आसान है। तो प्लान क्या है ? प्लान ये है कि कंटेंट को summarise कर बार-बार रिवाइज किया जाये।

याद रहे - An idiot with a plan, can defeat a genius without plan.

ज़िन्दगी जब भी मौका दे तो प्लान वाले ईडीयट बनें, बिना प्लान वाले जीनियस नहीं।

More Books : www.The-Gyan.in

"एग्ज़ाम तैयारी : एक संन्यास"

8

संन्यास, जिसमें आप किसी लक्ष्य को हासिल करने के लिए अपना परिवार, बिस्तर, घर, एक वक्त का खाना, आराम सब कुछ छोड़ देते हैं, ताकि जिसके लिए आप समर्पित हैं, उस क्षेत्र में सर्वोच्च हासिल कर सकें। कई लोग जीवनभर का संन्यास लेते हैं, आपको जीवनभर नहीं, सिर्फ 1-2 साल के संन्यास पर जाना है।

हालांकि कई व्यक्तियों ने कर्मपराणयता के अभाव में संन्यास को कर्महीनता और कठिनाईयों से बचने और जिम्मेदारियों से भागने का पर्याय बना दिया है। इन्हें संन्यासी कम, ढोंगी कह सकते हैं। संन्यासियों के नाम पर लोग तीर्थ-स्थलों पर नशे करते पाये जाते हैं।

अगर आप पिछले 400-500 सालों के इतिहास पर गौर करें तो आपके सामने सिर्फ कुछ नाम निकलकर सामने आयेंगे, जिसमें से ज्यादातर संन्यासी के जैसा जीवन जीते थे, उन्होंने एकांकी (अकेले) जीवन जीया था।

शराब, सिगरेट जैसी चीजें तो छोड़िये, उन्होंने जीवन के लिए आवश्यक खाना, आराम, परिवार और बिस्तर जैसी चीजें भी छोड़ दी थी। तब जाकर वे सर्वोच्चता के शिखर पर बने रह पाये और पूरे संसार को अपने हिसाब से चला पाए थे। संसार को अपने हिसाब से चलाना बड़ी बात है। साधारण इंसान ज्यादातर समय संसार के हिसाब से ही चलता है।

मैं आपको चैलेंज करता हूँ कि आप अगर जीवन से कुछ बेहतरीन चाहते हैं तो आपको संन्यासी बनना ही पड़ेगा। याद रखिये, हर संन्यासी को घर छोड़ने की जरूरत नहीं होती है, लेकिन यह तय है कि आपको संन्यासी बनना ही पड़ेगा। सन्यासी कहीं पर भी हो दृढ़ संकल्पित होता है।

More Books : www.The-Gyan.in

संन्यासी का सीधा मतलब है वो इंसान जिसने सारी बुरी आदतें छोड़ने की और अच्छी आदतों को अपनाने की प्रतिज्ञा ली है।

कुछ अच्छी आदतें पढ़ने पर ऐसी दिखती हैं -

1. समय पर, अगले दिन की प्लानिंग के साथ बिस्तर पर जाना। (Best Stess Reliever)
2. खाली समय में मनन यानी memorisation करना। (Genius students way)
3. रोज 30 मिनिट व्यायाम जैसे साइक्लिंग, चलना या सीढ़ियाँ चढ़ना एवं उतरना आदि के लिए समय निकालना। जिससे सेक्सुअल एनर्जी को फिजीकल एनर्जी में channelise किया जा सके। (Increased Blood flow, Boosted mood, Long termal memory)
4. अपना कोई भी काम पूरे ध्यान और समर्पण से करना, ताकि वही मेडिटेशन का विकल्प (substitue) बन जाये। (एक और बेहतरीन Stress Reliever)
5. अपने लक्ष्य और ज़िन्दगी में सफलता और असफलता के लिए केवल खुद को जिम्मेदार मानना। (सफल बनने का सबसे बेहतरीन उपाय)
6. ज्यादातर समय मौन रहना। (ताकि आपकी ऊर्जा बची रहे)
7. मैंने अपने Drop year के आखिरी 2/3 महीनों में ये प्रण लिया था कि रोज एक Use & Throw 2 रूपये वाला पेन खत्म करूंगा। मैं हर रोज इतना लिखता था कि मेरी अंगुलियां पिचक जाती थी। मेरी इस आदत ने मुझे जबरदस्त Confidence और उम्मीद के परे परिणाम दिया था। याद रखिये, अच्छी आदत आपको Motivate करती है और Energy बढ़ाती है।

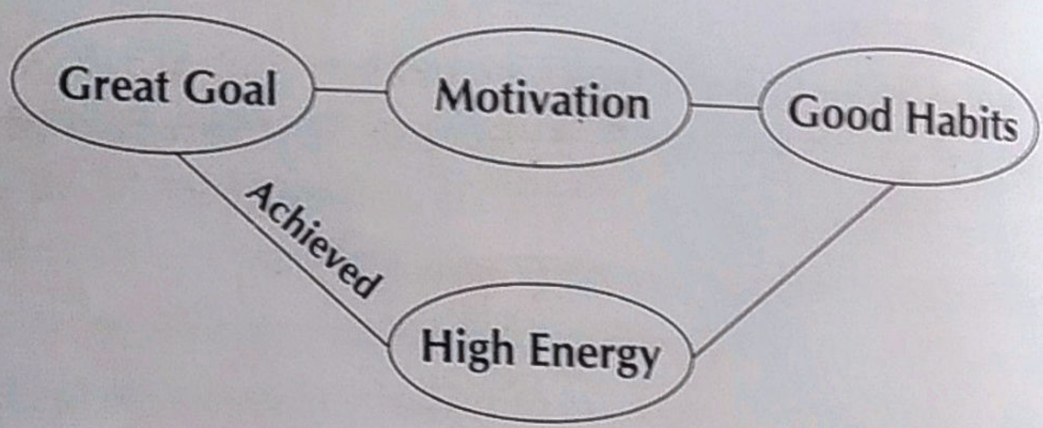
NEET/JEE में असफल होने वाले विद्यार्थियों की आदतें कुछ ऐसी होती हैं -

1. Social media और mobile games पर घंटों खराब करना।
2. देर से सोना और देरी से उठना।
3. किसी भी प्रकार का नशा करना जैसे - शराब, गुटखा, सिगरेट आदि।
4. ज़मानेभर के ग्रुप से अटैच रहना।
5. अपनी सेक्सुअल एनर्जी को वेस्ट करना।

More Books : www.The-Gyan.in

इतना कुछ गलत करने के बाद कई लोग 10 मिनिट के मोटिवेशनल वीडियो से उसकी भरपाई करना चाहते हैं। प्रेरणादायक वीडियो सिर्फ एक चिंगारी मात्र है, यह उसी के लिए काम करता है जिसकी गाड़ी में पेट्रोल यानि एनर्जी होती है। चिंगारी आपको सिर्फ शुरूआत करने में मदद कर सकती है।कुछ महान करने के लिए लगातार मेहनत करनी पड़ती है, बिना मोटिवेशन के भी और वो सिर्फ एनर्जी के दम पर सम्भव है।

हर एक बुरी आदत आपकी Energy को कम करती है ।आपका Motivation level कम होने लगता है।आप Frustrated रहते हैं, ऐसे लोग सोचते या सोते हैं और आखिर में रोते हैं। एक बात याद रहे, हर विद्यार्थी संत नहीं होता, कई बुरी आदतें मुझमे भी रही थी, लेकिन वक्त से Improve करना बहुत जरूरी है।



मैंने कई जगह पढ़ा है कि इंसान गलतियों का पुतला है, लेकिन वास्तविकता में इंसान आदतों का पुतला है। कोई भी व्यक्ति, आदतों के साथ व्यक्तित्व कहलाता है। इंसान + अच्छी आदतें = बेहतर व्यक्तित्व।इंसान + बुरी आदतें = बेकार व्यक्तित्व और 99% आदतें 11 वीं कक्षा, 12 वीं कक्षा या ड्रॉप इयर के दौरान ही बनती हैं।मुझे नहीं पता कि किसी की कुण्डली, हाथ, ललाट देखकर सही से किस्मत बता सकते हैं या नहीं, लेकिन आदतों से बेहतर किस्मत निर्माता ना कोई है, ना ही था।

"अगर आप समय से बुरी आदतें नहीं बदलते हैं, तो बुरी आदतें आप का समय बदल देती हैं।"

More Books : www.The-Gyan.in

JEET की रणNEETI

सफलता का एटिट्यूड ही सबकुछ

9

मैंने आपको बताया कि सफलता एकांकी जीवन और मौन धारित व्यक्तियों की दीवानी है, लेकिन हम एक सामाजिक प्राणी हैं और ऐसा किसी भी कीमत पर सम्भव नहीं है कि हम सम्पूर्ण एकांकी जीवन जी सकें।

आपके मित्र और रिश्तेदार आपकी सफलता में और विफलता में किसी सब्जी की ग्रेवी जितना योगदान देते हैं। आप मानें या ना मानें किन्तु सफलता को सेलिब्रेट भी वही लोग करवाते हैं और असफलता के बाद रोने का कारण भी उनकी अपेक्षा व शब्द ही बनते हैं। खैर परिणाम बाद की बात है, लेकिन आप ये समझ लें कि तैयारी के दौरान आपको उनके साथ किस तरह रहना है।

10th क्लास में मेरा एक दोस्त (अंकुर) जो 11th क्लास में IIT की तैयारी कर रहा था, जब मैंने उसके घर एक बार शाम को फोन लगाया तो माताजी ने यह कहकर मना कर दिया कि वो घर पर नहीं है, अगले किसी और दिन, उसने खुद ने फोन उठाकर मना कर दिया कि मैं अंकुर का छोटा भाई बोल रहा हूँ, वो घर पर नहीं है। मैं कुछ नहीं बोल पाया, चूंकि मैं उस वक्त ज्यादा फोकस्ड स्टूडेन्ट नहीं था, पढ़ाई के साथ क्रिकेट भी खेलता था। इसलिए उसने मुझे ज्यादा सीरियसली नहीं लिया। हालांकि उसके बाद मैंने उसे कभी कॉल नहीं किया और खुद के सपनों को सीरियसली लेने की ठान ली।

अंकुर IIT में सिलेक्ट हुआ, क्योंकि उसने बहुत ही नाम मात्र के दोस्तों से बात की। आज भी हम अच्छे दोस्त हैं और वो खुद आगे से फोन करता है, लेकिन उस वक्त उसने टफ डिसिजन लिया। जब भी आप टफ डिसिजन का रास्ता चुनते हैं तो अपने आप ही आप पर मेहनत करने का दबाव बढ़ जाता है और उस टफ डिसिजन को सही साबित करने के लिए दिन-रात एक करनी पड़ती है।

More Books : www.The-Gyan.in

लेकिन कई दोस्त ऐसे भी थे, जिनका रोज का डेली रूटीन ही मंडली डिसाइड करती थी। वो हर ग्रुप एक्टीविटी में शामिल थे, बर्थ डे पार्टी से सिनेमा हॉल और हैंग आउट से डिनर तक। जब आपका डेली शेड्यूल आपके मित्र निर्धारित करने लगते हैं तो आपके खुद के दम पर कुछ बनने के चांसेज कम होने लगते हैं।

मेरा एक सीनियर जो IIT में टॉप 100 रैंक के साथ सिलेक्ट हुआ, वो कैदी जैसी ज़िन्दगी जीता था। अपने रूम से कोचिंगऔर कोचिंग से रूम। घर वाले दरवाजे को खटखटा करके खाने की थाली रखकर चले जाते थे। वो खाकर वापस बाहर रखकर गेट बन्द कर लेता था। पूरे दो साल वो अपने परिवार से भी डिसकनेक्ट रहा, रिश्तेदारों की तो बात ही छोड़िये। ये आसान बात नहीं है, आपको बहुत ज्यादा डिसिप्लिन्ड होना पड़ता है।

जब आप ज्यादा लोगों के कॉन्टेक्ट में रहते हैं तो उनके शब्द आपको तैयारी के रास्ते पर सकारात्मक और नकारात्मक दोनों ही तरीकों से प्रभावित कर सकते हैं और ज्यादातर समय यह नकारात्मक होता है। इसलिए कम दिखिये, शब्दों से नहीं कर्मों से जवाब दीजिये। मेहनत करिये, कठिन निर्णय लीजिये, कम किंतु बेहतरीन दोस्त बनाइये और ज्यादातर मेल-मिलाप और हर छोटी-छोटी चीज की तरफ भागना बंद करिये।

एक डॉग माइन्ड के बजाय लायन माइन्ड डेवलप करने पर ध्यान दीजिए। अगर आपके सामने एक कुत्ता है। उसके सामने आप एक मीट का टुकड़ा जिस तरफ फेंकेंगे, वह उसी तरफ ही भागेगा। आप एक मीट का टुकड़ा बायीं तरफ फेंकते हैं, तो वह बायीं तरफ जायेगा। फिर दायीं तरफ फेंकते हैं, वह अब दायीं तरफ भागेगा। तो वो हर मीट के टुकड़े को फॉलो करेगा। कभी भी उस पोटली के ऊपर फोकस नहीं करेगा जिसमें से निकालकर आप वो टुकड़े फेंक रहे हैं।

लेकिन वहीं अगर आपके सामने एक शेर हो, तो मीट का टुकड़ा बायीं तरफ फेंकने पर वह बायीं तरफ नहीं जायेगा ना ही दायीं तरफ जायेगा। उसका ध्यान बड़ी पोटली पर होगा जिससे आप मीट के टुकड़े निकालकर फेंक रहे हैं और हो सकता है कि पोटली के साथ वो आप पर भी निशाना लगाये क्योंकि आप भी उसके लिए पोटली मात्र हैं।

More Books : www.The-Gyan.in

शेर बड़े लक्ष्य को प्राप्त कर लेगा क्योंकि उसने छोटे-छोटे टुकड़ों पर कभी गौर ही नहीं किया। बर्थ डे पार्टी, मूवी, फंक्शन, सेलिब्रेशन सभी उन्हीं छोटे-छोटे मीट के टुकड़ों के नाम है जो आपको आपकी मंजिल, उस पोटली (बड़े लक्ष्य) की तरफ फोकस करने से रोकते हैं।

आज, इसी वक्त कसम लीजिए, संन्यासी बन जाइये, अकेले में मेहनत की आदत डालिये।

हमेशा याद रहे। दुनिया में छा जाने के लिए कुछ साल छुपना पड़ता है।

More Books : www.The-Gyan.in

पढ़ाई का सही समय कभी नहीं आयेगा

10

दुनिया में कोई भी ऐसा इंसान नहीं है, जिसे कोई समस्या ना हो। शायद ही कोई क्षण ऐसा होता है, जब हम कह सकें कि मैं बिल्कुल मस्त हूं, नो वरी। स्ट्रेस, चिन्ता कुछ नहीं है। हमारी ज्यादातर समस्याएं काल्पनिक हैं और वास्तविकता में हमें मेहनत करने से रोकती हैं। हम में से ज्यादातर लोग इन्हीं मनगढ़न्त समस्याओं के कंधे पर सर रखकर अपने कर्तव्य से दूर भागते हैं।

एक दिन आयेगा जब सारी समस्याएं खत्म हो जाएंगी, सब कुछ ठीक होगा, मैं उसी दिन से मेहनत करना शुरू करूंगा। ऐसा दिन अक्सर इंसान के मरने के बाद ही आता है। सही मौके का इंतजार हम मौत तक करते रहते हैं।

आजकल तो हमें हिन्दी सिनेमा भी सिखा रहा है कि अपना टाइम आयेगा, टाइम किसी का नहीं आता साहब, टाइम जा रहा है। इसे एक कहानी से समझते हैं-

सोनू नाम के एक लड़के को गांव में रहने वाली किसान की बेटी से प्यार हो गया। सोनू उससे मिलने गांव जाने लगा। भारत में प्यार की खबर Radiation से भी तेज फैलती है। अब ये बात गांव में लगभग सभी को पता लग गई। किसान ने अपनी बेटी को बुलाया और कहा कि "बेटी मैं तुम्हारी शादी करने को तैयार हूँ, लेकिन एक बार मैं उसकी परीक्षा लेना चाहता हूं।" अगले दिन यह बात सोनू को बताई, लड़की ने कहा कि "पिताजी शादी करने को तैयार हैं, लेकिन पहले तुम्हारी परीक्षा लेना चाहते हैं और तुम्हें खेत पर बुलाया है।"

सोनू ने कहा "तो परीक्षा कौनसी बड़ी बात है, मैं लॉकडाउन का स्टूडेन्ट हूँ, कभी फेल ही नहीं हुआ।" अगले दिन सोनू किसान के खेत पर पहुँचा, किसान ने बताया कि "मेरे इस बाड़े से

More Books : www.The-Gyan.in

एक-एक करके 3 बैल बाहर आयेंगे, अगर तुमने किसी भी बैल की पूंछ पकड़कर उसे रोक लिया तो शादी पक्की, वरना वापस इस गांव में मत दिखना।"

सोनू ने सोचा कि पूंछही तो पकड़नी है और बैल की ही पकड़नी है, कौनसा हनुमान जी की है । उसने कहा कि "मुझे आपकी शर्त मंजूर है, आप बैलों को बाहर भेजना चालू करिये।" किसान ने अपना पहला बैल छोड़ा जो आकार में बहुत बड़ा था, सोनू ने सोचा, जो अगर मैंने इसको पकड़ा तो ये मेरा कचूमर सलाद बना देगा, वो उसके सामने से हट गया और बैल को जाने दिया। अब बारी अगले बैल की थी। किसान ने बाड़े से अगला बैल छोड़ा । ये बैल पहले वाले से भी ज्यादा खतरनाक था, इसके सींग बड़े ही भंयकर थे । सोनू ने सोचा अगर मैंने इसे रोका तो ये मेरे फेफड़े पंचर कर देगा और यहां तो आस-पास पंचर की दुकान भी नहीं है । बड़े भारी मन से सोनू ने दूसरे बैल को पकड़ने का मौका गंवा दिया। उसे लगने लगा था कि किसान जानबूझकर इतने खतरनाक बैल उसके सामने भेज रहा है ताकि वो हार जाए और उसे अब लगने लगा है कि वो शायद ही जीत पाएगा ।

इन सब विचारों के बीच तीसरा बैल बाहर आया। मानों सोनू इसी का इंतजार कर रहा था। तीसरा बैल बड़ा कमजोर, दुबला-पतला, उसकी अस्थियां बाहर से ही दिख रही थी। सोनू फटाफट से पूंछ पकड़ने के लिए उसके पीछे भागा, लेकिन पीछे जाकर देखता है कि बैल के पूंछ ही नहीं है ।अक्सर सही मौके की तलाश में हम ज़िन्दगी बिता देते हैं।जो मौके आते हैं, उन्हें गंवा देते हैं और जिसे हम मौका समझते हैं, वो मौका तक नहीं होता है ।

मुझे हजारों विद्यार्थियों के मैसेज आते हैं और लगभग हर दिन एक चीज कॉमन होती है कि आज से पढ़ूं तो एग्ज़ाम क्रेक हो सकता है? फिर अगले दिन भी उन्हीं विद्यार्थियों के वैसे ही मैसेज, सर क्या मैं इतने दिन, इतने महीनों में इस एग्ज़ाम को पास कर सकता हूं ? वास्तविकता में वो कभी पढ़ते ही नहीं है, सिर्फ ऐसे सवाल और जवाबों के द्वारा अपने मन को आत्मसंतुष्टि देते रहते हैं ।हर दिन सिर्फ खयाली योजना बनाकर अपना समय गुजारते रहते हैं । याद रखना यह जिन्दगी है, मौके कम और धोखे ज्यादा देती है।वक्त से पहले समझना है और जीवन के हर क्षेत्र में इसका इस्तेमाल करना है ।

More Books : www.The-Gyan.in

बेहतरीन फिनिश करने वाला ही तालियों का हकदार

11

यूसैन बोल्ट 100 मीटर रेस के बेताज बादशाह माने जाते रहे हैं। 2008, 2012 और 2016 के ओलम्पिक में हर बार 100 और 200 मीटर दोनों ही इवेंट में गोल्ड मेडल जीतने वाले ओलम्पियन हैं बोल्ट। इनकी sprint में कुछ विशेष बात है।

अगर आप इन्हें 100 मीटर की रेस भागते हुए देखेंगे, तो पांएगे कि 60-70 मीटर तक ये साधारण धावक (Sprinter) की तरह ही सबके साथ दौड़ते नजर आते हैं, लेकिन आखिरी 30-40 मीटर में ये बता देते है कि मैं ही चैंपियन क्यों हूं?

