SMT. REWABEN MANOHARBHAI PATEL
MAHILA KALA MAHAVIDYALAYA, BHANDARA
Behind B.D.C.C. Bank, Civil Line, Bhandara - 441 904. (M.S.)
Ph.: 07184-299247, Email : rmpcollege@rediffmail.com

Ref.No: RMPC /

Date :

3.3.1 Number of research papers per teachers in the Journals notified on UGC website during the last five years.

Response : 01.37

3.3.1.1. Number of research papers in the Journals notified on UGC CARE year wise during the last five years

Year	2017-18	2018-19	2019-20	2020-21	2021-22
Number	6	8	20	23	20

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya
Bhandara

Scanned with CamScanner

3.3.1 Number of research papers per teachers in the Journals notified on UGC website during the last five years.

Title of paper	Name of the author/s	Department of the teacher	Name of journal	Year of publication	ISSN number	Link to the recognition in UGC enlistment of the Journal /Digital Object Identifier (doi) number		
						Link to website of the Journal	Link to article/paper/abstract of the article	Is it listed in UGC Care list/Scopus/Web of Science/other, mention
Paripath Prashikshanamule Khelhadu madhil Sharirik Kshamtemadhe Honare Badal : Ek Abhyas	Dr. N.P. Borkar	Physical Education	Vidyawarta	2017-18	2319-9318	www.vidyawarta.com		Yes
Sangitacha Prachar ani Prasarakarita Redio, Durdarshanche Yogdan	Dr. Rahul Bhore	Music	Vidyawarta	2017-18	2319-1918	www.vidyawarta.com		Yes
Gazal Gaykicha Prawas	Dr. Rahul Bhore	Music	Kala Drishti	2017-18	2278-5256	dakmnagpur.in		Peer Reviewed
PICHLE 10 VARSHO ME BHARTIYA SANGEET ME BADALTE RUJHAN	DR. SHWETA VEGAD	MUSIC	Kala Drishti	2017-18	2278 5256	dakmnagpur.in		Peer Reviewed
SHASTRIYA SANGEET KE PRACHAR EVAM UNNATI KE LIYE DRUK SHRAVYA MADHYAMO KA YOGDAN	DR. SHWETA VEGAD	MUSIC	VIDYAVARTA	2017-18	2319 9318	www.vidyawarta.com		yes
RASHTRASANT TUKDOJI MAHARAJ AND HIS MUSICAL CONTRIBUTION	DR. SHWETA VEGAD	MUSIC	DARJ	2017-18	0975 590X			
Paripath Prashikshanachi Gati, Shakti, Chapalhata, Sahanshiltaya Sharirik Ghatkawar Padnara Prabhaw	Dr. N.P. Borkar	Physical Education	Aayushi	2018-19	2349-638X	www.aiirjournal.com		yes
Bhandara Jilhyatil Gramin Bhagatil Aadhari Sanrachanecha Vikas	Dr. Kailas Ishwarkar	Geography	Ajanta	2018-19	2277-5730	www.sjifactor.com		yes
Shashtriya Sangitat Upshashtriya Sangit Prakar Mhanun Thumriche Mahatwa	Dr. Rahul Bhore	Music	Ajanta	2018-19	2277-5730	www.sjifactor.com		yes
Fujan Music	Dr. Rahul Bhore	Music	Research Journey	2018-19	2348-7143	www.researchjourney.net		yes
SANGEET DWARA TANAV PRABANDHAN	DR. SHWETA VEGAD	MUSIC	RESEARCH JOURNEY	2018-19	2348-7143	www.researchjourney.net		yes
IMPORTANCE OF THUMRI AS SUB CLASSICAL TYPE IN CLASSICAL MUSIC	DR. SHWETA VEGAD	MUSIC	AJANTA	2018-19	2277 5730	www.sjifactor.com		yes
Prabandh Kavyo me Shriyo ki Urjaswit Bhumika	Dr. Madhulata Vyas	Hindi	Literacy Voice Vol. 8	2018-19	2277-9949	dakmnagpur.in		Peer Reviewed
Kaushalya Vikas Aur Vyaktitwa	Dr. Madhulata Vyas	Hindi	Literacy Voice Vol. 7	2018-19	2277-9949	dakmnagpur.in		Peer Reviewed
Manik Banduji Bramhbhat te Wandaniya Rashtrasant Tukdoji Maharaj : Ek Jiwan Prawas	Dr. N.P. Borkar	Physical Education	Ajanta	2019-20	2277-5730	www.sjifactor.com		yes
Rashtrasantacha Sangit Vishayak Drushtikon	Dr. Rahul Bhore	Music	Ajanta	2019-20	2277-5730	www.sjifactor.com		yes
Sangit ke Kshetra me Gajaloka Yug	Dr. Rahul Bhore	Music	Kala Drushti	2019-20	2278-5256	dakmnagpur.in		Peer Reviewed
Mahatma Gandhi Yanche Tatwadnyan : Ahinsa, Asahkar, Satyagrah	Prof. Varsha Meshram	Library	Research Journey	2019-20	2348-7143	www.researchjourney.net		yes
DAINANDIN SANGEET - LOKSANGEET KI CHATA	DR. SHWETA VEGAD	MUSIC	KALA DRUSHTI	2019-20	2278 5256	dakmnagpur.in		Peer Reviewed

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

RAAGANG PRANALI TATHA USKA UTTAR BHARTIYA SANGEET ME MAHATVA	DR. SHWETA VEGAD	MUSIC	KALA DRUSHTI	2019-20	2278 5256	dakmnagpur.in		Peer Reviewed
21 VI SADI KE YUVAON KA SHASTRIYA SANGEET KE PRATI RUJHAN TATHA PRAYOGDHARMITA	DR. SHWETA VEGAD	MUSIC	VIDYAVARTA	2019-20	2319 9318	www.vidyawarta.com		yes
RASHTRASANT KA SANGEET VISHAYAK DRUSHTIKON	DR. SHWETA VEGAD	MUSIC	AJANTA	2019-20	2277 5730	www.sjifactor.com		yes
Mahatma Gandhi and Sarvodaya	Dr. Ranjana Shrungarpure	Political Science	Research Journey	2019-20	2348-7143	www.researchjourney.net		yes
Undurstanding One's Emotions	Dr. Ranjana Shrungarpure	Political Science	B. Aadhar	2019-20	2278-9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
Human Right and Domestic Violence	Dr. Ranjana Shrungarpure	Political Science	B. Aadhar	2019-20	2278-9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
Marathi-Hindi Bhasha ka Samanvay : Jansampark hi Badhate Hai Bhasha Mel	Dr. Madhulata Vyas	Hindi	JETIR	2019-20	2349-5162	www.jetir.org		Peer Reviewed
Vartaman Paripreksh Me Kshetriya Bhasha Aur Hindi	Dr. Madhulata Vyas	Hindi	IJCRT	2019-20	2320-2882	www.ijecr.org		Peer Reviewed
Filmo me Naitik Mulya Ewam Rashriya Jagaran	Dr. Madhulata Vyas	Hindi	JETIR	2019-20	2349-5162	www.jetir.org		Peer Reviewed
Manushya ki Mul Sanvedanaye Aur Uska Naitik Vikas	Dr. Madhulata Vyas	Hindi	IJCRT	2019-20	2320-2882	www.ijecr.org		Peer Reviewed
Bachpan ki Swatantra Sonch : Mahapurusho ke Samajik Sandarbha Me	Dr. Madhulata Vyas	Hindi	B. Aadhar	2019-20	2278-9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
Mahatma Gandhi Ka Drustikon Evam Prabandhakiya Kaushalya	Dr. Madhulata Vyas	Hindi	B. Aadhar	2019-20	2278-9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
Atamawlokan : Vikas ki Pahali Prakriya	Dr. Madhulata Vyas	Hindi	B. Aadhar	2019-20	2278-9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
Gandhiji ka Swawalamban	Dr. Madhulata Vyas	Hindi	Research Journey		2348-7143	www.researchjourney.net		yes
Mithkiya Alochana ke Vividh Aayam	Dr. Madhulata Vyas	Hindi	Inter. Journala of Hindi Research	2019-20	2455-2232	www.hindijournal.com		Peer Reviewed
Nirogi Rahanyakarita Pranayam	Dr. N.P. Borkar	Physical Education	Multi. Social Science & Humanities : Social Issues And Problems	2020-21	2278-3199	www.snmorcollegetumsar.com		Peer Reviewed
Paripath Prashikshanacha Kheladuchya Sharirik Kshamtechya Ghatkawar Padnarya Prabhawache Adhyayan	Dr. N.P. Borkar	Physical Education	Research Journey	2020-21	2348-7143	www.researchjourney.net		yes
Nutrition And Sport Performance	Dr. N.P. Borkar	Physical Education	B.Aadhar	2020-21	2278-9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
Hindusthani Sangitamadhe Harmonium : Ek Lokpriya Wadya	Dr. Rahul Bhore	Music	Kaladrushti	2020-21	2278-5256	dakmnagpur.in		Peer Reviewed
Marathi Gazalche Sarthi Gazalnawaz Bhimrao Panchalhe	Dr. Rahul Bhore	Music	B.Aadhar	2020-21	2278-9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
Gramgitetil Jiwanmulya Vishayak Vichar	Prof. Varsha Meshram	Library	Ajanta	2020-21	2277-5730	www.sjifactor.com		yes
Knowledge Management System in Academic Library	Prof. Varsha Meshram	Library	Vidyawarta	2020-21	2319-9318	www.vidyawarta.com		yes
Role of Academic Library in Covid -19	Prof. Varsha Meshram	Library	N. Research Journal of Soc.Science	2020-21	27815	www.snmorcollegetumsar.com		Peer Reviewed
ICT Aplication in Academic Libraries	Prof. Varsha Meshram	Library	Ajanta	2020-21	2277-5730	www.sjifactor.com		yes
Braj ka Bhakti Sangit	DR. SHWETA VEGAD	MUSIC	AADHAR	2020-21	2278 9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
Gharanoke Badalte Aayam	DR. SHWETA VEGAD	MUSIC	Aayushi	2020-21	2349-638x	www.aiirjournal.com		yes

Officiating Principal
Smt. Rewabe Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Coordinator IQAC
Smt. Rewabe Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

SANGEET AUR MAN	DR. SHWETA VEGAD	MUSIC	KALA DRUSHTI	2020-21	2278 5256	dakrmnagpur.in		Peer Reviewed
The Awareness of First Aid	Dr. Ranjana Shrungarpure	Political Science	B. Aadhar	2020-21	2278-9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
Role of NGO and Human Rights	Dr. Ranjana Shrungarpure	Political Science	B. Aadhar	2020-21	2278-9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
Health and Human Rights	Dr. Ranjana Shrungarpure	Political Science	B. Aadhar	2020-21	2278-9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
Contribution of NGO's in the Development of Women	Dr. Ranjana Shrungarpure	Political Science	B. Aadhar	2020-21	2278-9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
Women Empowerment & Directive Principles of State Policy	Dr. Ranjana Shrungarpure	Political Science	B. Aadhar	2020-21	2278-9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
India's Act East Policy	Dr. Ranjana Shrungarpure	Political Science	B. Aadhar	2020-21	2278-9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
Women Empowerment & Government Scheme	Dr. Ranjana Shrungarpure	Political Science	B. Aadhar	2020-21	2278-9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
Empowerment of Women	Dr. Ranjana Shrungarpure	Political Science	B. Aadhar	2020-21	2278-9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
Indian Education Policy : Merits & Demerits	Dr. Ranjana Shrungarpure	Political Science	B. Aadhar	2020-21	2278-9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
The Contribution of Women in Fabric of India	Dr. Shirish S. Nakhate	Economics	B. Aadhar	2020-21	2278-9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
Shiksha Ka Vaicharik Paksh Aur Wastavikta : Ek Vivechan	Dr. Madhulata Vyas	Hindi	IJCRT	2020-21	2320-2882	www.ijcrt.org		Peer Reviewed
Nirogi Arogyasathi Vyayamache Mahatwa	Dr. N.P. Borkar	Physical Education	Multi. Social Science & Humanities : Social Issues And Problems	2021-22	2278-3199	www.snmorcollegetumsar.com		Peer Reviewed
Sharirika Kshamata Wadhvinyasathi Pranayamache Mahatwa	Dr. N.P. Borkar	Physical Education	B.Aadhar	2021-22	2278-9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
Land Utilization of Bhandara City : Other Uses of Land	Dr. K.U. Ishwarkar	Geography	Bhugolshashtra Patrika	2021-22	0971-6785	mppune.org.in		Peer Reviewed
Pandit Kumar Gandharwa : Divyanand	Dr. Rahul Bhore	Music	Aayushi	2021-22	2349-638X	www.aiirjournal.com		yes
Uccha Shikshan Sansthano me Sangit	Dr. Rahul Bhore	Music	B. Aadhar	2021-22	2278-9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
Manshik & Sharirik Arogyasathi Yoga & Sangit	Dr. Rahul Bhore	Music	B. Aadhar	2021-22	2278-9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
Information Technology and Academic Library	Prof. Varsha Meshram	Library	Research Journey	2021-22	2348-7143	www.researchjourney.net		yes
E-Learning in Libraries	Prof. Varsha Meshram	Library	Knowledge Resonance	2021-22	2231-1629	www.knowledgeresonance.com		Peer Reviewed
Role of Academic Library in IT Environment	Prof. Varsha Meshram	Library	National Research Journal of Social Sci. & Humanities	2021-22	2278-3199	www.sjifactor.com		Peer Reviewed
Social Media and Academic Library	Prof. Varsha Meshram	Library	National Research Journal of Social Sci. & Humanities	2021-22	2278-3199	www.sjifactor.com		Peer Reviewed
SANGEET AUR ADHYATMIKTA	DR. SHWETA VEGAD	MUSIC	B AADHAR	2021-22	2278 9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
ROLE OF YOGA AND PRANAYAM IN LIFE OF PERFORMING ARTIST	DR. SHWETA VEGAD	MUSIC	B AADHAR	2021-22	2278 9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
Indian Education Policy : Merits & Demerits	Dr. Ranjana Shrungarpure	Political Science	Aayushi	2021-22	2349-638X	www.aiirjournal.com		yes
Life Style Changes and It's Effect on Immunity	Dr. Ranjana Shrungarpure	Political Science	B. Aadhar	2021-22	2278-9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
Women's Right Status & Goal : Role of Media in Women Empowerment	Dr. Shirish S. Nakhate	Economics	B. Aadhar	2021-22	2278-9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed

Coordinator, IQAC
Smt. Rewabai Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewabai Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Directive Principles of State & Policy Making Expectation & Reality Women Empowerment	Dr. Shirish S. Nakhate	Economics	B. Aadhar	2021-22	2278-9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
Stress Management in Librarianship	Dr. Shirish S. Nakhate	Economics	Research Nebula	2021-22	2277-8071	www.ycjournal.net		
75 Years Years of Indian Economy : Status & Goals Problems of Marginalized Sections	Dr. Shirish S. Nakhate	Economics	B. Aadhar	2021-22	2278-9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
When Words fail, Music of Peace Rules the World : Translation of Omprakash Shiv's Poetry Into English	Dr. Chandrashekhar Sharma	English	Knowledge Resonance	2021-22	2231-1629	www.knowledgeresonance.com		Peer Reviewed
Smoke : Poetic / Dramatic Trans-Creation of Padma Sachdeva's Short Story Dhuaan Into English	Dr. Chandrashekhar Sharma	English	Langlit	2021-22	2349-5189	www.langlit.org		Peer Reviewed
SWATANTRA BHARAT ME SANGEET ADHYAYAN	DR. SHWETA VEGAD	MUSIC	B AADHAR	2022-23	2278 9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
Nirmal Gram Purashkar	Dr. Ranjana Shrungarpure	Political Science	B. Aadhar	2022-23	2278-9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
75 Years Years of Indian Economy : Opportunies and Challengess Opportunities in Agriculture Inustrial And Service Sectors	Dr. Shirish S. Nakhate	Economics	B. Aadhar	2022-23	2278-9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
75 Years Years of Indian Economy : Opportunies and Challengess : Problems of Employees Womens	Dr. Shirish S. Nakhate	Economics	B. Aadhar	2022-23	2278-9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
75 Years Years of Indian Economy : Opportunies and Challengess : Problems & Solution to Poverty in India	Dr. Shirish S. Nakhate	Economics	B. Aadhar	2022-23	2278-9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed
Landuse of Bhadara City : Other Landuse	Dr. Kailas U. Ishwarkar	Geography	B. Aadhar	2022-23	2278-9308	www.aadharsocial.com		Peer Reviewed

Coordinator ...
Smt. Rewab... Patel
Mahila Kala ... ...yalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

2017-18

MAH MUL/03051/2012
ISSN: 2319 9318
UGC Approved Sr.No.62759
Vidyawarta®
Jan. To March 2018
Issue-22, Vol-16
01

MAH/MUL/ 03051/2012 ISSN :2319 9318

आंतरविद्याशाखीय बहुभाषिक संशोधन पत्रिका

विद्यावार्ता

Jan. To March 2018
Issue-22, Vol-16

Date of Publication
15 March 2018

Editor
Dr. Bapu g. Gholap
(M.A.Mar.& Pol.Sci.,B.Ed.Ph.D.NET.)

विद्येविना मति गेली, मतीविना नीति गेली
नीतिविना गति गेली, गतिविना वित्त गेले
वित्तविना शूद्र खचले, इतके अनर्थ एका अविद्येने केले

-महात्मा ज्योतीराव फुले

विद्यावार्ता या आंतरविद्याशाखीय बहुभाषिक त्रैमासिकात व्यक्त झालेल्या मतांशी मालक, प्रकाशक, मुद्रक, संपादक सहमत असतीलच असे नाही. न्यायक्षेत्र:बीड

Printed by Harshwardhan Publication Pvt.Ltd. Published by Ghodke Archana Rajendra & Printed & published at Harshwardhan Publication Pvt.Ltd.,At.Post. Limbaganesh Dist.Beed -431122 (Maharashtra) and Editor Dr. Gholap Bapu Ganpat.

Reg.No.U74120 MH2013 PTC 251205
Harshwardhan Publication Pvt.Ltd.
At Post Limbaganesh,Tq.Dist.Beed
Pin-431126 (Maharashtra) Cell:07588057695,09850203295
harshwardhanpubl@gmail.com, vidyawarta@gmail.com
All Types Educational & Reference Book Publisher & Distributors / www.vidyawarta.com

Coordinator, IQAC
Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

MAH MUL/03051/2012
ISSN: 2319 9318
UGC Approved Sr.No.62759
Vidyawarta

13) Feminine diaspora: A reading of Sunetra Gupta's Memories of Rain
Dr. Neeharika Rawat, Rajkot. (Gujarat) || 64

14) GOODS AND SERVICES TAX IN INDIA
R.Satyanarayana Murthy, Machilipatnam, Krishna, A. P. || 70

15) The Media's Role in Protecting Youth
Dr. Neeharika Rawat, Dhoraji, Rajkot || 76

16) Tahsilwise Spatio-Temporal Change of Livestock & Agricultural Implements
Dr. Sanjay R. Sawate, Tq. Shirur Kasar, Dist. Beed. || 83

17) A STUDY OF TEACHER EFFECTIVENESS OF SECONDARY SCHOOL TEACHERS IN
Shivangi Nigam—Dr. Asha Rani Arora || 86

18) आपत्ती व्यवस्थापनात महिलांचे भूमिका
आवढाळ सी. आर., सिरसाट डी.डि. बीड || 90

19) कपालभाती व अनुलोम-विलोम प्राणायमाचा खो–खो खेळाडूच्या शशारीरिक....
प्रा.नाजुकराम दिनानाथ बनकर–प्रा.डॉ. संजय आगासे || 92

20) परिपथ प्रशिक्षणामूळे खेळाडू मधील शारिरिक क्षमतेमध्ये होणारे बदल:....
प्रा. नरेश पा. बोरकर–प्रा.डॉ. मृत्युंजय सिंग || 95

21) "माती आणि काजुद" या कथासंग्रहातील सामाजिक जाणिवांचा अभ्यास.
सौ. मानसी मंगेश चव्हाण, रत्नागिरी. || 98

22) डॉ.बाबासाहेब आंबेडकर आणि मानवी हक्क
पुष्पराज दशरथ गद्रे, घनकवडी, पुणे || 100

23) महाविद्यालयीन विद्यार्थीमध्ये 'एड्स' या रोगाबाबत असणारी साक्षरता
प्रा. रमेश विष्णू मोरे, रिसोड जि. वाशिम (महाराष्ट्र) || 103

24) पटसाधन केंद्रामार्फत राबविण्यात येणाऱ्या योजनांची अंमलबजावणी व त्यांचा परिणाम अभ्यासणे
श्री. मोरेश्वर मोतीराम सावळे–डॉ. देवानंदा पारस सांखला || 109

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

http://www.vidyawarta.com/03/ www.printingarea.blogspot.com

20

परिपथ प्रशिक्षणामूळे खेळाडू मधील शाररिक क्षमतेमध्ये होणारे बदल:एक अभ्यास

प्रा. नरेश पा. बोरकर
आर.एम.पटेल महाविद्यालय, भंडारा

प्रा.डॉ. मृत्युंजय सिंग
मार्गदर्शक/प्राचार्य
सी.जे. पटेल कॉलेज, तिरोडा, जि.गोंदिया

****

प्रस्तावना

शारीरिकदृष्टया धष्ट–पुष्ठ नागरिकच देशाच्या आर्थिक व्यवस्थेत महत्त्वपूर्ण योगदान देऊ शकतात. जेथे एक दुर्बल व रोगी व्यक्ती शक्ती व वेळेचा उपयोग दवाखान्यात चक्कर लावण्यात घालवतो तेथे स्वस्थ व निरोगी व्यक्ती आपल्या या साधनाचा उपयोग कारखाने, खेळ, व्यवसाय, प्रतिष्ठान, सेवा व कार्यालयामध्ये जाऊन देश व देशामध्ये आर्थिक विकासात साहाय्य करते. दुसऱ्या शब्दांत एक दुर्बल व रोगी व्यक्ती आपल्या कुटुंब व राष्ट्राला भार होते तेथे एक बलिष्ठ शरीराची व्यक्ती आपल्या कुटुंबाला व राष्ट्रासाठी वरदान सिद्ध होते. 'फिजिकल फिटनेस टू डेव्हलप' या पुस्तकात डॉ. उप्पल यांनी अगदी बरोबर लिहिले आहे, "A Fit Nation is Asset and Weak Nation a Libility" याचे महत्त्व समजून स्वामी विवेकानंद यांनी म्हटले होते की, देवाची भक्ती करण्यापेक्षा फुटबॉल खेळणे कितीतरी पटीने श्रेयस्कर आहे. कदाचित कोणत्याही दुसऱ्या भारतीयाच्या अपेक्षा शरीर निर्माणाचे महत्त्व स्वामीजींना अधिक वेळेपूर्वी समजले. आज राष्ट्राला स्वामीजींनी दाखविलेल्या मार्गावर व सिद्धांतावर चालण्याची आवश्यकता आहे.

शारीरिक क्षमतांचे साधारण प्रयोग व्यक्तिगत आधारावर घेतले आहे. ज्यात व्यक्ती आपल्या आवश्यकतेनुसार पूर्ती करण्यासाठी पूर्ण रूपात उत्तरदायी राहतो.

व्यक्तीच्या दैनिक क्रियांमध्ये व्यावहारिक रूपात क्षमतेचे अवलोकन प्रत्यक्ष आणि अप्रत्यक्ष दोन्ही स्तरांवर विद्यमान आहे. 'क्षमता' शब्दाचा प्रयोग हा प्राचीन काळापासून आधुनिक काळापर्यंत निरंतर गतिशील आहे. परंतु 'क्षमता' शब्दाचे प्रचलन वैज्ञानिक पृष्ठभूमीवर जवळजवळ द्वितीय विश्वयुद्धाच्या समकालीन मानले जाते. वास्तवात स्वास्थ्य, गामक क्षमता, सामान्य गामक क्षमता, सामान्य गामक सामर्थ इत्यादी असे अनेक घटक आहेत. ज्यांचा प्रयोग विशेष उद्दिष्टपूर्तीसाठी निश्चित क्षेत्रात केला जातो. यात व्यक्ती विभिन्न प्रकारांच्या शारीरिक क्रियांना शारीरिक अवयवांच्या माध्यमांतून पूर्ण करून सामाजिक परिवेशात सामान्य, जनतेचे लक्ष आपल्याकडे आकर्षित करण्याचा प्रयत्न करतो. क्षमतेचे मूल्यांकन शरीरक्रिया विज्ञान अवधारणाच्या आत एक संशोधन व नवीन शोधाच्या रूपात आत्मसात केले जाते. शारीरिक क्षमता ही व्यक्तिगत क्षमता होय, जिला शरीराच्या माध्यमातून प्रदर्शित केले जाते, ज्यात मांसपेशींचा सहभाग विद्यमान असतो.