हर साल एग्ज़ाम की तैयारी करने वाले लाखों विद्यार्थी पूरे जोश के साथ शुरू करते हैं, लेकिन आखिरी 3-4 महीनों में वे ये तक भूल जाते हैं कि वो किस एग्ज़ाम की तैयारी कर रहे हैं। IIT-बॉम्बे और AIIMS-दिल्ली के सपने देखने वाले अब अपने शहर की किसी लोकल कॉलेज से बी.टेक या B.SC. कर लेने भर को बड़ा अचीवमेन्ट मानने लगते हैं।

एक बात अपने दिमाग में हमेशा के लिए बैठा लो। जिस किसी ने जबरदस्त शोहरत, इज्जत, नाम, पैसा कुछ भी कमाया हो, वो सब कुछ सिर्फ और सिर्फ उन्हें बेहतरीन फिनिशर होने की वजह से मिला है, चाहे वो कोई खिलाड़ी हो, कम्पनी हो या एक सफल विद्यार्थी।

एपल कम्पनी अपने प्रोडक्ट की Finishing Touch में सबसे ज्यादा मेहनत करती है। यही Finishing Touch उसे सबसे ज्यादा Profitable और दुनिया की सबसे Valuable कम्पनी बनाता है, लोग Apple के प्रोडक्ट खरीदना गर्व की बात समझते हैं। धोनी को तो लोग क्रिकेटर कम Finisher के तौर पर ज्यादा जानते हैं।

More Books : www.The-Gyan.in

हर उस एक Beginner का जीवन बेकार है, जो Finisher ना बन पाया। जो finisher नहीं बन पाता उसे थोक में गालियां मिलती हैं, तालियां तो बहुत दूर की बात है ।

याद रखिये ! तैयारी शुरू करने को तैयारी करना नहीं कहते, तैयारी करते रहने को भी तैयारी करना नहीं कहते, आखिरी 3 महीनों में जबरदस्त मेहनत के साथ एग्जाम में एपीयर होना ही असल तैयारी है। आखिरी 2-3 महीनों की तैयारी से ही आप सालों की मेहनत को फिनिशिंग टच दे पाते हैं जिससे आपका रैंक या सिलेक्शन बनता है।

मान लीजिये किसी बाल्टी में कुछ कोशिकाएं (Cells) हैं, जो हर मिनट में double हो रही हैं, अगर पूरी बाल्टी 60 मिनट में भर जाती है तो आधी बाल्टी भरने में 59 मिनट लगे होंगे मतलब आखिरी के 1 मिनट में जो हुआ वो इससे पहले कभी नहीं हुआ था ।आपका सिलेक्शन या रैंक आखिरी समय में ही निर्धारित होता है ।

वास्तविकता में देखा जाए तो IIT's या मेडिकल कॉलेज में होने वाले 99% सिलेक्शन आखिरी 3 महीनों की कड़ी मेहनत का परिणाम होते हैं।

ध्यान रहे ! Beginners are many, finishers are few. अर्थात् शुरूआत करने वाले बहुत होते हैं पर खत्म करने वाले बहुत कम।

बहुत सारे विद्यार्थी आखिरी समय में उम्मीद छोड़ देते हैं। जबकि सिलेक्शन या रैंक इसी समय की उपज है।

हमारी ऑफलाइन इंस्टीट्यूट Cellsius आखिर तक मेहनत करने के लिए जानी जाती है। यकीन मानिये आखिरी 3 महीनों की मेहनत से हमने कुछ ऐसे सिलेक्शन दिये हैं, जिसकी उम्मीद खुद स्टूडेन्ट तक को नहीं थी ।

आखिरी समय में कम से कम 2 फुल सिलेबस पेपर रोज सॉल्व करें। अगले दिन पूरा फोकस

More Books : www.The-Gyan.in

इनके एनालिसिस पर लगायें, किसी भी ऑप्शन को रटने के बजाय Conceptual Clarity पर ध्यान देना है।

रटना नहीं है, समझना है। याद नहीं करना है, सीखना है।

कई लोग पेपर सॉल्विंग को ऑप्शन याद करने से जोड़ते हैं, यह गलत है, बिलकुल मूर्खता वाली आदत है। Paper solve करना मतलब Retrogressive Study करना होता है। यानी आपको Question solve करना होता है और उस Content को वापस पढ़ना होता है जहां पर आप Struggle कर रहे होते हैं।

याद रहे ! इन कुल सिलेबस पेपर में से एक previous year, यानी पुराने सालों वाला होना चाहिए।-

दूसरा सबसे जरूरी है, Summary नोट्स बनाकर बार-बार Revise करना। इसकी चर्चा आगे विस्तार से की जायेगी।

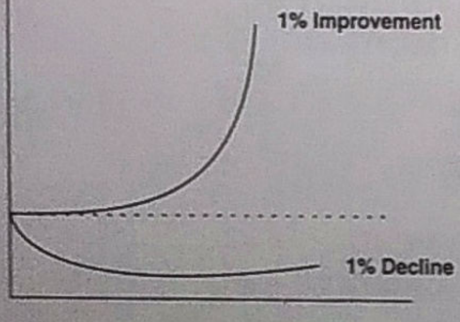
More Books : www.The-Gyan.in

आपका सौ प्रतिशत एक प्रतिशत से ही आयेगा

12

Tour de France, 21 दिन तक चलने वाली, पसीने की एक बूंद निचोड़ लेने वाली, शारीरिक से ज्यादा मानसिक क्षमता का परीक्षण करने वाली रेस होती है । जिसमें साइकिलिस्ट (cyclist) हर दिन 6-8 घंटे साइकिल चलाने के बाद हर दिन अलग-अलग होटल में सोता है। जहाँ हर बार अलग प्रकार के गद्दे और तकिये, खिलाड़ी की नींद को प्रभावित कर सकते हैं, ऐसा मानना था डेव ब्रेसफोल्ड का जिन्होंने बहुत ही साधारण इंग्लिश साइकिलिंग टीम को 2 ओलम्पिक में 16 गोल्ड मेडल और 8 सालों में 7 बार Tour de France जीतने में मदद की । वे टीम के साथ बस में ऐसे गद्दे और तकिये लेकर चलते थे, जो विशेष तौर पर प्रत्येक खिलाड़ी के हिसाब से डिजाइन थे ताकि वो सुकून भरी नींद ले सकें । ब्रेसफोल्ड ने अपने खिलाड़ियों और उनके द्वारा काम में ली जाने वाली हर चीज में सिर्फ 1% इम्प्रूवमेंट पर काम किया, चाहे वो साइकिल सीट हो, टायर हो, वर्क आउट हो, वो हर एक चीज को सिर्फ 1% इम्प्रूव करने पर ध्यान देते रहे और आखिर में निकल कर आया खिलाड़ियों का 100 प्रतिशत समर्पण और प्रयास जिसने एक साधारण टीम को, सर्वश्रेष्ठतम टीम में बदल दिया ।

हर कोई आज 100% देना चाहता है, मैं कहता हूँ, बस 1% इम्प्रूवमेन्ट करते चलिये, दुनिया की नजर में आप 200% देने लगेंगे । वास्तविकता में 100% का नहीं, 1% का ही खेल है ।



1% Better Everyday for one year $(1.01)^{365} = 37.78$

1% Worse Everyday for one year $(0.99)^{365} = 00.003$

More Books : www.The-Gyan.in

जो हर एक दिन 1% इम्प्रूव करता जायेगा, एक दिन दुनिया की नजर में सबसे महान बनेगा । "10 मिनट फोन चलाने से कौनसा टाइम खराब होता है, अरे 20 मिनट मोबाइल गेम खेलने से कौनसी आंखे खराब होती हैं? सिर्फ 1 सिगरेट ही तो पिता हूं, इससे क्या होगा ? एक दिन ही क्लास में नहीं गया, कल से चला जाऊँगा, आज -आज ही तो नहीं पढ़ा कल से पढ़ लूंगा,2 दिन ही तो नहीं की है एक्सरसाइज, हफ्ते भर से तो कर ही रहा हूं।" ये सभी स्टेटमेन्ट्स 1% worse everyday वाली कैटेगरी में आते हैं, जिसका आखिरी रिजल्ट आपको पता है, 0.99 से सिर्फ 0.003 पर रह जाता है, वही अपने प्रयास में सिर्फ रोज 1% इम्प्रूवमेन्ट सब कुछ बदल सकता है ।

"मैं आज थोड़ा जल्दी सोऊंगा, थोड़ा जल्दी उठूंगा, थोड़ा ज्यादा पढ़ूंगा, थोड़ा ज्यादा फोकस करूंगा, थोड़ी सी ज्यादा एक्सरसाइज करूंगा", ये थोड़े से ज्यादा का प्रण एक दिन आपको सबसे ज्यादा कम्पाउण्ड इंट्रेस्ट देगा । कई लोगों को लगता है कि चक्रवृद्धि ब्याज यानी compound interest सिर्फ पैसे पर लगता है, जिसे बैंक वाले लगाते हैं। चक्रवृद्धि ब्याज का कॉंसेप्ट आपकी आदतों पर भी उतना ही प्रभावी है, जितना रुपये-पैसे पर। आपका किसी सब्जेक्ट, रूटीन, आदत में 1% ज्यादा प्रयास आपको महानतम लोगों की श्रेणी में लाकर खड़ा करेगा ही करेगा, यह मेरी गारंटी है ।

म्युचुअल फण्ड, शेयर बाजार, कम्पनी शेयर में किया गया इन्वेस्टमेंट परिणाम देगा या नहीं देगा ये मुझे नहीं पता, लेकिन खुद को 1% इम्प्रूव करने में किया गया प्रयास आपको 2-3 सालों में ही दुनिया के सर्वश्रेष्ठ लोगों की कैटेगरी में ला सकता है। डॉक्टर या IITian बनना तो फिर बस बायें हाथ का खेल है ।

मैं आपसे विनती करता हूँ कि 1% इम्प्रूवमेन्ट अपनी जिन्दगी के हर क्षेत्र में लाने की कोशिश करिये, ताकि आप महान लक्ष्य हासिल कर सकें।

और सबसे बड़ी बात खुद से जीतने की ज़िद रखिये। अपने आप से कहिये, "खुद से जीतने की ज़िद है मुझे, खुद को ही हराना है, मैं भीड़ नहीं हूँ दुनिया की, मेरे अन्दर ज़माना है ।"

More Books : www.The-Gyan.in

सपने पालिये, शौक पालना आसान है

13

हर इंसान की जिन्दगी में एक ऐसा समय आता है, जब वो मन से टूटकर बिखर जाता है। उसकी हिम्मत जवाब देने लगती है, पस्त हो जाता है उसका हौंसला और काटने को दौड़ता है उसका खुद का ही घोंसला। आज के कुछ साल पहले मैं जिन्दगी के हर क्षेत्र में असफल था, हर वक्त परेशान। मेहनत मैं सुबह से रात तक करता था, पर मिलता कुछ नहीं था। मैं एक चलता फिरता शरीर था, जिसकी आत्मा का दम निकल चुका था। फिर एक दिन मैं मनोचिकित्सक यानी Psychiatrist के पास गया, उन्होंने मेरी Counselling की, कुछ सवाल पूछे और कुछ दवाईयाँ दी। दोनों से ही मैं संतुष्ट नहीं था। कहते हैं कि ज़िंदगी में जो रास्ते चिंता से बन्द हो जाते हैं, उन्हीं रास्तों को चिंतन खोल देता है। आत्मचिंतन के दौरान मैंने महसूस किया कि मेडिकल कॉलेज में आने के बाद, शौक मैंने बहुत पाल लिये थे और सपने देखना तो शायद छोड़ ही दिया थे।

मित्र मंडली अक्सर शौक पालने में मदद करती है। कॉलेज के groups शौक को सेलिब्रेट करते हैं और सपनों पर हंसते हैं। शौक पालना आसान होता है,आपके दोस्त इसके लिए आपको प्रोत्साहित करते हैं। अगर आप उनके साथ शौक में शरीक नहीं होते तो भला-बुरा कहते हैं। शराब, सिगरेट और ना जाने क्या-क्या आपको मित्रता के नाम पर बड़ी आसानी से परोस दिये जाते हैं और आप निकल पड़ते हैं बर्बादी के उस रास्ते पर, जहां से वापस लौटना मुश्किल होता है।

शौक अक्सर झुण्ड में पूरे होते हैं, पर सपने पालने के लिए तो अकेले ही लड़ना पड़ता है। सपनों के लिए आपको किसी का प्रोत्साहन नहीं मिलता।

अगर आप किसी को अपना सपना बता भी देते हैं तो या तो वह आपके सपने पर हंसता है या उतना बड़ा सपना देखने से मना करता है।

More Books : www.The-Gyan.in

याद रखिए ! जब-जब आप सपना देखेंगे, तब-तब आपका हौंसला आसमान तक जायेगा
लेकिन उसी दौरान आपके पंख काटने कोई जरूर आयेगा, लेकिन डरना नहीं है, सपना देखना
है।

मैंने सपना देखा कि मैं हर NEET और JEE Aspirant के साथ ही हर Exam Aspirant की
Journey को आसान करने पर काम करूंगा, चाहे इसके लिए बदले में मुझे कुछ ना मिले। उस
वक्त सभी साथ वाले हंसते थे पर आज किसी भी एग्ज़ाम की तैयारी के लिए मेरा वीडियो
देखना पंसद करते हैं। मेरी बातों को ही फॉलो करते हैं। सपने आपको जिन्दा रखते हैं, शौक
आपको मार देते हैं। शौक पालना आसान है, सपना पालने के लिए जिगर चाहिये होता है।

हम में से अधिकतर लोग संघर्ष कर रहे हैं, लेकिन जो फिर भी आसमान की तरफ देख रहे हैं, वो
एक दिन जरूर उड़ेंगे। कई विद्यार्थी 11th और 12th क्लास से ही बुरी संगत में पड़ कर सपनों की
जगह शौक की राह देखने लगते हैं। गलत संगत में आप अपने मां-बाप के दिये उस शरीर का
नाश कर रहे होते हैं, जिसे उन्होंने बड़ी मेहनत से सींचा होता है। आप उन्हें ही नीचा दिखाते हैं।
हाँ, मां-बाप का अपनी संतान को लेकर एक सपना होता है। आप उससे भी बड़ा सपना देखिए,
उन्हें भी एक दिन नाज़ हो और वे कहें कि "इतना बड़ा सपना तो हमने भी नहीं देखा था! तू तो
गजब निकला, हमें गर्व है, कि तूने वो कर दिखाया जिसकी हमें उम्मीद भी नहीं थी।" कई बार
तो आपको बुरी संगत में देखकर उनका कलेजा ही पसीज जाता है।

जब आप सपने नहीं देखते हैं तो आप कुछ नकारात्मक सोच रहे होते हैं, क्योंकि जहां फसल नहीं
होती वहां खरपतवार अपने आप उग जाती है। सपने ही हैं, जो आपको हर समय सकारात्मक
रखते है, हर समय कुछ करने का जज्बा बनाये रखते हैं। मुझे तो लगता है मनोचिकित्सक के
पास जाने वाले ज्यादातर लोग वही होते हैं, जिन्होंने सपना देखना ही छोड़ दिया है, खुली आंखो
वाला सपना। ये बात मत भूलिये, कि जब आप सपना देखेंगे तो सपने टूटेंगे भी और चकनाचूर
भी होंगे। घबराइये मत, फिर से नया सपना देखिए, मेहनत करिये, दिलो-दिमाग से उस पर
काम करिये, आप हमेशा खुश, जवान, स्वस्थ और ऊर्जा से भरे रहेंगे क्योंकि आपके पास एक
सपना है, एक सपना है जो आपका अपना है और सपना ही तो ज़िन्दगी है।

याद रखिए ! जब-जब आप सपना देखेंगे, तब-तब आपका हौंसला आसमान तक जायेगा लेकिन उसी दौरान आपके पंख काटने कोई जरूर आयेगा, लेकिन डरना नहीं है, सपना देखना है।

मैंने सपना देखा कि मैं हर NEET और JEE Aspirant के साथ ही हर Exam Aspirant की Journey को आसान करने पर काम करूंगा, चाहे इसके लिए बदले में मुझे कुछ ना मिले। उस वक्त सभी साथ वाले हंसते थे पर आज किसी भी एग्ज़ाम की तैयारी के लिए मेरा वीडियो देखना पंसद करते हैं। मेरी बातों को ही फॉलो करते हैं। सपने आपको जिन्दा रखते हैं, शौक आपको मार देते हैं। शौक पालना आसान है, सपना पालने के लिए जिगर चाहिये होता है।

हम में से अधिकतर लोग संघर्ष कर रहे हैं, लेकिन जो फिर भी आसमान की तरफ देख रहे हैं, वो एक दिन जरूर उड़ेंगे। कई विद्यार्थी 11th और 12th क्लास से ही बुरी संगत में पड़ कर सपनों की जगह शौक की राह देखने लगते हैं। गलत संगत में आप अपने मां-बाप के दिये उस शरीर का नाश कर रहे होते हैं, जिसे उन्होंने बड़ी मेहनत से सींचा होता है। आप उन्हें ही नीचा दिखाते हैं। हाँ, मां-बाप का अपनी संतान को लेकर एक सपना होता है। आप उससे भी बड़ा सपना देखिए, उन्हें भी एक दिन नाज़ हो और वे कहें कि "इतना बड़ा सपना तो हमने भी नहीं देखा था! तू तो गजब निकला, हमें गर्व है, कि तूने वो कर दिखाया जिसकी हमें उम्मीद भी नहीं थी।" कई बार तो आपको बुरी संगत में देखकर उनका कलेजा ही पसीज जाता है।

जब आप सपने नहीं देखते हैं तो आप कुछ नकारात्मक सोच रहे होते हैं, क्योंकि जहां फसल नहीं होती वहां खरपतवार अपने आप उग जाती है। सपने ही हैं, जो आपको हर समय सकारात्मक रखते है, हर समय कुछ करने का जज्बा बनाये रखते हैं। मुझे तो लगता है मनोचिकित्सक के पास जाने वाले ज्यादातर लोग वही होते हैं, जिन्होंने सपना देखना ही छोड़ दिया है, खुली आंखो वाला सपना। ये बात मत भूलिये, कि जब आप सपना देखेंगे तो सपने टूटेंगे भी और चकनाचूर भी होंगे। घबराइये मत, फिर से नया सपना देखिए, मेहनत करिये, दिलो-दिमाग से उस पर काम करिये, आप हमेशा खुश, जवान, स्वस्थ और ऊर्जा से भरे रहेंगे क्योंकि आपके पास एक सपना है, एक सपना है जो आपका अपना है और सपना ही तो ज़िन्दगी है।

More Books : www.The-Gyan.in

याद रखिये शौक पालना आसान है, सपना पालिये, सिर्फ सपना। आशीर्वाद और पूरा करने की ताकत देने के लिए तो खुद ऊपर वाला चलकर आपके पास आयेगा। सपना बड़ा गजब का हथियार है, सपना पालने पर बुरे शौक खुद ब खुद शरीर से घटते जाते हैं और अच्छे शौक यानी अच्छी आदतें आपके पास आने लगती हैं।

मैं चाहता हूँ, आप इसी वक्त अगले चैप्टर पर जाने से पहले ही अपने सपने को एक पेपर पर लिखें और उसे अपनी टेबल के सामने चिपकायें और अपने घरवालों और मेरे साथ उसे साझा करें।

More Books : www.The-Gyan.in

JEET की रणNEETI

सबसे बड़ा झूठ – आगे ज़िन्दगी आसान होगी

14

देखा जाए तो स्कूल समय में हम सबसे ज्यादा खुश थे, उसके बाद तो ज़िन्दगी मुश्किल ही होती गई। हालांकि हमारा हर बार यह कहकर हौंसला बढ़ाया जाता रहा कि अब बस ये कर लो, फिर ज़िन्दगी सेट है। एक बात हमेशा याद रखियेगा कि ज़िन्दगी कभी सेट नहीं होती, समय के साथ अपसेट जरूर होती जाती है। हमने चाहे जितनी कोशिश की हो पर फिर कभी ना मुस्कुरा पाये हम बचपन की तरह ।

कुछ हासिल करने के बाद, हम खुद उससे बड़ा सपना देखने लगें या हमें सपना ये बोलकर दिखाया गया कि बस ये कर लो फिर आराम ही आराम है। मैं सभी स्टूडेन्ट्स से आज कहना चाहता हूँ कि अगर आप इस भरोसे मेहनत कर रहे हैं कि कल आराम होगा तो आज ही बन्द कर दीजिए। आप जब भी परीक्षा पर परीक्षा पास करते हैं तो आपकी काबिलियत बढ़ती जाती है। काबिलियत बढ़ने के साथ-साथ इम्तिहानों का स्तर भी बढ़ता जाता है । एक समय के बाद यह दुनिया और ज़िन्दगी आपके असली इम्तिहान लेने लगती है। असली इम्तिहान जिसका कोई सिलेबस नहीं होता, हर दिन नया चैलेंज, हर पल नया सवाल। आप आए दिन टूटते हैं, हालांकि पहले से कहीं ज्यादा मजबूत बन जाते हैं ।

दुनिया में किसी महान व्यक्ति ने out of syllabus पेपर में ही टॉप किया होता है और जो यही काम बार-बार करते जाते हैं, वे महानतम कहलाते हैं।

आसान ज़िन्दगी की तलाश भी बिल्कुल मोबाइल गेम के समान है, जिसमें लेवल हर बार बढ़ता ही जाता है । हर कदम के साथ मुश्किल होती इस ज़िन्दगी में ज्यादातर लोग बिखर जाते हैं। लेकिन जो शिखर पर पहुँच पाते हैं, वो कभी आसान ज़िन्दगी की कामना ही नहीं करते हैं। ऐसे लोग हर

सबसे बड़ा झूठ – आगे ज़िन्दगी आसान होगी

14

देखा जाए तो स्कूल समय में हम सबसे ज्यादा खुश थे, उसके बाद तो ज़िन्दगी मुश्किल ही होती गई। हालांकि हमारा हर बार यह कहकर हौंसला बढ़ाया जाता रहा कि अब बस ये कर लो, फिर ज़िन्दगी सेट है। एक बात हमेशा याद रखियेगा कि ज़िन्दगी कभी सेट नहीं होती, समय के साथ अपसेट जरूर होती जाती है। हमने चाहे जितनी कोशिश की हो पर फिर कभी ना मुस्कुरा पाये हम बचपन की तरह ।

कुछ हासिल करने के बाद, हम खुद उससे बड़ा सपना देखने लगें या हमें सपना ये बोलकर दिखाया गया कि बस ये कर लो फिर आराम ही आराम है। मैं सभी स्टूडेन्ट्स से आज कहना चाहता हूँ कि अगर आप इस भरोसे मेहनत कर रहे हैं कि कल आराम होगा तो आज ही बन्द कर दीजिए। आप जब भी परीक्षा पर परीक्षा पास करते हैं तो आपकी काबिलियत बढ़ती जाती है। काबिलियत बढ़ने के साथ-साथ इम्तिहानों का स्तर भी बढ़ता जाता है । एक समय के बाद यह दुनिया और ज़िन्दगी आपके असली इम्तिहान लेने लगती है। असली इम्तिहान जिसका कोई सिलेबस नहीं होता, हर दिन नया चैलेंज, हर पल नया सवाल। आप आए दिन टूटते हैं, हालांकि पहले से कहीं ज्यादा मजबूत बन जाते हैं ।

दुनिया में किसी महान व्यक्ति ने out of syllabus पेपर में ही टॉप किया होता है और जो यही काम बार-बार करते जाते हैं, वे महानतम कहलाते हैं।

आसान ज़िन्दगी की तलाश भी बिल्कुल मोबाइल गेम के समान है, जिसमें लेवल हर बार बढ़ता ही जाता है । हर कदम के साथ मुश्किल होती इस ज़िन्दगी में ज्यादातर लोग बिखर जाते हैं। लेकिन जो शिखर पर पहुँच पाते हैं, वो कभी आसान ज़िन्दगी की कामना ही नहीं करते हैं। ऐसे लोग हर

More Books : www.The-Gyan.in

दिन खुद की परीक्षा लेते हैं। हर दिन खुद को अनुशासन और कठिन रूटीन का आदी बनाते हैं।

सफल व्यक्ति खुद के साथ इतना ज्यादा टफ होते हैं कि ज़िन्दगी में आने वाली हर टफ चीज उन्हें आसान लगती है। आप जब भी अनुशासित रहेंगे, ज़िन्दगी अपने आप आपको आसान लगने लगेगी। याद करिये, स्कूल समय में हमारी ज़िन्दगी आसान इसलिए थी क्योंकि हम जबरदस्त तरीके से अनुशासित थे, चाहे वो टीचर के डंडे से हों या मां-बाप के कड़वे प्रवचन से!