शारीरिक क्षमता

फिजिकल–फिटनेस (शारीरिक क्षमता) ही पूर्ण फिटनेसची एक सीमित रूप आहे. शारिरिक शिक्षकाच्या दृष्टिकोनात Physical fitness चे महत्त्व खूप मोठे आहे. याचे तात्पर्य हे नाही की वर्तमान युगात शारीरिक शिक्षक शारीरिक संस्कृतीचा पुजारी आहे. तर त्याचे योगदान तो उपयुक्त सर्व गुण समुदायांना विकसित करणे होय, जे शारीरिक क्रिया व गतिशील क्रियाद्वारा संपन्न होत असतात. या प्रकारे फिजिकल फिटनेस एक साधन होय, साध्य नाही. यांच्या माध्यमातून आपण जे साध्य करू पाहतो ते होय. टि.के. क्युटेटन यांनी फिजिकल फिटनेसला तीन भागांत विभाजित केले आहे. १) शरीर २) शारीरिक परिपक्वता ३) गामक परिपक्वता

शारीरिक क्षमतेचा अर्थ

शारीरिक क्षमता ही अशी गोष्ट आहे की

Coordinator IQAC Rewab Mahila Kala Mahavidyalay Bhandara
Officiating Principal Mahavidyalay, Bhandara.
Scanned with CamScanner

जिच्या माध्यमातून व्यक्ती आपले दैनिक कार्य थकवा न येता उत्साहाने करतो. ते करताना व्यक्तीला आनंदाची अनुभूती होईल व संकटकालीन परिस्थितीसाठी त्याच्याजवळ ऊर्जेचा संचय राहील.

वरील कल्पनांच्या आधारावर असे स्पष्ट होते की, क्षमता पूर्ण रूपात शरीराच्या विभिन्न अंगात विद्यमान राहते. जिचा प्रयोग व्यक्ती आवश्यक पूर्तीसाठी करतो.

या प्रकारे शारीरिक क्षमतेच्या (Physical Fitness) संदर्भात असे म्हणू शकतो की ताण–तणावाच्या (Stress) आणि विपरीत परिस्थितीमध्ये कार्य करण्याची सहनशीलता होय. साधारण व्यक्ती ते करण्यास असफल होतो.

मानव शरीरावर व्यायामाचा प्रभाव

व्यायामाचा शरीराच्या विविध अवयवांवर प्रभाव पडतो; कारण प्रत्येकाची क्रिया ही वेगवेगळी असते; म्हणून निम्नलिखित प्रभाव पडतो.

रक्तसंचारावर: रक्तसंचार जास्त झाल्यामुळे हृदयगती वाढते. हृदय आपली शक्ती व स्पंदन वाढविणे सुरू करते; परंतु काही वेळेनंतर ते मंद होते.

त्वचेवर : व्यायाम त्वचाची कांती वाढवितो व रंग लाल होतो. कारण की शरीरात रक्तसंचाराची मात्रा अधिक असते आणि मनुष्याच्या शरीरात रक्त स्पष्ट झळकते. नियमित व्यायामात व्यक्तीला निम्नलिखित लाभ प्राप्त होतो. व्यायामाने शरीरात स्फूर्ती वाढते. शरीरतंत्रात सुधार होते, शरीर स्वस्थ व बलिष्ठ बनविते. रक्ताचे शुद्धीकरण होते,

परिपथ प्रशिक्षण

परिपथ प्रशिक्षण ही गतिशीलता, सामर्थ्य आणि तग धरण्याची क्षमता सुधारण्यासाठी एक उत्तम मार्ग आहे. परिपथ प्रशिक्षण फॉरमॅटमध्ये ६ ते १५ ताकदवान व्यायामांचा समूह वापरला जातो, जो एकानंतर दुसरा व्यायाम पूर्ण करतात. प्रत्येक व्यायाम विशिष्ट संख्येत पुनरावृत्तीसाठी किंवा पुढील व्यायामासाठी पुढे जाण्यापूर्वी निर्धारित कालावधीसाठी केला जातो. प्रत्येक परिपथामध्ये अभ्यास संक्षिप्त, वेळेत विश्रांतीच्या कालांतराने वेगळे केले जाते आणि प्रत्येक परिपथला बऱ्याच विश्रांतीनंतर वेगळे केले जाते. आपल्या प्रशिक्षण पातळीवर (नवशिक्या, दरम्यानचे किंवा प्रगत), प्रशिक्षणाच्या कालावधीची (तयारी किंवा स्पर्धा) आणि आपल्या प्रशिक्षणाचे उद्दिष्ट यावर प्रशिक्षण सत्रांमध्ये केलेल्या सर्किटची एकूण संख्या दोन ते सहापर्यंत बदलू शकतो.

नियोजन

उपलब्ध उपकरणे वापरून करता येणारे संभाव्य व्यायाम घेऊन ६ ते १५ व्यायामांसाठी ३ ते ४ परिपथच्या व्यायामांना कागदावर अधोरेखित करून प्रत्येक परिपथमध्ये दोन स्नायूंत व्यायाम करून एकच स्नायू गट वापरत असल्याचे सुनिश्चित करण्याचा प्रयत्न करतात. उदा. पूल अप्सपाठोपाठ प्रेस अप्स करू नये. शरीराच्या प्रत्येक भागाने पुढीलप्रमाणे कार्य केले पाहिजे. म्हणजे संपूर्ण शरीर, वरचे शरीर, खालचे शरीर, कोर व ट्रंक इत्यादी.

प्रत्येक परिपथसाठी लिनो कार्ड्सचा संच असतो (६ इंच बाय ६ इंच) आणि प्रत्येक कार्डवर लिहिलेल्या उपकरणाद्वारे आपण ॲथलिटला प्रत्येक टप्प्यावर आवश्यक व्यायाम दर्शवू शकतो. सोपे व्यायाम, जसे जॉगिंग आणि स्ट्रेचिंग व्यायामांसह वार्म अप करणे आणि सत्रानंतर कूल डाऊन होताना हीच पुनरावृत्ती करणे महत्त्वाचे आहे.

समस्या कथन

संशोधनकर्त्याने **"परिपथ प्रशिक्षणाचा खेळाडूंच्या शारीरिक क्षमतेच्या घटकांवर पडणाऱ्या प्रभावाचे अध्ययन"** हा विषय निवडला आहे.

समस्याचे उद्देश

संशोधनकर्त्याने संशोधनासाठी खालील उद्देशांना विचारात घेऊन संशोधन कार्य करण्याचे ठरविले आहे.

१. परिपथ प्रशिक्षण कार्यक्रमाचा खेळाडूंच्या शारीरिक क्षमता घटकांवर पडणारा प्रभाव पाहणे.

२. खेळाडूंची गती, शक्ती, चपळता व सहनशीलता ह्या शारीरिक क्षमतांचे परीक्षण करून दोन समूहांची तुलना करणे.

३. प्रायोगिक समूह व नियंत्रित समूहातील खेळाडूंच्या क्षमतेच्या योग्यतांची तुलना करून श्रेष्ठ कोण हे पडताळणे.

Officiating Principal
Smt. Ramaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay

परिसीमा:

१. आंतर महाविद्यालयीन स्पर्धेत भाग घेणाऱ्या खेळाडूंची या अध्ययनाच्या विषयाकरिता निवड क़ेली होती.

२. खेळाडूंची वयोमर्यादा १८ ते २५ वर्षे होती.

३. अध्ययनाकरिता एकूण १०० खेळाडूंची निवड केली होती. त्याचे दोन समूह तयार केले. ५० खेळाडूंचा प्रायोगिक समूह व ५० अन्य खेळाडूंचा नियंत्रित समूह तयार करण्यात आला. प्रायोगिक समूहासाठी १२ आठवड्याचा परिपथ प्रशिक्षणाचा कार्यक्रम राबविण्यात आला.

४. खेळाडूंच्या शारीरिक क्षमतेच्या निवडलेल्या घटकांचा तुलनात्मक अभ्यास केला.

१. गती
२. शक्ती
३. चपळता
४. सहनशीलता

सीमा: आंतर महाविद्यालयीन खेळाडूंच्या स्वास्थ्यासंबंधी सवयी, जसे आहार ग्रहण करण्याची वेळ, झोपण्याची वेळ, प्रशिक्षण कार्य स्पर्धा व शारीरिक कार्य सीमा राहील.

परिकल्पना: संशोधनकर्त्यांची परिकल्पना अशी आहे की, परिपथ प्रशिक्षण कार्यक्रमाचा खेळाडूच्या शारीरिक क्षमतेच्या घटकांवर सार्थक प्रभाव पडण्याची संभावना नाही.

शब्दांच्या व्याख्या व परिभाषा:

१. गती : कुठल्याही संकेताप्रती प्रभावशाली रूपाने तसेच शीघ्र प्रतिक्रिया करण्याची योग्यता म्हणजे गती होय.

२. शक्ती: अवरोधावर विजय प्राप्त करण्याची योग्यता किंवा अवरोधाच्या विपरीत कार्य करण्याची योग्यता म्हणजे शक्ती होय.

३. चपळता: कमीत कमी वेळात दिशा परिवर्तन करण्याबरोबर जास्तीत जास्त अंतर पार करण्याची योग्यता म्हणजे चपळता.

४. सहनशीलता: योग्यतेच्या आधारावर स्नायूंच्या समुदायात निर्माण होणाऱ्या क्रियांची जास्त वेळ कार्य करण्याची क्षमता.

५. परिपथ प्रशिक्षण: परिपथ प्रशिक्षण ही एक अशी प्रशिक्षण पद्धती आहे की, ज्या माध्यमाने खेळाडूंच्या शारीरिक क्षमतेच्या घटकांचा विकास करण्यात येतो. यामध्ये एक चक्राकार व्यायामाची केंद्रे असतात व खेळाडूला प्रत्येक केंद्रावर विशिष्ट वेळेत व्यायाम करावा लागतो.

परिपथ प्रशिक्षणाचा प्रायोगिक व नियंत्रित समूहात खेळाडूंच्या सहनशीलता (६०० यार्ड रन) प्रशिक्षण पूर्व व प्रशिक्षणानंतर टी रेशो आधारावर सांख्यिकीय गणना व विश्लेषण

समूह	मध्यमान परीक्षण पूर्व	मध्यमान परीक्षण नंतर	मध्यमान अंतर	मानक त्रुटी	टी रेशो	आवश्यक टी रेशो
प्रायोगिक समूह	1.87	1.43	0.44	0.63	6.98	2.01
नियंत्रित समूह	1.88	1.87	0.01	0.07	0.14	

विश्वसनीयतेच्या आधारे ०.०५ च्या स्तरावर सार्थक

तक्तामध्ये दर्शविले आहे की, आंतरमहाविद्यालयाचे प्रायोगिक समूहाचे सहनशीलताचे (६०० यार्ड रन) परीक्षण पूर्व मध्यमान १.८७ व परीक्षणानंतर मध्यमान १.४३ आहे. आंतरमहाविद्यालयीन स्पर्धेत भाग घेतलेल्या प्रायोगिक समूहामध्ये परीक्षण पूर्व आणि परीक्षणानंतर भिन्नता आढळून आली.

Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.
Scanned with CamScanner

कारण आकडयांवरून प्राप्त टी रेशो मूल्य ६.९७ सार्थकताकरिता आवश्यक टी रेशो मूल्य २.०१ पेक्षा सार्थक आहे. त्याचप्रमाणे नियंत्रित समूहाचे सहनशीलताचे (६०० यार्ड रन) परीक्षण पूर्व-मध्यमान १.८८ व परीक्षणानंतर मध्यमान १.८७ आहे. आंतरमहाविद्यालयीन स्पर्धेत भाग घेतलेल्या नियंत्रित समूहामध्ये परीक्षण पूर्व आणि परीक्षणानंतर भिन्नता आढळून आली. कारण आकडयांवरून प्राप्त टी रेशो मूल्य ०.१४ सार्थकताकरिता आवश्यक टी रेशो मूल्य २.०१ पेक्षा कमी सार्थक आहे.

संदर्भ ग्रंथसूची

- सिंह देवेन्द्र ढुल, (१९९७) ''शारीरिक शिक्षा एवं इतिहास व समस्त खेल मैदान एवं नियम'', फ्रेंडज पब्लिकेशन, प्रथम संस्करण, पृष्ठ क्र. १७,१८.
- श्रीवास्तव, डॉ. अभय कुमार (१९९५) **''शारीरिक शिक्षा में परीक्षण और मापन''**, नागपूर अमित ब्रदर्स पब्लिकेशन्स, पृष्ठ क्र. २९
- चौबे, एम., पाठक जितेंद्रकुमार, त्रिवेदी अंबिका प्रसाद, **''शारीरिक शिक्षा के मूलाधार''**,
- श्रीवास्तव डॉ. ए.के., (२००६) **''शारीरिक क्षमता एवं खेल में मापन एवं मूल्यांकन''**, द्वितीय संस्करण, पृ. क्र. २७–२९
- गुप्ता, आर. (२०११) **UGC NET/SET** शारीरिक शिक्षा (नई दिल्ली:रमेश पब्लिशिंग हाऊस), पृ.२४.
- चंद्रशेखर के., (२००४) **स्पोर्ट ट्रेनिंग, खेल** साहित्य केंद्र, पृ.क्र. ६२–६९.
- AP Super, Drill & Marchin (2005) Jalandhar, Ashok Kala AP. Publishers
- बंसल श्री. नन्दन (१९९९) ''शरीर रचना विज्ञान एवं शरीर क्रिया विज्ञान : केवल नर्सो के लिए'', (नई दिल्ली:जे.पी. ब्रदर्स, मेडिकल पब्लिकेशन प्रा.लि.) पृ.३३९.
- शर्मा, आर. के. (१९९९) ''व्यायाम क्रिया विज्ञान एवं स्पोर्ट चिकित्साशास्त्र,'' (दिल्ली:क्रीडा साहित्य प्रकाशन) पृ. ११२.

Bhandara

❑❑❑

21

"माती आणि कागुद" या कथासंग्रहातील सामाजिक जाणिवांचा अभ्यास.

सौ. मानसी मंगेश चव्हाण

एम.ए. मराठी, एम. ए. (इतिहास),एम.एड.

कै. सौ. विजयालक्ष्मी (गोदूताई) श्रीकृष्ण (नाना) गांधी वाणिज्य कनिष्ठ महाविद्यालय, रत्नागिरी.

****

प्रास्ताविक:

आधुनिक मराठी साहित्यामध्ये विविध प्रवाह निर्माण झाले आहेत. या प्रवाहांनी मराठी साहित्य समश्ध्द केले. मर्यादित समाजदर्शनाच्या स्वरुपात का होईना १९७० पासून एका सामाजिक वास्तवाचे भान मराठी साहित्याला लाभले. या प्रेरणेतूनच १८८० पासून काव्य, नाटक, कांदबरी, कथा यांची सामाजिक आशयनिष्ठ निर्मिती होऊ लागली. अनेक लेखकांनी मराठी कथेला एका वेगळया वळणावर नेऊन ठेवले. तेवढयाच ताकदीने लिखाण करणारे आप्पासाहेब खोत यांनी 'गवनेर', 'महापूर', 'रासंगम', 'कळवंड', 'मरणादारी', 'माती आणि कागुद' या कथासंग्रहात अस्सल ग्रामीण कथा रेखाटल्या आहेत.

* माती आणि कागुद यामधील सामाजिक जाणिवा:

साहित्य आणि समाज यांचे नाते अतुट आहे. जीवनाचे विविध सामाजिक संदर्भ साहित्यातून अवतरत असतात. कोणत्याही साहित्यिकाची कलाकृती ही समाज जीवनाच्या मनावर अधिराज्य गाजवू लागली की ती साहित्यकृती वर्षानुवर्षे जिवंत राहते. आप्पासाहेबांच्या कथासंग्रहाचे वैशिष्ट आहे की, त्यांचा 'माती आणि कागुद' हा कथासंग्रह मानवी जीवनाचे अनेक रंग साकारतो. त्यातील सामाजिक जाणिवांचे दिग्दर्शन खालीलप्रमाणे आहे.

१) आप्पासाहेब खोतांच्या 'माती आणि कागुद'

Officiating Principal Smt. Rewaben Mandhar bhai Patel Mahila Kala Mahavidyalay Bhandara.

Special Issue, January 2018
International Multilingual Research Journal
Vidyawarta
MAH/MUL/03051/2012
ISSN-2319 9318

27th January 2018

Shri Samarth Institute of Education, Achalpur Camp

LATE C.M.KADHI KALA MAHAVIDYALAYA PARATWADA

UGC Sponsored

One Day National Music Conference

On Contrition of Audio-Visual Instruments in the Spread and Education of Music

Organized By
Principal,
Late C.M.Kadhi Kala Mahavidyalaya, Paratwada
in Collabration with
Shri Samarath Institute of Education Adhyapak Vidyalaya
Achalpur Camp

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

|| Index ||

1) संगीत प्रसाराची प्रभावी माध्यमे
डॉ. सुजाता जयंत व्यास, औरंगाबाद || 16

2) दृक–श्राव्य यंत्रांचे योगदान – संगीत कलेमध्ये झालेली स्थित्यंतरे (आधुनिक...
प्रा.डॉ. चंद्रकिरण घाटे, जि. यवतमाळ (महाराष्ट्र) || 19

3) Contribution of Audio-Visual instruments in the spread and
प्रा.सुनील भि. कोल्हे, बार्शिटाकळी जि. अकोला || 24

4) शास्त्रीय संगीताच्या प्रचार व प्रसारात क- श्राव्य माध्यमांचे योगदान
प्रा.डॉ.नीरज एस.लांडे, अकोला. || 26

5) लोकसंगीताच्या प्रचार व उन्नती मध्ये श्राव्य व दृक – श्राव्य माध्यमाचे योगदान.
श्रीमती कल्पना जैन, मुंबई. || 28

6) संगीताच्या प्रचार आणि प्रसारा करीता रेडिओ, दुरदर्शनचे योगदान
प्रा. राहुल एम. भोरे, भंडारा. || 31

7) लोकसंगीताच्या प्रचार आणि उन्नतीकरिता दृक आणि श्राव्य माध्यमाचे योगदान
शरद पुंडलिक गजभिये, जिल्हा भंडारा || 33

8) शास्त्रीय संगीताच्या प्रचार व प्रसारासाठी दृक- श्राव्य माध्यमांचे योगदान
प्रा.डॉ. साधना मोहोड. पुसद || 35

9) "शास्त्रीय संगीतातील परिवर्तनशीलतेमध्ये दृकश्राव्य माध्यमांचे योगदान"
डॉ. वैखरी बझलवार, एल. ए. डी. कॉलेज || 38

10) शास्त्रीय संगीताच्या प्रचार व प्रगतीसाठी दृकश्राव्य माध्यमाचे योगदान
Prof. Dr. Shirish Kadu, Akola || 40

11) संगीताच्या प्रचार प्रसारातील रेडिओची संगीत निती
प्रा.डॉ. सुधीर ब. मोहोड , अमरावती || 42

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

https://sites.google.com/site/vidyawartajournal http://www.vidyawarta.com

CS Scanned with CamScanner

06

संगीताच्या प्रचार आणि प्रसारा करीता रेडिओ, दुरदर्शनचे योगदान

प्रा. राहुल एम. भोरे
संगीत विभाग प्रमुख,
श्रीमती आर. एम. पटेल महिला कला महाविद्यालय, भंडारा.

सारांश :—

जगात अनेक क्रान्ती झाल्या. वैज्ञानिक क्रांतिमुळे जग जवळ आले. वैज्ञानिक शोधामुळे मानवी जीवनात अनेक दालने संपन्न व समृध्द झाले. त्यात संगीत क्षेत्रही अपवाद राहीले नाही. अशा अनेकविध वैज्ञानिक शोधाचा संगीत रसीक व अभ्यासकाला खुप मोठया प्रमाणावर फायदा झाला. वैज्ञानिक युगाचे फलित म्हणून प्रसिध्द झालेले रेडिओ आणि दुरदर्शन संगणक ही उपकरणे संगीताला अत्यंत उपकारक ठरली आहेत.

रेडिओ :—

जेव्हा वैज्ञानिक माध्यमे उपलब्ध नव्हते, तेव्हा गुरूशिष्य परंपरे प्रमाणे शिष्य गंधर्वकडून विद्या ग्रहण करीत होते. गुरूच्या जवळ राहुण शिक्षा घेत असे. त्यांचे मनन चिंतन रियाज करणे या स्वरूपाची पध्दत प्रचलीत होती मात्र एकदा म्हटलेले संगीतजतन करण्याची सोय नव्हती. परंतु रेडिओ आणि दुरदर्शनच्या शोधमुळे संगीत शिक्षण अधिक सुलभ झाले.

शोध :—

'मार्कोनी' या शास्त्रज्ञानी रेडिओचा शोध लावला. भारतामध्ये रेडिओचे आगमण विसाव्या शतकाच्या तिसऱ्या दशकात झाला. रेडिओ म्हणजेच आकाशवाणी आणि आकाशवाणीचे घोषवाक्य 'बहुजन हिताय बहुजन सुखाय' असे होते. हे आकाशवाणी कमी कालावधीत अधिक लोकप्रिय झाली. छोट्याशा बॅटरीवर चालणारे हे यंत्र आहे. त्याच्या सुटसुटीत पणा मुळे अधिक लोकप्रिय झाले.

उद्देश :—

आकाशवाणीचा मुख्यउद्देश 'मनोरंजन' आहे. त्यामुळे संगीता सारखे मनोरंजनाचे दुसरे साधन नाही. म्हणून संगीताला अग्रक्रमाणे स्थान मिळाले. आकाशवाणीमुळे अनेक गोष्टींची प्राप्ती झाली. संगीत शिक्षणासाठी अनेक प्रकारेआकाशवाणीचा उपयोग करता येईल.

घरबसल्या श्रवण :—

संगीताचे विविध कार्यक्रम, विविध प्रकारचे गायन उदा. शास्त्रीय संगीत, सुगम संगीत, वाद्य वादन इत्यादी प्रकारचे संगीत घरी बसुन श्रवण करता येते त्यामुळे आपल्या वेळेची पैशाची बचत होते. शिवाय संगीतानी रूची वाढते.

आवडीनुसार श्रवण :—

घरबसल्या श्रवण करणे हे रेडिओचे वैशिष्टये असल्याने ख्यातनाम गायकांचे गाणे प्रत्यक्ष कार्यक्रमाच्या ठिकाणी न जाता रेडिओच्या द्वारे घरी बसुन आवडि नुसार ऐकता येतो. व आपल्याला नआवडणारा कार्यक्रम बंद ही करता येतो. म्हणुन संगीताच्या शिक्षण कौशल्यामध्ये व नैपुण्यामध्ये वाढ करण्यासाठी रेडिओची भुमिका अनण्यसाधारण आहे.

आवडीनूसार संग्रहण :—

रेडिओने आवाडिनुसार श्रवण करता येते त्याच बरोबर त्याच्या जोडिला टेपरेकॉर्डरचा उपयोग केला तर हवा तो कार्यक्रम प्रख्यात ख्यातनाम कलाकाराचे गायन वादन संग्रहित करू शकतो. व त्यानुसार आपल्या कौशल्यामध्ये परीवर्तन करू शकतो.

संगीतातील गरू :—

आकाशवाणीच्या द्वारे वार्षिक संगीत महोत्सव साप्ताहिक सभा कलाकाराच्या मुलाखती एखादया संगीत विषय गीत प्रकारावर व्याख्यान, चर्चासत्र आयोजन करणे, दिवंगत कलाकाराच्या स्मरणी निमित्य पुण्यतिथी, जयंती दिवशी संगीत विषयक कार्यक्रम आकाशवाणी सादर करते. त्याचप्रमाणे संगीताचे विविध पाउ, विविध प्रकारची व विविध भाषांत गीतेही ऐकायला मिळतात. यावरून आपल्या संगीत विषयक मनातील शंकाचे उच्चाटन करून यथार्थ ज्ञान ग्रहण करता येते.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

त्यामुळे आकाशवाणी ही सुरुवातीचे काम करते. म्हणून त्याला आजही आकाशवाणी संगीताचेच गुरु आहे. हाच दर्जाचे पर आजतोवती होणार नाही. मध्या रेडीओ पेक्षा अतिप्रगत साधने व्यवहारात असले तरी रेडिआचे मूल्य दर्जेवर वाढतच आहे. शिवय रेडिओ आपल्याला हव्या त्या ठिकाणी घेऊन जाता येत असल्यामुळे त्याचे महत्व संगीत अध्ययनात आणि अध्यापणात वाढत आहे हे नाकारता येत नाही.