आसान ज़िन्दगी का एक ही रास्ता है - खुद को हमेशा कठिनतम हालात से रूबरू करवाइये, फिर आप और ज़िन्दगी दोनों ही मुस्कुराएंगे। अकसर ज़िन्दगी को आसान समझने वाले लोग आखिर में सबसे कठिनतम हालात के सामने दम तोड़ देते या फिर हार मान लेते हैं।

वैसे देखा जाये तो ज़िन्दगी से बड़ा कोई एग्ज़ाम नहीं है। फिर भी किसी एग्ज़ाम की तैयारी के दौरान अगर आप कठिन सब्जेक्ट्स को मुस्कुरा कर नहीं अपनाएंगे तो खुद में कभी सुधार नहीं कर पाएंगे। ज्यादातर मामलों में तो असफलता का मुख्य कारण ही बार-बार आसान चीजों को ही पढ़ते रहना होता है। सिर्फ Biology पढ़ने वाला विद्यार्थी कभी डॉक्टर नहीं बन सकता, इसके लिए कठिन सब्जेक्ट्स जैसे कैमेस्ट्री और फिजिक्स में भी जबरदस्त मेहनत करनी होगी। वास्तविकता में देखा जाए तो MBBS कोर्स तक पहुँचने वालों की फिजिक्स और कैमेस्ट्री में भी उतनी ही बेहतर पकड़ होती है, जितनी बॉयोलोजी में। जो एस्पिरेन्ट्स टफ विषयों में आनन्द महसूस करते हुए मेहनत करते रहते हैं अक्सर आगे वे ही पहुँचते हैं।

कौनसा विद्यार्थी टॉप-7 IIT से B.Tech करेगा, यह Mathematics निर्धारित करती है, क्योंकि Maths एक टफ सब्जेक्ट है। आसान की उम्मीद आज ही छोड़ दीजिये। कुछ मुश्किल लगने वाली चीज करिये, कठिन सब्जेक्ट पर मेहनत करिये। जो आसान है, उसे छोड़कर टफ को पकड़िये, फिर महानता के रास्ते आपका इंतजार करेंगे। लगातार कुछ ना कुछ मुश्किल करते-करते ना जाने आप कब असम्भव करने लग जाते हैं और उन रास्तों पर हमेशा हमेशा के लिए निशां छोड़ जाते हैं।

"आज करिये! टफ करिये! टफ बनिये!"

More Books : www.The-Gyan.in

Memorisation या मनन – विद्यार्थियों का ब्रह्मास्त्र

15

मुझे ना जाने कितनी बार मेरे टीचर्स ने पीटा, क्योंकि मुझे सवालों के जवाब याद नहीं थे। सैकड़ों बार मां-बाप ने डांटा, क्योंकि उनके बताये कुछ काम मैं भूल गया था। मेरे कई दोस्त मुझसे नाराज होकर चले गये, क्योंकि मुझे उनके जन्मदिन याद नहीं रह पाये। कुल मिलाकर सभी के साथ माथा-पच्ची का कारण यही था कि मैं वो याद नहीं रख पाया, जिसकी वो मुझसे उम्मीद रखते थे।

ज्यादातर समय जब भी लोग आपसे नाराज़ होते हैं तो कारण होता है, कमजोर याददाश्त। वैसे हमारा शरीर किसी भी चीज को store करने के लिए बना ही नहीं है। आप यकीन नहीं करेंगे लेकिन लगभग 80 दिन में हमारा पूरा शरीर नया बन जाता है, उसकी हर एक कोशिका (Cell) Replace हो चुकी होती है।

इंसान का शरीर एक गजब के नियम पर काम करता है। इसमें जो कुछ भी आता है, एक निश्चित समय पश्चात बाहर जरूर जाता है। आप खुद सोचिये ना, पानी पीकर हमें toilet जाना पड़ता है। ऑक्सीजन लेने के बाद हम तुरन्त हम उसे CO_2 के रूप में छोड़ देते हैं। हमारे शरीर का हर एक system इसी तरह बना है। जो भी अन्दर आयेगा, बाहर जरूर जायेगा।

फिर भी हम इतने मासूम हैं कि सोचते रहते हैं कि पढ़ा तो था, याद क्यों नहीं आ रहा है? याद रखिये आप जो भी पढ़ेंगे भूल जाएंगे, अगर बार-बार नहीं पढ़ेंगे तो। हम कभी अपने मां-बाप की शक्ल नहीं भूलते, क्योंकि उन्हें बार-बार देखते हैं। हजारों लोगों की शक्ल हमने देखी होगी लेकिन याद वही है जो बार-बार देखी है। हकीकत में किसी विद्यार्थी के पढ़ने का तरीका भी ऐसा ही होना चाहिए।

More Books : www.The-Gyan.in

Attend class/watch lecture → Note down very beautifully →
Revise → Summarise the chapter in 2/3 pages → Memorise many times

Memorisation यानी मनन किसी भी स्टूडेन्ट का सबसे जबरदस्त हथियार है, मौन के बाद। Memorisation technique का पूरी दुनिया में, मैं सबसे बड़ा वकील हूं । इस तकनीक या अभ्यास में वो क्षमता है जो किसी बिल्कुल सामान्य विद्यार्थी को विश्व-स्तरीय विद्वान बना सकता है ।

आज के कुछ साल पहले, मैं गांव में रहता था और शहर की स्कूल में पढ़ता था, क्योंकि गांव की स्कूल में साइंस स्ट्रीम नहीं थी। भारत में गांव से शहर जाना आसान नहीं है। आवागमन (transportation) की सुविधाएं ना के बराबर हैं। शहर में पढ़ने के दौरान जिस बस में बैठकर मैं आता था, उसमें मुझे कभी भी सीट नहीं मिलती थी। पैर रखने की जगह भी आसानी से मिलना मुश्किल था। गांव से सड़क की रोड़ खराब होने के कारण 4 घंटे तो आने जाने में ही खर्च हो जाते थे, सेल्फ स्टडी के लिए ना तो समय बचता था, ना ही एनर्जी। उस दौरान ट्रेवल करते समय मैं, Memorisation या मनन करता था।

किसी भी कंटेंट को बार-बार Revise करने की यह Ninja technique है, जिसके लगातार अभ्यास से आप खुद पर ही आश्चर्य करने लगते हैं, बाकी दुनिया की तो बात ही छोड़िये। इसके लिए आपको टेबल, कुर्सी या किताब की जरूरत नहीं होती, आप किसी भी वक्त Memorisation कर सकते हैं। चलते, फिरते, नहाते, यहां तक कि खाना खाते वक्त भी आप Memorisation कर सकते हैं।

एक बार आप अगर लगातार 2 महीनों तक ये काम करेंगे तो आप देखेंगे कि आप एक ऐसी stage पर पहुँच चुके हैं, जहां हर वक्त आपको सब कुछ याद रहने लगा है । आप किसी भी वक्त एग्ज़ाम देने को तैयार हैं, किसी भी टेस्ट के लिए आपको अलग से मेहनत की जरूरत नहीं पड़ रही है । हर समय आपके दिमाग में वो सब-कुछ है, जो एग्ज़ामक्रेक करने के लिए जरूरी होता है। इस बात से फर्क ही नहीं पड़ता कि आप किस एग्ज़ाम की तैयारी कर रहे हैं, Memorisation आपका सबसे जबरदस्त हथियार है। आपकी ज़रूर किसी एग्ज़ाम में Top Rank आयेगी। आप जितने एग्ज़ाम देंगे उन सब में आयेगी । आप बस Memorise करिये, सिर्फ Memorise.

More Books : www.The-Gyan.in

पीछे मुड़ कर देखना पाप है !

16

जिन्दगी में जब आप किसी एक रास्ते पर निकल जाते हैं तो उसमें पीछे मुड़ कर देखना सबसे बड़ा गुनाह है। राजकुमार सिद्धार्थ सत्य की खोज में सब-कुछ छोड़कर जंगल में आ गए। अब जंगल में वही रह सकता है जो जंगली हो, जिसमें लड़ने का जज़्बा हो, कुछ कर गुजरने की हिम्मत हो। राजकुमार सिद्धार्थ को सत्य तो नहीं मिल सका पर एक सबक जरूर मिल गया कि जंगल में रहना उनके बस की बात नहीं है, उन्हें वापस राजमहल चले आना चाहिये। वन में सिर्फ कुछदिन गुजारने के बाद ही वो पूरी तरह थक चुके थे। नमी से भरे उस जंगल में पसीना सूखता नहीं था, नींद आती नहीं थी और खाने के लिए कभी कुछ मिलता नहीं था।

जीवन का सच जानने से पहले ही वे मौत के बेहद करीब आ गये थे। उन्होंने सोचा कि कल सुबह मैं किसी भी कीमत पर जंगल छोड़कर चला जाऊँगा। उसी शाम प्यास लगने पर वहां एक झील के पास गये। झील के पास जाने पर, उनकी नजर एक गिलहरी पर पड़ी जो बार-बार अपनी पूंछ को झील के पानी में डुबोकर मिट्टी पर झड़क रही थी ।

राजकुमार ने उससे पूछा, "गिलहरी ये क्या कर रही हो ?"

गिलहरी ने जवाब दिया, "मैं इस झील को सुखा रही हूँ।" राजकुमार आश्चर्य चकित होकर हंसने लगे और कहा "ये काम इस जन्म में नहीं कर पाओगी तुम !"

गिलहरी ने जवाब दिया, "राजकुमार इस बात से फर्क ही नहीं पड़ता कि मैं इसे सुखा पाऊँगी या नहीं, पर इस झील ने मेरे पूरे परिवार को डुबाकर मार दिया, अब मेरी पूरी जिन्दगी इस झील को सुखाने के लिए समर्पित है ।सुबह से दोपहर और शाम से रात तक मैं सिर्फ इसे खत्म करने के लिए

More Books : www.The-Gyan.in

काम करूंगी और मैंने अगर यह नहीं किया, तो मैं खुद को माफ नहीं कर पाऊंगी" राजकुमार सिद्धार्थ ये सुनकर बिल्कुल सन्न रह गये।

अगले दिन सुबह जंगल छोड़कर जाने वाले राजकुमार ने हमेशा वहीं रहने का निर्णय किया और पूरी तरह से ध्यान-साधना में लीन होकर वे लक्ष्य के प्रति समर्पित हो गये। धीरे-धीरे उनकी बातें और विचार इतने ज्यादा फैलने लगे कि एक-एक करके पूरी दुनिया उनकी सेवा में जंगल में ही आ गई और राजकुमार बन गये, भगवान महात्मा बुद्ध !

ऐसा इसलिये हो पाया क्योंकि कठिन हालात और खतरनाक परिस्थितियां होने के बावजूद वो जंगल छोड़कर नहीं गये, हर हालात में वो टिके रहे और ध्यान में मग्न रहे । जब आप किसी भी काम को पूरी लगन और मेहनत के साथ करते हैं तो आस-पास का माहौल महसूस होना ही बन्द हो जाता है। फिर जिस भी काम को आप पूरे पूरे समर्पण भाव से कर रहे होते हैं वही आपका Meditation बन जाता है, वही आपका सुकून बन जाता है ।

जो भी लक्ष्य आपने निर्धारित किया है, उसके लिए पूरी तरह समर्पित होकर तन्मयता के साथ लग जाइये। सफलता मिलेगी या नहीं, ये बाद की बात है। आप किसी भी कीमत पर अपनी मेहनत को कम मत करिये। अपनी जिन्दगी में जिस किसी ने कुछ हासिल किया है, उसने कभी भी पीछे मुड़कर नहीं देखा। कभी भी अपनी मेहनत और लगन पर संदेह नहीं किया। इसके बाद तो उनका असफल होना लगभग असम्भव सा था ।

पीछे मुड़कर देखना एक पाप है, मेहनत से भागने जैसा है। बीच में अपनी राह छोड़ देने से ज्यादा घटिया कुछ हो ही नहीं सकता ।

More Books : www.The-Gyan.in

पोस्टमॉर्टम नहीं किया तो टेस्ट देना बेकार है

17

बहुत बार पोस्ट मॉर्टम (post mortem) ही बता पाता है कि मरने का कारण कुछ और था जो प्रिस्क्रिप्शन लिखने वाले डॉक्टर से छूट गया था । सच्चाई पोस्ट मॉर्टम से पता लग पाती है, किसी एग्ज़ाम या टेस्ट के बाद अपना पोस्ट मॉर्टम करिये ताकि आप अपनी सच्चाई जान सकें। लेकिन ज्यादातर लोग जीवन में पोस्ट मॉर्टम से दूरी बनाते हैं, वे सच जानना ही नहीं चाहते हैं। हमेशा हमने सुना है कि अपनी गलतियों से सीखें। चाणक्य जैसे विद्वान तो दूसरों की गलतियाँ भी दोहराने की छूट नहीं देते हैं, अगर चन्द्रगुप्त जैसी सफलता चाहिए तो।

लेकिन खुद की गलतियों के हम बेहतरीन वकील हैं, जो बिना फीस के भी प्रसिद्ध वकील राम जेठमलानी से भी बेहतर पैरवी करते हैं। कमजोरियों को खत्म करने के बजाय सहलाना हमारी पुरानी आदत है। कई बार कमजोरी इतनी बड़ी ताकत बन जाती है कि हमें उसके सामने घुटने टेकने पड़ते हैं।

सिकंदर के बारे मे तो मैंने ज्यादा नहीं पढ़ा, लेकिन दुनिया जिन्हें मुकद्दर का सिंकदर मानती है वे अपनी गलतियों की पैरवी नहीं करते, बल्कि सरेआम स्वयं को जलील करते हैं और सुधार करने की कसम लेते हैं। आप चाहे किसी प्रेक्टिस टेस्ट / सीरीज में कम नम्बर लाएं या मेन एग्ज़ाम में, अगर आपने बाल की खाल नहीं निकाली तो आपका टेस्ट देना ही व्यर्थ है।

मैं अपने स्टूडेन्ट्स से कहता हूँ, "if you rest after test you waste your test, to be the best never rest after the test". किसी भी टेस्ट में नम्बर कम आने के तीन मुख्य कारण होते हैं- Question Attempt करने की नॉलेज नहीं थी, स्पीड नहीं थी या जल्दबाजी जो आपकी silly mistakes का कारण बनती है।

More Books : www.The-Gyan.in

जब कभी भी नम्बर कम आयेंगे, कारण कोई एक ही होगा। वैसे एक बड़े गजब की बात है कि किसी भी एग्ज़ाम में उतना समय नहीं मिलता, जितना प्रश्न पत्र (question paper) पर लिखा रहता है। 15-20 मिनट तो एग्ज़ाम फॉर्मेलिटी और माहौल एडजस्टमेन्ट ही खराब कर देते हैं।

अगर आपसे प्रेक्टिस पेपर में भी प्रश्न छूट रहे हैं, जहां ज्यादा formalities नहीं करनी होती, तो सतर्क हो जाइये क्योंकि वहां पर भी आपसे यही गलती होती है। ज़िंदगी के सबसे बड़े दुख को एक लाइन में ऐसे लिखते हैं- मैं वो कर सकता था। NEET KAKA JEE App या Cellsius पर बहुत सारे टेस्ट, 3 घंटे के बजाय 2:30 घंटे के ही लिये जाते हैं, ताकि वास्तविक परीक्षा में उनका कोई प्रश्न ना छूटे। ज्यादातर मामलों में युद्ध के मैदान में रक्त उन्हीं का बहता है जो अभ्यास के मैदान में पसीने से डरते हैं। प्रेक्टिस के दौरान बिना टाइम boundation के random practice करना या बार-बार आंसर देखते हुए question solve करना कभी भी आपकी स्पीड को इंप्रूव नहीं होने देगा।

याद रखिए, कोई भी एग्ज़ाम इसलिए टफ नहीं होता क्योंकि उसमें जबरदस्त कठिन सवाल हैं, इसलिए टफ होता है क्योंकि आपको करने तो साधारण सवाल ही हैं लेकिन समय बिल्कुल निश्चित है। ट्रेन पकड़ना मुश्किल नहीं है, लेकिन ठीक 4 बजे ट्रेन पकड़ना उसे मुश्किल बनाता है, क्योंकि अब आपको एक निश्चित समय पर ट्रेन पकड़ती है।

दूसरा कारण है Attempt करने की नॉलेज ही ना होना। अधिकांश मामलों में तो हम जानकर भी अनजान बने रहते हैं कि हमें यह चैप्टर आता है। मेरी एक स्टूडेन्ट जो अपना दूसरा ड्रॉप लेने मेरे पास तैयारी के लिए आई थी, एक दिन उसने मुझसे कहा कि सर SHM (सरल आवर्त गति) मुझे बहुत टफ लगता है। शनिवार का दिन था, मैंने उसे कहा बेटा कल रविवार है और तुम कल पूरे दिन SHM के अलावा किसी भी टॉपिक / सब्जेक्ट को टाइम नहीं दोगी। सोमवार की सुबह SHM उसका सबसे स्ट्रॉंग टॉपिक था। कमजोरी मानना अच्छा है, पर दूर करने की ठान लेना बेहतरीन है। सिली मिस्टेक्स से बचने के लिये मैंने अलग से आर्टिकल लिखा है, क्यों कि आपकी Dream कॉलेज के लिए सबसे जरूरी है सिली मिस्टेक्स को किसी भी कीमत पर Avoid करना।

More Books : www.The-Gyan.in

ज्यादा स्टडी मटेरियल से अच्छा रैंक नहीं आता है

18

आप दुनिया का कोई भी एग्ज़ाम देख लीजिये, संसार का लगभग हर एक इम्तिहान आपकी याद करने की शक्ति की परीक्षा लेता है।

Entrance Exam चाहे कोई भी हो, इस बात पर निर्भर नहीं करता कि आपने कौनसे महंगे नोट्स या बुक्स से पढ़ाई की है, पर जिससे भी पढ़ा है, हद से ज्यादा बार पढ़ा है और बार-बार, हर बार रिवाइज किया है।

बिल्कुल सीधा नियम है, आपका $\text{Selection} \propto \dfrac{\text{No. of Revision}}{\text{No. of Resources}}$

आप तैयारी के Resources बढ़ाते जाइये, आपके Selection या अच्छी Rank लाने के chances कम होते जायेंगे। चूंकि JEE/NEET की तैयारी के दौरान Resources Parents के द्वारा उपलब्ध करवाये जाते हैं और बेचारे कई parents को गलतफहमी होती है कि हम हमारे बच्चे को जितने ज्यादा Resources देंगे उसके Selection के chances उतने ही ज्यादा होंगे।

वो एक सबेज्ट की 3-3 टीचर से कोचिंग ले रहा होता है और 10 Types की किताबों से प्रश्न साल्व कर रहा होता है, और Finally Doctor और IITian बनने की बजाय librarian बनकर रह जाता है। तैयारी के दौरान आपको Content को कम करना और इंटेट को अधिक मजबूत करना होता है।

More Books : www.The-Gyan.in

सीधा मंत्र है, Minimize Resources & Maximize Revision. इसके अलावा बाकी सब बकवास है।

इस दुनिया में जितने लोगों ने जबरदस्त से ज्यादा नाम कमाया है, सिर्फ एक चीज के दम से कमाया है। याद रहे 10 किताबों को 1 बार पढ़ने से कुछ नहीं होगा, 1 ही किताब को 10 बार पढ़ने से बहुत कुछ होता था, होता है और होता रहेगा। जिस दिन आप ज़िन्दगी में limited option पर ध्यान देते हैं आपकी ज़िंदगी खुद ब खुद limitless हो जाती है।

सचिन ने जो कुछ कमाया क्रिकेट से कमाया, प्रधानमंत्री मोदी ने राजनीति से और मैंने भी जो कुछ हासिल किया है, वह विद्यार्थियों का भला करके हासिल किया है। मतलब सीधी बात है, आपका Pathway जितना ज्यादा Narrow होगा, आपकी Life उतनी ही Broad होगी।

याद रखिये! मोबाइल पर अगुलियाँ फिसलने से नहीं, पूरा दिन पेन चलाकर अगुलियाँ पिचकने से रैंक आता है।

More Books : www.The-Gyan.in

सर्वश्रेष्ठ टाइम टेबल

19

ज़िन्दगी Energy × Time का खेल है । किसी भी काम में आपकी परफोर्मेंस सिर्फ Energy और time के सही उपयोग पर आधारित है ।

जब आप ज़िन्दगी में पीछे मुड़कर देखेंगे तो पायेंगे की आपने जब-जब भी कुछ बेहतरीन हासिल किया तो उस दौरान आपने अपनी Energy को Channelize किया था। समय के बेहतर इस्तेमाल के लिए हम टाइम टेबल बनाते हैं, उसमें एक-एक मिनट के हिसाब से शेड्यूल बनाते हैं, लेकिन ज्यादार time table सिर्फ फॉलो ना होने के लिए ही बनते हैं। वास्तविकता यह है कि टाइम - टेबल मानसिक तौर पर बंदिश पैदा करते हैं और फाइनली पैदा करते हैं एक Stressed Student, जो अपने टाइम - टेबल को एक दिन फॉलो नहीं कर पाया और पिछले 3 दिन से इस बात को लेकर परेशान है, वो भी बिना कुछ किये ।