दुरदर्शन :—

'दृक आणि श्राव्य याचा संच म्हणजे दुरदर्शन होय'. खरे पाहता दुरदर्शन म्हणजे दुरवरचे दर्शन होणे होय. रेडिओ टेपरेकॉर्डर यासारख्या श्राव्य साधणात न आढळणारा सर्वात मोठा लाभ दुरदर्शनच्या माध्यमाने होतो. दृश्य आणि श्राव्य अशा दोन्ही बाबींचा समन्वयात लाभ ऐकाच वेळी श्रोत्यांना मिळतो.

शोध:—

'जॉन लॉग बेअर्ड' ने १९२६ मध्ये टि.व्ही चा शोध लावला. १९७२ मध्ये मुंबई दुरदर्शन सुरुझाले. आणि १९८२ पासुन रंगीत टि. व्ही ला सुरवात झाली. 'सत्यम शिवम सुदरम' असे घोष वाक्य दुरदर्शनचे आहे. संगीताच्या प्रचार व प्रसारासाठी दुरदर्शन वरदान ठरले आहे. आजच्या काळात दुरदर्शन संगीत शिक्षणाचे प्रभावी माध्यम ठरले आहे. दुरदर्शनवर ख्यातनाम अशा संगीत कलावंताची मैफल संगीत सभा, शास्त्रीय नृत्यशैली, रसाळगीत,अभिनय गीत आत्मसात करता येते. परदेशातील विविध नृत्य—गायन किंवा संगीताचे कार्यक्रम स्वगृही बसुन, पाहू व ऐकु शकतो.

दुरदर्शनची ठळक वैशिष्टये :—

१. **प्रत्यक्ष आस्वाद** : आज पर्यंत आपण केवळ गायक वादकाचे गायन व वादन ध्वनी रूपाने श्रवण करीत होतो. परंतु दुरदर्शनमूळे आपल्याला संपूर्ण मैफलीचा प्रत्यक्ष आस्वाद घेता येतो.

२. **संगीत समरसता** :दुरदर्शनामुळे प्रत्यक्ष आस्वाद घेतायेत असल्याने कलाकारच्या हालचाली, गायनातील ओठांच्या हालचाली, वादनात वादयावर बोटे फिरविण्याचे चापल्य, कलाकाराची बसण्याची पध्दत, साथीदारांची साथ करण्याची पध्दत हे सर्व आपणास प्रत्यक्ष पाहता येत असल्याने, आपण कार्यक्रमाशी समरसता साधु शकतो.

३. **वादयवृंदाची ओळाख** : संगीत कार्यक्रम आपणास प्रत्यक्ष पाहता येत असल्याने आपण वेगवेगळी वादय ज्यांची केवळ नावच माहित आहेत. ते दुरदर्शनामुळे पाहण्याची संधी मिळते.त्यांने बाहय ज्ञान होते आणि त्यांने सुरवर ऐकल्याने त्यांच्या स्वरांची पण जाणिव होते. म्हणुन दुरदर्शनमुळे वादयवरंदाचा यथाशक्ती परीचय होतो.

४. **मैफिल व्यवस्थेची जान** : दुरदर्शनवरील संगीत कार्यक्रम पाहील्यामुळे संगीत कार्यक्रमासाठी मंचाची सजावट कशी करावी बैठक व्यवस्था, प्रकाश योजना कशी करावी,इत्यादी बबींचे ज्ञान विद्यार्थ्यांना होते.

५. **नृत्याविष्कार** : संगीत या संज्ञेतुन गायन वादन आणि नृत्य या तिन्ही कलांचा बोध होतो. गायन वादनापेक्षा नृत्यासाठी टि. व्ही हे मध्यम अत्यंत उपयुक्त आहे. नृत्याची विशिष्ट शैली अभिनयातील सुक्ष्मता प्रस्तुती करण्याची पध्दत हव या सर्व गोष्टि दुरदर्शन वरील नृत्याच्या कार्यक्रमातुन पाहता येते.

६. **सांगीतीक कार्यक्रमाचखी ओळख** : दुरदर्शनमुळे अनेक सांगीतीक कार्यक्रमाची ओळख होते. सांगीतीक परीसंवाद, कलाकाराच्या मुलाखती, संगीत महोत्सव, संगीत विषयक पुरस्कार विजेता उदा. फिल्म फेयर अॅवार्ड इ.

७. **गायनाच्या विविध शैलीचा परीचय** : दुरदर्शनवर अनेक प्रकारच्या गायनाचे कार्यक्रम असल्याने समुह गायन यांची ओळख होते.

अशाप्रकारे दुरदर्शनमुळे लेहानपणापासुनच विद्यार्थ्यांना साभिनय नृत्य करण्याची कलेची अभिरुची प्राप्त होते. आधुनिक काळात बालवाडी, शाळा, महाविद्यालय, विद्यापीठे स्तरावर सांस्कृतिक कार्यक्रमाव्दारे विविध गुणदर्शनाच्या माध्यमातुन आपल्याला कला सादर करतांना दिसतात. हे सर्व रेडिओ आणि दुरदर्शनचेन फलित आहे असे म्हटले तर नवल नाही.

❑❑❑

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

CS Scanned with CamScanner

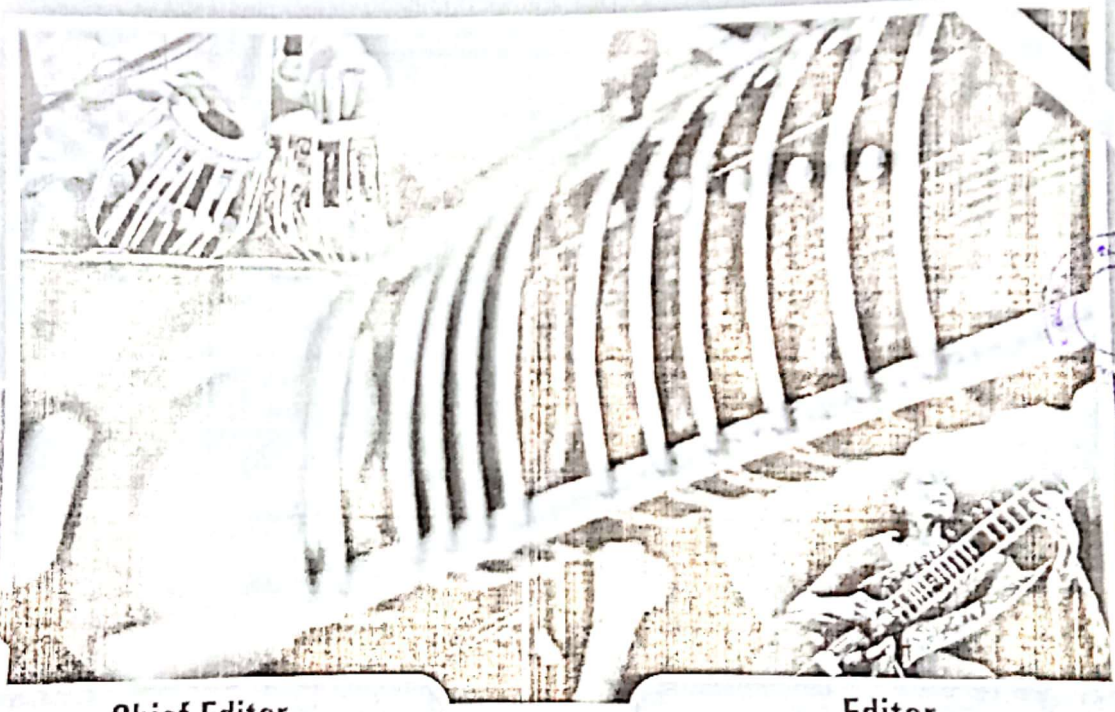
dakmagpur.in

ISSN 2278-5256 Kala Drishti

Annual Volume No. 6
2017-2018

Kala Drishti

A Peer Reviewed National Research Journal of
Music, Art & Literature



Chief Editor
Dr. Vandana Khushalani
Advisor

Editor
Dr. Monali J. Masih
Asst.Professor

Published By :
DEPARTMENT OF MUSIC
Dayanand Arya Kanya Mahavidyalaya
Jaripatka, Nagpur-440 014.
Ph.: 0712-2631350, E-mail : aryawaningp@gmail.com

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

ISSN 2278 - 5256

अनुक्रम

१)	भारतीय संगीत का सफर	– डॉ. वंदना खुशालानी नागपुर	१–३
२)	सम्पादकीय....	– डॉ. मोनाली मसीह नागपुर	४
३)	''भारतीय शास्त्रीय संगीत का वर्तमान स्वरूप''	– प्रा. अनिता शर्मा नागपुर	५–६
४)	''संगीत के प्रचार–प्रसार का सशक्त माध्यम''आकाशवाणी	– प्रा. वर्षा आगरकर नागपुर	७–८
५)	''बदलते परिवेश में संगीत–शिक्षण की चुनौतियाँ''	– डॉ. गेजी श्रीवास्तव बीकानेर	९–११
६)	''पार्श्वसंगीताचे बदलते रूप''	– अर्पणा अग्निहोत्री नागपुर	१२–१३
७)	''शास्त्रीय संगीत के कार्यक्रमों के आयोजन में आए परिवर्तन'' – एक अवलोकन	– डॉ. अनया धत्ते मुंबई	१४–२०
८)	''संगीत में शोध की ऋषि परंपरा''	– डॉ. अमितकुमार वर्मा शांतिनिकेतन	२१–२३
९)	समय के साथ	– डॉ. साधना शिलेदार नागपुर	२४–२६
१०)	जागतिकीकरण आणि स्त्रिया	– डॉ. साधना लांजेवार नागपुर	२७–२९
११)	मागील दशकातील तांत्रिक प्रगतिच्या संदर्भात भारतीय संगीत	– प्रा. स्वप्नील चाफेकर पुणे	३०–३५
१२)	''संगीतातील कलात्मकतेची निर्मिती प्रक्रिया	– आचार्याचार्य विवेक गोखले नागपुर	३६–४०
13)	गज़ल गायकीचा प्रवास	– राहूल भोरे भंडारा	४१–४६
14)	जागतिकीकरण आणि भारतीय संगीत	– प्रा. हेमलता पोपटकर नागपुर	४७–४९

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CamScanner
Scanned with CamScanner

ISSN 2278 - 5256

गज़ल गायकीचा प्रवास



प्रा. राहूल भोरे
(संगीत विभाग प्रमुख)
श्रीमती रेवाबेन मनोहरभाई पटेल
महीलाकला महाविद्यालय,
भंडारा जि. भंडारा
Srujan.bhore3@gmail.com

ग़ज़ल हा शब्द उच्चारताच आपल्यालाही नकळत अंतरच्या तारा झंकारतात. गझल म्हणजे जणू हृदयाची स्पंदनेच. स्पंदने मोजायची नसतात तर ती अनुभवायची असतात. या मर्मस्पर्शी अनुभवाचे वर्णन खुद्द गझलकाराला देखील करता येणार नाही! ज्याला गझल कळली, त्याला जीवन कळले.ज्याला गझल भावली, त्याला आयुष्याच्या प्रवासाचा अर्थ उमगला. ज्याला गझलेच्या शब्दसामर्थ्यात रमता आले, त्याची रसिकता प्रगल्भतेच्या शिखरावर पोहचली असे मानावयास हरकत नाही. मराठी गझलेचा विचार करतांना उर्दू गायकीतील 'नजाकत' मराठीत येऊच शकत नाही. असे म्हणणारे काही लोक आढळतात आणि फारतर देवनागरी लिपीपुरताच उर्दू काव्याशी संबंध असलेले महाभाग मराठी गझलेला उर्दू गजलेची भ्रष्ट नक्कल म्हणतात. परंतू या आरोपाचे खंडन सुरेश भटांच्या 'एल्गार' या काव्यसंग्रहातील अनेक गझला भीमराव पांचाळेनी आपल्या सुमधुर आवाजाने आपल्या भावना, संवेदना आणि सुख–दु:खे मराठी भाषेत मराठी माणसाने नेमक्या अचूक शब्दात गायन करून हा आरोप खोटा ठरवला.

प्रस्तावना :

नवव्या–दहाव्या शतकात 'गझल' हे अरबी संस्कृतीच्या वर्चस्वाखाली इराणमध्ये फार्सी भाषेत स्वतंत्रपणे अस्तित्वात येऊन अरबी संस्कृती व इराण संस्कृती ह्या दोहोंचे संमिश्र रंगरूप त्याला प्राप्त झाले. प्रारंभीच्या फार्सी गझला प्रेम व श्रृंगार ह्या विषयाचे चित्रण करतांना दिसतात. सूफी पंथ अस्तित्वात आल्यानंतर परिस्थितीत बदल होत गेला. सूफी आपल्या प्रार्थनागीतासाठी गझलेचा वापर करू लागले. त्यासाठी त्यांनी गझलेमध्ये पूर्वीपासून हाताळण्यात येत असलेले प्रेमाचे व सौंदर्याचे संकेतच वापरले. मदिरा म्हणजे प्रेम किंवा भक्ती, मदिरा वाटणारी साकी म्हणजे गुरू, मदिरा गृहातील मंडळी म्हणजे भक्तगण, बुरख्यात असलेली प्रेयसी म्हणजे अगम्य परमेश्वर अशा प्रकारच्या संकेताच्या वापरामुळे गझलेची बैठक प्रणय आणि सौंदर्योपासना एवढी मर्यादीत न राहता व्यापक झाली. शिवाय गझलेतील रूढ संकेत प्रार्थनासाठी वापरल्यामुळे धार्मिक विषयात आकर्षकपणा निर्माण झाला. १२७० पासुन महाराष्ट्रावर उत्तर भारताकडून मुसलमानाच्या स्वाऱ्या होऊ लागल्या. १३१७–१८ च्या सुमारास देवगीरीचे राज्य संपुष्टात आले आणि याच कारणामुळे मुसलमानांचा लोंढा महाराष्ट्रात येण्यास प्रारंभ झाला. मुसलमानाच्या भारताच्या आगमाना सोबतच इराण मधील फार्सी भाषेतील गझलेचेही आगमन झाले. सूफी संताच्या प्रार्थनागीताबरोबरच गझल सर्व भारतभर पसरली. खिलजी आणि तुघलक साम्राज्याचा राजकवी अमिर खुस्रो (१२५०–१३२५) ह्यांच्यामुळे गझलेला चालना मिळाली. अनेक मोगल बादशाहाच्या राजाश्रयाने गझल वाढत गेली.

गझल सृजन :

मराठीत पहिली उपलब्ध गझल उत्तर पेशवाईत होऊन गेलेल्या अमृतराय (१६९८–१७५३) ह्या कवीच्या नावावर आढळते. त्यानंतर ब्रिटीश राजवटीत १८८० ते १९२० ह्या कालखंडात उर्दु रंगभुमीवर संगीत नाटकांद्वारे येऊन गझलेचा अधिक परिचय मराठीला झाला. नंतरच्या काळातील माधव जूलीयन (१८९४–१९३९) व अलिकडच्या काळातील सुरेश भट (१९३२–२००३) हे दोन प्रमुख गझलकार होत. मराठीत 'गझल' हा प्रकार परिचीत करून देण्याचे तो लोकप्रिय करण्याचे, रूजवण्याचे, वाढवण्याचे श्रेय ह्या

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CamScanner
Scanned with CamScanner

ISSN 2278 - 5256

COLLEGE

ISSN 2278 - 5256

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CamScanner

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

प्रतिभावान गायक होते परंतु त्यांच्या प्रतिभावर गायकांचा मराठी असल्यामुळे घराण्यांची संख्या संपादित होईल. १) ग्वालेहर घराणे २) आग्रा घराणे ३) किराणा घराणे ४) जयपूर ५) पटियाला ही शास्त्रीयगायक प्रमुख घराणे होते या पैकी गझलनवाज भीमरावजी पांचाळे यांनी किराणा आणि पटियाला या घराण्यांची तालीम हासिल केलेली आहे.

किराणा घराण्याची वैशिष्टये :– १) किराणा घराण्याने अचूक अभिनय प्रभावी व्यक्तीमत्व असणारे उस्ताद अब्दुल करीम खाँ साहेब यांची गायकीत होती. त्यामुळे त्यांच्या गायकीत कुठेही भडकपणा नाही, स्वस्थतेचा व शालीनता सुखद अनुभव या गायकीत आहे.

२) उस्ताद अब्दुल करीम खाँ साहेब ख्याला नंतर दुसरे गात असत. करुणरसप्रधानता हा घराण्याची शैली आहे ख्यालाला जोडून दुसरे अधिकारने गायली जाते. हा घराण्यात स्वरविलासाचा पुरेपूर प्रत्यय ख्यालात, दुसरीत येते.

पटियाला घराण्याचा वैशिष्टये :– १) छोट्या ख्यालावर अधिक भर, तसेच धृपद, टप्पा, आणि पजाबी ढगाच्या दुसऱ्या गाण्यात कलावंताचा हातखंडा आढळतो. २) शास्त्रीय गायनयगेवरन उपशास्त्रीय गायन वाद्यसंगीत, लोकसंगीत प्रकारांनीही विशेषता आढळते. टप्पा गायकीला अधिक प्रभाव, लोकगीते, पजाबी गीते, पहाडी गीते, सबत, कीर्तन इत्यादी प्रकारांनाही महत्व दिले जाते.

३) उस्ताद बडे गुलाम अली खाँ, आणि गझल सम्राट गुलाम अली वारसदार आहेत एकविसाव्या शतकात महाराष्ट्रात गझलगायनाचा सुवर्णयुग अवतरल, इतिहासाचे एकेक पान चाळताना इतिहास सागतो की, 'सुवर्णयुग आवतरत ते योगयोगान अथवा अकारण, अचानक नव्हे। त्यासाठी बीज भूमी मध्ये कैक वर्षापूर्वी रुजलेली असतात. योग्य वेळी ती अकुरतात, फोफावतात, त्याचे कुंपर बनतात फळाफुलाने लगडतात.' त्यादृष्टीने बोलून तो इतिहासातील विदग्ध वाणी मनाच्या गोलगाभाऱ्यात घोळून ठेवत आहे हे सुवर्णयुग मला समजून या घराणे सळसळणाऱ्या पिंपळाच्या वृक्षासारख भासत आहे. स्वत पाहणारे त्याचा पाठलाग करणारा ध्यास वेडी माणस आणि त्याची स्वरशैली दुर्मीळ सुवर्णयुगाला जन्म देते त्यात पालन, पोषण करते. जगाच्या दृष्टीने ही माणस खुळी असतात. सुरक्षित शोधट मार्गावर ती स्वत नाहीत. स्वत मोडून पडण्याच्या अवघड–अवखळ वाटा त्याना शोध घालतात. अज्ञात प्रदेशाचं आमिष दाखवतात त्या अनोख्या प्रदेशाची स्वप्नवेड्यांना भुरळ पडते नाऊमेदीत बदून चालण्याचा माणसाच्या पिढ्यान–पिढ्याचा ब्रह्म पर्वतात स्वप्नवेड्या माणसाच्या असख्य कल्पा कालवृक्ष धारण करतात. गढलेल्या शोधासाठी घरदार सोडून पारंगत होण्याचं अपार कष्ट गझलनवाज भीमरावजी पांचाळे यानी घेतलेलं आहे.

हिंदीमध्ये लोकप्रिय झालेली, फुललेली गझल, मराठीत मात्र लेखनापुरतीच मर्यादित होती. कवीवर्य सुरेश भट व मोजके गझलकार मराठी गझल लिहित होते. सुरेश भट मात्र आपल्या स्वतःच्या गझल 'सरनुम' चा अट्टाहास सादर करत असत. त्यास भीमरावजी सक्रिय सादरीकरण असे मानतात. पण त्याच गझलेला स्वरसाज मात्र कुणी चढवत नव्हते. हे अज्ञान पेललं ते गझलनवाज भीमराव पाचाळे यानी. स्टेट बँकेतील रूक्ष, यांत्रिक वातावरणात, दिवसातले आठ–आठ तास काम करण्याचे प्रारब्ध हसतमुखाने रोज पारपाडणाऱ्या या कलावंताने, आपल्या कंठातील स्वर व हृदयातला सुर सदैव जपला! आपल्याच सारखे गझलवर प्रेम करणारे चार 'माजिदे' पैदा केले. अभीगिनीची तबोऱ्यावरील सुरेल साथही लाभली आणि स्वरसंगीताचा साज झालेल्या मराठी गझलेचा अविष्कार करण्यास भीमराव पाचाळे सज्ज झाले.

साठोत्तरीच्या कालखडात सुरेश भटाची लता मगेशकर, आशा भोसले, सुरेश वाडकर, देवकी पडीत, कविता कृष्णमूर्ती पाचाकडुन गझलगाऊन घेण्याचा यशस्व केला परंतु वरील मडळीनी गझलगायनाच्या किरकोळ प्रयत्नात गझलेला भावगीत, चुगलगीता

ISSN 2278 - 5256

रोपवटी, सारखे लावे, पसार, दुमरी, टप्पा ठुमरी, गीतप्रकार, शहनाई, सारगी, बासरी सारखे वाद्य हे लोकसगीतापासून तर दूर आहे.

जिल्ह्याच्या शासकीय सगीत कलेच्या प्रवाहात सुगम सगीताच्या एका नवीन शैलीचे आगमन झाले. त्यालाच वर्तमान काळात गझल म्हणून ओळखले जात आहे. वस्तविक पाहता गझल, हा दुसऱ्यातुन निर्माण झालेला एक गीत प्रकार आहे. ज्यात आधुनिक विज्ञानाच्या योगदानामुळे नाविन्य निर्माण झाले आजच्या सर्वसामान्य जनतेसाठी गझल हे अत्यत प्रभावी मनोरजनाचे साधन झाले आहे. यात मुख्य आपल्या जीवनाशी निगडीत घटना अनुभवतो. त्याच्याशी त्याचा भावनिक सबध जोडलेला असतो. दुसरी महत्वाची गोष्ट म्हणजे भीमरावजींच्या आजच्या गझलगायनात समाजाला सस्कार प्रदान करण्यात मराठी गझलगायनाची महत्वाची भूमिका आहे. कारण प्रतिभेचे पोषण हे सस्कारानेच होत असते.

संपूर्णपणे स्वरप्रधानतेकडे झुकलेले शास्त्रीय सगीत शास्त्रीयम, रागस्वरूप, आलापचारी, लयकारी, ताना इत्यादींवर अवलबून आहे. तर उपशास्त्रीय सगीत शास्त्रीय सगीताचे कडक नियम शिथील करुन समाजसांस्कृतिक रागामध्ये सचार करायला मुभा देत गेल्याने त्यातून निर्माण होणाऱ्या स्वरवैविध्याने तर्व रसिकांच्या मनाची पकड घेतली. उपशास्त्रीय सगीतात शब्दरचना व तिच्या आशयातील भावार्थाला खूप महत्व आहे. कारण त्याचा स्वराविष्कार हे लोकसगीताने भारतीय सगीतातील उपशास्त्रीय सगीताला दिलेली देण आहे. वरील सर्व तत्वे भीमराव पांचाळे यांच्या सागीतिक व प्रतिभेचा एक सुंदर कलाविष्कार म्हणजेच त्यांचे गझलगायन होय.

घराणे :–आपल्या भारतीय अभिजात सगीताच्या एका टोकास स्वरप्रधान गायकी तर दुसऱ्या टोकास लयप्रधान अथवा तालप्रधान गायकी आहे. एखादा गायक, कलावताने आपल्या स्वतच्या अशा प्रतिभेचा ठाट मांडली. ठसा देऊन ही साधितकी पिढीजाती की त्यातुन एक नवे घराणे निर्माण होईल, व

ISSN 2278 - 5256

COLLEGE

CamScanner

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Pa
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

ISSN 2278 - 5256

...प्रकाशनाचे ते अधिकारी असत. ...शब्दप्रधान असल्यामुळे सहजिकच ...ते श्रवणस्थ वाटत. शब्दार्थ माहीत ...गायकाला आनंद घेणे. आपल्याकडे गझलें अनेक पद्धतीने गायली जात. त्यातील 'दुमरी' प्रकारात आशाताईंचे पहिलेपासून, दर्दीचा जास्त महत्व असतं. विशेष अलंकार, शोभा गुर्टू यांची ठुमरी ऐकताना त्यांची खात्री होते. दुसरा प्रकार शब्दप्रधान गायकीचा असतो. त्यात शब्द त्याच्या अर्थासह गायले जातात. जिथे शब्दांच्या तालबद्ध सर्गात सुरावट वरचढ नसते. शब्द प्रधान गायकीचा उदाहरण द्यायचं झाल्यास ...

देख तो, दिल के जाँ से उठता है।
ये धुआँसा... कहाँसे उठता है।

ही गझल गातांना तबला साथसंगतीपेक्षा किंवा गायकी ढंगापेक्षा श्रोत्यांना गझलेचा अर्थ कळायला हवा. भीमसेनजींचा शब्दप्रधान गझल गायकीकडे जास्त ओढा असल्यामुळे या संदर्भात भाष्य करताना ते म्हणतात, "मला वाटत, गझल गाताना श्रोत्यांपर्यंत शब्द पोहचले पाहिजेत आणि शब्दांचा अर्थ घेऊन स्वर पोहचले पाहिजेत. श्रोत्यांना सामिल करून घ्यायला हवं. पूर्ण गीत ऐकताना रंग बसून गाण संपल्यावर टाळ्या वाजवणारे श्रेष्ठक मला अभिप्रेत नाहीत मी एक गझल गायलेली आहे. 'अंदाज आरशासा वाटे खरा अन्यायी'. या गझलेतील प्रत्येक शेर हा त्याच गझलेचाल आहे. जखमा कशा सुगंधी करा सुगंधी झाल्यात काळजाला केलेत वार ज्याने तो मोगरा असावा

जखमा आणि त्याही सुगंधी म्हटल्यावर श्रोता काय देतो. जखमा आहेत, सुगंधी आहेत मग त्या झाल्यात तरी कुठे, तर काळजाला झाल्यात आणि वार कोणी केला तर तो मोगरा होता. हा शेर ऐकताना, श्रोत्याचा सहभाग पाहता शब्दप्रधान गझलगायकी काय असते याचा अंदाज येते.

गझल हवा परिभाषेतील काव्यप्रकार मराठीत आल्यापासून भीमसेनजींना जणू गझाच वाघला. त्यांच्या या निर्णयाने अनेकांना आश्चर्य वाटले. पण भीमसेनजींने उत्तर सुरवात होते. सिद्धस्थ वाटला होता. १९७५ चा सुमारास ते आकाशवाणी कलावंत झाले. लोणेच महा वर्षाची 'अ' श्रेणी कलावंताचा मान मिळाला भीमसेनजी गझलगायकीत पूर्णपणे शास्त्रीय संगीताला वाहून घेतात. आशयाला धक्का न लावता शास्त्रीय संगीताचा भाव खेळवत नाही अशा पद्धतीने आशय मांडत जाता. व सोडशय याचा सर्वसमत पण आकर्षक वापर ते करताना दिसतात. कारण कुठल्याही संगीतापेक्षा वाधिकची साथ सुरांशीच असते.

भारतात मुसलमानांच्या आगमनासोबत संगीत, कला, साहित्य यांचे वेगवेगळे अधिकार आले. अमीर खुसरो या महान कलावंताने ख्यालगायन, तराना, तबला तसेच अरबी गझल असे अनेक नवीन प्रयोग भारतात सुरू केले. अर्थातच गझल ही अरबीतून फारसीत, फारसीतून उर्दूत, उर्दूतून हिंदीत त्यानंतर प्रादेशिक भाषा जसे तुर्की, पंजाबी, सिंधी, पश्तो, गुजराती, ब्रज, भोजपुरी इत्यादी भाषात गझल लिहिल्या रेल्या व गायल्या जात आहे. गेल्या ५० वर्षांपासून गुजरातीत गझल एकजीव झाली आहे महाराष्ट्रात गझललेखनाचे काम सध्ययुगातील १८ व्या शतकात अमृतराय व पुढे तिसाव्या शतकात माधव ज्युलियन यांच्या रामुळे झाले. पण गायनाने जे प्रयोग आहे ते सुरेश भटाच्या गझल लेखनापासून प्रारंभ झाले.

संदर्भ ग्रंथ :

गझल, प्रा. डॉ. सुरेशचंद्र नाडकर्णी, विजीयाचूली, मेहता पब्लिकेशन हाऊस, २००१.

मराठी गझल, सुरेश भटानंतर, संपादक भीमराव पांचाळे। डॉ. एन. गायण, गझलयागस प्रतिष्ठान प्रजाशक मुंबई.

गझलनवाज भीमराव पांचाळे व्यक्तिमत्व आणि कला साधना, संपादन, डॉ. राम पंडित, अभिव्यक्ति प्रकाशन मुंबई, २००५

गझलधारा, संपादन अविनाश कावळे, कॉन्टिनेन्टल प्रकाशन,१९९४

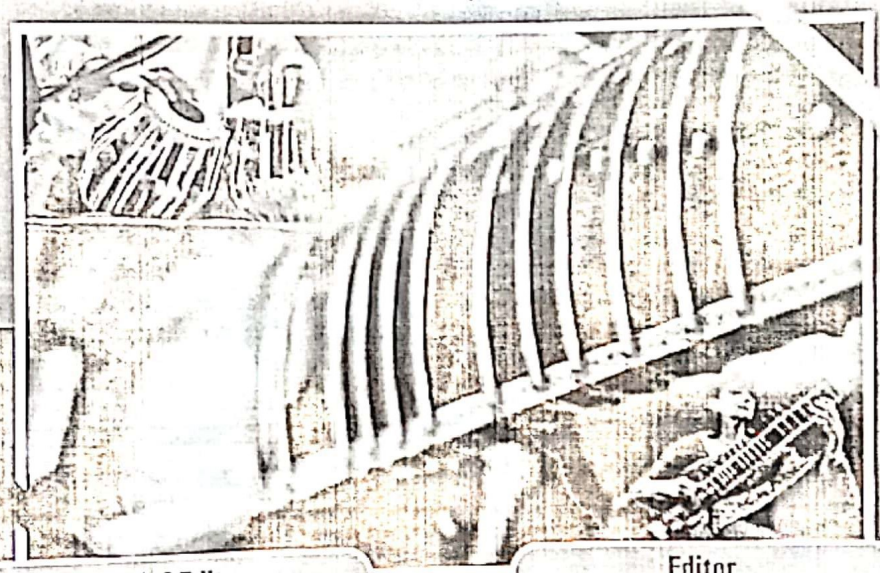
संगीतशास्त्र विजयचे, डॉ. नारायणराव सरकलकर, विजय प्रकाशन

Scanned with CamScanner

Annual Volume No. 6
2017-2018

Kala Drishti

A Peer Reviewed National Research Journal of
Music, Art & Literature



Chief Editor
Dr. Vandana Khushalani
Advisor

Editor
Dr. Monali J. Masih
Asst.Professor

Published By :
DEPARTMENT OF MUSIC
Dayanand Arya Kanya Mahavidyalaya
Jaripatka, Nagpur-440 014.
Ph.- 0712-2631350, E-mail : aryawaningp@gmail.com

Coordinator, IQAC
Rewaben Manoharbhai Pat
Mahila Kala Mahavidyalaya
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

पिछले १० वर्षों में भारतीय संगीत में बदलते रुझान

डॉ श्वेता वेगड़
assistant professor
ashwetavegad@gmail.com



सारांश

मानवीय अस्तित्व की शुरुआत से ही संगीत मानव जीवन का एक अभिन्न अंग रहा है। यह हमारे आंतरिक भावनाओं को प्रकट करता है। वर्षा के लिए, गर्मी के लिए, शाम को घूमने या कामकाजी और रात के लिए मालकंस इस प्रकार भारत में हर मौसम, सांस्कृतिक समारोह, वर्ग समूह, मौसम, मूड के लिए संगीत रचा है।

परिवर्तन सृष्टि का नियम है और जीवन सृष्टि का अभिन्न अंग है इसी कारण मनुष्य की जिज्ञासावृत्ति ने उसे सृजनात्मक और प्रयोगात्मक होने के लिए प्रेरित किया जिसके परिणामस्वरूप संगीत में अनेक परिवर्तन और प्रयोग हुए व कई संगीत प्रकार सामने आते रहे। इनमें से कई प्रकार काल के प्रवाह में लुप्तप्राय हो गए, कुछ कम प्रसिद्ध हुए और कुछ विविधता पाने में सफल हुए। भारतीय संगीत ने आज का रूप प्राप्त करने हेतु बहुत बड़ा पड़ाव तय किया है। पिछले १० वर्षों में भारतीय संगीत के कई क्षेत्रों में परिवर्तन कुछ सकारात्मक तो कुछ नकारात्मक पहलुओं को उजागर करता रहा है। इस लेख में हम ही कुछ पहलुओं पर विचार विमर्श करने का हमारा प्रयास रहेगा।

प्रयोग तथा परिवर्तन की भूमिका

यहां हम सर्वप्रथम प्रयोग तथा परिवर्तन की अहम् भूमिका के विषय में प्रकाश डालेंगे। प्रयोग एवं परिवर्तन प्रत्येक कला के लिए आवश्यक है। भारतीय संगीत के विकास क्रम पर दृष्टिपात करने से ज्ञात होता है कि संगीत सदैव से ही एक परिवर्तनशील एवं परिवर्तनशील विषय रहा है। हर देश, काल, परिस्थिति में परिवर्तन आने से हिंदुस्तानी शास्त्रीय संगीत के क्रियात्मक व शास्त्रीय दोनों पहलुओं में भी प्रयोग व अनगिनत परिवर्तन दृष्टिगोचर होते हैं। चूंकि संगीत एक क्रियात्मक विषय है अतः प्रयोग, परिवर्तन तथा नवनिर्मिति कदम दर कदम चलते हैं। यदि किसी कला में इन तत्वों को स्थान न मिले तो समय के साथ साथ वह धीरे धीरे अपना प्रभाव खोने लगते हैं। इसलिए नवीन प्रयोग, नई उपज, नए परिवर्तन व नई खोज प्रत्येक कला की उन्नति व प्रगति के लिए आवश्यक है।

नव रागनिर्मिति तथा दक्षिणात्य रागों का बढ़ता प्रयोग

संगीतज्ञों द्वारा प्राचीन काल से लेकर अब तक नित्य ही नए रागों का सृजन हमारे भारतीय संगीत की संपत्ति में बढ़ोतरी करता रहा है। कई संगीतज्ञों ने प्रयोग कर अनेक अप्रचलित रागों को मंच प्रदर्शन द्वारा प्रचलित करने का प्रयास सफलतापूर्वक किया है जिसका भरपूर आनंद श्रोता उठाते हैं। भारतीय शास्त्रीय संगीत यह दोनों ही उत्तर भारतीय संगीत तथा दक्षिण भारतीय संगीत को दर्शाता है। दोनों ही पद्धतियां भारत के प्राचीन संगीत की विरासत रही हैं, क्योंकि दोनों ही प्रणालियां अत्याधिक जटिल तथा विस्तृत ऐसे राग संरचना तथा ताल संकल्पना पर स्थापित है। आज हम दोनों ही पद्धतियों में आदान

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

प्रदान का बढ़ता प्रमाण देख सकते हैं। इसी आदान प्रदान के कारण उत्तरी संगीत में कई दक्षिणात्य राग समा गए हैं और लोकप्रिय भी हुए हैं। इसी प्रकार उत्तरी संगीत के रागों को भी दक्षिण के कलाकारों द्वारा पसंद कर प्रस्तुत किया गया है। इसी परम्पर संबंध के कारण दक्षिण के कई राग उत्तर भारतीय संगीत में सम्मिलित हुए हैं, जैसे हंसध्वनि, आभोगी कानड़ा, चारूकेशी, बैरागी भैरव, देवरंजनी, सरस्वती, कलावनी, शोभावरी, गोपी वसंत, नारायणी, आभेरी, भिन्न षडज, पंतुवराली आदि. इस आदान प्रदान के सकारात्मक रूप को हम दोनों संस्कृतियों के विषय के रूप में देख सकते है जो कि उत्तरोत्तर प्रगति का घोतक है।

जुगलबंदी

भारतीय शास्त्रीय संगीत में यद्यपि अलग अलग परंपराओं में दो गायकों द्वारा एक साथ मिलकर जुगल गान प्रस्तुत करने की परंपरा प्राचीन है। गायकों का जोडा सदैव या तो दो भाईयों का होता था या फिर एक ही गुरू के दो शिष्यों का होता था जिससे एक अलग संगीत या शैली विकसित हुई जिसमें एक गायक बढ़त करता था तो दूसरा वापसी में उस बढ़त पउचतवअपेंजपवद को पूरा करता था अथवा उसकी आवाज में वापस एक साथ आवाज मिला लेता था। यह पूरी तरह से एक प्रतियोगिता पूर्ण माध्यम था जिसमें संगीत के प्रति भावना और उद्देश्य में अक्सर कुछ सकारात्मकता होती थी।

आधुनिककालीन जुगलबंदी का स्वरूप प्राचीन से कुछ भिन्न है जिसमें यह एक उच्चस्तरीय धनात्मक एवं सृजनात्मक अभ्यास है जो कि कलाकारों के बिच अत्याधिक परस्पर संबंधों के कारण जन्मती है। इसका प्राथमिक उदेश्य किसी भी सांगीतिक समारोह में भारतीय शास्त्रीय संगीत की शुद्धता को बरकरार रखते हुए अपनी कल्पना शक्ति और ध्वनि के प्रयोग से भिन्न भिन्न तरह से सृजन करना होता है जिसमें दो सिद्धहस्त संगीत कलाकार एक साथ मिलकर दर्शकों के समक्ष आमने सामने होते हैं और मंच पर ही नई नई सांगीतिक बढ़तों का सृजन करते हैं। संगीत के क्षेत्र में जुगलबंदी एक प्रयोगात्मक संगीत प्रकार है जहां पर दो संगीतकार गायन, वादन अथवा नृत्य में परस्पर एक साथ मिलकर मंच प्रदर्शन के दौरान भिन्न भिन्न प्रकार की सांगीतिक बढ़त improvisation को सवाल जवाब के रूप में प्रस्तुत करते है।

जुगलबंदी यह भारतीय शास्त्रीय संगीत का ऐसा प्रदर्शन है जिसमें दो समान स्तर के एक ही मंच पर एक साथ प्रस्तुति देते हैं। जुगलबंदी में गायक या वादक एक ही या भिन्न भिन्न परंपराओं से हो सकते हैं। जुगलबंदी यह प्रकार गायन वादन क्षेत्र के साथ साथ विभिन्न शैलियों में भी आज दिखाई पड़ रहा है। जैसे हिंदुस्तानी और कनार्टक शैली की जुगलबंदी एक अपेक्षाकृत आम स्वरूप में विकसित हुई है। यमन–कल्याणी, भैरवी–सिंधुभैरवी, किरवानी, आदि रागों में हिंदुस्तानी कलाकार तबला तो कनार्टक कलाकार मृदंग के साथ प्रस्तुनि देते है। इसी श्रृंखला में पं. जसराजजी द्वारा जुगलबंदी का एक नवीन आविष्कार प्रस्तुत किया गया है। इसमें एक पुरूष कलाकार तथा एक महिला कलाकार दो अलग अलग स्वरों में अलग अलग राग गाते हैं जो कि भारतीय शास्त्रीय संगीत के प्राचीन मूर्च्छना पद्धति पर आधारित है। दोनों ही गायकों को षडज–मध्यम, षडज–पंचम का भाव का आधार मिलता है। इसे आज 'जसरंगी' के नाम से पहचाना जाता है। कलावती–आभोगी, भूपाली–दुर्गा, जोग–बागेश्री आदि जसरंगी में प्रस्तुत किये जाने वाले रागों के उदाहरण है। संजीव अभ्यंकर और तृप्ती मुखर्जी, संजीव अभ्यंकर और अश्वीनी भीड़े, अंकिता जोशी और क्रिशना बोंगाने, पं. जसराज आदि जसरंगी शैली के कुछ सिद्धहस्त कलाकार हैं जो कि भारतीय संगीत के संवेदनशील श्रोतावर्ग को अपनी कलाकृति द्वारा एक असीम आनंद की अनुभूति प्रदान करते रहे हैं।

जुगलबंदी संगीत प्रकार आज एक परंपरा का रूप धारण कर चुका है। वृंद संगीत का वर्णन हमें प्राचीन काल से ही मिलता है। आधुनिक नवीनतम रूप में भी यह संगीत प्रकार पूर्णत: स्थापित हो रहा है।

Officiating Principal
Smt. Rewaben Mancharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandup.

Scanned with CamScanner

इसके अतिरिक्त तालवाद्य कचहरी और फ्यूजन म्यूजिक जैसा प्रयोगात्मक संगीत प्रकार वर्तमान में चर्चा का मुख्य विषय बने हुए हैं। ये संगीत प्रकार अपनी कुछ ऐतिहासिक पृष्ठभूमि रखने के बाद भी स्थिरता पाने में लगे हुए हैं। इनमें से तालवाद्य कचहरी फिर भी संगीत विद्वानों की नजर में एक रुचिपूर्ण एवं अपनी कला को स्वतंत्र रूप से प्रदर्शित करने का एक विशेष प्रयोगात्मक प्रकार है।

फ्यूजन

हिंदुस्तानी संगीत की शक्ति इसकी समृद्धता तथा निरंतर परंपरा में समाई है जो कि पीढ़ियों से गुरु शिष्य परंपरा के माध्यम से हस्तांतरित हुई थी। वर्तमान में औद्योगीकीकरण के उद्भव और संगीत की मुख्य धारा की लोकप्रिय शैली के साथ शास्त्रीय संगीत का प्रदर्शन करने के लिए युवाओं को कठिनता प्रतीत हो रही है। आज हमारा युवा वर्ग आधुनिकता की होड़ में है। पाश्चात्य सभ्यता से अति प्रभावित है फिर चाहे वह रहनसहन हो, कलाविष्कार हो या संस्कृति हो। इसी कारण हमारे युवा कलाकार भी पाश्चात्य संगीत से प्रभावित हो श्रोताओं की नित्य नवीनता सुनने की लालसा को शांत करने हेतु प्रयासरत दिखाई पड़ते हैं। वह अपने प्रयोगशीलता, जिज्ञासा, प्रयोगधर्मिता, कलात्मकता आदि गुणों से संगीत का नवीन सृजन करने के लिए प्रयासरत तथा लालायित रहता है।

श्रोता की ओर से नित्य नवीनता की मांग कलाकार को अनेक प्रयोग तथा नवनिर्मिति करने के लिए प्रेरित करता है। संगीत की विरासत को जीवंत रखने हेतु पिछले ८ से १० वर्षों में कई कलाकारों ने फ्यूजन इस संकल्पना पर अपना अमूल्य योगदान प्रदान किया है। उदाहरण के रूप में नागपुर में हाल ही में दोनों भारतीय तथा पाश्चात्य परंपराओं का The zero mile music festivals [Bringing cultures together] Alif and Dr.Sadhana Shiledar द्वारा एक ही मंच पर प्रस्तुतिकरण हुआ है जो कि श्रोताओं द्वारा बहुत सराहा गया है।

फ्यूजन के प्रयोग हमें शास्त्रीय संगीत में [illegible] के क्षेत्र के [illegible] अत्यधिक प्रमाण में दिखाई पड़ता है। [illegible] फिल्मी संगीत, कलाकारों के [illegible] प्रयोग दिखाई पड़ते हैं। [illegible] प्रदर्शित आज अनेक कार्यक्रमों जैसे [illegible] कोक स्टूडियो जो कि एक भारतीय टेलीविजन श्रृंखला है जिसमें विभिन्न कलाकारों द्वारा [illegible] किए गए संगीत प्रदर्शन शामिल हैं। [illegible] स्टूडियो हिंदुस्तानी, कर्नाटक, भारतीय लोक संगीत से लेकर हिप हाप, रॉक और पॉप संगीत तक अनेक संगीतमय प्रभावों को जोड़ती है। इस श्रृंखला में अनेक युवा कलाकारों के साथ साथ भारतीय संगीत के प्रस्थापित कलाकार भी अनेक प्रयोग करते दिखाई पड़ रहे हैं जोकि भारतीय संगीत को एक नया आयाम प्रदान कर रहे हैं। फ्यूजन संगीतकारों की सूची बहुत बड़ी है। शंकर महादेवन, अयान, और अमन अली खान, राहुल शर्मा, विश्वमोहन भट्ट, निलादरी कुमार जैसे स्वतंत्र बैंड के माध्यम से लाइव फ्यूजन तथा सिंगिक्स जैसे संगीत प्रदर्शन कर श्रोताओं का आकर्षित कर रहे हैं।

पंचम निषाद किएटिव द्वारा दो दिवसीय संगीत महोत्सव के अंतर्गत प्रस्तुत आरोही एक ऐसा अनूठा कार्यक्रम है जिसका उद्देश्य हिंदुस्तानी और कर्नाटक संगीत के बेहद प्रतिभाशाली ऐसे सुखर चेहरे और परिष्कृत युवा संगीत प्रेमियों को भारतीय शास्त्रीय संगीत के उज्ज्वल भविष्य की एक झलक देने के लिए एक आम मंच पर प्रतिभा का यह नजराना पेश करता है। पंचम निषाद किएटीव के डायरेक्टर शशि व्यास ने कहा है शास्त्रीय संगीत में एक आला दर्शक वर्ग है जो संगीत समारोहों में भाग लेना पसंद करते हैं साथ ही युवा प्रतिभाओं को सुनने के लिए उत्सुक होते हैं। इसलिए पंचम निषाद यह भारतीय संगीत के इन युवा उभरते सितारों को आरोही जैसा सही मंच प्रदान करने हेतु प्रतिबद्ध है।

फ्यूजन के क्षेत्र में शास्त्र एक सार्थक, क्रीस सांस्कृतिक संगीत बनाने के लिए समर्पित कलाकारों

Coordinator, [illegible]
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

ISSN 2278 - 5256

का एक समुदाय है जो भारत और पश्चिम की महान संगीत परंपराओं को जोड़ता है। त्योहारों रिकार्डिंग शैक्षिक घटनाओं और कमिशन पहल के माध्यम से संगीतकारों को उनकी कलात्मकता को साझा करने और दुनिया में इस संगीत को लाने के लिए एक कड़ी है।

आधुनिक तकनीकी तथा तंत्रज्ञान

वर्तमान में वैज्ञानिक प्रगति ने जहां मानव के प्रत्यक्ष पक्ष को प्रभावित किया है वहीं संगीत भी इससे अछूता नहीं रहा है। आज के वैज्ञानिक युग में संचार माध्यमों के प्रयोग ने संपूर्ण विश्व को एक सूत्र में बांध दिया है। देश की कला संस्कृति व संगीत आदि में संप्रेषण व शिक्षण को समृद्ध, विकसित एवं विस्तारित रूप प्रदान करने हेतु अत्याधुनिक संचार माध्यम अति लोकप्रिय एवं लाभप्रद सिद्ध होते जा रहे हैं। इस युग में संचार के अनेक इलैक्ट्रानिक माध्यमों के प्रयोग ने शिक्षा के विविध क्षेत्रों में तेजी से प्रगति की है वहीं संगीत शिक्षा भी इससे प्रभावित हुई है। इन माध्यमों के प्रयोग से संगीत कला अंतरराष्ट्रीय स्तर पर लोकप्रिय हुई है। गुरू शिष्य प्रणाली, संस्थागत शिक्षण प्रणाली, विद्यालयीन तथा महाविद्यालयीन शिक्षण प्रणाली के पश्चात दुरस्थ शिक्षण प्रणाली जो कि अनौपचारिक शिक्षा की आधुनिक प्रणाली है का अधिक प्रमाण में प्रचार बढ़ गया है। इसके अंर्तगत पत्राचार, गृहअध्ययन, मुक्त अध्ययन, मुक्त शिक्षण, संपर्क कार्यक्रमों, जनसंचार के माध्यमों द्वारा शिक्षा आदि संकल्पनाए निहित होती है। इस दुरस्थ शिक्षण प्रणाली ने पारंपारिक बंधनों को तोड कर Music for everyone and every one for music का उद्देश्य सार्थक कर रहा है। पं. अजय चक्रवर्ती जी का श्रुतिनंदन, शंकर महादेवन का म्यूजिक अकादमी, सुरेश वाडकरजी का "अजीवसन" जैसी अनेक संस्थाएँ संगीत की online शिक्षा प्रदान कर रहे हैं। इसी श्रृंखला में अब हम mobile में भी U tube application के द्वारा अनेक गुणीजनों के कार्यक्रम, audio-videos interviews से ज्ञान अर्जित कर रहे है। इस प्रकार संगीत शिक्षण को विश्वव्यापी बनाने हेतु इंटरनेट व इसकी प्रमुख सेवाओं जैसे वीडियो कान्फ्रेंसींग online तकनिक तथा म्यूजिक वेबसाइट आदि का आगमान भी शास्त्रीय संगीत में हो चुका है।