मैं कभी-भी टाइम - टेबल की पैरवी नहीं करता। मैंने कभी किसी टाइम - टेबल को फॉलो नहीं किया। जब-जब मैंने टाइम - टेबल बनाया, मुझे सिर्फ पछतावा और तनाव ही मिला। मेरी एक स्टूडेन्ट से जब मैंने पूछा कि वो रोज कितने घण्टे पढ़ती है तो उसका जवाब था, सर 12 घण्टे! 24 घण्टे के दिन में आधा दिन सिर्फ पढ़ना मामूली बात नहीं है। अगले दिन मैंने उसे स्टॉप-वॉच (stop-watch) दी और कहा कि "इसे उसी वक्त चालू करना जब तुम बिल्कुल सीरियसली पढ़ने बैठो। अगर बीच में पानी भी पीना पड़े तो पहले इसे बंद करना, फिर ही पानी पीना है" अगले दिन उसके study hours मात्र 4:30 घण्टे थे ।

टेबल-कुर्सी पर किताब खोलकर बैठ जाना पढ़ाई नहीं होती। वास्तविकता में जब आप पूरे मन से पढ़ते हैं तब टेबल कुर्सी का तो पता भी नहीं चलता। आप सब्जेक्ट को सीखने में इतने ध्यानमग्न हो जाते हैं कि आप सब कुछ भूल जाते हैं ।

More Books : www.The-Gyan.in

स्टॉप-वॉच टेकनीक एक गजब का हथियार है, जो positive feedback Mechanism पर काम करती है। यह आपको शाबाशी देती है, जब आप अकेले में मेहनत कर रहे होते हैं। पूरी लगन से 3 घंटे पढ़ने के बाद वही स्टॉप-वॉच आपको छह घण्टे पढ़ने पर मजबूर करती है।

स्टॉप-वॉच की सहायता से आपको Sense of Goal Completion होता है जो Dopamine Release करता है जिससे आप खुद का ही Record तोड़ने को प्रोत्साहित होते हैं। ये वही Dopamine है जो Social Media पर किसी एक photo पर ज्यादा likes आने पर अगली बार उससे भी ज्यादा सनसनी फैलाने वाली photo डालने पर हमें मजबूर करता है। किसी शाम को स्टॉप-वॉच स्क्रीन पर आप देखते हैं कि आपने आज 10 घण्टे पढ़ाई की तो मानो Dopamine की नदियां बहने लगती हैं। यह एहसास लगभग वैसा ही होगा जैसा आपको अपना ड्रीम कॉलेज मिलने पर होगा। स्टॉप-वॉच से आप जान पायेंगे कि 6 घण्टे पढ़ने के लिए कम से कम 10 घण्टे की dedicated sitting देनी पड़ती है। आपको अपनी क्षमताओं का भी बेहतर अंदाजा देती है एक स्टॉप-वॉच। लेकिन जिस दिन आप कम पढ़ते हैं और देखते हैं कि स्टॉप-वॉच आज सिर्फ 1:30 घण्टे बता रही है तो लगता है, मानो हमे डांट रही हो।

कहते है इंसान जिन भी चीजों को खर्च करता है, उनमें सबसे मूल्यवान है समय, लेकिन आपको भंयकर कंजूस बनाती है अमेजिंग स्टॉप-वॉच। ये बड़ी गजब की चीज है, ये आपकी Personal Mentor है।

बेसिक कान्सेप्ट मजबूत करिये, टॉप रैंक अपने आप आएगा

20

उसी शरीर की मांसपेशियां (मसल्स) बढ़ या वृद्धि कर सकती हैं जिसका Digestion बेमिसाल और Blood Circulation बेहतरीन हो। पाचन (Digestion) को अच्छा होने के लिए Abs Muscles और बेहतर Circulation के लिए Strong legs की जरूरत होती है । Abs और legs Muscles Strong body के Foundation हैं, उनके बिना गजब की body बन ही नहीं सकती। Body Builder वही सफल होता है, जिसके Abs और legs ताकतवर हों। Body Building Competition में तो legs और Abs ही जीतने वाले का निर्धारण करते हैं ।

अगर समझा जाये तो दुनिया में हर एक चीज का Foundation होता है और बिना Foundation को मजबूत किये अच्छा परिणाम मिल ही नहीं सकता। कोई भी मिसाइल बिना Strong Foundation यानी बेहतरीन launching pad के लक्ष्य नहीं भेद सकती है। Body Building से लेकर मिसाइल लॉचिंग सब साइंस है और JEE/NEET में सिलेक्शन या रैंक के लिए भी साइंस ही चाहिये होती है। ज्यादातर स्टूडेन्ट जो किसी सब्जेक्ट में कमजोर होने का ठीकरा टीचर या सब्जेक्ट के ऊपर फोड़ते हैं,उन्होंने कभी भी Basics को सॉलिड तरीके से क्लीयर नहीं किया होता है।

सेल्सियस, अजमेर में Offline क्लासेज में chemistry पढ़ाने के दौरान मेरा पूरा ध्यान Basic & Foundation Concepts को clear करने पर होता है। अगर किसी भी स्टूडेन्ट को Periodic Table, Chemical bonding, Mole-concept और GOC-Reaction mechanism की बेहतरीन समझ हो, उस स्टूडेन्ट की chemistry कभी weak हो ही नहीं सकती। जहां ज्यादातर

More Books : www.The-Gyan.in

बड़े-बड़े कोचिंग संस्थान फटा-फट कोर्स करवाने पर भरोसा करते है, मैं सबसे ज्यादा समय इन्हीं chapters में लेता हूं और इसलिये हिन्दुस्तान के हर स्टेट से आने वाले Aspirant को पढ़ने में मजा आता है ।

इसी प्रकार Biology में Cell Biology, Physiology (Plant&Animal) और Genetics की बेहतर समझ सबसे जरूरी है । जब आप Conceptually मजबूत नहीं होते तो आपका कम Concept वाले चैप्टर पढ़ने का मन भी नहीं होता है और आप तैयारी के दौरान सिर्फ एक शिकायतकर्ता बनकर रह जाते हैं।

JEE की तैयारी करने वाले स्टूडेन्ट्स Physics में अच्छे होते हैं लेकिन NEET की तैयारी करने वाले बच्चे Physics में ही सबसे ज्यादा संघर्ष करते हैं। Physics एक Mathematical सब्जेक्ट है, इसलिए हमारा focus हमेशा Vector और Basic Mathematics के साथ Mechanics के Concepts को जबरदस्त तरीके से पढ़ाना होता है । Basic Mathematics + Vectors + Mechanics = Physics. अगर इसमें पकड़ है तो Physics में पकड़ है । इसके बाद तो आप किसी भी चैप्टर के सिर्फ 50-60 solved example पढ़कर Neumericals कर सकते हैं ।

Mathematics में भी solved examples उतने ही महत्वपूर्ण हैं लेकिन यह सब्जेक्ट तो प्रेक्टिस का दीवाना है। इसमें हमेशा-हमेशा, practice > logical reasoning, होता है। लेकिन foundation यहाँ पर भी उतना ही महत्वपूर्ण है और Mathematical Foundation सिर्फ practice रूपी नींव से बनता है । हालांकि आगे हम हर subject का Detailed discussion करेंगे, लेकिन हमें यह समझना है कि एक Strong Foundation के बिना सबसे ऊँची और बेहतरीन इमारत का बनना सम्भव नहीं है ।

हाल ही में बिहार में एक पुल जिसका उद्घाटन मुख्यमंत्री नीतिश कुमार ने किया था, अगले ही दिन नीचे गिर गया। जापान में अगर किसी ब्रिज को 5 साल में बनाया जाना है तो 2 साल बिना एक सीमेंट की बोरी लगाये सिर्फ planning की जाती है, ताकि foundational काम गजब का हो सके और वो पुल 3 साल में ही बन जाता है यानी Construction में सिर्फ एक साल लगा, वो

More Books : www.The-Gyan.in

इसलिए क्योंकि foundation planning बेहतरीन थी। हमें student life से ही बेहतरीन foundation को Build करने की planning के बारे में नहीं बताया जाता है जिसका परिणाम होता है कि किसी वाहन के चढ़ने से पहले ही पुल खुद नीचे उतर जाता है ।

मेरा मानना है कि कोई स्टूडेन्ट कमजोर नहीं होता, कमजोर होता है उसका foundation और इसलिए किसी भी अच्छे टीचर को बच्चे का foundation Build करने पर काम करना चाहिए। Foundation को strong कर 100% Selection Rate तक हासिल की जा सकती है जो मेरा एक संकल्प है। हमेशा याद रखिये पसीनों की स्याही से जो लिखते है, इरादों को उनके मुकद्दर के सफेद पन्ने कभी कोरे नहीं होते।

More Books : www.The-Gyan.in

पिछली तैयारी को बर्बाद मत करिये

21

मान लीजिये आपके पास 20 लीटर क्षमता की पानी की बाल्टी है। लेकिन उसी बाल्टी में 5 लीटर के लेवल पर एक छेद हो रखा है। क्या आप कभी उस बाल्टी को पूरा भर पांएगे ? कभी नहीं ! दुनिया के किसी भी Water Resource से आप उस बाल्टी को पूरा नहीं भर सकते। आप चाहे कितना भी प्रयास क्यों ना कर लें, उसका लेवल वही रहेगा।

बहुत सारे स्टूडेन्ट्स ड्रॉप पर ड्रॉप करने के बाद भी अपना स्कोर इम्प्रूव नहीं कर पाते। साल भर पूरी तैयारी करने के बाद भी उनका स्कोर 5 से 10 नम्बर ही बढ़ता है। ड्रॉप के दौरान अपना स्कोर बढ़ाना पानी की बाल्टी भरने जैसा ही है। अगर आपको पूरी क्षमता के साथ बाल्टी भरनी है तो पहले छेद बंद करना ही पड़ेगा अन्यथा आप चाहे उसमें जितना मर्जी पानी डाल दें, कोई फर्क नहीं पड़ने वाला।

ज्यादातर स्टूडेन्ट्स जिनका एक के बाद एक ड्रॉप पर भी स्कोर नहीं बढ़ता है, वे वही होते हैं, जो अपने पिछलें ड्रॉप के ज्ञान को रिस जाने देते हैं, खत्म हो जाने देते हैं और जब वापस तैयारी के बाद एग्ज़ाम देते हैं तो परिणाम वही रहता है।

अपनी नॉलेज और कन्टेन्ट को रिसने मत दीजिये। उसे सहेजिये, सम्भालिये ताकि वह एक दिन आपको तराश पाये। वापस ड्रॉप करने के दौरान एक स्टूडेन्ट अपना past भूलना चाहता है क्योंकि यह उसकी असफलता से जुड़ा है। मजे की बात यह है कि इस दौरान वह सबसे पहले अपनी पुरानी नॉलेज को ही भूलता है।

वापस वह उसी पुराने ढर्रे पर तैयारी करना चालू कर देता है। फिर वही परिणाम आता है और

More Books : www.The-Gyan.in

साल दर साल यही कहानी चलती जाती है। जे.ई.ई. की तैयारी में तो यह Rare है लेकिन NEET व UPSC की तैयारी में बस यही चलता है ।

ड्रॉप की शुरूआत से पहले ही खुद से कठिन सवाल पूछिये ! क्या इस बार भी मैं सिर्फ आसान सब्जेक्ट को ही पढ़ता रहूंगा या कुछ नया सीखूंगा ? मुझे अपनी पुरानी नॉलेज को summary नोट्स के रूप में सहेज कर नहीं रखना चाहिए ? ताकि मैं बार-बार रिवीजन कर पाऊं ? क्या हर सप्ताह मुझे पुराने सालों (Full Syllabus) के सवाल करने चाहिये, ताकि मैं अपनी कमजोरी और ताकत को समझ पाऊँ और इससे रिवीजन होता रहेगा !

हर साल 3 कदम आगे और तीन कदम पीछे चलने वाले लोग वहीं खड़े रह जाते हैं । अपनी पुरानी नॉलेज को सहेजने का सबसे बेहतर तरीका तैयारी की शुरूआत में ही फुल सिलेबस पुराने सालों के सवाल सॉल्व करना और स्ट्राँग चैप्टर्स के summary नोट्स बनाकर उसे बार-बार रिवाइज करना है ।

दूसरी बड़ी बात आप ये समझ जायें कि हर बार उसी आसान सब्जेक्ट को लेकर बैठने से कुछ नहीं होगा। आपको टफ सब्जेक्ट पर भी ध्यान देकर उन्हें इम्प्रूव करना पड़ेगा, इससे पहले कि वे जिन्दगी में हालात टफ कर दें। अपना Mental Attitude कुछ ऐसा रखिये-जो मिल सके आसानी से उसकी ख्वाईश किसे है, जिद तो उसे पाने की है जो मुकद्दर में लिखा ही नहीं।

More Books : www.The-Gyan.in

JEET की रणNEETi

PYQ का सबसे Effectively कैसे उपयोग करें

22

1. पुराने सालों के सवाल (PYQs) किसी भी परीक्षा के लिए एक (Backbone) रीढ़ की हड्डी के समान होते हैं। कहा जाता है कि "अपने Past (भूतकाल) को समझ कर ही भविष्य ज्ञात किया जा सकता है।" पुरानी समस्याओं को हल करने वाले ही भविष्य की समस्याओं को बेहतरीन तरीके से हल कर सकते हैं। PYQs की प्रेक्टिस किये बिना आप सिलेक्शन की उम्मीद कर ही नहीं सकते।

2. कहा जाता है कि जब आप एक किताब को बार - बार पढ़ते हैं, तो हर बार आपकी Performance Improve होती जाती है। इस से आप के एक अच्छे रैंक लाने के चांस भी बढ़ जाते हैं। यही बात PYQs के लिए भी सत्य है, आप इन्हें 10 बार सॉल्व कीजिए और हर बार आप नए concepts सीखते चले जाएंगे। विद्यार्थी समझते हैं कि PYQs तो सबके पास होते हैं, उनसे कौनसा सिलेक्शन होता है। हमेशा याद रखिए, कॉन्टेन्ट सिलेक्शन को निर्धारित नहीं करता यह तो बस आपके समर्पण और शिद्दत का खेल है।

3. जब आप बायोलॉजी, केमिस्ट्री, फिजिक्स और मैथ्स में थ्योरी वाले प्रश्न हल करते हैं, तो ensure कीजिए कि आप सही विकल्प (ऑप्शन)के साथ साथ बचे हुए दूसरे विकल्प भी अच्छे से पढ़ेंगे और समझेंगे, ये मत भूलिएगा कि ये ऑप्शन आगे जाकर भविष्य के प्रश्न बन सकते हैं।

4. मेरा एक स्टूडेंट PYQs का एक पेपर एक बार में पूरे करता था, इस से Final Exam के लिए उसमें गज़ब का मानसिक और शारीरिक स्टेमिना बन गया। आज वो स्टूडेंट एम्स, जोधपुर में MBBS कर रहा है । अब ये आप की पसंद है कि आप एक PYQ पेपर एक बार में हल करें या टुकड़ों में ।

5. जब भी आप किसी PYQ पेपर को सॉल्व करें, एक बिल्कुल नई कॉपी बनायें और पेपर में की गई गलतियों के साथ जो कुछ भी नया आपने सीखा है, उसे पूरे समर्पण से Note करें। PYQs

More Books : www.The-Gyan.in

पूरी शिद्दत से सॉल्व करने का मतलब यह है कि आपने उसका postmortem किया है, पूरी मेहनत से Proper analysis किया है, तभी आप PYQs सॉल्व करने का फायदा ले सकते हैं। Since postmortem knows what prescription doesn't. बिना Analysis किये आपकी सारी मेहनत व्यर्थ है, बिल्कुल व्यर्थ।

6. NEET और JEE के recent year पेपर्स को ध्यान में रखते हुए, PYQs को पूरी ईमानदारी और शिद्दत से सॉल्व कर के टॉप रैंक हासिल किया जा सकता है। मैं तो कहता हूं कि किसी भी Competition को Beat करने का इकलौता उपाय Repetition है, इसमें कोई संदेह नहीं है।

7. PYQs आपकी कमजोरी और ताकत को किसी भी अन्य Artificial Intelligence based App या टीचर से ज्यादा अच्छे से सामने ला सकते हैं। PYQs उतने ही अच्छे हैं जितने कि किसी Competitive Examination की तैयारी कराने वाले टीचर। ये दोनों ही अनमोल और सम्मानीय हैं, इन्हें Ignore मत कीजिए। इनकी Respect कीजिए और इन्हें बहुत बार Salute यानी ज्यादा से ज्यादा बार सॉल्व कीजिए।

8. यदि PYQs सॉल्व करते समय आप एक चैप्टर में बार-बार गलतियां कर रहे हैं, तो मैं आपको यह सलाह दूंगा कि आप अपना एक पूरा दिन केवल उस चैप्टर को दें। उस चैप्टर से संबंधित लेक्चर देखिए, उसकी थ्योरी पढ़िए, DPP और सभी प्रश्न सॉल्व कीजिए। मैं वादा करता हूं कि जिस भी दिन किसी भी एक चैप्टर को अपना पूरा दिन देंगे तो वो पक्का आपका strongest chapter बन जाएगा।

9. मुझे लगता है कि तैयारी के दौरान एक विद्यार्थी PYQs को गीता, कुरान, बाइबल आदि की तरह फॉलो करता है। इसलिए PYQsकी किसी किताब में एक भी गलती की उम्मीद नहीं की जा सकती है। हालांकि मार्केट में ऐसी कई PYQ Books का भंडार है जिनमें misprint या गलत Answers की भरमार है। इन्हीं सबको देखते हुए हमने भी Zero Error के नाम से NEET की PYQ लॉन्च की हुई है, आप चाहें तो उस से भी इन्हें सॉल्व कर सकते हैं, और बहुत जल्द आपके सहयोग से JEE, NTSE, UPSC आदि एग्ज़ाम की भी PYQ Books लॉन्च की जाएगी।

10. मैं आप से यही निवेदन करता हूं कि आप NEET, JEE या अन्य किसी Competitive Exam में सफल होने के लिए PYQs papers का बार बार Revision करें। अगर आप कुछ भी ना करें और सिर्फ इतना सा कर लें, तो आप बहुत कुछ हासिल कर सकते हैं।

More Books : www.The-Gyan.in

Silly mistakes को कैसे avoid करें

23

1. **Instead of Brain Reading Focus on Eye Reading**

जब आप कोई ऐसा Question सॉल्व करते हैं जो आप पहले ही प्रैक्टिस बुक में या DPP में सॉल्व कर चुके हैं, तो आप का दिमाग अगला शब्द predict करने लग जाता है। वो आप की आंखों को Hi-jack कर लेता है और आप जब आंखों की बजाय दिमाग से पढ़ने लगते हैं, तो इस से होती है, Silly mistakes. यह उसी तरह से काम करता है जैसे आप के फोन का Auto prediction mode. ये कैसे होता है, इसे मैंने detail में वीडियो द्वारा समझाया है जो हमारे NEETkakaJEE youtube चैनल पर है।

2. **You have to read the question by Underlining**

आँखों से पढ़ने का सबसे अच्छा तरीका ये है कि आप Question को पढ़ते समय उसे पेन से underline करते चलें, जैसे इन 2 वाक्यों को पहले बिना underline किए और फिर underline कर के पढ़ें –

राम के पिता का नाम दरशथ था।

खड़क सिंह के खड़कने से खड़कती है खिड़कियां, खिकड़ियों के खड़कने से खड़कता है खड़क सिंह

आप को difference समझ में आ गया होगा क्योंकि दोनों ही वाक्य पूरे सही नहीं थे, इनमें गलतियां थी, लेकिन underline कर के पढ़ने से आप उन गलतियों को पहचान पाए।

3. **Never skip key words in question**

कुछ key words पूरे वाक्य (sentence) का अर्थ बदलने के लिए ही प्रयोग होते हैं। जैसे – असत्य (false), असत्य नहीं है (not false), सत्य नहीं है (not true), अपवाद नहीं है (not an exception), हमेशा सत्य नहीं है (Always not true).

Don't Ignore such words or your dream college will ignore you.

4. **Focus on a single question at a single time**

मान लीजिए कि आप Q. 92 को सॉल्व कर रहे हैं, पर साथ ही आप Q. 93 को भी देख रहे हैं,

More Books : www.The-Gyan.in

यह सोचते हुए कि यह Q. 93 तो Metallurgy चैप्टर से है जो मैंने पढ़ा ही नहीं है। ऐसा करने पर यकीनन आप उन दोनों Questions को ही गलत कर बैठते हैं और आप की negative marking भी हो सकती है। इसलिए हमेशा Question सॉल्व करते समय एक बार में एक ही Question पर फोकस रखें।

5. **Solve the paper in rounds**

क्या आप ने कभी ऐसा मेहसूस किया है कि आप किसी Question का answer एग्ज़ाम में नहीं दे पाए लेकिन घर लौटते समय रास्ते में या फिर घर पर आने के बाद खाना खाते समय उसका उत्तर अचानक आप के दिमाग में आया हो? यह हमारे Subconscious mind का एक जादू है। दिमाग का यह हिस्सा तब भी काम करता है जब आप किसी Question के बारे में सोचना बंद कर देते हैं। लेकिन यह हिस्सा तब भी अच्छे से काम करता है जब आप पेपर को बहुत से Rounds में सॉल्व करते हैं। याद रखिए कि आप एक बार में पेपर के सारे Questions सॉल्व नहीं कर पाएंगे, लेकिन जब आप इन्हें Rounds में सॉल्व करेंगे तो दूसरे या तीसरे Round में आप उन प्रश्नों को भी सॉल्व कर पाएंगे जिनको पहले राउन्ड में सॉल्व नहीं कर पाए थे और वो भी ज़्यादा Accuracy के साथ। यह ताकत है Subconscious mind की। यह तब काम करता है जब आप पेपर rounds में Solve करते हैं।

6. **Write question number before the rough work**

अधिकतर समय स्टूडेंट जल्दबाजी में गणना (Calculation) में गलती करता है जैसे 3+2=6 या 3x2=5. Calcutation mistakes बहुत Common है लेकिन अगर आप Calcutation करते वक्त, Rough work से पहले Question number लिखते हैं तो Re-check करते वक्त Silly Mistake को पकड़ना बहुत आसान हो जाता है, चाहे वो Rough work आपने पेपर के किसी भी कोने में क्यों ना किया हो।

7. **Avoid second thought in theoretical questions**

Second thought यानी दूसरी बार सोचना। जब आप किसी थ्योरी Question में ऐसा करते हैं तो आप गलत answer मार्क कर देते हैं। याद रखिए कि थ्योरी Questions में सबसे पहले आप के दिमाग में जो Answer आता है, वो अधिकतर समय सही होता है। उसे ignore मत कीजिए, खासकर Biology, Inorganic और organic chemistry में। हमेशा पहले thought के साथ ही जाइए। Second Thought is dangerous in theory subjects.