वर्तमान में कंप्युटर आदि प्रौद्योगीकी संगीत शिक्षण, संप्रेषण एवं हिंदुस्तानी शास्त्रीय संगीत के क्षेत्र में इलेक्ट्रानिक वाद्ययंत्रों के निर्माण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। कंप्युटरीकृत प्रणाली के माध्यम से हिंदुस्तानी शास्त्रीय संगीत में आज विविध प्रयोग के माध्यम से आज विविध प्रयोग हो रहे हैं। कंप्युटरीकृत प्रणाली के अंर्तगत संगीत में इंटरनेट भी अहम भूमिका निभाती है। गानों की रिकार्डींग के वक्त Recording, editing, mixing आदि तकनीकों में विकास इतना अधिक बढ़ चुका है कि कई बार मेहनत से बचने के लिए हम छोटेमोटे बदलाव के लिए बनज चेंजम के विकल्प की सहायता लेते है।आवाज की बारिकियों, हरकतों को अधिक विस्तारित कर व्यवस्थित कर दिया जाता है। इसका नकारात्मक पहलू देखने पर कलाकार मेहनत उतनी तल्लीनता से नहीं कर पाता। इलेक्ट्रॉनिक वाद्यों में भी तकनीकी विकास की गति इतनी अधिक है कि अब एक ही वाद्य से कई वाद्यों का कार्य हो जाता है तथा इन वाद्यों से निकली ध्वनि इतनी वास्तविक होती है कि मूल वाद्यों की पूर्ति कर देती है।

निष्कर्ष

कलाओं में इद्रियों को प्रभावित करने, लोगों को एक साथ लाने, भावनाओं को उत्प्रेरित करने और दिल और दिमाग की सीमाओं को पार करने की शक्ति और क्षमता होती है। संगीत एक सद्भाव है, एक सार्वभौमिक सार्वजनिक अच्छाई है जिसकी कोई सीमा नहीं होती। इसी के परिणाम स्वरूप आज संगीत में प्रयोग परिवर्तन के आधार पर नित्य ही नवनिर्मिती हो रही है। संगीत सृजनक्षमता भी काफी समृद्ध हुई है, एक नई स्फूर्ति जागी है। प्रत्येक कलाकार, संगीतकार एक सकारात्मक ऊर्जा के साथ एकजुट होने के लिए अपनी व्यक्तिगत स्थिति, पृष्ठभूमि और अनुभव को

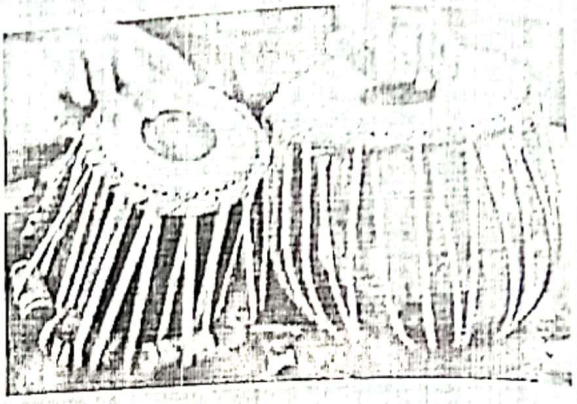
Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,

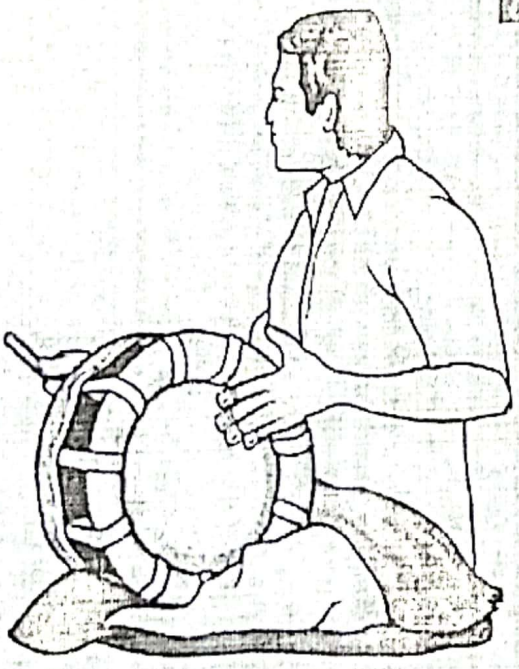
Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

ISSN 2278-5256

अलग रखते हुए कल माधुर्य, अपनी तालिम, गायन शैली, कल्पना शक्ति तथा सौंदर्य दृष्टि आदि विशेषताओं के साथ संगीत के स्वर रूपी यान में श्रोताओं को एक अलौकिक रसता के दर्शन करवाता है। संगीत सभी के लिए प्रेरणा का एक स्रोत प्रदान करता है। ईमानदार तथा सामूहिक आशा है कि इसके माध्यम से दर्शकों को सार्वभौमिक आनंद की अनुभूति प्रदान करता है।





Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned by CamScanner

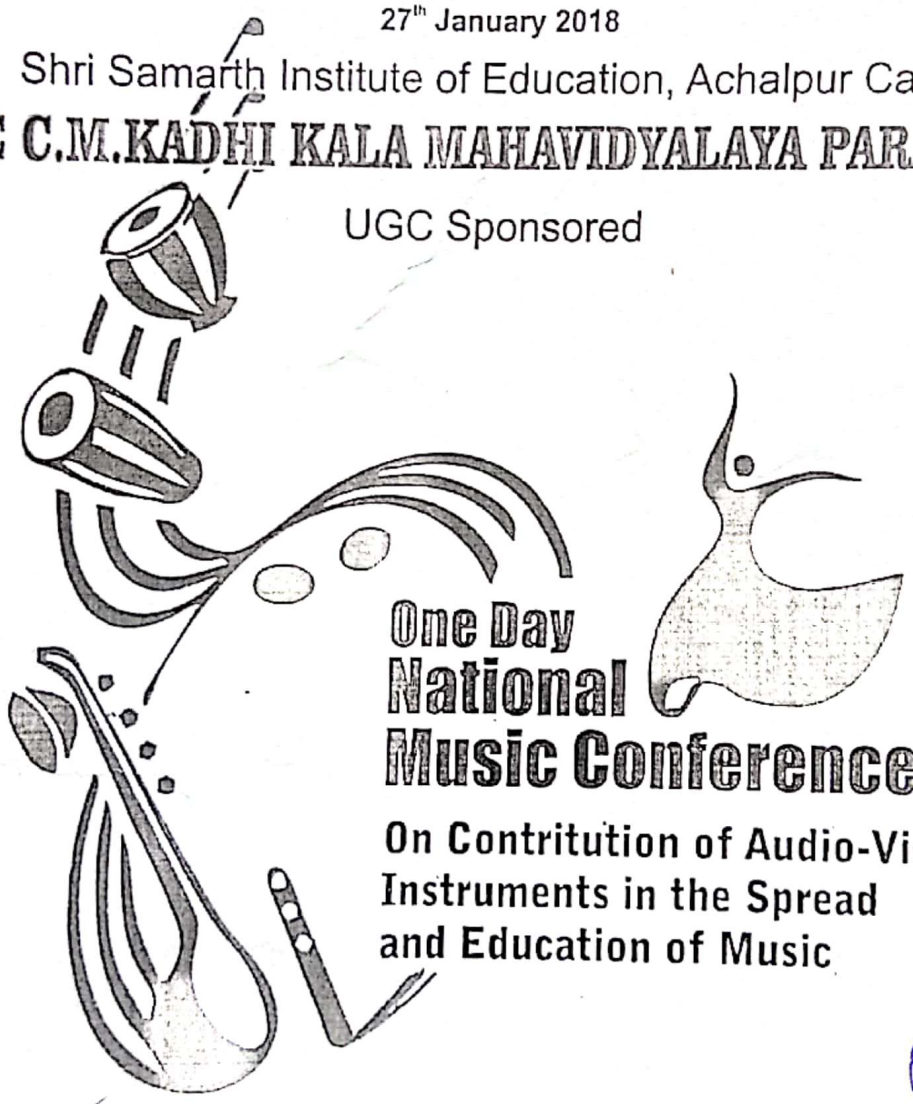
Special Issue, January 2018
International Multilingual Research Journal
Vidyawarta
®MAH/MUL/03051/2012
ISSN-2319 9318

27th January 2018

Shri Samarth Institute of Education, Achalpur Camp

LATE C.M.KADHI KALA MAHAVIDYALAYA PARATWADA

UGC Sponsored



One Day National Music Conference

On Contribution of Audio-Visual Instruments in the Spread and Education of Music

Organized By
Principal,
Late C.M.Kadhi Kala Mahavidyalaya, Paratwada
In Collabration with
Shri Samarath Institute of Education Adhyapak Vidyalaya
Achalpur Camp

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

29

शास्त्रीय संगीत के प्रचार एवं उन्नति के लिए दृकश्राव्य माध्यमों का योगदान

डॉ. श्वेता दी. वेगड़,
सहायक प्राध्यापक,
श्रीमती आर. एम. पटेल महिला कला महाविद्यालय, भंडारा, महाराष्ट्र.

सार–

बीसवीं शताब्दी से अब तक हम वैज्ञानिक प्रगति को मानवीय जीवन के प्रत्यक्ष पक्ष को प्रभावित करता देख रहें है। निश्चित ही इसका प्रभाव संगीत पर भी प्रत्यक्ष–अप्रत्यक्ष रूप से पड़ा है। इन सभी आविष्कारों के परिणाम स्वरूप संगीत के प्रचार–प्रसार में निश्चित ही अद्वितीय सहयोग प्राप्त हुआ है। विज्ञान ने प्रचार प्रसार के माध्यमों के द्वारा कलाकार की कलाओं को विदेशों तक पहुंचाया है। साथ ही शिक्षा जगत में भी विद्यार्थी इन माध्यमों के उपयोग द्वारा इन ऑडियो–विडियो रिकॉर्डिंग को सुनकर अपनी कला का स्वयं मूल्यांकन करने में समर्थ हो पाया है। भिन्न–भिन्न देशों के संगीत को सुनकर वह अब उनका मूल्यांकन कर कुछ नया परिवर्तन लाने की चेष्टा करते रहता है। यहां तक कि ऑनलाईन तकनीकी से दूर देश के गुरूओं से कम्प्युटर के माध्यम से ज्ञान अर्जित कर पाने में समर्थ हो पाया है जिसे हम दूरस्थ शिक्षण प्रणाली के रूप में जानते है। शिक्षा प्रणाली के साथ साथ प्रचार प्रसार माध्यमों के कारण रोजगार की संभावनाएं भी काफी बढ़ी है। ग्लोबल मीडिया तथा एंटरटेंमेंट इण्डस्ट्री में कैरियर के लिए अनेक द्वार खोल दिये है। आज के चौथे IR के युग में हमारी जिम्मेदारी है कि आज की अत्याधुनिक वैज्ञानिक प्रयोगों के विषय में पूर्ण जानकारी के साथ इसके सकारात्मक पक्षों को समझे जिससे भारतीय संगीत को विश्व स्तर पर पहचान प्राप्त हो और हिंदुस्तानी संगीत का क्षेत्र और अधिक विस्तृत स्वरूप प्राप्त कर सके।

इस प्रकार हम इस निष्कर्ष पर पहुंच सकते है कि भूमंडलीकरण, वैश्वीकरण, तकनीकी प्रणाली आदि कारणों के फलस्वरूप हमारा भारतीय संगीत निश्चित ही द्विगुणित हुआ हैं जिसके कारण हमें संगीत शिक्षा के नवीन उपक्रम, रोजगार के अधिक अवसर, नूतन परीक्षा विधि, पाठ्यपुस्तकें तथा संगीत के प्रचार प्रसार एवं उन्नति की आधुनिक तकनीकें, त्वरित जानकारी प्राप्त करने के साधन प्राप्त हैं। जो भारतीय संगीत के लिए निश्चित ही शुभ संकेत हैं।

प्रस्तावना–

नवीन प्रयोग, नई उपज, नये परिवर्तन, व नई खोज प्रत्येक कला की उत्तरोत्तर विकास, उन्नति व प्रगति के लिए आवश्यक है। इन सभी परिवर्तनों ने संगीत का परिचय आज नए कलेवर में ही दुनिया के सामने प्रस्तुत किया है। रेडियो, टी.वी., टेलिफोन, सी. डी. टेपरिकार्डर आदि संचार माध्यमों के अतिरिक्त कंप्युटर, मोबाईल, मेमोरी कार्ड, पेन ड्राइव, डी.वी.डी. इंटरनेट आदि अत्याधुनिक माध्यमों का आगमन शास्त्रीय संगीत पर अपनी सशक्त एवं प्रभावशाली भूमिका का निर्वाह करते देखा जा रहा है। इसी धरातल पर हम दृश्क श्राव्य माध्यमों का शास्त्रीय संगीत के प्रचार एवं उन्नति में योगदान के विषय में दृष्टिपात करेंगे।

ग्रामोफोन–

यह एक ऐसा आविष्कार था जिसके माध्यम से प्रथमत: कलाकारों की आवाजों को ध्वन्यांकित रूप में पुन: कई बार सुनने की सुविधा प्राप्त हुई। इस आविष्कार के माध्यम से ध्वनि मुद्रण में तीव्रता आई तथा तत्कालीन संगीत कलाकारों की कला को वर्षों तक सुरक्षित रखने के साथ साथ प्रचार प्रसार में अपना ऐतिहासिक योगदान दिया। इनके माध्यम से तत्कालीन कलाकारों की शैलिगत विशेषताओं तथा उनकी गायकी के विषय में आज भी हमें ज्ञान प्राप्त होता है।

मुद्रणप्रणाली, रिकॉर्डिंग पद्धति–

बीसवीं शताब्दी के पूर्वार्द्ध को वैज्ञानिक क्रांति

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

Scanned by CamScanner
Scanned with CamScanner
Scanned with CamScanner

के अभ्युदय का समय कहा जा सकता है। जहां वैज्ञानिक आविष्कारों के नित नए साधन, मुद्रण प्रणाली की सुविधा, जिसके अंतर्गत पुस्तकों का छपाई, पिंटींग, पुस्तकों का प्रकाशन, जिसके कारण संगीत का प्रचुर मात्रा में साहित्य उपलब्ध हो पाया जो कि विद्यार्थियों के साथ साथ जनसामान्यों के लिए भी फायदेमंद रहा। इसके अलावा कुछ ऐसे अन्य उपकरण जिन्होंने प्रचार प्रसार को तीव्रता प्रदान की और जिससे शास्त्रीय संगीत का प्रचार हुआ। इसके पश्चात् वे उपकरण जो शास्त्रीय संगीत को सुरक्षित रखने के लिए उपयोग में लाए गए वह है रिकॉर्डिंग पद्धति। कालांतर में देशी विदेशी कंपनियों के प्रयासों के फलस्वरूप ध्वनिमुद्रण में तीव्रता आई। तत्कालीन सभी तो नहीं परंतु कई ख्यातनाम कलाकारों के रिकार्ड बनें। पुरानी बंदिशों और अब प्रचलित हो चले रागों की दृष्टि से भी शास्त्रीय संगीत के इन पुराने रिकार्डों का एक महत्वपूर्ण स्थान है। शास्त्रीय संगीत में गायन के साथ साथ वाद्य संगीत के रिकॉर्डों का भी महत्वपूर्ण स्थान है। समय के साथ साथ रिकॉर्डिंग प्रणाली में अनेक परिवर्तन अपने आप में गुणवत्ता लिए हुए है। विकास की योजनाऐं और तकनीकी सहयोग के साथ इस सांस्कृतिक एवं ऐतिहासिक धरोहर को सुरक्षित रखने में अपनी अहम् भूमिका का निर्वाह कर रहें है।

आकाशवाणी—

रेडियो के आगमन ने भारतीय संगीत के क्षेत्र में अनोखी उपलब्धि से विभूषित किया है। शुरूआत में कार्यक्रम प्रसारित करने वाली कंपनी का नाम 'इंडियन स्टेट ब्रॉडकास्टिंग सेवा' के नाम से प्रख्यात् था परंतु सन १९३६ ई. में यह नाम बदलकर 'आकाशवाणी' रख दिया गया। इसका मुख्य उद्देश्य जनता के मनोरंजन के साथ—साथ उन्हें शिक्षित करना भी था। संगीत, संस्कृति, सामाजिक, समाचार, साहित्य तथा विज्ञापन, कृषि, परिवार कल्याण इत्यादि का प्रसारण करना था। सन् १९४८ ई. में ट्रांजिस्टर जैसे उपकरण का आविष्कार हो चुका था जिस पर रेडियो के कार्यक्रम बिना किसी विद्युतीय उपकरण के सहयोग से सुने जा सकते थे जिसे आसानी से कहीं भी ले जाना संभव था। उस समय आकाशवाणी शास्त्रीय संगीत जन जन तक पहुंचाने के लिए एक सशक्त माध्यम था। क्योंकि उस समय के उच्चकोटी के शास्त्रीय संगीत के गायकों, वादकों के कार्यक्रम, संगीत कलाकारों का साक्षात्कार रागों का अध्ययन आदि विषयों का सीधा प्रसारण होता था। यह किसी चमत्कार से कम नहीं था कि किसी दूसरे शहर में गानेवाले कलाकार को हम घर बैठे आकाशवाणी के माध्यम से सुन पा रहे हैं।

टेपरिकार्डर, ध्वनि विस्तारक यंत्र—

उत्तरार्ध काल में वैज्ञानिक उपलब्धियों का शुभारंभ टेपरिकार्डर से माना जा सकता है। ग्रामोफोन यह इतना सहज नहीं था परंतु इसके आविष्कार ने संगीत जिज्ञासु को स्वत: को परखने की सुविधा प्रदान की। शनै: शनै: एम्प्लीफायर की गुणवत्ता, एडीटींग, ध्वनि विस्तारक यंत्रों में माईक्रोफोन, ऑडियो एम्प्लीफायर, आदि के आविष्कार कलाकार की सफलता के द्योतक माना जाने लगे।

टेलीविज़न—

रेडियो के पश्चात् टेलीविज़न का विकास स्वाभाविक था। वैज्ञानिक प्रगति के अंर्तगत ही फिल्मों का आरंभ होना एक चमत्कार से कम ना था। सर्वप्रथम मूक परंतु टॉकी युग के आरंभ होने से एक नई शैली के संगीत की शुरूआत हुई जिसमें शास्त्रीय संगीत के कलाकारों ने भी कुछ रचनाओं को गा कर सहजता से अपनाया।

वीडियो कैसेट रिकॉर्डर, कॉम्पैक्ट डिस्क, डी.वी.डी —

वीडियो कैसेट रिकॉर्डर के माध्यम से टी. वी. पर प्रस्तुत कार्यक्रम को देखकर उसे रिकार्ड करने की सुविधा प्राप्त हुई। इसके पश्चात् आधुनिक डिजिटल तकनीक से विभूषित कॉम्पैक्ट डिस्क प्लेयर का आगमन हुआ। वैज्ञानिक अनुसंधान तथा प्रयोग की प्रक्रिया में अगला पायदान डी.वी.डी के रूप में उभर कर सामने आया। आज अनेक शिक्षण संस्थाओं में भी इन उपकरणों की सहायता से संगीत शास्त्रीयों, कलाकारों के साक्षात्कार की विडियो रिकार्डींग द्वारा ज्ञान वर्धीत किया जाता है। इसके अलावा शोधार्थी भी उसका अभ्यास के लिए उपयोग कर सकता है।

प्रौद्योगिकी—

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

विकास तथा संगीत के कई पाठ्यक्रमों के साथ ही संगीत के लिए कम्प्यूटर आदि इलेक्ट्रॉनिक उपकरणों का प्रयोग आज बहुतायात में प्रयोग किया जा रहा है। देश की भाषा संस्कृति व संगीत आदि में संशोधन व विकास को समृद्ध, विकसित, एवं विस्तारित कर प्रदान करने के हेतु अत्याधुनिक संचार माध्यम अति लोकप्रिय एवं लाभप्रद सिद्ध होते जा रहा है। इन माध्यमों के प्रयोग से संगीत कला अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर लोकप्रिय हुई है। संगीत का क्षेत्र व्यापक हो, ख्याति प्राप्त संगीतज्ञों की कला से जिज्ञासु परिचित हो एवं साथ ही साथ संगीत शिक्षा रोजगार पूर्ण हो, इस हेतु भी यह माध्यम महत्वपूर्ण है। आज मोबाईल जैसे उपकरणों तथा इंटरनेट की सुविधा के कारण हम किसी भी कलाकार की कला को तुरंत डाउनलोड कर सुन सकते है। यहां तक की हमारा गाना भी नेट में अपलोड कर सकते है जिससे अन्य लोग भी हमारी कला से अवगत तथा मुखरित हो सके।

वर्तमान में कम्प्युटर आदि प्रौद्योगिकी संगीत शिक्षण, संप्रेषण एवं हिंदुस्तानी शास्त्रीय संगीत के क्षेत्र में इलैक्ट्रॉनिक वाद्य यंत्रों के निर्माण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते जा रहे है। कंप्युटरीकृत प्रणाली के माध्यम से हिंदुस्तानी शास्त्रीय संगीत में आज विविध प्रयोग हो रहें हैं। इस प्रणाली के अंतर्गत इंटरनेट व इसकी प्रमुख सेवाओं की भूमिका जैसे विडियो कॉन्फ्रेंसिंग, ऑनलाईन तकनीक तथा म्युजिक वेबसाईट्स आदि का आगमन भी शास्त्रीय संगीत में हो चुका है। हिंदुस्तानी शास्त्रीय संगीत में प्रयुक्त इलेक्ट्रॉनिक वाद्ययंत्रों जैसे इलेक्ट्रॉनिक तबला, इलेक्ट्रॉनिक तानपुरा, इलेक्ट्रॉनिक हार्मोनियम आदि का बहुलता से प्रयोग बढ़ रहा है। इस प्रकार हम कह सकते हैं कि कंप्युटर एवं अत्याधुनिक इलेक्ट्रॉनिक प्रणाली के आगमन ने शास्त्रीय संगीत पर एक क्रांतिकारक प्रभाव डाला है। शोधकार्य में संकलन, विश्लेषण करने हेतू भी आज कंप्युटर की मदद ली जाती है। कंप्युटर ने ऑडियों–विडियो संपादन, रचना एवं संगीत मिक्सिंग, गीत रचना ब्वउचवेपदह, संगीत रिकॉर्डिंग को आसान कर दिया है। वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग तकनीक, ई. मेल, आनलाईन चैटिंग, ऐजुसेट आदि माध्यमों के द्वारा संगीत कला की नवीन प्रवृतियों [illegible] संगीतज्ञों से मुलाकात एवं साक्षात्कार, प्रसिद्ध संगीत कार्यक्रम की लिंक साझा कर प्रसारण इत्यादि में भी इंटरनेट सहायक सिद्ध हो सकता है।

संदर्भ सूचि –

१. भारतीय संगीत में वैज्ञानिक उपकरणों का प्रयोग – अनिता गौतम

२. आकाशवाणी एवं हिंदुस्तानी शास्त्रीय संगीत – डॉ. शुचिस्मिता

३. भारतीय संगीत और वैश्वीकरण – डॉ. कु. आकांशा

४. हिंदुस्तानी शास्त्रीय संगीत में प्रयोग और परिवर्तन – डॉ. नरेश कुमार

५. भारतीय संगीत के बदलते नए आयाम –पं. विजयशंकर मिश्र.

□□□

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Scanned by CamScanner
Scanned with CamScanner
Scanned with CamScanner

DARJ ISSN 0975-590X "DARJ" Vol. No. 07 / 2017 / Issue No. 01 / Special Issue

Rashtrasant Tukdoji Maharaj and his Musical Contribution

Prof. Dr. Shweta D. Vegad,
Assistant Professor of Music,
Smt. R. M. Patel Mahila Mahavidyalaya,
Bhandara. Mb. No. 9011569325

Intoduction :

Indian Saint Tradition includes one of the most noble and self realized saints and one of the great promoter of Maharashtra's Warkari Tradition, Modern saint of Vaishnav Dyaneshwar tradition, well known as Rashtrasant Tukdoji Maharaj. He has a different features and unique place. In Reality, Many of the Saints had tried to enrich the masses socially and devotionally through Gyan, Karma, Devotion, Naam-sankirtan, Bhajans etc. but Tukdoji Maharaj had used the same in modern and scientific way to ...cate socially. Hence, he has done the same work in different and creative way. For his divine Purpose he has taken a support of Music. With the help of his inbuilt qualities of being Orator and doing instant composition, his teaching seemed to be everlasting and useful for the future generations.

His Early Life :

This Divine power was born in the remote village known as 'Yawali' in Amravati district of Maharashtra on 30th April 1909 in one of the poor family named Ingle family. The name of the great man was Manik and Father's name was Namdeo. His father was a tailor. Though he was less interested in completing his education, he had done his primary education at Yawali and Warkhed. He would like to sit with the people in temples and sing Bhajans. But one of the incidents of his childhood times had changed his way ... In the mere age of 8 years when he was worshiping in temple suddenly the Priest of that temple came and get rid him from temple just because of his poverty. The moment he decided that either God himself will come out of temple for him otherwise even I should reach to God of higher level than this. May this be the reason for the birth or incident for the self realization of such a great personality?