JEET की रणNEETI

प्रैक्टिस का सबसे Effective तरीका

24

1. वैसे देखा जाए तो Question सॉल्व करना एक कला (Art) है और इस दुनिया में बहुत कम कलाकार(आर्टिस्ट) हैं, यहां मैं आपको बताने जा रहा हूँ कि आर्टिस्ट कैसे बना जा सकता है।

2. ज्यादातर स्टूडेंट्स एक चैप्टर के बहुत सारे Questions सॉल्व करते हैं और फिर उन्हें भूल जाते हैं तथा फिर से दुबारा उन्हें कभी सॉल्व ही नहीं करते। ये बिल्कुल वैसा ही है जैसे कि आपने खाना खाया और आपको उल्टी हो गयी। जब तक आप उन्हें सिर्फ एक बार सॉल्व करेंगे तो उसका आपकी परफॉरमेंस में कोई खास इम्प्रूवमेंट नहीं आएगा क्योंकि किसी भी चीज़ का परिणाम (रिजल्ट) तो रिविज़न (Repetition) का दीवाना है।

3. आप जब भी Question प्रैक्टिस करते हैं, तो 3 Situations आ सकती हैं, जिन्हें डील करने के लिए, आपकी खिदमत में पेश है – The star marking technique-

   Category-A : ऐसे प्रश्न जिन्हें आप ने चैप्टर पूरा करने के तुरंत बाद आसानी से सॉल्व कर लिया, वो भी बिना कोई डाऊट या प्रॉब्लम आए, तो ऐसे सवालों पर कोई भी स्टार लगाने की जरूरत नहीं है। यानी अगर ऐसा सवाल वापस कभी आया तो भी आप आसानी से सॉल्व कर लेंगे।

   Category-B : ऐसे Questions जिन्हें आप एक बार में सॉल्व नहीं कर पाए, लेकिन आप ने जब वापस कोशिश की तो सॉल्व कर लिया, ये हैं आपके 3 स्टार सवाल, इन्हें आपको 3 star मार्क करना है।

   Category - C : ऐसे Questions जिन्हें आप ने 2/3 से ज्यादा बार try किया लेकिन फिर भी उसमें आप को किसी साथी या टीचर की हेल्प लेनी पड़ी तो ऐसे सवाल पर 5 stars मार्क करना है।

4. जब भी आप किसी टेस्ट पेपर में appear होने वाले हों तो उस से पहले इन 3 star और 5 star

More Books : www.The-Gyan.in

questions को फिर से सॉल्व ज़रूर करें। यह repitition आप की knowledge का solid foundation तैयार कर देंगे।

5. मैं हमेशा यही suggest करता हूं कि star marking तकनीक से आप ज़्यादा से ज़्यादा repitition कर पाते हैं और repitition ही कम्पीटीशन beat करता है, आप नहीं।

6. जब भी आप टेस्ट से पहले 3 star और 5 star questions को फिर से सॉल्व या रिवाइज़ करेंगे, तो आप stronger conceptual understanding develop करते जाएंगे और थ्योरी के साथ क्वेश्चन भी revise कर पाएंगे।

7. एक बहुत जरूरी बात, Theoretical questions में हमेशा 3 गलत ऑप्शन को भी समझने की कोशिश करिये, कि वो 3 गलत क्यों हैं? हर ऑप्शन के बारें में गहरी समझ ही आपको आपकी मेहनत का सही परिणाम देगी। यदि आप केवल सही ऑप्शन का ही ध्यान रखेंगे तो कभी भी आप एक अच्छे आर्टिस्ट नहीं बन पाएंगे।

8. हाल ही में हमने NCERT आधारित Q-bank लांच की है। जितनी बार भी आप इस Question book को सॉल्व करेंगे, आप कुछ नया सीखेंगे। यह आप की NCERT books की Understanding को भी बेहतरीन बना देगा, बिना किसी संदेह के।

9. यदि आप को Question सॉल्व करते समय कुछ भी नया सीखने को मिले या आप के टीचर ने उस Question से संबंधित आपको कुछ बताया हो तो उसी पेपर पर Sticky notes पर उस कांसेप्ट को आप लिख लें।

10. और हां, जब भी Question प्रैक्टिस करें तो Answer को पेन से मार्क नहीं करें वरना आप उसे वापस प्रैक्टिस नहीं कर पाएंगे। मैं तो कहूँगा ऑप्शन पर टिक ही ना लगाएं। सीधे OMR में भरें।

11. हमेशा याद रखिए कि चाहे थ्योरी हो या Questions, वो तभी exceptionally beneficial रिजल्ट देगा जब आपके द्वारा उसे बार बार repeat किया गया हो।

More Books : www.The-Gyan.in

JEET की रणNEETI

पेपर तेजी से करने का अचूक तरीका

25

मैंने आपको पहले भी बताया है कि एग्ज़ाम और प्रेक्टिस दोनों में ही आप Question Solve करते हो पर एग्ज़ाम में टाइम बिल्कुल निश्चित होता है। इस निश्चित टाइम में अगर आपकी केलकुलेशन धीरे हो। तो शायद ही कभी आप अपना पेपर समय पर कर पाएंगे, आपको यह बात जानकर बड़ा ही आश्चर्य होगा कि एग्ज़ाम में टॉप रैंक लाने वाला विद्यार्थी अपना पेपर तय समय-सीमा से बहुत पहले ही कर लेता है, उसका कारण होता है Fast Calculate करने की काबिलियत। जब आप तेजी से सवाल सॉल्व करते हैं तो आपके पास टफ सवालों को सॉल्व करने का समय भी बच जाता है। साथ ही सबसे बड़ी बात ये कि जिसकी Question Solving Speed ज्यादा होती है, उससे silly mistakes भी बहुत कम या नाम मात्र ही होती है। पेपर के दौरान होने वाली 90% से ज्यादा सिली मिस्टेक आखिरी आधे घण्टे में होती है, क्योंकि समय कम होता है और सवाल आपको ज्यादा करने होते हैं। समय बचाना या Fast Calculate करना दोंनो का मतलब एक ही है, जो एग्ज़ाम crack करने की top strategies में से एक है। वैसे तो तेजी से Paper solve करना दो बातों पर आधारित है, पहला ये कि सवाल पढ़ने के बाद आपने कितनी तेजी से आपके काम का Data या keywords isolate किये, दूसरा ये कि आपने किस speed के साथ उस Data का इस्तेमाल कर Question Solve किए। Data Isolation या key word Separation Experience के साथ आता है लेकिन fast calculate करना एक Art है, जो Concept of Approximation पर काम करती है। JEE हो या NEET दोनों में knowledge के साथ speed भी उतनी ही महत्वपूर्ण है।

More Books : www.The-Gyan.in

मान लीजिए आपके पास एक सवाल है:

Q. Mass of an object is 98 kg. If force Applied on it, velocity changes by 39 m/sec in 47 seconds, find out the value of force?

(a) 81N (b) 63N (c) 123N (d) 94N

$$F = M \times \frac{\Delta v}{\Delta t}$$

$$F = \frac{98 \times 39}{47}$$

$$F = 81.31N$$

इस Calculation में आपका समय लगेगा।

Simplified Calculation

Assume: 98 → 100
39 → 40
47 → 50

$$F = M \times \frac{\Delta v}{\Delta t}$$

$$F = 100 \times \frac{40}{50}$$

$$F = 80N$$

Entrance Exam में कभी भी Exact Answer नहीं निकालना होगा, अगर आप Answer को आस-पास भी पहुँच गये तो आप आसानी से सही उत्तर को पहचान सकते हैं, तो आपको अब से ही 'Concept of Approximation' की practice करनी चाहिए ताकि आप की Question solving speed देखकर लोग दंग रह जायें। Concept of Approximation आपको बाकी सारे Students से काफी बेहतर रैंक लाने के काबिल बनाता है।

मान लीजिए आपके पास एक सवाल है-

Q. Mass of an object is 98 kg, if force Applied on it, velocity changes by 39 m/sec. in 47 seconds, find out the value of force?

(a) 81 N (b) 62 N (c) 123 N (d) 94 N

$$F = M \times \frac{\Delta v}{\Delta t}$$

$$F = \frac{98 \times 39}{47}$$

$$F = 81.31 N$$

इस Calculation में आपको समय लगेगा।

Simplified Calculation

Assume, 98 → 100

39 → 40

47 → 50

$$F = M \times \frac{\Delta v}{\Delta t}$$

$$F = 100 \times \frac{40}{50}$$

$$F = 80 N$$

Entrance Exam में कभी भी Exact Answer नहीं निकालना होता, अगर आप Answer के आस-पास भी पहुँच गये तो आप आसानी से सही उत्तर को पहचान सकते हो, तो आपको आज से ही "Concept of Approximation" की practice करनी चाहिए ताकि आप की Question Solving speed देखकर लोग दंग रह जाये। Concept of Approximation आपको बाकी सारे Students से कही बेहतर रैंक लाने के काबिल बनाता है ।

मान लीजिए आपके पास एक सवाल है-

Q. Mass of an object is 98 kg, if force Applied on it, velocity changes by 39 m/sec. in 47 seconds, find out the value of force ?

(a) 81 N (b) 62 N (c) 123 N (d) 94 N

$$F = M \times \frac{\Delta v}{\Delta t}$$

$$F = \frac{98 \times 39}{47}$$

$$F = 81.31 N$$

इस Calculation में आपको समय लगेगा।

Simplified Calculation

Assume, **98 → 100**

39 → 40

47 → 50

$$F = M \times \frac{\Delta v}{\Delta t}$$

$$F = 100 \times \frac{40}{50}$$

$$F = 80 N$$

Entrance Exam में कभी भी Exact Answer नहीं निकालना होता, अगर आप Answer के आस-पास भी पहुँच गये तो आप आसानी से सही उत्तर को पहचान सकते हो, तो आपको आज से ही "Concept of Approximation" की practice करनी चाहिए ताकि आप की Question Solving speed देखकर लोग दंग रह जाये। Concept of Approximation आपको बाकी सारे Students से कही बेहतर रैंक लाने के काबिल बनाता है।

More Books : www.The-Gyan.in

JEET की रणNEETI

Golden Rules for NEET Aspirants

26

NEET Golden Rule 1

$$\text{Your Selection / Rank} \propto \frac{\text{No. of Revision}}{\text{No. of Resources}}$$

- हमेशा कुछ किताबों पर विश्वास करिये, उन्हें ही अपना सब कुछ मानिये, उन्हें बार-बार रिवाइज करिये, एक दिन पूरी दुनिया आपको मानने लगेगी।

NEET Golden Rule 2 — **Quality Hours > Quantity Hours**

- पढ़ने बैठते वक्त ये मत सोचिये कि मैं इतने घण्टे पढ़ूंगा, लेकिन सब-कुछ भूलकर ऐसा पढ़िये की आस-पास वाले आपको टाइम बताकर सोने के लिए कहें, कि अब बहुत हुआ, सो जा।

NEET Golden Rule 3 — **P.Y.Q.'s > NTA APP**

- पुराने सालों के सवालों की ताकत को कम मत आंकना, एक बार उन्हें पूरे तन-मन से सॉल्व करने के बाद ही कहीं ओर झांकना।

NEET Golden Rule 4 — **NCERT's > Any Other Books**

- हिन्दुस्तान में किसी भी एग्ज़ाम में टॉप करना है तो बाकी सबको छोड़ो, बस सुबह से रात तक NCERT पढ़ो।

More Books : www.The-Gyan.in

NEET Golden Rule **5** — **Own Notes > Any Printed Notes**

- खुद के हाथ से लिखे गये Notes बेमिसाल हैं, उन्हें सबसे पहले और पूरे सम्मान के साथ पढ़िये, चमकीले कवर्स वाली किताबों से कुछ खास भला नहीं होगा ।

NEET Golden Rule **6** — **Summary Notes > Class Notes**

- किसी चैप्टर की Finishing का मतलब होता है कि आपने उसके Perfect Summary Notes बना लिए हैं, बिना Summary Notes बनाए पढ़ना, समय बर्बाद करना है ।

NEET Golden Rule **7** — **Revision > Reading**

- बिना दोहरान किये आप बस बार-बार तैयारी दोहराते रहेंगे, और हर साल वहीं रहेंगे, जहां पिछले साल थे ।

NEET Golden Rule **8** — **Memorization > Revision**

- Memorization, Revision की Ninza Technique है, इससे जबरदस्त, इससे ताकतवर, इससे बेहतर कुछ नहीं, कुछ भी नहीं ।

NEET Golden Rule **9** — **Physical Notes > Any Other PDFs**

- हमेशा Printed notes को ज्यादा महत्व दें, इससे आपका Hand Eye Co-ordination बनता है जो बेहतरीन है ।

NEET Golden Rule **10** — **Practice > Learning**

- आप कितना भी क्यों ना सीख लें, बिना Practice सब बेकार है । Practice से आप Form हासिल करते हैं, जिससे Performance आती है ।

JEE Golden Rule 1 — **Concept Connection > Concept Collection**

- अगर आपको Multi-Concept problems solve करना नहीं आता या आप 2-3 चैप्टर्स को आपस में कनेक्ट नहीं कर सकते तो JEE में आपके टॉप रैंक लाने के chances काफी कम हैं। JEE में रैंकर बनने के लिए Conceptual Connectivity बहुत महत्व रखती है।

JEE Golden Rule 2 — **Your Selection / Rank $\propto \frac{\text{No. of Revision}}{\text{No. of Resources}}$**

- एग्ज़ाम चाहे कोई भी हो, आपको हमेशा-हमेशा इस नियम का ध्यान रखना होता है। इस बात से फर्क नहीं पड़ता कि आप क्या पढ़ते हैं पर जो भी पढ़ते हैं उसे कितनी बार पढ़ते हैं, यह सबसे जरूरी चीज होती है।

JEE Golden Rule 3 — **Postmortem > Prescription**

- आप जो भी गलती करते हैं चाहे वो आपसे टेस्ट में हुई हो या एग्ज़ाम में उसे किसी भी कीमत पर दोहराना मना है । गलती बिना post mortem के ठीक करना सम्भव नहीं है, अपने हर एक टेस्ट का Proper Analysis करिये, ताकि आप बेहतर से बेहतरीन बन सके ।

More Books : www.The-Gyan.in

JEE Golden Rule **4** **Subject Command > Demand of paper**

- JEE Advanced का Exam Crack करने के लिए आपको NEET या JEE Main की तरह हर chapter का थोड़ा-थोड़ा Idea नहीं, कुछ chapters का पूरा-पूरा Idea होना चाहिए ताकि आप गजब की Performance दे पाएं, वरना सब बेकार है, A little knowledge is dangerous, is the perfect statement for JEE Advanced.

JEE Golden Rule **5** **Depth > Width**

- अगर किसी एग्ज़ाम का कट-ऑफ कम जाता है, तो आप मान सकते हैं कि वो एग्ज़ाम Subject knowledge की depth में ज्यादा interested है। JEE Advanced बाकी एग्ज़ाम जैसे NEET या JEE Main से बिल्कुल अलग है। यहां एग्ज़ाम को crack करने के लिए subject की Hard Core knowledge होना जरूरी है, वरना कोई मतलब नहीं है। चाहे चैप्टर्स आपको कम आते हों पर जो आते हों उन पर जबरदस्त Command चाहिए।

JEE Golden Rule **6** **NCERTs = Standand Books**

- NEET या JEE Main जैसे एग्ज़ाम के लिए NCERT ही सब कुछ है, लेकिन JEE Advanced में standard या reference book विशेषकर foreign writer's books जरूरी हैं ताकि आप conceptual depth हासिल कर सकें। JEE Advanced में NCERT और standard books equally Important है। Foreign writers की बुक्स का एक और फायदा हो जाता है कि इनमें आपको Multi-concept problems अच्छी संख्या मे मिल जाती हैं और कुछ नए सवाल भी, क्योंकि JEE Advanced में सवाल repeat नहीं होते हैं।

JEE Golden Rule **7** **Stamina = Knowledge**

- JEE Advanced 6 घंटे देना है, एक ही दिन में दो पेपर देने है। इसका बिल्कुल सीधा मतलब है इसकी तैयारी के लिए रोज 6 घंटे की Self study तो करनी ही है, जिससे आपकी knowledge बढ़ेगी और साथ ही sitting का method और Physical stamina build होगा, जो बहुत ही ज्यादा जरूरी है।

More Books : www.The-Gyan.in

JEE Golden Rule **8** **Inspiration > Motivation**

- Motivation सिर्फ एक Sparking है जिससे Fuel जलना शुरू होता है, लेकिन जलता तभी है जब वास्तविकता में गाड़ी में Fuel हो। आप जो भी हासिल करना चाहते हैं, उसके पीछे का एक बहुत Strong emotional reason होना जरूरी है, ताकि आप बिना थके लम्बे समय तक मेहनत कर सकें। बिना Inspiration, जो आपके अन्दर होती है, उसके बिना ज़िन्दगी में कुछ भी महान हासिल करना सम्भव नहीं है।

JEE Golden Rule **9** **Reading = Revision**

- JEE Advanced में कई सवाल इतने Lengthy होते हैं कि नीचे की 2 lines पढ़ते-पढ़ते ही ऊपर की दो गायब हो जाती हैं, ऊपर की पढ़ने जाओ तो नीचे वाली गायब हो जाती हैं। Reading practice यहां revision जितनी ही महत्वपूर्ण है। NEET और JEE Main में revision सब कुछ है लेकिन यहाँ reading habits भी उतनी ही महत्वपूर्ण है।

JEE Golden Rule **10** **Knowledge > Speed**

- JEE Advanced आपको 6 घण्टे देती है, बशर्ते आपको knowledge हो। NEET Exam में एक सवाल का सिर्फ 1 मिनट मिलता है जबकि Advanced में लगभग 3 मिनट। उसमें भी आपको 50-60% पेपर करना होता है यानी हर सवाल में आप 6 से 7 मिनट ले सकते हैं, बस conceptual clarity गजब होनी चाहिये, यानी इंजीनियर साहब टाइम चाहे ले लो पर काम बिल्कुल पुख्ता चाहिए हमें।

JEET की रणNEETI

More Books : www.The-Gyan.in

एग्ज़ाम का दिन - Final Day

28

क्रिकेट के एक मैच में आखिरी गेंद पर 6 रनों की जरूरत है, एक Batsman जो दर्शकों, स्टेडियम, Umpire, फील्डर्स को देखकर घबरा रहा है, वो सब कुछ देख रहा है सिवाय Ball के। जिस पर उसे शॉट मारकर छह रन बनाने हैं, क्या आपको लगता है ऐसा Batsman कभी टीम को जिता पायेगा ? ज्यादातर मामलों में एग्ज़ाम देने वाला Aspirant आस-पास के माहौल पर ही ध्यान देता है। आखिरी टाइम में कौन किसकी किताब पढ़ रहा है? कौनसी dress पहने है? अरे यहां तो इतनी भीड़ है । मुझे इन सबको देखकर डर लग रहा है, इन सब के सामने मैं कहां टिक पाऊँगा । क्या आपको लगता है, इस मानसिकता के साथ आप अपनी बेहतरीन परफोर्मेन्स दे सकते हैं ?

अगर अभी मैं आपको सिर्फ यह कह दूँ कि शांत रहिये तो यह सबसे आसान चीज होगी । सिर्फ बोलने भर से अशांति कई गुना बढ़ जाती है। जब भी आपको लगता है कि आज आप कुछ ऐसा काम कर रहे है जिससे आपको घबराहट, बेचैनी या चिंता हो सकती है तो सबसे पहले 20 मिनट निकालकर पसीना बहाइये, सीढियां चढ़कर या रनिंग करके। उस पसीने में आपकी सारी घबराहट, बेचैनी, चिंता सब कुछ बह जायेगी। आप अपने आप शांत हो जायेंगे और अगर आप ये काम रोज करते हैं तो शांत रहना आपकी आदत में आ जायेगा। याद रखिए, सबसे खतरनाक खिलाड़ी वही होता है, जो शांत होता है। युद्ध के मैदान में सबसे तेज तलवार वही चला पाता है जो पूरी तरह से शांत है। शांत होने पर आप खुद के सर्वश्रेष्ठतम स्वरूप में होते हैं। आप खुद अपनी परफोर्मेन्स से आश्चर्य चकित हो जाते हैं। चाहे कुछ भी हो आप बस पसीना बहाने पर ध्यान दीजिए, इससे बड़ा Mental Relaxant कोई और नहीं है ।

More Books : www.The-Gyan.in

तो सबसे पहले मैं आपसे ये उम्मीद कर सकता हूँ कि आप बिल्कुल Relax होकर एग्ज़ाम देने जायेंगे, जो सबसे महत्त्वपूर्ण है ।

दूसरी सबसे बड़ी बात ये कि आप एक ही बार में सारे सवाल सॉल्व नहीं कर पाएंगे। एग्ज़ाम में बैठते समय आपको Art of Living आये ना आये Art of Leaving जरूर आनी चाहिए, बहुत से सवाल आपको सिर्फ Mark करके, 2nd और 3rd round के लिए रखने है। जब पेपर आप Rounds में करते हैं तो आपके Subconscious mind को पूरा समय मिलता है कि वह उन सवालों के बारे में तब भी सोच रहा होता है, जब आप दूसरे सवाल सॉल्व कर रहे होते हैं। अगले rounds में वो सवाल करना आपके लिए आसान हो जाता है। क्योंकि आपके Subconscious mind ने लगातार आपके लिए काम किया था, जिससे आप बड़ी आसानी से सवाल कर पाए।

देखिये एग्ज़ाम और Question practice दोनों में ही आप सवाल सॉल्व करते हैं, लेकिन जब Questions एक निश्चित समयावधि (limited time) में करते हैं तो उसे ही हम एग्ज़ाम कहते हैं। जब आप किसी एक ही सवाल पर ज्यादा समय लगाते हैं तो वह समय उन सवालों से उधार लिया गया होता है जिन्हें शायद अब आप टाइम कम होने की वजह से Attempt ही नहीं कर पाएंगे। हमें समझना है कि हर सवाल से हमें नम्बर उतने ही मिलने है। किसी भी सवाल पर ज्यादा देर रूकने का मतलब बाकी सवालों को छोड़ देने जैसा ही है। मुझे पता है आप ये Article किसी टेस्ट या एग्ज़ाम से पहले पढ़ रहे होंगे इसलिये बिना टाइम खराब किये, key points वापस बता रहा हूं !