In his early life, he came in contact with many noble saints. But his thirst of receiving a divine knowledge or clear his mind was fulfilled by Samarth Adkoji Maharaj. He showered love on him and graced him with yogic power. Later on Manik left home and stayed in different dense forest of Ramtek, Saiburdi, Ramdighi and Gondoda for years together in search of eternal knowledge [Atmagyan]. After Enlightment he came back to public life. Hence we can consider here that his early life was full of Sadhana, both in spiritual and yogic exercises.

Revolutionary Work of Saint Tukdoji Maharaj :

Tukdoji started mass awakening through cultural and spiritual programs and throw himself ahead in national freedom struggle in 1940's. In 1941 he performed individual Satyagrah and he took part in the mass crime of the Quit India Movement. He strongly opposed the inhuman and undemocratic measures, adopted at that time by the British rulers. Asti-Chimur freedom struggle was the result of the clarion call of Rashtrasant Tukdoji. As a result he was arrested at Chandrapur and imprisoned in Nagpur and Raipur jails for 100 days i.e. from 28 August to 2nd December 1942. Tukdoji after his release from the jail initiated social reform movement and struggled hard against blind faith, untouchability, superstitions, cow slaughter and other social evils. Having a look on his contribution we can conclude that Tukdoji Maharaj was not only a Saint but he was a great social reformer like Mahatma Fule and Babasaheb Ambedkar.

Khanjiri – his beloved musical instrument:

By taking name itself of Tukdoji Maharaj, the instrument named Khanjiri comes in our mind as we are used to hear his Bhajans, Abhangs and Ovis etc. through Akashwani since childhood. By hearing the typical and unique musical pattern we can easily recognize the bhajan as his compositions.

The reason behind this is the most important fact of his life is about his love for the traditional musical instrument named Khanjiri. He learned the art of playing Khanjiri through which Manik used to delight the people by singing his own instant composition on the rhythm of khanjiri.

His Musical contribution:

Even though he was not formally much educated, his metaphysically spirit and potentiality was of very high order. His devotional songs permit full spirit of devotion and moral values. His Khanjiri, musical instruments was unique and his style of playing it was

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Maneharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Maneharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

CS Scanned with CamScanner

exceptional. He was bachelor. However his life was declared for the services of masses irrespective of caste, class, creed or religion. Out of great regard people called him 'Devababa'. His devotional songs with the rhythm of his Khanjeri attracted thousands of people of the area. He became extremely popular due to his easy to sing bhajans among the villagers.

He also had a quality of doing compositions abruptly. He could compose the poetry instantly and would sing in very their own voice in large public gatherings. Due to its easy compositions, people would mix up their own voice and it gets transformed in to greatest chorus song. He did not stop only by visiting villages singing bhajans but also started and ran a monthly magazine called 'Shri Gurudev' successfully for several years to propagate and spread his ideologist amongst the people.

His literary contribution is also tremendous and of high order. He has composed three thousand Bhajans, two thousand Abhangas, and five thousand Ovis and contributed more than six hundred articles on religious, social and national aspects and on formal and informal education in Hindi and Marathi. His writings both prose and poetry are full of devotional spirit of humanity. He also wrote the bhajans of patriotic meaning that proved awakening for the villagers.

He used to sing the devotional songs, however with the passage of time he convinced the masses that God resides not only in Temples, Churches or Mosques. He is present everywhere. His powers have no limits. He advised his followers to follow the path of self realization. He firmly opposed the priesthood and propagated the eternal values and universal truth. Tukdoji stressed much on the Congregational prayer where in all the people irrespective of their religion could participate. His prayers system is really unique and matchless in the world. He claimed that his congregated prayer system could be bound to bind the masses in the chain of brotherhood and love. His Congregational prayer could attract the minds of masses irrespective of caste, creed of religion. He was all the while absorbed in spiritual pursuits. He critically observed the nature of the people and channelized them for the cause of their upliftment. He had self realized vision and throughout his life, taught the lesson for the purity of hearts and malice for none in early life with the help of music. He studied the existing religious sects and other schools of thought and discussed religious and secular problems of the devotees. He was determined to re-define socio-spirituality and [illegible]

He established the All India [illegible] mandal' to propagate the [illegible] Congregational prayer. Pamphlets [illegible] sanitation, child care and women [illegible] and crafts physical culture. At the [illegible] Ashram he inscribed its motto as

'Open to all is the temple of Ours
Welcome to all from every creed and religion
Welcome to all from home and abroad.'

Composition of Gramgeeta:

India is a country of rural community and the development of India totally depends upon the development of rural areas. This fundamental principal was identified by Tukdoji Maharaj. Hence he created a book in the epic form which consist poetry on village life for the development of villages. On the basis of his experience and insight the Rashtrasant compose Gramgeeta wherein he exposed the present realities and gave a new concept of development for rural India. This volume of Gramgeeta a book that become bible [holy] for the villagers. He has depicted many of the kaavya's such as

Mani nahi bhaav, Mhane deva mala pav
Dev Bajarche Bhaji Pala Nahi re

Which means you do not have him in your heart but ask for his blessings. God is not some vegetable to be bought in the market. This is the one of the most popular bhajans of great saint Tukdoji Maharaj. Since today the bhajans included in the great Epic 'GramGeeta' are bieng sung in Rural areas. There are also villages that are totally based upon his views, his theory.

His Honour:

In 1935 Tukdoji organized a 'Maharudra Yojna' on the hills of Salburdi where more than three lakhs of people came to participate. After this Yojna his fame spread far and wide came to be respected throughout Madhya Pradesh. In 1936 he was invited by Mahatma Gandhi to his Sevagram aashram where he stayed a month. Dr. Rajendra Prasad, President of India showered love on him respectfully bestowed the honour, 'Rashtrasant' in one of the great gatherings at Gurukunj Ashram. Thereafter people called him Rashtrasant with great respect. In 1955 he was invited to Japan for world Religious Parliament and world peace conference. Both the conference was inaugurated with the tone of Khanjiri, the favorite

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

Scanned by CamScanner

...ment of Rashtrasant Tukdoji, with great ...ciation from thousands in the audience present ...the conference hall.

Thereafter in his last days, he was suffering from ...ncer. All possible efforts were made to cure the fatal ...ease, but Rashtrasant left his mortal body on 11th ...ctober 1968 at 4.58 pm in the Gurukunj Aashram, to ...st in eternal peace. His Maha Samadhi is built just in ...ont of his Gurukunj Aashram which inspires us to ...ollow his path of action and selfless devotion.

Conclusion:

Tukdoji is a shinning star in the tradition of the ...aints of our great India. His nobility was of very high ...rder. His selfless devotion and dedication are bound ...o teach the lesson for further generations. ...ashtrasant a self illuminating star and a dynamic ...eader of divert actions. He was well known for many ...rts and skills. In the spiritual field, he was a great ...ogi and in cultural field he was a treat orator and ...musician. His personality was unprecedented and ...unique. Almost 40 years after the death of Rashtrasant [1967] one would see the popularity of his bhajans increasing day by day and also increasing are the followers of his doctrines. The similar songs in the similar tunes can be heard in the vidarbh and nearby in thousands of villages daily evening.

Tukdoji Maharaj's love for Khanjiri, a childhood memory of giving food to needy, his love for bhajans eating only after prayers and his ideals of considering human services ashes religion were depicted in a string of evocative scenes. Let us Build our careers and characters on the line of the teachings of his Holiness Rashtrasant Tukdoji Maharaj for our all round development of welfare.

Reference Books

1. Gramgeeteche Tatvagyan - Adv. Rameshchandra Pardeshi
2. Kaahi Sant: Kahi Shahir – Dr. M. S. Kaande
3. Rashtrasantanchi Vichardhara – Dr. Baal Padwaad
4. www.gramgeeta.co.in
5. en.m.wikipedia.org

Coordinator. IQAC
Smt. Rewaben Manoharbh
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya
Bhandara

3.3.1
18-19

Aayushi
International Interdisciplinary
Research Journal
(http://www.aiirjournal.com)

Impact Factor
4.574

UGC Approved List No
64259 (http://www.ugc.ac.in/journallist/subjectwisejurnallist.aspx?tid=MjM0OTYzOA==&&did=U2VhcmNoIGJ5IEITU04=)

[ISSN 2349-638X]
REFEREED JOURNAL
(+91) 9922455749 | (+91) 8999250451

MENU =

AAYUSHI INTERNATIONAL INTERDISCIPLINARY RESEARCH JOURNAL (AIIRJ)

[ISSN 2349-638X]

VOLUME 5 | ISSUE 4 | APR | 2018

Sr. No.	Auther Name	Title of Article	Download
01-Index	Admin	Index File	(uploads/Articles/50_April 2018 Index file.pdf)
2	Dr. Geetanjali S. Patil	Education In A Gender Equality Perspective	(uploads/Articles/2018/04/3133_01.Dr. Geetanjali S. Patil.pdf)
3	Milind V . Gaikwad & Dr Harsha Chatrath	Soil Analysis of The Bhama River Basin Pimpri (Bk)	(uploads/Articles/2018/04/3134_02.Milind V .Gaikwad , Dr Harsha Chatrath.pdf)
4	Dr.Sonali N.Channawar & Mrs .Shweta Ojha & Mrs.Tarannum Khan	A Study of Effectiveness of Leadership of B.Ed Trainee And Other Graduate Students	(uploads/Articles/2018/04/3135_03.sonali channawar3.pdf)

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

UGC Approved - ISSUE AIIRJ : AAYUSHI INTERNATIONAL INTERDISCIPLINARY RESEARCH JOURNAL (AIIRJ)

Sr. No.	Auther Name	Title of Article	Download
80	Dr. Datta Jadhav	Gaurdharma Gourwati Our Banjara Samaj Ek Abhas	(uploads/Articles/2018/04/3211_79.Dr.Datta Jadhav.pdf)
81	Dr.Sonali N.Channawar & Tarannum Khan	Uchatar Madhyamik Vidyalayome Samanya Varg Tatha Vanchit Varg ke Vidyarthiyo ke Beach Samajik Budhi ka Tulnatmak Adhyan	(uploads/Articles/2018/04/3212_80.Dr.Sonali Channawar & Tarannum Khan.pdf)
82	Sunil Labde	Yoagnidra ka Mansik Swastyapar Prabhav Ek Pathdarshi Adhyan	(uploads/Articles/2018/04/3213_81.Labde.pdf)
83	Narsh Borkar & Dr.Mratunjay Singh	Paripath Prashikshnacha Gati, Shakti , Chapalta , Sahanshilta ya Shariric Ghatkawar Padnara PRabhav	(uploads/Articles/2018/04/3214_82.Naresh Borkar.pdf)
84	Dr.Anil P.Ubale	ekvisawya Shatkatil Nabhonatyache Swarup	(uploads/Articles/2018/04/3215_83.Dr.Anil Ubale.pdf)
85	Ashish Borkar	Dr.Babasaheb Ambedkar Va Shikshan	(uploads/Articles/2018/04/3216_84. Borkar1.pdf)
86	Ashish Borkar	BHartiya Shikshan Va Awahane	(uploads/Articles/2018/04/3217_85.Ashish Borkar2.pdf)
87	Najukram D. Bankar & Dr.Sanjay Agase	Yoag Pranayamacha Khaladucha Shariric Kshamtewar Padnara Prabhav	(uploads/Articles/2018/04/3218_86.Bankar & Agase.pdf)

Coordinator. IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

Aayushi International Interdisciplinary Research Journal (AIIRJ)
UGC Approved Sr.No.64259

परिपथ प्रशिक्षणाचा गती,शक्ती,चपळता सहनशीलता या शाररिक घटकावर पडणारा प्रभाव

प्रा. नरेश पा. बोरकर
आर.एम.पटेल महाविद्यालय भंडारा

प्रा. डॉ.मृत्युंजय सिंग
मार्गदर्शक / प्राचार्य

प्रस्तावना

अनादी काळापासून मनुष्य आपल्या व्यवहारात सकारात्मक परिवर्तनाकरिता काहीनाकाही शिकण्याकरिता उत्सुक असतो. तो कोणत्याही कार्यास सुचारू रूपाने करण्याकरिता त्याच्या तयारीरूपी प्रक्रियेतून स्वत:ला नेत असतो. कार्यास सुव्यवस्थित करण्याकरिता जी तयारी केली जाते त्यास प्रशिक्षण असे म्हणतात. प्रशिक्षणाची ही प्रक्रिया काही तासांपासून तर आठवडे व आठवडयांपासून वर्षांपर्यंत चालू शकते. जीवनातील अन्य क्षेत्रांप्रमाणे शारीरिक आणि खेळांमध्येदेखील प्रशिक्षणाचे वेगळे महत्त्व असते. विभिन्न शारीरिक शिक्षणशास्त्रज्ञ आणि खेळ तज्ञांनी आपल्या पद्धतीने शब्दांची व्याख्या करतात. काही ठिकाणी 'प्रशिक्षण' शब्द शारीरिक [illegible] आहे. वास्तविक पाहता शारीरिक प्रशिक्षण ह्याच्या माध्यमातून खेळाडूला [illegible] क्षमता आणि विभिन्न [illegible] कौशल्यांवर प्रभुत्व मिळविता येते. शारीरिक शिक्षण आणि [illegible] अशा प्रकारे शिक्षित केले जावेत, ज्याद्वारे तो आ[illegible] शब्दाचा संबंध खेळाडूच्या शारीरिक, मानसिक, [illegible] पाहिजे. खेळ प्रशिक्षणाच्या अनेक पद्धती प्रचलि[illegible] लेक प्रशिक्षण इ. ह्या प्रशिक्षणाच्या निरंत[illegible] छत सुधार केला जाऊ शकतो. ह्या विधीद्वारे अ[illegible] ळ उपकरण, युक्तिपूर्ण अधिशिक्षा, क्षतिपू[illegible] सर्वांचा मनोवैज्ञानिक आधार

खेळ प्रशिक्षण (Sp[illegible]

प्राचीन का[illegible] हिला आहे. तो कार्य करण्याकरिता तयारी[illegible] पर्यंत चालत राहते. प्रशिक्षण शब्दाचा उपयोग खेळ[illegible] बाबत खेळ प्रशिक्षकांत व खेळ—वैज्ञानिकांत मतभेद आहेत. [illegible] शी जुळलेलं आहेत हा खेळ ट्रेनिंग' ला समजतात, ते ट्रेनिंग [illegible] दलवितात. याव्यतिरिक्त ट्रेनिंगमध्ये अनेक शब्दावलीचा उपयोग केला जातो [illegible] शारीरिक व्यायाम ट्रेनिंग आणि युक्तिपूर्व ट्रेनिंग [illegible] उपयोग [illegible] अधिकतम विकास होऊ शकतो. याव्यतिरिक्त [illegible] जसे— खेळ उपकरण, [illegible] क्षतिपूर्ती साधन प्रदर्शन मूल्यांकनाचे साधन, [illegible] रिक व्यायामाबरोबर चांगले परिणामाकरिता लक्षात ठेवणे [illegible] करिता शारीरिक कार्याव्यतिरिक्त या इतर कारकांना व्यक्तीच्या तयारी [illegible] दिले पाहिजे. ॲडव्हान्स ट्रेनिंगकरिता या साधनांव्यतिरिक्त विविध खेळविज्ञान विषय जसे—खेळ चिकित्साशास्त्र, खेळ क्रिडाविज्ञान, पोषण पद्धती, भौतिक चिकित्सा, खेळ मानसशास्त्र, खेळ जैविक विज्ञान इत्यादी पण सहाय्यता प्रदान करतात.

खेळ प्रशिक्षणाच्या पद्धती

खेळ प्रशिक्षण एक विशेष प्रक्रिया आहे; जी खेळाडूंचा सर्वाधिक विकास करते. याचे एकमात्र लक्ष्य खेळाडूंना उच्च प्रदर्शनाकरिता तयार करणे होय. या प्रक्रियेत खेळाच्या प्रकृतीनुसार प्रशिक्षणची वेळ लांब राहू शकते किंवा कमीही राहू शकते. जर आपण स्पर्धेत चांगले परिणाम इच्छित असू तर खेळ प्रशिक्षणात वैज्ञानिक पद्धतीचा उपयोग केला पाहिजे. म्हणून खेळाच्या प्रकृतीनुसार प्रशिक्षणाच्या विविध

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Manavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

पद्धतींचा उपयोग लाभकारी सिद्ध होतो. खेळाडूच्या तयारीसाठी प्रशिक्षणाच्या निम्नलिखित पद्धती प्रचलित आहेत :

१. फार्टलेक प्रशिक्षण पद्धती
२. अंतराल प्रशिक्षण पद्धती
३. परिपथ प्रशिक्षण पद्धती :— (Circuit Training)

परिपथ प्रशिक्षण पद्धती, वैज्ञानिक पद्धतीनुसार प्रशिक्षण घेण्याची एक प्रमुख पद्धती होय. या पद्धतीचा शोध इंग्लंडच्या लीड्स ;स्ममकेद्ध विद्यापीठाचे मॉरगान व एडमसनला ;क्लेंवदद्ध जाते. त्यांनी १९५७ मध्ये या पद्धतीचा अवलंब करून चांगले परिणाम दाखविले. ही पद्धती इंग्लंडच्या विद्यापीठात जिम्नास्टिक प्रणालीवर आधारित आहे. ही प्रशिक्षण पद्धती या विश्वासावर आधारित आहे की, खेळ स्पर्धेमध्ये योग्य परिणामाची तेव्हाच आशा केली जाते जेव्हा आपल्या शरीराचे सर्व अवयव पूर्णत: धष्टपुष्ट व विकसित असतील आणि सुचारूकडे रक्तसंचार प्रणाली नियमित रूपात कार्य करीत असेल.[१४]

खेळाडूंची निवड

या अध्ययनाकरिता आंतरम[illegible] घेणाऱ्या १०० खेळाडूंची निवड केली गेली. यात दोन समूह तय[illegible] ५० खेळाडू समूह व ५० खेळाडू नियंत्रित समूहात होते. प्रायोगिक [illegible] यात आले आणि नियंत्रित समूहाला कोणतेही प्र[illegible] ते २५ वर्षे होती. सर्व खेळाडू आंतरमहाविद्यालयीन [illegible] खालील पद्धतीने घेण्यात आले.

मापन पद्धती

शारीरिक क्षमता

१) ग[illegible]
२) श[illegible]
३) [illegible]
४) स[illegible]

परीक्षण प्रशासन

परीक्षण प्रशासनपूर्वी [illegible] पद्धती विस्तारपूर्वक समजविल्या गेल्या. जेणेकरून त्यांच्या मनात [illegible] राहणार नाही.

१) गती (५[illegible]
उद्देश : ख[illegible] क्षमतेचे मापन करणे.
उपकरण : स्टॉ[illegible]
प्रक्रिया : दोन समा[illegible] ल्या गेल्या. एक प्रारंभरेषा व दुसरी अंतिम रेषा. दोन खेळाडू [illegible] तसेच क्लॅपरच्या आवाजावर धावाला प्रारंभ करतील व जास्तीत जास्त तीव्र गतीने धावत ५० यार्डाच्या अंतराला पार करतील. घडयाळाच्या मदतीने खेळाडूंद्वारे ५० यार्डाचे अंतर पार करण्याकरिता केलेल्या अंतराची वेळ रेकॉर्ड केली गेली. खेळाडूंना तीन संधी दिल्या गेल्या.

स्कोरिंग : तीन संधी घेतल्या गेलेल्या सर्वात कमी वेळेला एक सेंकदाच्या १/१०० भागात रेकॉर्ड घेतले गेले.

Aayushi International Interdisciplinary Research Journal
ISSN 2349-638X

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

२) शक्ती (स्टँडिंग ब्रॉड जम्प)

उद्देश : खेळाडू विषयांच्या शक्तीचे मापन करणे.

उपकरण : मॅट, लॉग जम्प पीट, मेजरिंग टेप, चॉक इत्यादी.

प्रक्रिया : एक प्रारंभरेषा आखली गेली व खेळाडू त्या प्रारंभरेषेवर दोन्ही पाय एक दुसऱ्यांशी समानांतर ठेवत उभे राहिले. खेळाडूंनी आपल्या गुडघ्यांना वाकवत व हातांना हवेत स्विंग करीत समोरच्या दिशेला उडी मारली. प्रत्येक खेळाडूला तीन संधी दिल्या गेल्या.

स्कोरिंग : खेळाडूद्वारे प्रारंभरेषेवरून उडी घेतल्यानंतर निश्चित पार केलेल्या अंतराला सें.मी. मध्ये रेकॉर्ड केले गेले. यामध्ये खेळाडूंच्या शरीराचा भाग जो प्रारंभरेषेच्या जवळ असेल त्याला अंकाकरिता ग्राहय मानले गेले.

३) चपळता परीक्षण (शटल रन) :

उद्देश : खेळाडूच्या चपळतेच्या क्षमतेचे मापन करणे.

उपकरण : क्लॅपर, स्टॉप वॉच, चुना, टेप व चार लाकडाचे घुटके ;2 x 2 x 4 inch).

प्रक्रिया : १० मी. च्या अंतरात दोन रेषा आखल्या गेल्या. एक प्रारंभरेषा व दुसरी स्पर्शरेषा. एका खेळाडूंकरता [illegible] ठेवले गेले. तसेच खेळाडूंना प्रारंभरेषेवर धावण्याच्या [illegible] आल्यानंतर [illegible] जावर लाकडी घुटक्यांकडे धावण्याकरिता सांगितले [illegible] परत प्रारंभरेषेवर आणून ठेवेल व परत स्पर्शरेषेकडे [illegible] रेषेकडे धावून तीव्र गतीने प्रारंभरेषा पार केली.

स्कोरिंग [illegible] ट्रायलमध्ये निश्चित अंतराला पार [illegible] घेतली गेली.

४) सहनशील[illegible]

उद्देश : [illegible]

उपकरण : [illegible]

प्रक्रिया : [illegible] घेऊन उभे राहिले. क्लॅपरच्या आवाजावर [illegible] गात [illegible] व ६०० यार्ड.चे अंतर त्यांना पार [illegible] प्रयत्न करावा लागला.

स्कोरिंग : प्रत्येक खेळ[illegible] घेतली गेली. दोन्ही समूहांची तुलना शेवटी केली.

परिणामावर चर्चा

संशोधनकर्त्या[illegible] साठी एकूण [illegible] आंतरमहाविद्यालयीन [illegible] खेळाडू निवडले व ५०—५० खेळाडूंचे दोन [illegible] नियंत्रित समूह दोन्ही समूहांच्या प्राथमिक चाचण्या घेण्यात आ[illegible] केले. त्यानंतर प्रायोगिक समूहाला १२ आठवड्यांचा कार्यक्रम तयार [illegible] प्रशिक्षण पूर्ण झाल्यावर पुन्हा दोन्ही समूहांचे (प्रायोगिक व नियंत्रित) परीक्षण घेण्यात आले. परीक्षणाद्वारे त्यांची गती, शक्ती, चपळता व सहनशीलता चाचणी घेऊन आकडे प्राप्त केले. त्यानंतर आकडयांचे विश्लेषण व पृथक्करण प्राप्त आकडयांच्या आधारे खालील परिणाम आढळले :

१) गती : पूर्व व प्रशिक्षणानंतर परीक्षण केलेल्या अंकाच्या पृथक्करणानंतर प्रायोगिक समूहाची सहनशीलता विकसित झाली असे आढळले. कारण त्यांना १२ आठवडे प्रशिक्षण देण्यात आले होते. पण नियंत्रित समूहाच्या गती क्षमतेत वांढ झाली नाही असे आढळले. प्रायोगिक समूहाचे पूर्व व प्रशिक्षणानंतर मध्यमान व टी रेशीओ हया सांख्यिकीकरणांत सकारात्मक परिणाम होऊन महत्त्वपूर्ण बदल झालेले आढळले. पण नियंत्रित समूहात कोणताही महत्त्वपूर्ण बदल झालेला आढळला नाही.

ISSN 2349-638X

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

२) **शक्ती** : शक्ती हया क्षमतेत आकडयांच्या प्राप्तीनंतर प्रायोगिक समूहावर सकारात्मक प्रभाव पडला. परिपथ प्रशिक्षण घेतलेल्या खेळाडूवर प्रभावशाली व महत्त्वपूर्ण बदल आढळून आले व नियंत्रित समूहातदेखील बदल आढळून आले. पण प्रायोगिक समूहाच्या तुलनेत कमी आढळून आले.