1. शांत रहें, उसके लिए पसीना बहाना ही समाधान है ।
2. अपने Subconscious mind को काम करने दें, Paper rounds में करें ।
3. किसी भी प्रश्न पर ज्यादा देर रूकना मतलब बाकि सवालों से समय उधार लेना !

याद रखिये, जंग में डरकर जाने वाले वापस नहीं लौट पाते, जीतकर वही आते हैं, जो बेखौफ जाते हैं।

एक और महत्वपूर्ण बात पेपर में Rough work करते वक्त उसके आगे प्रश्न का नम्बर जरूर

More Books : www.The-Gyan.in

लिखें, ताकि Calculation Mistake को चेक करना आसान रहे। ये सब बातें 1% Improvement का हिस्सा है, जिससे आप गजब का प्रदर्शन कर पाएंगे। हालांकि JEE Main और Advanced दोनों ही CBT Exams है, लेकिन NEET फिलहाल offline ही हो रहा है, फार्म में अपने पेपर की language हिन्दी choose करें, इससे पेपर आपको दोनों भाषाओं में मिलेगा। किसी सवाल को समझने में मुश्किल आने पर आपके पास दोनों भाषाओं का option होगा, साथ ही पेपर के Page ज्यादा होने के कारण Rough work के लिए भी ज्यादा Space मिलेगा।

आप पेपर में अपना सर्वश्रेष्ठ दे पाएंगे, ऐसी प्रार्थना ईश्वर और अपने पैरेन्ट्स से करें उनका आशीर्वाद न केवल आपको शान्त रखेगा बल्कि आपको किस्मत का धनी भी बनाएगा।

More Books : www.The-Gyan.in

ऑर्गेनिक केमिस्ट्री में ऐसे मिलेगी महारत

29

किसी भी सब्जेक्ट को आसान बनाने का तरीका है, उसे छोटे-छोटे पार्ट्स में Break कर दिया जाये। ऑर्गेनिक केमिस्ट्री एक बहुत ही आसान सब्जेक्ट है, Specially इस Article को पढ़ने के बाद आपको ऐसा ही महसूस होगा और अगर आप इसे पूरे मन से फॉलो करते हैं तो ऑर्गेनिक केमिस्ट्री कभी भी आपकी समस्या नहीं होगी। सबसे पहले तो ये कहना बंद करिये कि ऑर्गेनिक केमिस्ट्री एक टफ सब्जेक्ट है, यकीन मानें जब भी आप किसी चीज को टफ कहते हैं, उसी वक्त आप यह भी कह रहे होते हैं, कि इस चीज पर मेहनत नहीं करूँगा और यदि आप मेहनत करना भी चाहें तो आपका Subconscious Mind करने नहीं देगा क्योंकि अब उसने भी मान लिया है कि ऑर्गेनिक केमिस्ट्री एक टफ सब्जेक्ट है।

ऑर्गेनिक केमिस्ट्री को आप मुख्यतः इन parts में बांट सकते हैं -

- IUPAC & Isomerism
- Reaction Mechanism
- Reagents
- Named Reactions

IUPAC & Isomerism (समावयता) टॉपिक ज्यादा Conceptual नहीं है। इसमें आपको कुछ Basic Rules पता होने चाहिए, उसकी बस practice चाहिए। सीधे शब्दों में कहा जाये तो ये 30% theory Reading के बाद 70% प्रेक्टिस का खेल है। बहुत बार एग्ज़ाम में, कितने Isomers (समावयवी) बनेंगे ? जैसा सवाल पूछा जाता है, मैं कहता हूं, ऐसे सवाल छोड़ दीजिए क्योंकि इनमें बहुत समय खराब होता है। अगर आप के पास समय हो तो आप इन्हें बनाइए और सॉल्व करिये, इन्हें सॉल्व करना मेहन्दी की डिज़ाइन बनाने जैसा ही है, समय बहुत लगता है पर रंग अच्छा आयेगा इस बात की कोई गारंटी नहीं है।

More Books : www.The-Gyan.in

हाँ! अगर ऐसे सवाल में तुक्का लगाना हो तो जिस ऑप्शन में सबसे ज्यादा Isomer लिखे हों उसी को लगाना है। वैसे मैं तुक्का कला का समर्थन नहीं करता, फिर भी बस बता दिया है। ऐसा कहा जाता है कि अगर आपको Reaction mechanism आती है तो आपको ऑर्गेनिक केमिस्ट्री आती है। बात यह भी प्रचलित है कि जो टीचर आपको Reaction mechanism नहीं समझा सकता वो हकीकत में बस ऑर्गेनिक केमिस्ट्री पढ़ाने का नाटक कर रहा है।

Reaction mechanism से NEET में 15 में से 6, JEE Main में तकरीबन 4 और JEE Advanced में 5 सवाल पूछे जाते हैं। Reaction Mechanism को आप intermediates, Electron movement effects और Core Reaction में classify कर सकते हैं। Intermediates को आप deficient, Carbocation, Carbene, Free Radical में divide में कर सकते हैं, जबकि e^- rich intermediate carbanion और Benzyne है।

Electron movement effects, Inductive effect, Hyperconjugation, Electromeric effect, Resonance (अनुवाद) और Dancing Resonance में Divide किये जा सकते हैं। आपकी इन effects की बेहतरीन समझ, किसी भी Reaction का product पहचानना चुटकियों का काम बना देगी। इनकी और बेहतर समझ के लिए आप google पर टाइप करिये organic web series, किसी subject पर बनाई गई, यह एकमात्र web series है जो आपके सब्जेक्ट की समझ को सातवें आसमान पर ले जाएगी, मेरा वादा है। लेकिन उसे देखना पूरी शिद्दत से है। उसी तरह आपका Core Reaction यानी ऐसी Reactions जो हर chapter में आयेगी, वो आपको आनी ही चाहिए। Core Rxns को आप Addition, Substitution elimination, oxidation और Reduction में divide कर सकते हैं।

तीसरा हिस्सा है, Reagents, इन्हें आप Mainly 2 parts में divide कर सकते है। पहले वो जो इलेक्ट्रॉन Donor हैं और दूसरे वो जो इलेक्ट्रॉन Acceptor हैं।

इलेक्ट्रॉन Donors में मुख्यतः Metals जैसे Na, Mg, Zn और Bases आते हैं। कुछ प्रसिद्ध Bases RMgX, $NaNH_2$, alcoholic KoH और aqeous KoH भी e^- Donor Reagents की Category में आते हैं।

More Books : www.The-Gyan.in

इलेक्ट्रॉन accept करने वाले $AlCl_3$, $FeCl_3$, BH_3, CO_2 और H_2SO_4 हैं। आपको इन Reagents को रटना नहीं है, समझना है। NEET Kaka JEE youtube channel पर पूरी Reagent Series free में Available है। ये सब मैंने इसलिए बनाया है ताकि कमजोर स्टूडेन्ट्स का सिलेक्शन हो और उन्हें भी उसी लेवल का content मिले जो Top institute के रैंकर बैच में मिलता है।

चमकते हीरे को तो हर कोई ही खुद का दिखाना चाहता है, असली गुरू तो वही है जो कोयले को हीरा बनाये। मैं हमेशा-हमेशा यही सोचता हूँ कि उसे सक्षम बनाया जाये जिसमें सिलेक्ट होने की इच्छा हो, उसे नहीं जो पहले से सक्षम हो और अपने दम पर भी Select हो सकता हो।

अब बात करते हैं चौथे और आखिरी सेक्शन की जिसका नाम है Named Reaction. देखिए किसी reaction का Named Reaction बनना आसान नहीं है। Named Reaction वही बनती है, जिसमें कुछ ऐसा हो रहा हो, जो सामान्यतया नहीं होता है। NCERT's और आपके Syllabus में 12-15 Name Reaction हैं, उनमे से 5-6 Reaction ऐसी हैं, जो बहुत ज्यादा महत्वपूर्ण है। जैसे Wurtz Rxn, Fridel Craft Reaction, Hoffmann bromamide degradation Rxn, Aldol और Cannizaro Rxn. Wurtz को आप आगे fitting और wurtz fitting में divide कर सकते हैं, इन सभी में Na का इस्तेमाल होता है। Fridel Craft और Riemer tiemann दोनों ही E.S.R. Reactions हैं, जो Benzene Ring पर होती हैं।

Name Reaction में Intermediate क्या बनेगा ?, किसके कितने मोल काम आयेंगे ? कब कौनसा step होगा ? slow और fast step कौनसा है ? इन सब के लिए Conceptual Knowledge बहुत जरूरी है। जैसे एक Question, बहुत Commonly पूछा जाता रहा है कि Hoffmann Bromamide Rxn में कितने Mole KOH काम आते हैं ? उत्तर है 4 मोल। ये Core Reaction अगर आप पूरे मन से नहीं समझते तो शायद आप organic की असली समझ से काफी दूर रह जाएंगे। इसके अलावा कुछ Rules जैसे Saytzeff Rule, Hoffman, Popoff, Markonikov's & Anti-markonikov's rule, भी आपको पता होने चाहिए।

Electron movement effects में सबसे ज्यादा Important है, Resonance (अनुनाद)। मान लीजिये अगर इस दुनिया की बहुत सारी ऑर्गेनिक केमिस्ट्री की पुस्तकें किसी मैदान में बिखरी पड़ी हों तो लगभग हर page पर एक चीज Common दिखेगी और उसका नाम है, Resonance.

More Books : www.The-Gyan.in

अगर कोई मझसे पूछता है कि वो कौनसी चीज है, जिसके बिना organic आ ही नहीं सकती तो मेरा जवाब होगा Resonance, मतलब लगभग हर दूसरे सवाल में आपको Resonance के दर्शन हो ही जाते हैं।

तो इस तरह one by one चीजों को लेकर चलने से आपको Sense of Acomplishment होगा और आप बेहतर होते चले जायेंगे और बन जाएंगे उस subject के Master जिसकी Mastery हर किसी के बस की नहीं होती।

More Books : www.The-Gyan.in

इनॉर्गेनिक केमिस्ट्री में Mastery का तरीका

29

इनॉर्गेनिक केमिस्ट्री एक रटने वाला सब्जेक्ट है, यह आपकी सबसे बड़ी गलत फहमी है।JEE वाले ज्यादातर Aspirants तो बस यही सोचते हैं कि या तो इनॉर्गेनिक रट कर जानी है या बस छोड़कर जानी है ।अगर देखा जाये तो इनॉर्गेनिक केमिस्ट्री सबसे scoring subject है और इसमें सबसे ज्यादा Matter करती है Conceptual clarity, अगर आप Conceptually clear हैं तो आप छा जाएंगे।

सबसे पहले तो Periodic table और Chemical Bonding चैप्टर पर आपकी बेहतरीन पकड़ होनी चाहिए। अगर आप इन दो चैप्टर्स को बहुत अच्छे से समझ पाते हैं तो आने वाले बाकी चैप्टर्स आपके लिए सिर्फ मज़ाक होंगे। इनॉर्गेनिक केमिस्ट्री web series में मैंने पूरी इनॉर्गेनिक को Conceptually समझाने की कोशिश की है। इसके लिए भी आप google पर इसे type कर सकते हैं। अगर आप सिर्फ इनॉर्गेनिक केमिस्ट्री web series को पूरे मन से देख लेते हैं तो बस आपकी इनॉर्गेनिक की समझ को कोई साधारण व्यक्ति Challenge नहीं कर सकता।

तीसरा सबसे महत्वपूर्ण चैप्टर है, Co-ordination Compounds (उपसहसंयोजक यौगिक). chemical bonding चैप्टर में Ionic और Covalent Bond की बात की गई है।Co-ordination chapter Co-ordinate Bond के आस-पास घूमता है। यह chapter, weightage के मामले में chemical bonding के बराबर ही है।Co-ordination compounds में CFT, Colour, Metal Carbonyl और shape पर ज्यादातर सवाल पूछे जाते हैं।

वैसे देखा जाये तो इनॉर्गेनिक केमिस्ट्री अथाह ज्ञान का भण्डार है लेकिन आपको NCERT ही फॉलो करना है। JEE Advanced के Aspirants Reference topics के लिए JD LEE का

More Books : www.The-Gyan.in

इस्तेमाल कर सकते हैं। JEE Advanced की एक गजब की बात है, यह किसी dress को दुबारा नहीं पहनती, यानी एक बार पूछा हुआ सवाल वापस नहीं पूछती और इसलिए इस Exam में Foreign writer की Books की जरूरत होती है। आगे इस मुद्दे पर विस्तार से चर्चा करेंगे।

मजे की बात यह है कि चूंकि एक भी पूछा हुआ सवाल वापस नहीं पूछा जाता, उसके बावजूद पुराने 10 सालों के papers को Sincerely Solve करने वाले विद्यार्थी Top-7 IITs में Admission पा लेते हैं। मतलब साफ है जिसको past नहीं पता उसका future बन ही नहीं सकता और जिसने past को बहुत करीब से देखा है, उसका future कभी गरीब हो ही नहीं सकता।

चौथा सबसे महत्वपूर्ण Chapter है, P-block Elements और इसमे भी 13, 15 और 16th group सबसे ज्यादा जरूरी है। P-block से पूछे जाने वाले ज्यादातर सवाल Inert pair effect (अक्रिय युग्म प्रभाव), oxy acids, some important process like contact, Ostwald के इर्द-गिर्द घूमती है। Borax जैसे Compounds भी JEE और NEET दोनों के ही फेवरेट हैं।

अगर बात S-block की हो तो Peroxide, Superoxides, Carbonates, Sulphates, Hydrated Radius कुछ Compounds जैसे Plaster of paris, Washing soda, Bleaching powder के आस-पास ज्यादातर सवाल घूमते नजर आते हैं। अगर बात d&f block की करें तो, lanthanide contraction, oxidation states, colour of $KMnO_4$ & $K_2Cr_2O_7$ के साथ Magnetic properties पर ज्यादातर सवाल पूछे जाते हैं। Metallurgy में ores(अयस्क), Refining और Concentration पर ज्यादातर सवाल आते हैं, जिन्हें याद ही करना है। Ellingham diagram mettalurgy का conceptual हिस्सा है।

सबसे ज्यादा जरूरी है, आप किसी भी चैप्टर को Conceptually समझने के बाद Sincerely Summarise करें और बार-बार Revise करें। इसमें कोई संदेह नहीं है कि In-organic में बेहतर पकड़ बार-बार Revision से ही हासिल होगी। हमेशा याद रखिये कि आपका सिलेक्शन और रैंक इस बात पर निर्भर नहीं करता कि आप कितना पढ़ते हो, लेकिन इस बात से decide होता है कि आप कितना Revise करते हो।

More Books : www.The-Gyan.in

फिजीकल केमिस्ट्री की असली तैयारी

30

फिजीकल केमिस्ट्री ज्यादातर JEE Aspirants का सबसे पसंदीदा सब्जेक्ट होता है, वहीं NEET Aspirants इसे Physics के बाद सबसे टफ सब्जेक्ट मानते हैं।

देखा जाये तो Physics और Physical Chemistry, laws का खेल है-

1. Law of Mass Conservation
2. Law of Energy Conservation
3. Avogadro's law
4. Boyle's law
5. Charles's law
6. Law of Definite Composition
7. Dalton's law of partial pressure
8. Law of thermodynamics
9. Le-Chatlier's law
10. Ostwald dilution law
11. Most famous, ideal gas law PV = nRT
12. Graham's law of gas diffusion
13. Law of multiple proportions
14. Henary's law
15. Rault's law
16. Faraday's law
17. Gay-Lussac's law
18. Kohlrausch law
19. Law, law और बस law
20. Physical Chemistry = law
21. Law को सब कुछ मान लो

More Books : www.The-Gyan.in

किसी भी law की शुरूआत किसी Specific Relation के साथ होती है और ending एक formula पर। तो सबसे पहले आपसे यही विनती है कि सभी laws को एक साथ लिखें और formula को learn करने की कोशिश करें।

अब बात आती है formulas को Apply करने की, तो ज्यादातर Students की मुख्य समस्या यहीं से शुरू होती है। अगर आपने मान लिया है कि आपको फिजीकल केमिस्ट्री बिल्कुल Basic level से ही सीखनी है, तो Solved Examples आपके सबसे बेहतर हथियार हैं। जितने ज्यादा Solved Examples आप लोग देखेंगे उतने ही ज्यादा Comfortable महसूस करेंगे। 50-60 Solved Examples देखने के बाद, Module या Q-Bank के Questions आप बड़ी आसानी से solve कर सकते हैं। फिजीकल केमिस्ट्री या Physics में Solved Examples आपकी समस्या solve करने का सबसे बेहतर तरीका है। अगर आप सिर्फ laws को sincerely कर पाते हैं तो physical chemistry का 50% score पक्का मान कर चल सकते हैं। अभी तक हमने समझा कि law को समझना, formula याद करना और ज्यादा से ज्यादा Solved Examples पढ़ना बेहतर तरीका है, जहां से हम फिजीकल केमिस्ट्री की शुरूआत कर सकते हैं और वक्त के साथ जबरदस्त सुधार कर सकते हैं। लेकिन अफसोस की बात यह है कि ज्यादातर स्टूडेन्ट्स को तो 15-20 laws भी सही से याद नहीं रहते हैं। अगर आप सिर्फ laws और Solved Examples पर भी फोकस करते हैं तो अपना स्कोर Significantly बढ़ा सकते हैं।

फिर भी एक बार Chapter Approach पर भी discussion बहुत जरूरी है।

Mole concept : Back bone of physical chemistry

एक ऐसा चैप्टर, जो फिजीकल केमिस्ट्री के हर एक चैप्टर में बार-बार Repeat होता है। Mole Concept पर बेहतरीन पकड़ आपको फिजीकल केमिस्ट्री का king बना सकती है। मैंने कई स्टूडेन्ट तो ऐसे देखे हैं जो सिर्फ Mole Concept की समझ के दम पर ही फिजीकल केमिस्ट्री के लगभग हर एक चैप्टर के कुछ ना कुछ सवाल सही solve कर देते हैं। इस चैप्टर में एक जादुई formula है, $N_1V_1 = N_2V_2$ यानी Equivalents हमेशा बराबर ही होते हैं। सिर्फ इसकी समझ ही आपको कई स्टूडेन्ट्स से आगे निकाल सकती है।

More Books : www.The-Gyan.in

अगर आपको Mole Concept में महारत हासिल हो गई तो Gaseous State, Equilibrium, Kinetics और Solution जैसे chapters में कभी कोई समस्या नहीं आयेगी। बस Mole Concept को मना लीजिये, फिजीकल केमिस्ट्री से बात बन जायेगी।

Atomic Structure : Common in Chemistry & Physics

Structure of Atom चैप्टर के साथ एक बड़ी ही गजब की बात जुड़ी हुई है। Physics वाले teachers कहते हैं कि chemistry में पढ़ लेना और chemistry teacher इसे जल्दी जल्दी पढ़ाकर बोलते हैं कि ये तो physics में भी आयेगा, वहां पढ़ लेना। वैसे ये चैप्टर काफी आसान है और ज्यादातर सवाल इलेक्ट्रॉन के इर्द-गिर्द घुमते नजर आते हैं। Quantum Number के साथ Radius, Velocity, Time period, Frequency, Energy के Relations जो Bohr's मॉडल में समझाये हैं, आपको अच्छे से याद करने होते हैं।

Gaseous State : By product of Mole Concept

कई टीचर्स तो इसे Mole Concept के साथ ही पढ़ा देते हैं। जो कुछ नये सवाल बनते हैं, वो Compressibility factor, Graph और Real gas Equation से ही बनते हैं। कुल मिलाकर Gaseous State एक आसान chapter है, आसानी से किया जा सकता है।

Equilibrium : Seems tough but Easiest one

इस चैप्टर में सबसे ज्यादा जरूरी है, Acid Base Concept को समझना। Acid Base में conceptual clarity आपको ऑर्गेनिक, इनॉर्गेनिक और फिजीकल तीनों ही हिस्सों में गजब का Advantage देती है। अगर आपको ये चैप्टर आजतक समझ नहीं आया है तो मैंने इसे NEETKAKA JEE youtube channel पर फ्री पढ़ाया है, जाइये और देखिये! शायद मैं आपकी मदद कर पाऊं।

Chemical Kinetics : Easy chapter

Physics में यही chapter आप Radioactivity में पढ़ते हैं। NCERT में इसका ज्यादातर फोकस

More Books : www.The-Gyan.in

किसी भी law की शुरुआत किसी Specific Relation के साथ होती है और ending एक formula पर। तो सबसे पहले आपको यही लिखनी है कि सभी laws को एक साथ लिखें और formula को learn करने की कोशिश करें।

अब बात आती है formulas को Apply करने की, तो ज्यादातर Students की मुख्य समस्या यहीं से शुरू होती है। अगर आपने मान लिया है कि आपकी फिजीकल कैमिस्ट्री बिल्कुल Basic level से ही कमजोर है, तो Solved Examples आपके सबसे बेहतर हथियार हैं। जितने ज्यादा Solved Examples आप लोग देखेंगे उतने ही ज्यादा Comfortable महसूस करेंगे। 50-60 Solved Examples देखने के बाद, Module या Q-Bank के Questions आप बड़ी आसानी से solve कर सकते हैं। फिजीकल कैमिस्ट्री या Physics में Solved Examples आपकी समस्या solve करने का सबसे बेहतर तरीका है। अगर आप सिर्फ laws को sincerely कर पाते हैं तो physical chemistry का 50% score आसानी से पास कर चल सकते हैं। अभी तक हमने समझा कि law को समझना, formula याद करना और ज्यादा से ज्यादा Solved Examples पढ़ना बेहतर तरीका है, जहां से हम फिजीकल कैमिस्ट्री की शुरुआत कर सकते हैं और वक्त के साथ जबरदस्त सुधार कर सकते हैं। लेकिन अफसोस की बात यह है कि ज्यादातर स्टूडेन्ट्स को तो 15-25 laws भी सही से याद नहीं रहते हैं। अगर आप सिर्फ laws और Solved Examples पर भी फोकस करते हैं तो अपना स्कोर Significantly बढ़ा सकते हैं।