३) **चपळता** : चपळता क्षमतेच्या आकडयांच्या प्राप्तीनंतर प्रायोगिक समूहावर सकारात्मक प्रभाव पडला. परिपथ प्रशिक्षण घेतलेल्या खेळाडूवर प्रभावशाली व महत्त्वपूर्ण बदल आढळून आले पण नियंत्रित समूहात कोणताही महत्वपूर्ण बदल आढळला नाही.

४) **सहनशीलता** : सहनशीलता आकडयांच्या प्राप्तीनंतर असे आढळून आले की, प्रायोगिक समूहाच्या सहनशिलता क्षमतेत वाढ झालेली आढळून आली. पण नियंत्रित समूहावर त्याचा विशेष परिणाम आढळला नाही. सांख्यिकीय विश्लेषणानंतर प्रायोगिक व नियंत्रित समूहात सार्थक भिन्नता आढळून आली. प्रायोगिक समूहाच्या सहनशीलतेमध्ये महत्त्वपूर्ण वाढ झाली असे आढळले.

परिकल्पनेवर चर्चा :

सुरुवातीला संशोधनकर्त्यांने अशी परिकल्पना केली होती की, परिपथ प्रशिक्षण कार्यक्रमाचा खेळाडूंच्या शारीरिक क्षमतेच्या घटकांवर सार्थक प्रभाव पडण्याची संभावना नाही. वरील परिकल्पनेला अनुसरून असा निष्कर्ष निघाला की, [illegible] सहनशीलता हया क्षमतेत प्रायोगिक समूहात सार्थक भिन्नता दिसून आली. [illegible] चपळता व [illegible] हया क्षमतेत नियंत्रित समूहात सार्थक भिन्नता दिसून आली नाही. [illegible]

संदर्भ ग्रंथसूची

१. देवेन्द्र बाल[illegible] ([illegible]), पृ.११.
२. शर्मा, आ[illegible] [illegible] : क्रीडा साहित्य प्रकाशन), [illegible] मैदान एवं नियम",
३. सिंह देवे[illegible] फ्रेंडज [illegible]
४. खेळ संचा[illegible]

ISSN 2349-638X

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

VOLUME - VIII, ISSUE – I - JANUARY - MARCH - 2019
AJANTA - ISSN 2277 - 5730 -IMPACT FACTOR - 5.5 (www.sjifactor.com)

२४. भंडारा जिल्ह्यातील ग्रामीण भागातील सामाजिक आधारी संरचनेचा विकास

डॉ. एम. एस. गोवासे
स्व. पी. एम. कला व वाणिज्य महाविद्यालय, वरठी, ता. मोहाडी, जि. भंडारा.
डॉ. के. यु. ईश्वरकर
श्रीमती आर. एम. पटेल महिला महाविद्यालय, भंडारा, ता. जि. भंडारा.

प्रस्तावना

विकास या संकल्पनेत विषमतेचा समावेश होतो. जेव्हा एखादा प्रदेशात विकासाची प्रक्रिया सुरू होते, याचाच अर्थ तो प्रदेश अविकसित असतो. विकास हा बहू–आयामी असतो. यात आर्थिक व सामाजिक विकासाचा समावेश होतो. अति प्राचीन व आधुनिक संस्कृतीचा मुळ उद्देश शिकार, पशुपालन, सघन निर्वाहक शेती, व्यापार व उद्योग इत्यादी आर्थिक कार्यांचा विकास करणे हा होता. सामाजिक परिवर्तनाचे वैज्ञानिक विश्लेषण सर्व प्रथम एंजिल्स यांनी आपल्या "Origin of Private Property, Family and State" मध्ये केला आहे.

विकासाच्या अनेक संकल्पना असल्या तरी त्यात विकासाची आधुनिक संकल्पना मानव कल्याणाला पुरक आहे, त्यामुळे विकासाच्या वर्तमान संकल्पनेत सर्व मानव समाजाला त्याचा मुलभूत गरजा पूर्ण करण्याकरिता समान संधी उपलब्ध करून देणाऱ्या बाबींचा समावेश केलेला आहे. एखाद्या प्रदेशात विकासाकरीता काही मूळ आधारभूत संरचनेची निर्मिती होणे आवश्यक असते. ग्रामीण भागाच्या विकासाकरीता ज्या संरचना उभ्या केल्या जातात त्यांचे विभाजन दोन प्रकारात करता येईल. काही संरचना अशा असतात की ज्या संपूर्ण खेडयांना व तेथील समाजाला उपयोगी असतात व काही संरचना या वैयक्तिक किंवा कौटुंबिक स्तरावर उपयोगी ठरतात. विद्युतीकरण संपूर्ण गावाला लाभदायी ठरू शकते. पण लोक जेव्हा खाजगी विद्युत जोडणी करून घरात विद्युत पुरवठा करून घेतात तेव्हा ती कौटुंबिक स्तरावर लाभादायी ठरते. (Singh A.L. & Faijal S., 1998) भंडारा जिल्हयाच्या ग्रामीण भागात 1981 ते 2001 या काळात खालील आधारभुत संरचनेचा विकास झाला त्यांचे खाली स्पष्टीकरण केले आहे.

परिकल्पना

"भंडारा जिल्हयातील ग्रामीण भागात आधारीत संरचनेचा विकास काळानुसार बदलत आहे."

उद्देश

सदर अध्ययनाचा मुख्य उद्देश भंडारा जिल्हयातील आधारी सरंचनेचा विकास स्पष्ट करणे आहे.

संशोधन पध्दती

सदर संशोधनात प्राथमिक व द्वितीय आकडेवारीचा उपयोग करून भूगोलशास्त्रीय संशोधन पद्धतीचा वापर केला आहे.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Coordinator, IQAC
Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

CS Scanned with CamScanner

भंडारा जिल्हा स्थान व विस्तार

भौगोलिकदृष्टया भंडारा जिल्हयाची स्थिती भारताच्या मध्यभागात, महाराष्ट्र राज्याच्या पुर्व भागात सागरापासून दूर खंडाच्या अंतर्गत भागात व वैनगंगा नदी खोऱ्याच्या मध्य भागात आहे. भंडारा प्रदेशाचा अक्षवृत्तीय विस्तार $20^{0}39'$ ते $21^{0}38'$ उत्तर व रेखावृत्तीय विस्तार $79^{0}27'$ पूर्व ते $80^{0}42'$ पूर्व आहे. या प्रदेशाची उत्तर दक्षिण लांबी 103 कि.मी. व पूर्व पश्चिम लांबी सुमारे 45 किमी आहे. भंडारा जिल्हयाने एकुण 4427.59 चौ.कि.मी. क्षेत्र व्यापलेले आहे.

प्राकृतिक रचना

भूपृष्ठ रचनेवर भूपटलभ्रंश, वलिनिकरण व इंट्रजन्स इ. भूगर्भीय घडामोडींचा तसेच विदारण, खनन वहन व संचयन इ. गतिक व स्थौतिक क्रियांचा परिणाम होऊन प्रथम व द्वितीय श्रेणीचे उठाव निर्माण झालेले आहेत. भंडारा जिल्हयात विविध भूरूपिकीय क्रियांमुळे नमुनेदार भुरूपे विकसित झालेली आहेत. भंडारा जिल्हयाची भूप्राकृतिक रचना दर्शवितो.

नदी प्रणाली

भंडारा प्रदेशातून वाहणारी वैनगंगा नदी व तिला येऊन मिळणाऱ्या बावनथडी, सुर, कन्हान, चुलबंद व मरू इत्यादी उपनदया व त्यांच्या सहाय्यक नदयांच्या वाहण्याच्या विशिष्ट क्रमामुळे वृक्षाकार नदीप्रणालीची निर्मिती झाली आहे. वैनगंगा व तिला येऊन मिळणाऱ्या नदयांनी आपआपल्या खोऱ्याचा विकास केला आहे.

मृदा

भंडारा प्रदेशातील मृदा अग्निजन्य व रूपांतरित खडकांपासून तयार झाल्या आहेत. यात ग्रेनाईट, निसेस व शिष्ट या खडकांचा समावेश होतो. तर नदीकाठावरील मृदा वैनगंगा व तिच्या उपनदयांनी वाहून आणलेल्या गाळाच्या संचयनापासून तयार झालेल्या आहेत. भंडारा व निकटवर्ती प्रदेशातील मृदेचे तिच्या गुण वैशिष्टयानुसार खालील प्रकारात वर्गीकरण केलेले आहेत. i) वाळूयुक्त लाल मृदा ii) लोमी लाल मृदा iii) मध्यम काळी मृदा

हवामान %&

जिल्हयातील उन्हाळा ऋतु उष्ण व कोरडे, हिवाळा ऋतु थंड व कोरडे म्हणजेच दमट स्वरुपाचे आहे.

भंडारा जिल्हयाच्या ग्रामीण भागातील आधारी सुविधांचा विकास

1) शैक्षणिक सुविधा

अ) बालवाडी

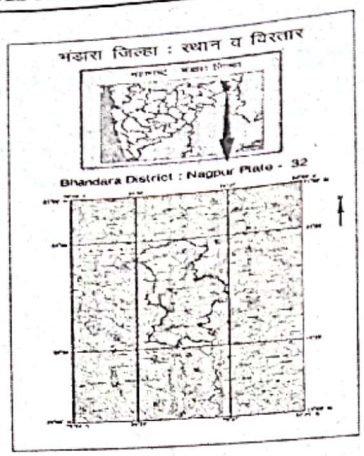
1981 वर्षी जिल्हयात एकही बालवाडी नव्हती. 1986 मध्ये फक्त साकोली व पवनी तालुका मिळून 142 बालवाडया निर्माण झाल्या यापुढे 1991 मध्ये यांची संख्या वाढ होऊन 176 वर गेली परंतु त्या त्या दोन तालुक्या पुरत्याच मर्यादित राहिल्या.

1996 मध्ये बालवाडयांची संख्या 585 वर गेली व प्रत्येक तालुक्यात बालवाडया सुरू झाल्या. भंडारा तालुक्यात 113 तर पवनी तालुक्यात 112 बालवाडया होत्या. पुढच्या पंचकात बालवाडयांची संख्या 90 ने वाढली व ती 671 वर गेली.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

Scanned with CamScanner



ब) प्राथमिक शाळा

शासनाने प्राथमिक शिक्षण आवश्यक केल्याने बहुतेक सर्व तालुक्यात विशेषतः जेथे खाजगी प्राथमिक शाळा नाहीत तसेच दुर्गम आदिवासी भागातही प्राथमिक शाळा सुरू केल्या. 1981 वर्षी प्राथमिक शाळांची संख्या 381 होती ती 1996 मध्ये 527 व 2001 मध्ये 554 वर पोहोचली म्हणजे 1991 ते 2001 या काळात प्राथमिक शाळांच्या संख्येत समान दराने वाढ झाली. प्रमुख वाढ 1986 ते 1991 या काळात झालेली आहे. अभिक्षेत्रीय आकृतीबंध हा समान स्वरूपाचा दिसतो. म्हणजेच शासनाच्या धोरणाप्रमाणे सहा वर्षावरील मुलांची संख्या विचारात घेऊन प्राथमिक शाळा सुरू केलेल्या आहेत.

:क) माध्यमिक शाळा

1981 मध्ये जिल्हयात एकूण 264 माध्यमिक शाळा होत्या. काही खेडयांच्या काही मध्यवर्ती स्थानी जेथे शाळांकरीता पुरेशी विद्यार्थी संख्या उपलब्ध होते तेथे माध्यमिक शाळा निर्माण करण्यात आल्या. 2001 वर्षी माध्यमिक शाळांची संख्या 317 होती. या पुर्वी तुमसर तालुक्यात 68 तर भंडारा तालुक्यात 61 माध्यमिक शाळा होत्या. लाखनी तालुक्यात सर्वात कमी म्हणजे 26 माध्यमिक शाळा होत्या. खेडयांच्या वितरणावर या शाळांची संख्या अवलंबून असलेली आढळते.

ड) उच्च माध्यमिक शाळा

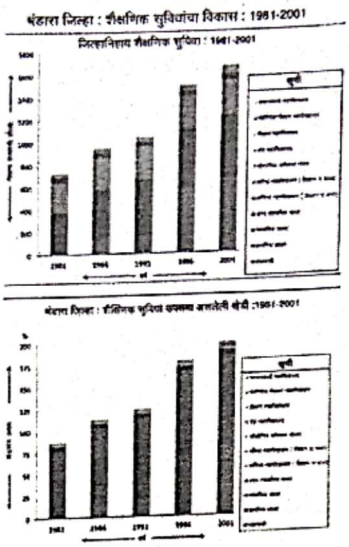
1981 मध्ये उच्च माध्यमिक शाळांची संख्या 55 होती ती 2001 मध्ये 60 इतकी झाली. म्हणजे या 20 वर्षात उच्च माध्यमिक शाळांची संख्या फक्त 5 ने वाढली. या वर्षी भंडारा तालुक्यात 22 उच्च माध्यमिक शाळा होत्या व इतर तालुक्यात ही संख्या 10 पेक्षा कमी होती. याचा अर्थ भंडारा सोडून अन्य तालुक्यात माध्यमिक शाळानंतर विद्यार्थ्यांची गळती होत असावी हे स्पष्ट होते.

इ) कनिष्ठ महाविद्यालय

1981 वर्षी जिल्हयामध्ये कनिष्ठ महाविद्यालयांची संख्या 29 होती ती 2001 मध्ये 31 झाली. म्हणजेच यात फक्त 2 टक्के ने वाढ झाली. 20 वर्षात अत्यल्प वाढ होण्याचे कारण म्हणजे जिल्हा परिषदेच्या व्यतिरिक्त अन्य संस्थानी कनिष्ठ महाविद्यालये सुरू केली नाहीत.

Scanned with CamScanner

फ) वरिष्ठ महाविद्यालय

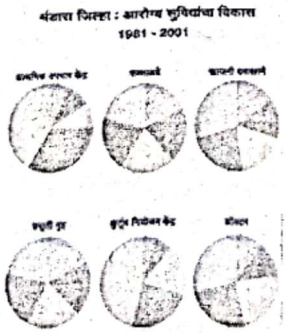


1981 मध्ये कला व विज्ञान शाखेच्या वरिष्ठ महाविद्यालयाची संख्या केवळ 03 होती. या पैकी भंडारा, तुमसर व साकोली या तालुक्याच्या ठिकाणी प्रत्येकी 1 महाविद्यालय होते. 2001 साली अशा महाविद्यालयाची संख्या 28 वर पोहोचली. या पैकी 09 भंडारा तालुक्यात व 05 तुमसर तालुक्यात होती व उरलेली प्रत्येक तालुक्यात कार्यान्वित होती.

व) अन्य शैक्षणिक संस्था

भंडारा जिल्हयात 1981 वर्षी 01 औद्योगिक प्रशिक्षण संस्था होती व 2001 पर्यंत यात वाढ झाली नाही. अशाचप्रकारे 1981 वर्षी जिल्हयात तुमसर व साकोली तालुक्यात प्रत्येकी 1 तंत्रशिक्षण महाविद्यालय होते. 2001 पर्यंत हिच स्थिती कायम आहे. 1981 वर्षी जिल्हयात 2 शिक्षण महाविद्यालये होती ही संख्या 1991 वर्षी 04 वर झाली व 2001 पर्यंत ती कायम आहे. अशीच स्थिती समाज कार्य महाविद्यालयांच्या बाबतीतही आढळते. जिल्हयात पहीले समाजकार्य महाविद्यालय 1996 मध्ये भंडारा येथे सुरू झाले. 2001 मध्ये इतर चार तालुक्यात प्रत्येकी 1 महाविद्यालय सुरू झाले.

2) भंडारा जिल्हयाच्या ग्रामीण भागातील आरोग्य सुविधा



Coordinator. IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

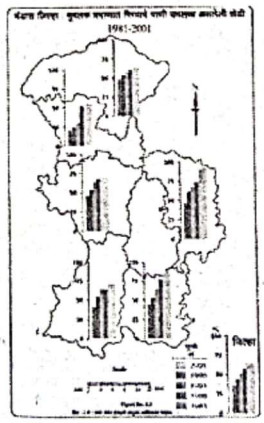
आरोग्य सुविधा ही सामाजिक गरज आहे व ती पुरेशा प्रमाणात उपलब्ध करून देणे ही शासनाची जबाबदारी असते. विशेषतः ज्या ठिकाणी खाजगी आरोग्य सुविधा नाहीत अशा ठिकाणी शासनाद्वारे या सुविधा पुरविल्या जातात. पुढील सारणीत प्राथमिक उपचार केंद्र, रूग्णालये, खाजगी दवाखाने, प्रसुती गृह, कुटुंब नियोजन केंद्र व डॉक्टर्स यांची 1981 ते 2001 या काळातील आकडेवारी नमुद केलेली आहे.

1981 वर्षी प्रत्येक तालुक्यात 1 या प्रमाणे जिल्हयात 06 प्राथमिक उपचार केंद्र होती. ही संख्या 2001 मध्ये 33 वर पोहोचली. विशेष वाढ 1991 ते 1996 या काळात झाली. या 5 वर्षात प्राथमिक उपचार केंद्राची संख्या 20 ने वाढली. तर या पुढच्या 5 वर्षात ती 6 ने वाढली. 1981 वर्षी जिल्हयात फक्त 6 रूग्णालये अस्तित्वात होती. पवनी व लाखांदूर तालुक्यामध्ये एकही रूग्णालय नव्हते. 1986 मध्ये रूग्णालयांची संख्या 7 झाली व 2001 पर्यंत ती तशीच कायम आहे.

1981 मध्ये जिल्हयात 56 खाजगी दवाखाने होती. त्यांची संख्या साकोली व पवनी तालुक्यात सर्वात जास्त होती. या खाजगी दवाखान्यांच्या संख्येत दरवर्षी वाढ होत गेली. 1991 ते 1996 पर्यंत ही संख्या 16 ने वाढली तर पुढच्या 5 वर्षात ती 25 ने वाढली. एकंदरीत शासकीय दवाखान्यांची संख्या बदलली नसली तरी खाजगी दवाखान्यांची संख्या मात्र दुपटीने वाढली. अशीच स्थिती प्रसुती गृहांबाबतही दिसून येते. 1981 मध्ये जिल्हयात 22 प्रसुती गृहे होती. ही संख्या 2001 मध्ये 26 पर्यंत वाढली.

जिल्हयामध्ये कुटुंब नियोजन केंद्राची संख्या 8 होती. प्रत्येक तालुक्यात 1 अथवा 2 केंद्रे होती. 2001 मध्ये ही संख्या 75 वर गेली आहे. 1991 नंतर यात विशेष वाढ झालेली दिसते व प्रत्येक तालुक्यात 9 ते 12 केंद्रे असलेली आढळतात. अशाच प्रकारे 1981 मध्ये 66 डॉक्टर होते ही संख्या 2001 मध्ये 183 वर गेली. 1986 ते 1991 या काळात या संख्येत मोठी वाढ झालेली आहे व त्यानंतरही यात सतत वाढ होत असलेली आढळते.

3) भंडारा जिल्हयाच्या ग्रामीण भागातील पिण्याच्या पाण्याची सोयींचा विकास



Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

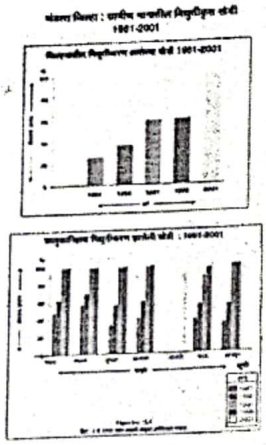
1981 मध्ये 308 गावांना पिण्याच्या पाण्याचा पुरवठा होत होता. पाणी ही एक मूलभूत आवश्यकता आहे. त्यामुळे पुढच्या 5 वर्षात 374 म्हणजे जवळ जवळ अर्ध्या गावांना पिण्याचे पाणी पुरेशा प्रमाणात मिळू लागले. या पुढच्या वर्षात साधारण सारख्या दराने या गावांच्या संख्येत वाढ होत राहीली. 2001 वर्षी अशा गावांच्या संख्येत वाढ होत राहीली. 2001 वर्षी अशा गावांच्या संख्येत वाढ होत राहीली. 2001 वर्षी पाणी पुरवठा गावांचे प्रमाण 73.43 टक्के

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

होते. साकोली तालुक्यात 94 टक्के गावांना तर लाखांदूर तालुक्यात 55 टक्के गावांना पाणी पुरवठा केला गेला. या 20 वर्षाच्या काळात मोहाडी, साकोली आणि लाखांदूर तालुक्यात वाढीचे प्रमाण जास्त होते.

पिण्याच्या पाण्याचा पुरवठा विहीरी, बोअरवेल, नळ योजना इत्यादी स्त्रोताद्वारे केला जातो. 2001 वर्षी 2870 विहीरींद्वारे खेडयांना पाणीपुरवठा होत होता. तर 5664 कुपनलिकेद्वारे पाणी पुरवठा केला गेला. परंतु सर्वदूर नळ योजना पोहोचली नव्हती. 1981 मध्ये 64 गावात नळ योजना सुरू होती ही संख्या 2001 मध्ये 509 वर पोहोचली 60 टक्के पेक्षा अधिक गावांना नळाद्वारे पाणी दिल्या जाऊ लागले. गावांची ही संख्या 1986 नंतर मोठया प्रमाणात वाढली. 1986 मध्ये ही संख्या 16 होती ती 1991 मध्ये 359 वर पोहोचली व 1996 मध्ये 455 इतकी झाली. त्याचप्रमाणे खेडयांमध्ये सार्वजनिक नळ जोडणीचा विकासही झपाटयाने झाल्याचे आढळले आहे. 2001 वर्षी 80.95 टक्के खेडयांमध्ये सार्वजनिक नळांची जोडणी झालेली आहे. 1981 व 1991 ला ही संख्या अनुक्रमे 4.76 टक्के व 23. 81 टक्के आहे.

4) भंडारा जिल्हयाच्या ग्रामीण भागातील विद्युतीकरणांचा विकास



ग्रामविकासाकरीता विद्युतीकरण अत्यंत आवश्यक असते. काही गावात फक्त शेतीकरिता, काही गावात फक्त खेडयांकरीता तर काही गावात सर्वकामाकरिता विद्युत उपलब्ध करून दिली जाते. शेतीचा तसेच गावाचा विकास विद्युत जोडणी व विद्युत पुरवठयाच्या प्रमाणावर अवलंबून असतो.

1981 वर्षी 838 पैकी 271 म्हणजेच 32.34 टक्के खेडयांना विद्युत पुरवठा केला जात होता. 1986 ते 1991 या काळात सर्वाधिक वाढ झाली. व विद्युतीकरण झालेल्या गावांचे प्रमाण 73.50 टक्के वर पोहोचले म्हणजे 1986 च्या तुलनेने यात 28.16 टक्के ने वाढ झाली. 2001 या वर्षी 87.23 टक्के गावांना विद्युत पुरवठा केल्या जात होता. भंडारा तालुक्यात हे प्रमाण 100 टक्के होते. मोहाडी तसेच तुमसर, पवनी, साकोली आणि लाखांदूर या तालुक्यातील सर्व गावांना विजपुरवठा केला गेला. फक्त लाखनी तालुक्यात एकूण 104 गावांपैकी 10 गावांना विद्युत पुरवठा उपलब्ध नव्हता.

सर्वेक्षणावरून स्पष्ट होते की, रस्त्यावरील दिवा बत्तीच्या सोयीमध्ये झपाटयाने विकास झालेला आहे. 1981 वर्षी 38.10 टक्के खेडयांमध्ये दिवाबत्तीची सोय उपलब्ध होती. हे प्रमाण पुढच्या 10 वर्षात म्हणजेच 1991 वर्षी 76.19 टक्के वर पोहोचली. तर 2001 वर्षी जवळ जवळ 86 टक्के खेडयांमध्ये रस्त्यावर दिवाबत्तीची सोय उपलब्ध झाली.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

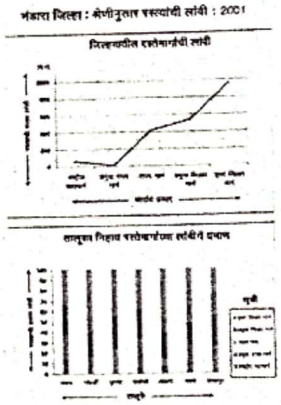
Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

CS Scanned with CamScanner

ल्हयातील वाहतुकीचे मार्गांचा विकास



क्षेत्रीय आंतरक्रियांचा विकास करण्याची जबाबदारी रस्ते मार्गांकडे आहे. रेल्वेमार्ग मात्र पुरक तंत्राच्या स्वरूपात कार्य करतात. त्यामुळे रेल्वे व रस्ते मार्गाची संपर्कता (Connectivity) जेवढी जास्त असेल तेवढा सामाजिक व आर्थिक विकास तीव्र गतीने होईल.