फिर भी एक बार Chapter Approach पर भी discussion बहुत जरूरी है।

Mole concept : Backbone of physical chemistry

एक ऐसा चैप्टर, जो फिजीकल कैमिस्ट्री के हर एक चैप्टर में बार-बार Repeat होता है। Mole Concept पर बेहतरीन पकड़ आपको फिजीकल कैमिस्ट्री का King बना सकती है। मैंने कई स्टूडेन्ट तो ऐसे देखे हैं जो सिर्फ Mole Concept की समझ के दम पर ही फिजीकल कैमिस्ट्री के लगभग हर एक चैप्टर के कुछ न कुछ सवाल सही solve कर देते हैं। इस चैप्टर में एक जादुई formula है, $N_1V_1 = N_2V_2$ यानी Equivalents हमेशा बराबर ही होते हैं। सिर्फ इसकी समझ ही आपको कई स्टूडेन्ट्स से आगे निकाल सकती है।

More Books : www.The-Gyan.in

अगर आपको Mole Concept में महारत हासिल हो गई तो Gaseous State, Equilibrium, Kinetics और Solution जैसे chapters में कभी कोई समस्या नहीं आयेगी। बस Mole Concept को मना लीजिये, फिजीकल केमिस्ट्री से बात बन जायेगी।

Atomic Structure : Common in Chemistry & Physics

Structure of Atom चैप्टर के साथ एक बड़ी ही गजब की बात जुड़ी हुई है। Physics वाले teachers कहते हैं कि chemistry में पढ़ लेना और chemistry teacher इसे जल्दी जल्दी पढ़ाकर बोलते हैं कि ये तो physics में भी आयेगा, वहां पढ़ लेना। वैसे ये चैप्टर काफी आसान है और ज्यादातर सवाल इलेक्ट्रॉन के इर्द-गिर्द घुमते नजर आते हैं। Quantum Number के साथ Radius, Velocity, Time period, Frequency, Energy के Relations जो Bohr's मॉडल में समझाये हैं, आपको अच्छे से याद करने होते हैं।

Gaseous State : By product of Mole Concept

कई टीचर्स तो इसे Mole Concept के साथ ही पढ़ा देते हैं। जो कुछ नये सवाल बनते हैं, वो Compressibility factor, Graph और Real gas Equation से ही बनते हैं। कुल मिलाकर Gaseous State एक आसान chapter है, आसानी से किया जा सकता है।

Equilibrium : Seems tough but Easiest one

इस चैप्टर में सबसे ज्यादा जरूरी है, Acid Base Concept को समझना। Acid Base में conceptual clarity आपको ऑर्गेनिक, इनॉर्गेनिक और फिजीकल तीनों ही हिस्सों में गजब का Advantage देती है । अगर आपको ये चैप्टर आजतक समझ नहीं आया है तो मैंने इसे NEETKAKA JEE youtube channel पर फ्री पढ़ाया है, जाइये और देखिये ! शायद मैं आपकी मदद कर पाऊं।

Chemical Kinetics : Easy chapter

Physics में यही chapter आप Radioactivity में पढ़ते हैं। NCERT में इसका ज्यादातर फोकस

More Books : www.The-Gyan.in

First Order Rxn पर ही है। Biology में Enzymes जैसे टॉपिक में इसका काफी महत्व है। अलग-अलग order वाली Rxns का Graphical presentation, integrated और Differenciated(अवकलित) rate law के साथ Arrhenius Equation की समझ जरूरी है।

Thermodynamics : People make it tough

सबसे पहले तो ये समझना है कि हमें First law of thermodynamics पर पकड़ हासिल करनी है, Second और third law में अपना समय बिल्कुल भी खराब ना करें, अगर सवाल आता भी है तो ज्यादा से ज्यादा Entropy Calculation पर आयेगा। दूसरी बात यह है कि chemistry को सिर्फ Test-tube यानि सिर्फ System से मतलब है। Chemistry ने सिर्फ यह ठेका लिया है कि Test tube में क्या होगा, Physics की तरह पूरे ब्रह्माण्ड का नहीं! तो System पर होने वाला काम Positive जबकि Surroundings पर होने वाला काम Negative होता है। जबकि Physics test tube के बाहर की दुनिया है, वहां Surroundings पर होने वाला काम ही Positive है, बाकी सब बिल्कुल Negative होता है। तीसरी बात अलग-अलग processes के साथ graphs और Gibbs free Energy के Concept पर मजबूत पकड़ होनी चाहिए, क्योंकि यही Concept, Equilibrium और Ellingham diagram में भी काम आयेगा। Chemistry में Thermodynamics का मकसद, Thermochemistry समझना है जो कि ΔH enthalpy of reaction calculation के आस-पास घूमता है। इसमें यह पता होना चाहिए कि Bond dissociation enthalpy में (R-P) और Enthalpy of formation में ΔH की calculation करते वक्त (P-R) का इस्तेमाल क्यों होता है।

Solid State : Watch some Animated Videos

इसमें कोई सन्देह नहीं है कि Solid State एक आसान चैप्टर है, Formula बहुत कम हैं और जो हैं बहुत ही आसान हैं। आपको इस चैप्टर में Mainly focus, voids (रिक्ति) और कुछ Ionic Compounds की lattice structure पर करना है। इन्हें समझने के लिए आप Internet पर फ्री में Available Animated Videos का इस्तेमाल कर सकते हैं।

More Books : www.The-Gyan.in

Liquid State : Derivative of Mole concept

अगर आप Henary's law, Rault's law और Colligative properties को छोड़ दें तो बाकी सब कुछ आपने Mole concept में पढ़ा हुआ है। लेकिन सवाल Henary's law, Rault's law और Colligative properties से ही आते हैं। Vant Hoff factor की बेहतर समझ भी उतनी ही जरूरी है। चैप्टर चाहे कोई भी पढ़िये, NCERT को हमेशा God of All Books मानकर ही पढ़िये और बार-बार Revise करने के लिए आप NCERT निचोड़ बुक्स का इस्तेमाल कर सकते हैं।

Surface Chemistry : यह भी फिजीकल केमिस्ट्री का टॉपिक है ☺

ज्यादातर स्टूडेन्ट्स तो इसे फिजीकल केमिस्ट्री का टॉपिक ही नहीं मानते। सोचिये कितना आसान चैप्टर है। फिर भी इस चैप्टर को Chemical bonding के साथ में Mix करके JEE Advanced ने कुछ अच्छे सवाल पूछे हैं। Physical और Chemical Adsorption के साथ colloids को बहुत ही ज्यादा sincerity के साथ NCERT से पढ़ने की जरूरत है।

जब-जब आप फिजीकल केमिस्ट्री में struggle करेंगे, तब-तब आपको यह Article सही राह दिखाएगा। खुद पर भरोसा करियें और मेहनत करिये, लोग तो आप पर रिजल्ट के बाद भरोसा करना शुरू करेंगे। और याद रखिए, राह संघर्ष की जो चलता है, वही संसार बदलता है, रातों से जंग जीती हो जिसने, वही तो सूर्य बनकर चमकता है।

More Books : www.The-Gyan.in

बायोलॉजी से टॉप रैंक लाने का तरीका

32

नीट की तैयारी करने वाले स्टूडेन्ट्स को जो सब्जेक्ट सबसे आसान लगता है वो है Biology. लेकिन यह भी सच है कि जो स्टूडेन्ट Biology में 360 में से जितने मार्क्स कम लाता है उतना ही वो सिलेक्शन से दूर होता चला जाता है। तथ्य (fact) आधारित सत्य की बात करें तो हर साल ऐसे गिने-चुने ही स्टूडेन्ट्स होते हैं जो Biology में 360 में से 360 ला पाते हैं।

यदि आप भी उन गिने-चुने स्टूडेन्ट्स में शामिल होना चाहते हैं तो इसे अच्छे से पढिए -

- पिछले कुछ सालों की बात की जाए तो NEET में Biology के 95-97% प्रश्न सीधे NCERT से पूछे जाते हैं। जो 3-5% प्रश्नों के बाहर से आने के chances रहते हैं उनके लिए Extra Resources पर Time Waste करने के बजाये NCERT को ही पूरे साल 10-15 बार अच्छे से Revise करें।
- हर चैप्टर को पढने के बाद उसके Summary नोट्स बनाना ना भूलें। आप चाहें तो NCERT Nichod (निचोड़) बुक की हेल्प ले सकते हैं जिसे बनाया ही इसलिए गया है जिससे NCERT का मल्टीपल टाइम रिवीजन कम समय में हो सके।

हर Unit को कुछ ऐसे तैयार करें-

Unit-1 Diversity of Living Organisms

इसमें 4 चैप्टर्स आते हैं। Chapter Living World में बहुत ही बेसिक समझाया गया है और यहाँ से 1 Question आने की चांस रहती है। चैप्टर Biological classification को Comparative Study करके तथा टेबल्स बनाकर आसानी से याद किया जा सकता है। जैसे -5 Kingdoms की टेबल, Protista एवं Fungi के Division की टेबल। वायरस, वायरॉइड, प्रियोन आदि की Comparative Study. इस Chapter से 2-3 प्रश्न आने की चांस रहती है। चैप्टर Plant

More Books : www.The-Gyan.in

kingdom में याद रखने के लिए बहुत सारी लाइन्स हैं । इन्हें एक साथ लिखें और समय-समय पर Revision करें । यहाँ से 2 प्रश्न आने की चांस रहती है। Animal Kingdom चैप्टर को याद करने का एकमात्र तरीका है Comparative study यानी सभी Phylums को Table बना कर उनके सभी Characters एवं Example को एक साथ लिखना। लेकिन इतना काफी नहीं है आपको इसे समय-समय पर बार-बार पढ़ना एव Revise करना ही होगा। तो ज्यादा Better है कि यह chapter आप सभी chapters के बाद Last में पढ़े । इस से 1-2 प्रश्न ही आने हैं ।

Unit-2 Structural Organisation in Plants & Animals

इस Unit में तीन चैप्टर आते हैं। और इसका Weightage 5-7 प्रश्न का होता है। चैप्टर Morphology of Flowering Plants में Flower में Examples बहुत महत्वपूर्ण होते हैं। और सबसे ज्यादा जिसे याद करने में समय लगता है, वो है Plant Families. इन्हें याद करने के लिए बार-बार Revision करें। 1 -2 प्रश्न इस चैप्टर से आ सकते हैं। Anatomy of Flowering Plants चैप्टर में Tissues के complete classification को flow chart से याद किया जा सकता है। Root, stem और Leaves की Internal study को Dicot और Monocot में compare कर के आसानी से Recall किया जा सकता है । इससे लम्बे समय तक आप उसे याद रख पाते हैं। 1-2 प्रश्न के लिए इस चैप्टर को तैयार रखिए। Structural Organisation in Animals चैप्टर में Animal Tissues की भी Table बना कर Comparative study की जानी चाहिए। इस चैप्टर से 1-2 प्रश्न आने की चांस रहती है ।

Unit-3 Cell : Structure & Function

इस unit में भी 3 चैप्टर आते हैं। Cell एक बेसिक chapter है लेकिन यहाँ से 2-3 प्रश्न आ जाते हैं। Diagram Based प्रश्नों को भी इस चैप्टर में अच्छे से Revise करना चाहिए। Chapter Biomolecules बहुत हद तक Biology और Chemistry का एक मिश्रण है। इस Chapter से 2 प्रश्न की चांस रहती है। Chapter Cell Cycle & Cell Division का base clear होना आगे के Chapter के लिए भी बहुत जरूरी है । Cell cycle की stages, Mitosis और meiosis से जुड़े सभी Diagrams बहुत महत्वपूर्ण होते हैं। इस chapter से भी अब 2 प्रश्न पूछ लिए जाते हैं।

Unit-4 Plant Physiology

वैसे तो Biology को रटने की बजाय समझने वाले स्टूडेंट्स ही 360 मार्क्स ला पाते हैं। लेकिन

More Books : www.The-Gyan.in

यह unit सच में भी रटने वालों के लिए बनी ही नहीं है ।जो भी इस unit को रटने की कोशिश करेगा, वह स्टूडेन्ट बस अपना समय बर्बाद करेगा।तो अच्छा होगा कि आप रटने की बजाय इस unit को समझें ।इस unit से 8-9 प्रश्न पूछे जाते हैं। चैप्टर Transport in Plants से 2 प्रश्न पूछे जाते हैं। Mineral nutrition in Plants Chapter से 2 प्रश्न पूछे जाते हैं। Macro & Micro nutrients को table बना कर बार-बार पढ़ें, जल्दी याद होगा। Photosynthesis in Higher Plants से Experimental based Question आ सकता है।इस चैप्टर से 2 प्रश्न पूछे जाते हैं। Respiration In Plants हांलाकि आता इस Plant की unit में है पर इसके Basics Microbes और Animals(including Humans) पर भी लागू होते हैं। इस चैप्टर से 2 Conceptual और 1 Direct Question मिल सकता है। Plant Growth & Development चैप्टर से सबसे अधिक चांस PGR(हॉर्मोन्स)के प्रश्न आने की होती है।इस चैप्टर से 2 प्रश्न पूछे जाते हैं।

Unit-5 Human Physiology

इस Unit में 7 चैप्टर्स आते हैं। इसका Weightage 12 से 14 Questions का होता है। यदि Recent years की बात की जाए तो इन टॉपिक्स से हर साल Question आते ही हैं जैसे - Volume & Capacities from Breathing & exchange of gases chapter, ECG, Urine formation & regulation,Generation of nerve impulse & Nerve impulse transmission. यदि Glands की बात करें तो Pituitary, Adrenal और Thyroid gland से 1 प्रश्न आता है। Eye और Ear टॉपिक्स से Alternative year में Question पूछे जाते हैं। Locomotion & Movement चैप्टर में Skeletal system या Joints से 1 और Muscle contraction से 1 प्रश्न पूछा जाता ही है। वैसे तो यह unit हर NEET aspirant की फेवरिट होती है क्योंकि वह इसे अपने से Connect कर पाता है। इसलिए इस unit के प्रश्न सही भी कर पाता है।

Unit-6 Reproduction

इस unit से 7-9 प्रश्न पूछे जा सकते हैं। जिसमें 4 चैप्टर आते हैं। चैप्टर Reproduction in Organisms से पिछले कुछ सालों से 2 प्रश्न पूछ लिए जाते हैं जो प्राय : आसान होते हैं। Reproduction in Flowering Plants चैप्टर से direct और conceptual दोनों तरह के कुल 3-4 प्रश्न पूछे जाते हैं। Human Reproduction Chapter से 3-4 प्रश्न Direct या Diagram Based पूछे जाते हैं जिसके लिए आपकी Conceptual clearity होना जरूरी है।इस chapter से 1 प्रश्न Hormone पर पूछा जाता है। Reproductive Health से भी पिछले कुछ सालों से 2 प्रश्न आसानी से पूछ लिए जाते हैं।

More Books : www.The-Gyan.in

Unit - 7 Genetics and Evolution

मार्क्स और Weightage की बात की जाए तो Biology ही नहीं, पूरे नीट में तीनों subjects को मिलाकर देखने पर भी यह वो unit है जिससे 13-14 प्रश्न आते हैं जो कि सबसे ज्यादा है। इस unit में 3 चैप्टर्स हैं। Principles of Inheritance & Variation चैप्टर से लगभग 5 प्रश्न से आने की चांस होती ही है। Molecular Basis of Inheritance भी ऊपर लिखे चैप्टर की तरह ही Conceptual और Important होता है। इन दोनों चैप्टर्स को भी रटने के बजाए समझने में ही समझदारी एवं फायदा है। इस चैप्टर से Scientist और Experiment Based प्रश्न सहित कुल 5 प्रश्न आने की चांस रहती है। Evolution चैप्टर से 2-3 प्रशन आ सकते हैं। इस चैप्टर में Geological Time Scale के Diagram / Graphical representation को अच्छे से समझना और Analyse करना चाहिए।

Unit- 8 Biology and Human Welfare

Comparatively यह एक छोटी और आसान unit है। इस unit में 3 चैप्टर्स आते हैं। Human Health and Diseases चैप्टर से 2 से 3 प्रश्न आ सकते हैं। जिनमें conceptual clearity का होना जरूरी है। Strategies for Enhancement in Food Production चैप्टर से कुल मिलाकर 1 से 2 प्रश्न आते हैं। Microbes in Human Welfare एक छोटा चैप्टर होने के साथ ही कुछ समय से नीट में Important भी हो गया है। जहां पहले इस चैप्टर से 1 से 2 प्रश्न आते थे वहीं Recent years में 4 प्रश्न भी इस एक चैप्टर से आए हैं। अधिकतर इस चैप्टर से Match the column type प्रश्न आने की चांस रहती है।

Unit- 9 Biotechnology

पूरे Biology सब्जेक्ट की सबसे छोटी unit यही है, क्योंकि इसमें बस 2 चैप्टर्स ही आते हैं। इस unit को भी केवल समझकर ही Concept clear किए जा सकते हैं, रटकर नहीं। चैप्टर Biotechnology : Principles & Processes को प्रेक्टिकल Approach से समझा जा सकता है। Better है कि इस चैप्टर को पहले Teacher से अच्छे से समझें, उसके बाद NCERT से पढ़ें। यहाँ से 1&2 Concept based या Practical approach Question मिल सकते हैं। Biotechnology & its Application चैप्टर से भी 1-2 प्रश्न पूछे जाते हैं। इनके लिए भी Concept को समझना बहुत जरूरी है।

More Books : www.The-Gyan.in

Unit - 10 Ecology

4 चैप्टर वाली इस unit से 9-12 प्रश्न पूछे जाते हैं। इस unit में अधिकतर याद रखने वाला Data होता है और Examples होते हैं। चैप्टर Organisms & Population से 2-3 प्रश्न पूछे जा सकते हैं। Ecosystem चैप्टर से 2 प्रश्न पूछे जा सकते हैं। Biodiversity & Conservation में बहुत सारा Data है जिसे याद रखना होता है। इस चैप्टर से 2 प्रश्न पूछे जाते हैं। इस unit और पूरी Biology NCERT का Last चैप्टर है Environmental Issues. यह चैप्टर चूंकि current issues पर आधरित है जो हमारे जीवन से सीधे तौर पर जुड़ा है इसलिए Recent Years में इस चैप्टर से हर साल 3-4 प्रश्न तक पूछ लिये गये हैं। Air, Water, Soil pollution, Types of Pollutants जो कि NCERT में नहीं है लेकिन NCERT example Book में दिया गया है, यहां से भी प्रश्न पूछे जाते हैं।

Biology का नीट में Recent years का पैटर्न देखें तो हमें समझ आएगा कि 15-16 प्रश्न कॉलम मिलान (Match the Column type) के आने लगे हैं। कुछ छोटे चैप्टर्स का Weightage बढ़ गया है। NEET-2019 में तो Photosynthesis और Organisms and Population जैसे Important चैप्टर्स से एक भी प्रश्न नहीं पूछा गया था। Direct और आसान प्रश्नों का Weightage बहुत ज्यादा बढ़ गया है। इसलिए NCERT के बाहर का पढ़ने से आपका बस समय बर्बाद होता है और बर्बाद होती है आपकी मेहनत, कम हो जाते हैं आपके मार्क्स।

हाँ यह जरूरी है कि NCERT के अलावा आप NCERT Examplar Book के दिए हुए प्रश्न और उनमें दिए गए NCERT से बाहर के Topics को जरूर पढ़ें क्योंकि शुरूआत में हमने जो 3-5% NCERT के बाहर के Questions की बात की थी, वो यहीं से आते हैं। साथ ही ऐसे 1-2 प्रश्न Last 10 years के NEET, Kerala PMT, AIIMs आदि के पेपर्स से "As it is" आ जाते हैं जिन्हें स्टूडेंट Out of NCERT समझता है जबकि Previous Year Papers (खासकर 10 वर्षों के) आप के लिए 360 में से 360 लाने के लिए बहुत जरूरी हो जाते हैं। जब आप इन 3-5% Questions को NCERT Examplar और Previous year Questions से सॉल्व कर लेंगे, तो 360 मार्क्स आपकी मुट्ठी में तो नहीं, पर आपके Result में जरूर आएंगे।

JEET4 SWEET

More Books : www.The-Gyan.in

5 Ideas- जिससे आपकी फिजिक्स बेहतरीन बनेगी

33

1. Basic Mathematics :- देखा जाए तो फिजिक्स और मैथ्स आपस में भाई बहन की तरह हैं। जिसकी मैथ्स पर अच्छी पकड़ होती है, उसकी फिजिक्स की समझ भी बेहतर होती है। JEE Advanced में तो पूछे जाने वाले फिजिक्स के सवाल बिना अच्छी मैथ्स की नॉलेज के आप सॉल्व ही नहीं कर सकते। NEET के विद्यार्थियों के लिए देखा गया कि जो विद्यार्थी 11th class में हमें बहुत शुरूआती बैच में ही join कर लेते हैं, उनका फिजिक्स का स्कोर हमेशा बेहतर रहता है। इसका मुख्य कारण यह है कि शुरूआती समय में वे Basic Mathematics को ज्यादा समय दे पाते हैं, जिससे फिजिक्स के प्रति उनका रवैया बदल जाता है और वो ज्यादा तेजी से सवालों को सॉल्व कर पाते हैं। मतलब अगर आप Vectors (सदिश) और Basic Mathematics में महारत हासिल कर लेते हैं तो आपका फिजिक्स का डर हमेशा-हमेशा के लिए खत्म हो जायेगा, आप फार्मूला रटना बन्द कर, अब फिजिक्स को समझना चाहेंगे।

2. Solved Example:- आपको पता ही है कि मैं कभी भी टॉपर्स को रैंकर्स बनाने पर काम नहीं करता, मेरा एकमात्र मिशन Average Students को रैंकर्स बनाना है ।इस किताब में लिखा गया हर एक Article मेहनती विद्यार्थियों को समर्पित है, चाहे पढ़ने में वो कितने भी सामान्य क्यों ना हो !
फिजिक्स के किसी भी चैप्टर की थ्योरी पढ़ने के बाद भी अगर आप Module के सवाल या PYQs नहीं कर पाते हैं, तो आपको ज्यादा से ज्यादा Solved Example पढ़ने चाहिए। वैसे तो कहा जाता है कि पढ़कर आप ड्राइविंग, स्विमिंग, मैथ्स या फिजिक्स नहीं सीख सकते और इसमें कोई सन्देह भी नहीं है, लेकिन फिर भी Solved Example पढ़ने का तरीका मैंने बहुत ज्यादा प्रभावी पाया है और बहुत कमजोर विद्यार्थी भी इसकी वजह से अपना फिजिक्स का स्कोर जबरदस्त तरीके से बढ़ा पाऐ हैं।

More Books : www.The-Gyan.in

3. Concept is Everything:- फिजिक्स में सारे सवाल ही न्यूमेरिकल टाइप नहीं आते हैं, बहुत सारे सवाल थ्योरी पर आधारित होते हैं, जिससे आपकी Conceptual clarity का पता लगता है । जैसे कि दो charged spheres को Contact में लाने पर उनका potential same हो जाता है। याद रखिये कॉन्सेप्ट कहीं मात नहीं खाते, ये हर जगह Apply होते हैं और इनकी सहायता से Question सॉल्व करना मजाक हो जाता है। ज्यादातर समय आप Concepts को फिजिक्स के laws के द्वारा समझते हैं, पर कुछ आपके पास ऐसे कॉन्सेप्ट्स होते हैं जिनका महत्व laws के बराबर ही होता है। कुल मिलाकर आपको कॉन्सेप्ट्स पर तो काम करना ही पड़ेगा, चाहे जो हो जाये ।

4. Practice is Valuable:- देखिए फिजिक्स और मैथ्स को सीखने में समय लगता है, लेकिन एक बार समझ विकसित होने के बाद वो आपका साथ कभी भी नहीं छोड़ती है। जबकि ओर्गेनिक, इनओर्गेनिक कैमेस्ट्री और बॉयोलोजी समझना तो ज्यादा मुश्किल नहीं है, फिर भी ये सब्जेक्ट आपको बार-बार पढ़ने ही पड़ेंगे ताकि आपको कांटेट याद रह पाए। फिजिक्स में इन्वेस्ट किया गया समय आपको बेहतरीन रिटर्न देता है और फिजिक्स में इन्वेस्ट करने का एक मात्र तरीका है प्रेक्टिस, ज्यादा से ज्यादा प्रेक्टिस ।

अधिकतर समय ज्यादातर विद्यार्थी टेस्ट से 2-3 दिन पहले पढ़ना शुरू करते हैं और उस समय मार्क्स के लिए या उनकी अपने सहपाठियों के बीच इज्जत बची रहे, इस सोच के साथ पढ़ते हैं, और इसके लिए वे सबसे आसान सब्जेक्ट को याद करके चले जाते हैं। एक बात हमेशा याद रहनी चाहिए, कि घाव को ढ़कने से घाव कभी ठीक नहीं होता। अगर आपको वास्तविकता में सिलेक्शन चाहिये तो शुरू से ही यानी एक टेस्ट के खत्म होते ही आपको मेहनत चालू करनी होगी, तभी आप कठिन सब्जेक्ट में बेहतर प्रदर्शन कर पाएंगे, क्योंकि प्रेक्टिस समय मांगती है और फिजिक्स, मैथ्स जैसे सब्जेक्ट आपको बिना प्रेक्टिस नहीं आयेंगे ।

5. Physics is process, not an incident:- फिजिक्स किसी एक घटना का नाम नहीं है, जो एकदम से हो जायेगी, यह एक घटनाक्रम है जिसमें समय लगेगा। लगातार Practice, Doubt discussion, Regular classes और पूरे समर्पण के साथ आपको मेहनत करनी ही होगी और ये काम किसी टेस्ट या एग्ज़ाम से कुछ समय पहले नहीं, बल्कि शुरूआत में ही पूरी शिद्दत से करना पड़ेंगें ।

More Books : www.The-Gyan.in

मैथ्स की बेहतरीन तैयारी कैसे होगी ?

14

Maths दुनिया की उस सब्जेक्ट का नाम है, जिसे बिना पेन चलाये सीख नहीं सकते, यहाँ पढ़ने से कई गुना ज्यादा जरूरी है पेन चलाना, हर रोज चलाना और तब तक चलाना है, जब तक उंगलियाँ ना घिस जाये। प्रेक्टिस, प्रेक्टिस और सुबह से रात तक प्रेक्टिस सबसे बड़ा मंत्र है, Maths को बेहतर बनाने का। मैं तो यह मानता हूँ कि जो बच्चा इतनी ज्यादा प्रेक्टिस करता है कि हर रोज उसका । पेन खत्म होता है वो हिन्दुस्तान की किसी भी IIT में जा सकता है। NEET और JEE की तैयारी में यही सबसे बड़ा अन्तर है कि JEE में रैंक इसी बात पर depend करता है कि आपने practice में कितने पेन खत्म किये हैं। जब-जब आप पेन को पेपर पर घिसेंगे, आपके दिमाग में Maths के लिए चमक बढ़ती जायेगी। एक और बात Question practice के समय पूरे तन-मन से कोशिश किये बिना, किसी भी कीमत पर Solution नहीं देखना है। जो भी student, solution देखने को आखिरी ऑप्शन मानकर चलता है, समय के साथ उसका brain develop होता चला जाता है। आपका Brain या Muscles दोनों ही stress से develop होते हैं। जब-जब आप अपने Brain को Solution ना देखने का stress देंगे, आपका Brain Develop होकर खुद ब खुद आपके सामने Solution प्रस्तुत कर देगा।

देखिये, जो टॉपिक्स मैं आपको बताने जा रहा हूँ, इन टॉपिक्स में से JEE Advanced के तकरीबन- तकरीबन 80 प्रतिशत सवाल पूछे जाते हैं। ये टॉपिक्स हैं - 3 Dimensional Geometry, Vectors, Determinant & Matrices, Sequence & Series, Statistics, Quadratic Equation, Mathematical Logic, Height & Distance, Definite Integral &

More Books : www.The-Gyan.in

Area Under the Curve, Limits, Continuity & Differentiability Functions, Applications of Derivatives, Parabola, Complex Number, Binomial Theorem & M.I, Straight Line, Circle.

हालांकि मैथ्स में कोई चैप्टर विशेष strategy **नहीं होती है लेकिन फिर भी आप इन चीजों का इस्तेमाल अपनी तैयारी को बेहतर करने में कर सकते हैं।**

You can easily do it in the case of **Indefinite Integration** where you can easily differentiate the given four functions.

In the case of **Sequence and Series**, in most of the cases, an arbitrary value helps. If the question is based on 'n' then put arbitrary values of 'n' and verify it. If the question is related to AM-GM, you can take the limiting values i.e you can take all of them as equal.

In the case of **Coordinate Geometry**, make a rough graph and mark the points or try the points given in option so as to satisfy the equation.

Same way you can do it in **Trigonometry.** Suppose there are two variables A and B in given question, try to put suitable known values (say A=60 and B=45) in question to reduce it to some constant, then put same values in given options one by one, whichever option matches the desired value would be the correct answer.

More Books : www.The-Gyan.in

JEET की रणNEETI

फिजिक्स चैप्टर क्लासिफिकेशन

35

High Weightage With Low Input

- Heat & Thermodynamics
- Kinematics
- Semiconductors
- Current Electricity
- Magnetism
- Modern Physics
- Electromagnetic Waves

High Weightage With High Input

- Ray Optics
- Gravitation
- Properties of Matter
- Rotational Motion
- Centre Of Mass And Collision
- Oscillations
- Wave Optics
- Work, Energy and Power
- Electrostatics

Low Weightage With Low Input

- Electromagnetic Induction
- Alternating Current
- Error Analysis
- Units and Dimensions
- Capacitors

Low Weightage With High Input

- Circular Motion
- Fluid Statics & Dynamics
- Laws of Motion & Friction

More Books : www.The-Gyan.in

केमिस्ट्री चैप्टर क्लासिफिकेशन

36

High Weightage With Low Input

- Atomic structure
- Hydrocarbons
- Alcohols, Phenols and Ethers
- Haloalkanes and Haloarenes
- Chemical bonding
- Coordination compounds

High Weightage With High Input

- General organic chemistry
- Carbonyl compounds
- Mole Concept and Solutions
- Thermodynamics
- p-Block elements
- Ionic Equilibrium
- Electrochemistry
- Chemical kinetics
- Chemical Equilibrium

Low Weightage With Low Input

- Nitrogen containing compounds
- Periodic properties
- Nuclear Chemistry
- Surface Chemistry
- Environmental Chemistry
- Redox reactions
- Biomolecules and Polymers
- Carboxylic acids & its derivatives
- s-Block elements

Low Weightage With High Input

- Purification and characterization of organic compounds
- d- and f- block elements
- Solid state
- Metallurgy
- Qualitative analysis

More Books : www.The-Gyan.in

जूलॉजी चैप्टर क्लासिफिकेशन

37

High Weightage With Low Input

- Digestion and absorption
- Breathing & exchange of gases
- Excretory products & their elimination
- Microbes in human welfare

High Weightage With High Input

- Body fluids and circulation
- Neural control and coordination
- Chemical coordination & integration
- Human reproduction
- Evolution

Low Weightage With Low Input

- Structural organisation in animals
- Locomotion and movement
- Reproductive health

Low Weightage With High Input

- Animal kingdom
- Human health and disease

More Books : www.The-Gyan.in

बॉटनी चैप्टर क्लासिफिकेशन

38

High Weightage With Low Input

- Cell cycle and cell division
- Photosynthesis in higher plants
- Sexual reproduction in flowering plants
- Biotechnology & its application
- Biotechnology: principles & processes
- Organisms and population
- Ecosystem
- Environmental issues

High Weightage With High Input

- Biological Classification
- Plant Kingdom
- Morphology of Flowering plants
- Anatomy of flowering plants
- Cell : the unit of life
- Bio-molecules
- Respiration in plants
- Principles of inheritance & variation
- Molecular basis of inheritance
- Strategies for enhancement in food Production

Low Weightage With Low Input

- The Living World
- Transport in plants
- Mineral nutrition
- Plant growth & development
- Reproduction in organisms
- Biodiversity and conservation

More Books : www.The-Gyan.in

JEET की रणNEETI

मैथ्स चैप्टर क्लासिफिकेशन

39

High Weightage With Low Input

- 3 Dimensional Geometry
- Vectors
- Determinant & Matrices
- Sequence & Series
- Statistics
- Quadratic Equation
- Mathematical Logic
- Height & Distance

High Weightage With High Input

- Definite Integral & Area Under the Curve
- Limits, Continuity & Differentiability
- Functions
- Applications of Derivatives
- Parabola
- Complex Number
- Binomial Theorem & M.I
- Straight Line
- Circle

Low Weightage With Low Input

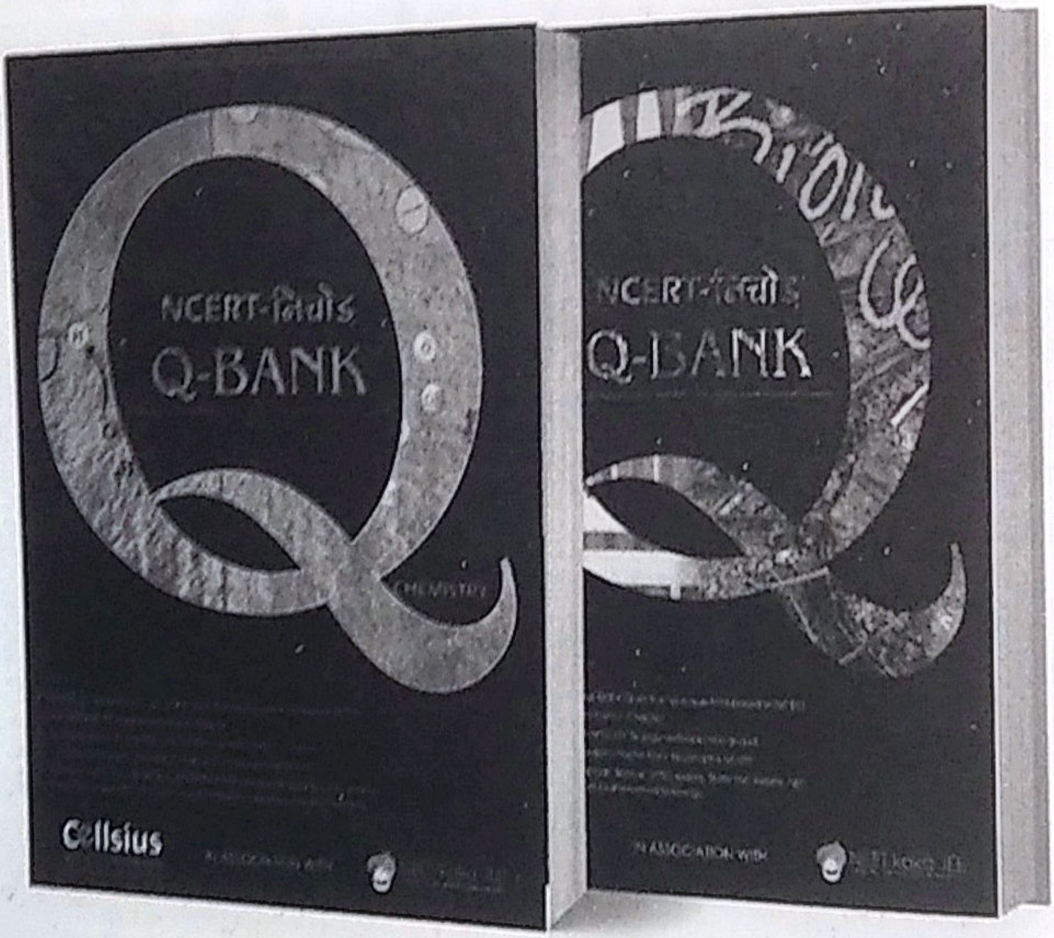
- Differential Equation
- Differentiation
- Trigonometric Equation
- Set & Relation
- Ellipse, Hyperbola

Low Weightage With High Input

- Trigonometric Ratio & Functions
- Properties of Triangle
- Permutation & Combination
- Indefinite Integral
- Probability

More Books : www.The-Gyan.in

THE GAME CHANGER BOOKS THOSE SPEAK LIKE A TEACHER



NCERT-निचोड़

Q-BANK

Available on amazon Flipkart

"The NEET Zero Error PYQs"

Zero Error

No.1 BRAND IN PYQs

The Most Amazing & Beautifully Designed NEET PYQs Book

Available on amazon Flipkart

JEET की रणNEETI

ABK Sir की Class में बैठना बिल्कुल सत्संग सुनने जैसा है, जहाँ जितना ज्ञान मिलता है उतने ही सुकून की भी अनुभूति होती है ।''जीत की रणनीति''पढ़ना भी बिल्कुल वैसा ही है ।

Abhishek - IITDelhi

मुझे जब खुद के सिलेक्शन की उम्मीद नहीं थी, तब ABK Sir और उनकी टीम ने मुझ पर भरोसा जताया था, ''जीत की रणनीति'' भी आपको तब खुद पर भरोसा दिलाएगी जब आपको अपने आप संदेह होने लगे ।

Saurav Singh - MAMC Delhi

ABK Sir ने जीत की रणनीति लिखने के दौरान एक Article मुझे भेजा था और वो एक आर्टिकल ही इतना जबरदस्त था कि आपका पूरा Mental Attitude ही बदल दे। सभी विद्यार्थियों को बहुत-बहुत बधाई कि एक महान गुरू की किताब वो पढ़ पा रहे है ।

Akhil - SMS, Jaipur

NEET और JEE की तैयारी करने वाला हर विद्यार्थी के लिए यह किताब, गीता समान है, ABK Sir की Class में बैठने का सौभाग्य मुझे प्राप्त नहीं हो सका, पर उनके विडियोज् की प्रेरणा से अपनी परीक्षा में बेहतर कर पाया ।

Shubham - KGMC

JEET की रणNEETI

Available on

amazon & Flipkart

यह किताब लाखों विद्यार्थियों के लिए नहीं, सिर्फ उस एक विद्यार्थी के लिए है जो इसे पूर्ण समर्पण भाव से फॉलो कर सके !

Dr. Abhimanyu Kumawat (ABK Sir)
Student Coach | Exam Preparation Expert
Director at Cellsius Institute, Ajmer (Raj.)
Founder at NEET kaka JEE

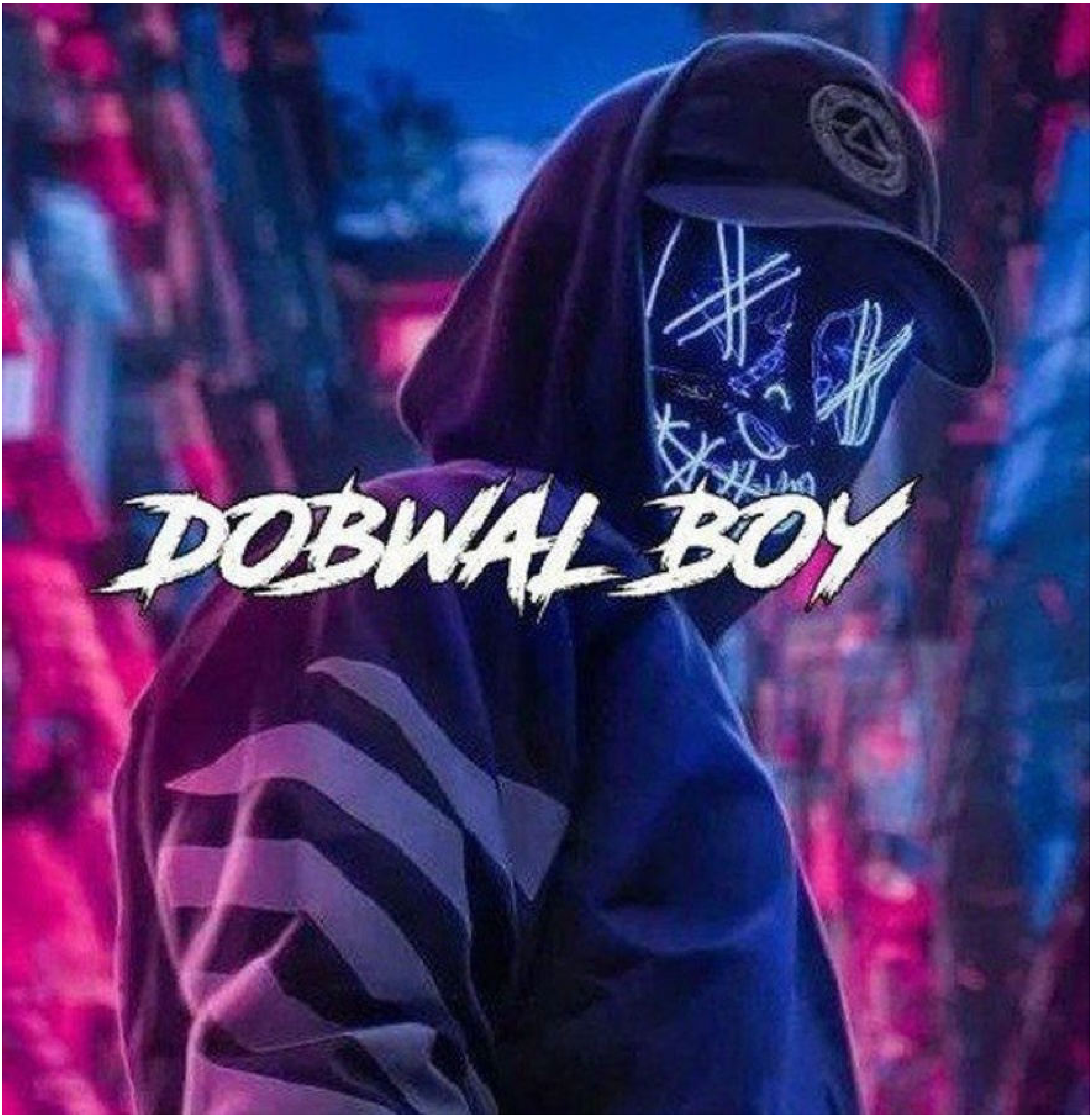
मेरी ज़िन्दगी का उद्देश्य कभी भी लाखों लोगों तक पहुँचना नहीं रहा, मैं हमेशा सोचता हूँ कि सिर्फ किसी एक को इस तरह से मोटिवेट और मार्गदर्शित किया जाए कि वह लाखों लोगों पर भारी पड़े। भगवान श्रीकृष्ण ने जब गीता का ज्ञान दिया तो उसे सुनने वाला सिर्फ अर्जुन ही था, आज करोड़ों लोग गीता सुनते और पढ़ते हैं। इस किताब को लिखते वक्त मैंने यह कभी नहीं सोचा कि इसको लाखों तक पहुँचाया जाये, उद्देश्य सिर्फ एक था जिस किसी तक भी यह पहुँचे, वो इतना काबिल बन सके कि अपनी मेहनत और तैयारी के दम पर टॉप रैंक लाकर ही दम लें। 'जीत की रणनीति' किताब एक बार में पढ़कर एक तरफ रखने के लिए नहीं है, बल्कि इसे तब–तब पढ़ना है, जब–जब आप हताश हों, अपने आप पर संदेह होने लगे और अपनी तैयारी को लेकर असमंजस में रहें। हर बार यह किताब आपको वापस खींचकर पूरे जोश के साथ स्टडी टेबल पर लाएगी। मुझे पूरी उम्मीद है कि आने वाले समय के टॉप रैंकर्स के लिए यह किताब JEE और NEET की तैयारी के लिए गीता समान वरदान साबित होगी।

JEET की रणNEETi

Copyright © 2021
Cellsius Eduventure & NEET kaka JEE

M.R.P. - 250/-

More Books : www.The-Gyan.in



More Books : www.The-Gyan.in