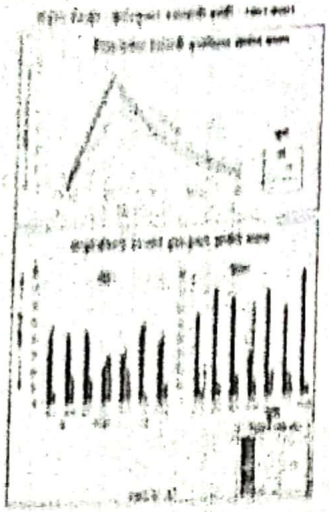


भंडारा जिल्हयात रेल्वे व रस्ते वाहतुक महत्वाची आहे. परंतु 1981 ते 2001 या 20 वर्षाच्या काळात रेल्वे मार्गाच्या लांबीत काहीही फरक पडलेला नाही. अशाच प्रकारे राष्ट्रीय महामार्ग प्रमुख राज्यमार्ग व इतर राज्यमार्गांच्या लांबीतही विशेष फरक पडला नाही. मुख्य इतर जिल्हा मार्गांच्या लांबीत पडतो. काळाच्या ओघात अनेक खेडी नवीन रस्त्यांनी एकमेकांशी जोडली जातात त्यामुळे वाहतुक मार्गांची लांबी वाढते. राष्ट्रीय महामार्ग, प्रमुख राज्य मार्ग, इतर राज्य मार्ग आणि जिल्हा मार्गांची लांबी दिलेली आहे. 2001 या वर्षी जिल्हयात सर्व श्रेणीच्या रस्त्यांची लांबी 1988.29 कि.मी. होती. यामध्ये 954 कि.मी. (47.98%) प्रमुख जिल्हा मार्ग या श्रेणीचे होते. याचबरोबर इतर जिल्हामार्गाचे प्रमाण 27.10% होते.

पृष्ठभागानुसार रस्त्यांच्या लांबीचा विचार करता एकूण सर्व प्रकारच्या रस्त्यांची लांबी 1981 मध्ये 3873.88 कि.मी. होती व यामध्ये सर्वाधिक लांबी खडीच्या पक्क्या रस्त्यांची होती. पुढील 20 वर्षात ही लांबी वाढत गेली व 2001 मध्ये एकूण लांबीचे प्रमाण 9922.74 कि.मी. झाले. म्हणजेच या 20 वर्षात रस्त्यांची लांबी 6048.86 कि.मी. ने वाढली. 2001

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

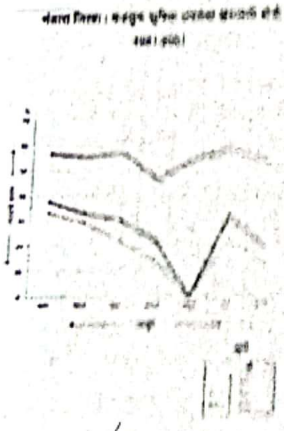
या वर्षी एकूण रस्त्यांचे डांबरी पृष्ठाचे प्रमाण वाढीव होते व त्यानंतर खडीच्या पक्क्या रस्त्यांचा



क्रम लागतो. या वर्षी रस्त्यांच्या एकूण लांबीत 83.89% रस्ते हे डांबरी पृष्ठांचे किंवा खडीचे पक्के रस्ते होते. अनेक खडीचे रस्ते डांबरी पृष्ठांचे केले गेल्यामुळे डांबरी पृष्ठांच्या रस्त्यांचे प्रमाण वाढले. हा बदल प्रामुख्याने 1996 नंतरच्या काळात झालेला आहे. 1996 वर्षी डांबरी पृष्ठांच्या रस्त्यांची लांबी 1867.00 कि.मी. होती. ती 5526.18 कि.मी. पर्यंत वाढली. याच 6 वर्षांत कच्चा रस्त्यांची लांबी 2930.00 कि.मी. वरून 1234.30 कि.मी. पर्यंत कमी झाली. याचा अर्थ या कच्च्या रस्त्यांपैकी काही खडीचे तर काही डांबरी प्रकारात परिवर्तीत झाले.

1981 ते 2001 या वर्षात भंडारा जिल्ह्यातील वेगवेगळ्या तालुक्यात रस्त्यांची लांबीत भिन्नता होती. 1981 वर्षी जिल्ह्यात सर्वात जास्त रस्ते लाखनी तालुक्यात 757.53 कि.मी. होते, तर सर्वात कमी रस्ते लाखांदूर तालुक्यात 436.34 कि.मी. होते. भंडारा व मोहाडी तालुक्यात रस्त्यांची लांबी जवळ जवळ सारखी होती. त्याचप्रमाणे तुमसर व साकोली तालुक्यात रस्त्यांची लांबी जवळ जवळ सारखी होती. 2001 मध्ये यामध्ये मोठी वाढ झाली. साकोली तालुक्यात रस्त्यांच्या लांबीत 4 पटीने वाढ झाली. भंडारा व पवनी तालुक्यात ही वाढ 3 पट आहे. तर मोहाडी, तुमसर व लाखांदूर तालुक्यात रस्त्यांची लांबी 2 पटीपेक्षा जास्त प्रमाणात वाढली. या वर्षात सर्वात जास्त लांबी साकोली तालुक्यात 2604.04 कि.मी. तर सर्वात कमी लाखांदूर तालुक्यात 999.30 कि.मी. होती.

6) भंडारा जिल्ह्यातील वाहतुकीची साधनांचा विकास



ग्रामीण विभागात एस.टी. बसेस व अन्य वाहनांद्वारे होणारी वाहतुक महत्वाची आहे. अलीकडच्या काळात टेंपो, ऑटो यासारख्या साधनांचे महत्व वाढत असून याद्वारे प्रवासी व मालाची मोठया प्रमाणात वाहतुक केली जाते. 1981 वर्षी 838 पैकी 164 गावातून एस.टी. बसची सेवा उपलब्ध होती. ही संख्या पुढे झपाटयाने वाढत जाऊन 2001 मध्ये 397 वर पोहोचली. 1981 वर्षी भंडारा जिल्ह्यात सर्वाधिक म्हणजे 33.09% गावात ही सेवा उपलब्ध होती. 2001 या वर्षी तुमसर तालुक्यात 55% गावात तर भंडारा, मोहाडी व पवनी या तालुक्यात 55% पेक्षा अधिक आहे. गावात ही सेवा उपलब्ध आहे.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahavidyalaya,
Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Scanned with CamScanner

या 20 वर्षात सर्वाधिक वाढ 1981 ते 2001 या दहा वर्षात झालेली आहे. दुर्गम भागात आजही बस सेवा उपलब्ध नाही. यापैकी बरीच गावे अतिशय लहान असल्यामुळे आर्थिक दृष्टया अशा गावांना बस सेवा देणे शक्य होत नाही.

7) भंडारा जिल्हयातील दळण–वळण साधणांचा विकास

समाजिक–आर्थिक परिवर्तनात दळणवळणाच्या साधनांची भूमिका महत्वाची आहे. जगात टेलीफोनच्या शोधापासून आतापर्यंत अनेक क्रांतीकारी परिवर्तन झाले. 31 मार्च 2001 पर्यंत देशात 39.91 मिलीयन लाईन आणि 32. 44 मिलीयन टेलीफोन सेवा सुरु होउन आशियात सर्वात मोठा देश बनला. त्याचप्रमाणे रेडीयो, प्रसार व मुद्रनलेखन माध्यम, इलेक्ट्रॉनिक्स माध्यम, इत्यादी क्षेत्रात तिव्र बदल झाले.

सारांश

भंडारा जिल्हयातील ग्रामीण भागात सामाजिक आधारी संरचनेचा विकास 1981 नंतर झपाटयाने होत गेला आहे. असे असले तरी त्या सुविधेच्या प्रमाणात व गुवत्तेत बराच विकास होणे गरजेचे आहे.

संदर्भसुची

1. श्रीवास्तव व्ही.के., शर्मा एन. व चौहान पी.एन. (2008), "प्रादेशिक नियोजन और संतुलित विकास", वसुंधरा प्रकाशन, गोरखपूर.
2. प्राथमिक सर्वेक्षण, प्रत्यक्ष मुलाखत.
3. पंचायत विभाग, जि.प. भंडारा.
4. महिला व बालकल्याण विभाग, जि.प. भंडारा.
5. शिक्षण विभाग, जि.प. भंडारा.
6. जिल्हा उद्योग केंद्र, भंडारा.
7. वार्षिकांक (2011), राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज, नागपूर विद्यापीठ, नागपूर.
8. भारतीय जनगनना पुस्तिका, (1981, 1991, 2001).
9. भंडारा जिल्हा सामाजिक, आर्थिक समालोचन (1981 ते 2005), अर्थ व सांख्यिकी संचालनालय, महाराष्ट्र शासन.

SMT. R.M.PATEL MAHILA MAHAVIDYALAYA BHANDARA

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

18-19

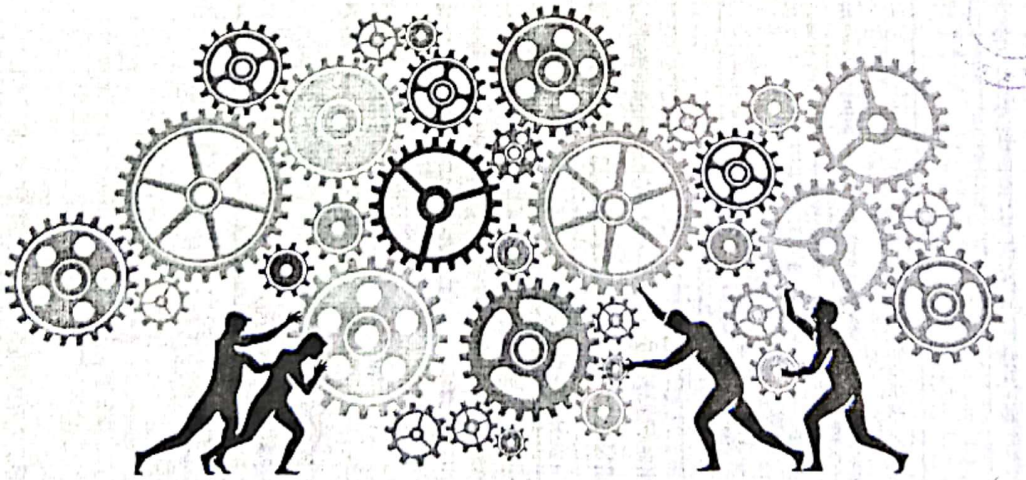
Peer Reviewed Referred and
UGC Listed Journal
(Journal No. 40776)

AN INTERNATIONAL MULTIDISCIPLINARY
QUARTERLY RESEARCH JOURNAL
ISSN 2277-5730

AJANTA

Valume-VIII, Issue-I
January - March - 2019
Marathi Part - II

IMPACT FACTOR
/ INDEXING
2018 - 5.5
www.sjifactor.com



Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

Chordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

CamScanner
Scanned with CamScanner

CONTENTS OF MARATHI PART - II

अ.क्र.	लेख आणि लेखकाचे नाव	पृष्ठ क्र.
२६	आधुनिक काळातील संगीत शिक्षण सहा. प्रा. सुशील अ. वावरकर	१०८-११०
२७	शास्त्रीय संगीतात उपशास्त्रीय प्रकारांमध्ये ठुमरीचे महत्व विद्या उत्तमराव धोटे (बोंडे)	१११-११५
२८	आधुनिक काळात संगीत शिक्षण सौ. अरूणा च. हरले	११६-११९
२९	माध्यमिक आणि उच्च माध्यमिक पाठ्य पुस्तकातील संस्कृत विषयाच्या सुभाषितातील नैतिक शिक्षण सौ. कांचन आनंद रानडे	१२०-१२५
३०	शास्त्रीय संगीतात उपशास्त्रीय संगीत प्रकार म्हणून ठुमरीचे महत्व प्रा. राहुल एम. भोरे	१२६-१२८
३१	संगीताची लोकप्रियता कु. वैशाली विजय सरोदे (वाटकर)	१२९-१३१
३२	शान्तीमन्त्रातील सामाजिकता (ईशादि नौ उपनिषदाच्या आधारे) प्रा. मंजुश्री श्रीपाद नेव्हल	१३२-१४१
३३	भारतीय व विदेशी खेळांच्या प्रचार व प्रसाराकरिता महाराष्ट्र राज्यातील वृत्तपत्रांमध्ये दिल्या जाणाऱ्या स्थानांचे तुलनात्मक अध्ययन प्रा. डॉ. अजय श्री. बोंडे	१४२-१४७
३४	ठुमरी गीत प्रकाराचे कलात्मक व शैक्षणिक दृष्टीने अध्ययन डॉ. मुक्ता पं. महल्ले (थांडे)	१४८१५०
३५	सार्वजनिक क्षेत्रातील बँकेतील अनुत्पादक मालमत्ता एक समस्या प्रा. एन. ए. पिस्तुलकर प्रा. यु. डी. चव्हाण	१५१-१५४
३६	भारतीय संगीतातील आवाज साधनेची आवश्यकता डॉ. राजेश उमाळे	१५५-१५७
३७	मराठी साहित्यातील स्त्रीवादी प्रा. डॉ. सुचिता एस. ढेरे	१५८-१६०

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

VOLUME - VIII, ISSUE - I - JANUARY - MARCH - 2019
AJANTA - ISSN 2277 - 5730 -IMPACT FACTOR - 5.5 (www.sjifactor.com)

३०. शास्त्रीय संगीतात उपशास्त्रीय संगीत प्रकार म्हणून ठुमरीचे महत्व

प्रा. राहुल एम. भोरे
संगीत विभाग प्रमुख, श्रीमती रेवाबेन मनोहरभाई पटेल महिला कला महाविद्यालय, भंडारा.

प्रस्तावना

उपशास्त्रीय संगीताचा जन्म कसा झाला? या प्रश्नाचे उत्तर जरी निश्चीत सांगता येत नसले तरी जसे–जसे भारतीय शास्त्रीय संगीतात संस्कृतिक बदलामूळे संगीतातही खुप मोठया प्रमाणात परीवर्तन होत गेले तसे–तसे नवीन संगीत प्रकार समाविष्ठ होउन शास्त्रीय संगीतात एकरूप झाले आहे. ढोबळ मानाने बघितले असता उपशास्त्रीय संगीताचा उगम हा लोकसंगीत असला तरी शास्त्रीय संगीतच त्याचा मुख्य स्त्रोत मानला जातो कारण हे असे उपशास्त्रीस संगीत आहे की जे शास्त्रीय संगीताच्या अगदी जवळ असते. एका नाण्याला जशा दोन बाजु असतात तशाच शास्त्रीय आणि उपशास्त्रीय संगीत या मनोरंजनाच्या दोन बाजु आहेत. शास्त्रीय संगीतात राग शुध्दतेला महत्व दिले जाते तत्पश्चात उपशास्त्रीय संगीतात भावसौंदर्य व रस माधुर्याला अधिक महत्व दिले जाते. काव्यातील शब्द रचना व तिच्या आशयातील भावार्थाला खुप महत्व आहे. शब्द व स्वर लक्षात घेऊन स्वरसमुहाची लडी शब्दाच्या भोवती सुंदर स्वरआलंकार घेऊन अचुक स्वरफेक, अर्थानुसार भावनिक शब्दफेक हे ठुमरीचे भावसौंदर्य व नादसौंदर्य वाढविते. कारण काव्य, विषय, त्याची विशिष्ट प्रकारची स्वरबांधणी, त्याचा स्वरआविष्कार हे लोकसंगीताने भारतीय संगीतातील उपशास्त्रीय संगीताला दिलेल देणं आहे. या सर्व गीत प्रकारात आलपचारी आहे. परंतु ती शब्दांबरोबर लडीवाळपणे खेळते. लयकारीही आहे, ती छान स्वरशब्दातुन प्रगट होते. तानामुळे तर ह्या शैलीचे सौंदर्य अधिकच वाढते. पण या ताना सरगम गायनाप्रमाणे लांबलचक व क्लिष्ट नसून सहज उरफुर्तपणे येणाऱ्या अगदीच लहान लहान ताना वैचित्र्य निर्माण करतात. ठुमरीचे उगमस्थान लोकसंगीतातुन झाले असले तरी ती अधिक संस्कारक्षम, व भावनिक व विकासीत झाली, ती शास्त्रीय संगीतामुळे. कला संगीतातील संपन्न स्वरांनी ती अधिक समृध्दही बनली.

'ठुमरी' शब्द 'ठुमक' शब्दातुन निर्माण झाला आहे. जो मोहक, सुंदर नृत्याच्या पदन्यासाशी निगडीत नृत्यात नर्तक गीत गाऊन भावनांचे प्रगटीकरण करत असतो. ही गीतं शास्त्रीय संगीताच्या ढंगाने गायल्या जाऊ लागल्यावर तिचे ठुमरीत रूपांतर झाले. ठुमरीची भाषा, विषय, तिची प्रकृती आणि अनुकुलता ह्या वरूनच ती लोकगीताची एक निर्मिती होय. शास्त्रीय संगीत आणि ठुमरीचे सिंहावलोकन केल्यास बरवा, पहाडी, काफी, जंगला, मुलतानी, भैरवी, सिंध भैरवी, सिंध काफी, देस, पीलू, गारा, विहारी, खमाज, झिंझोटी या रागातच ठुमरी गायल्या जाई आणि यातील काही रागांचा विकास लोकधुनातुनच झालेला दिसतो. 17 व्या शतकात बरवा व पहाडी रागातच ठुमरी गायनाचा प्रघात होता.

ठुमरीत लोकसंगीतातील साधेपणा, भाषेतील सारलता, सहजता या बरोबर तीच्यातील श्रृंगार, भक्ती, विरह, करूणा, आर्तता व्याकुळता, तकार, संयोग, वियोग, अनुराग तर कायम वियोगातुल निर्माण होणाऱ्या विविधतम भावभावनाचा साक्षात्कार तिच्यात मुर्त स्वरूपात घडलेला दिसतो. धृपद आणि ख्याल या क्लिष्ट सांगीतीक आविष्कारापेक्षा साधा सोप्या वळणाचा ठुमरीचा घाट अभिजात संगीताला एक देण होय, एक वरदान होय, ख्यालात

Coordinator. IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

विशुध्द सांगीतिक अनुभुती तर ठुमरीत मानवी जीवनातील विविध भावनिक, मानसिक आणि काही अंशी शारीरिक स्पंदनाची अनुभुती येते.

धृपद–धमार, ख्याल, ठुमरी या निबध्द सांगीतिक प्रकार गायनाच्या विविध गायनविधीमुळे गायनशैली म्हणुन संबोधल्या जाऊ लागल्या. या शैली सातत्याने पिढ्यान्पिढ्या जोपासणा करणाऱ्या गायक व वादकाच्या गायकीच्या ढंगाला शैली असे संबोधल्या जाऊ लागले. ख्याल गायनात जेंव्हा शब्दांना खुप प्राधन्य दिले गेले तेंव्हा त्यातुनच ठुमरीचा जन्म झाला असे म्हणायला हरकत नाही.या गानविधेतुन ठुमरीच्या दोन शैली निर्माण झाल्या. 1. पूरब शैली 2. पंजाब शैली

1. पूरब शैलीतुन दोन अंगे मानल्या गेली. लखनऊ शैली
2. बनारस शैली

ख्याल परपरेला जरो घराणे संबोधल्या गेले तसे ठुमरीच्या गायकी पंरपरेला चैली असे संबोधल्या गेले. या पूरब शैलीतुनच स्वतंत्र ठुमरी गायन शैली निर्माण झाली. पूरब शैलीत बोलबनाव आणि बोलबॉट या दोन पध्दती पून्हा भिन्नता निर्माण झाली. बोलबनाव बनारस अंगात तर बोलबाट लखनऊ अंगाचे लक्षण झाले.

बनारस शैलीचे ठुमरीगायन ख्यालगायनाच्या अंगाने केल्या जाते. 'हि शांत धिम्या गतीने चालते, हिचा ठेका हा पंजाबी ' ठुमरी पेक्षा शांत असतो. तीची चाल व तीच्या स्वराची पावले हि तोलुन मापून भारदास्त लयीत पडतात. स्वरातील रसानुभव आणि वैचित्र्यमय प्रयोगच ठुमरीला फुलविते. बोल–बनावच्या भावपक्षावर विषेश प्राधान्य असते. स्वरांची कमनुसार बढंत, बंदिशीच्या विषयानुकुल हिंदी, ब्रज, अवधी इ. भाषेत रचित दोहे कवित्त आदि रचना ठुमरीच्या मधेमधे म्हटल्या जातात.

लखनऊ की ठुमरी बोलबांटकी ठुमरी म्हणुन प्रसिध्द, तिलाच बंदिश कि ठुमरी सुध्द म्हणतात. कारण की नृत्याशी एकरूप झाली. दरबारात ती विकसीत झाली. मनोरंजन हे मुख्य उद्दिष्ट राहील्याने शृंगार प्रधानता, नखरेपणा, नजाकत, भावाविष्कारासाठी मोहक अदाकारी, स्वरलगाव, लयवैचित्र्य, स्वरांलकारात गुर्की यांचा वैविद्यपूर्ण प्रयोग लखनऊ शैलीचे वैशिष्ट्ये ठरले.

पतियाला व पंजाब घराणे जणु उस्ताद बडे गुलाम अली यांच्या गाननिपूणतेनेच ओळखल्या जाते. या शैलीत टप्पा गीताची छाप दिसते. टप्प अंगात लहान लहान ताना, खटका, मुर्की यांचा बहुत्वाने उपयोग होतो. सरगमचा प्रयोग किराणा घराण्या प्रमाणे आत्मसात केला.

ठुमरीचे दालन खुले करून देण्याचे श्रेय जाते ते किराणा घराण्याचे प्रवर्तक, गायक अब्दुल करीत खां यांना. अनोख्या भावपूर्ण ढंगाने मैफलीत गाऊन तीला मैफलीचे दालन खुले करून दिले. आग्रा घराण्यावे आफताब–ए–मौसिकी अस्ताद फैयाज खां, ग्वाल्हेरचे रामकृष्णबुआ वुआ वझे, भारकरबुआ बखले, या गायनाचार्यांनी मोलाची भर टाकली आणि याच रामयी गोहरजान, मलकजान, सुंदराबाई, या ठूमरी गायीकांच्या ठुमऱ्या आजही मनाचा ठाव घेऊन जातात.

आजकाल ख्यालगायनाच्या बरोबरीने ठुमरीची लोकप्रियता दिवसेंदिवस इतकी वाढते आहे की सर्व कलाकार कार्यक्रमाच्या प्रस्तुतिकरणात जातीने तिला स्थान देऊन ती सादर करतात. नविन कलाकारानां कोणत्याही एका घराण्याची, शैलीची बांधिलकी ठेवणे तेवढे आवश्यक वाटत नाही. बदलता काळ, गतीमान जीवन पध्दती आणि प्रचलीत आधुनिक तंत्र साधने, छोटया मोठया सांगीत मैफली, शैक्षणिक दृष्टया प्रात्याक्षिकासह माहिती ही सर्व प्रभावी साधने दैंनदिन जीवनातील अविभाज्य घटक बनली आहे. मानव त्या संपूर्णपणे त्याच्या आहारी गेला आहे. पण हि सर्व

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara
Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.
Scanned with CamScanner

साधने इतकी उपयुक्त आहेत की, याचा उपयोग घरीच करून प्रत्येक कलाकाराच्या उत्तमोत्तम हरकती, लकदी, कठीण जागा, आलापी, बेहेलावे व संपूर्ण गानविधितील सुक्ष्मछुन सुक्ष्म वैशिष्टये टिपून तिल तो आत्मसात करून स्वतःची गायकी निर्माण करता येऊ शकते. ठुमरीच्या गायकीची गुण वैशिष्टये बघता तिच्या 'बोलबनाव व 'बोलबांटाचा'ही विचार करणे गरजेचे आहे. ठुमरी हि गीतशैली स्वर व शब्द यांच्या माध्यमातुन फुलत असते. स्वराबारोबरच शब्दांना वा काव्याला समसमान महत्व असते. तसे स्वरांचे विविध संवाद ठुमरीला आकर्षक बनवतात. त्याप्रमाणे बोलाच्या साहयाने ती भावपूर्ण, उत्कंठ, रसात्मक होते. 'सुर से बात पैदा करना', बोल से बात पैदा करना' आणि बात से बात पैदा करना' या ठुमरीतील तीन मुख्य करोटया आहेत.

या व्यातिरिक्त ठुमरीत प्रयोगल्या जाणाऱ्या तालाचा आढावा घेता भारतीय संगीतात जसे विविध गीतप्रकार आस्तित्वात आले तसेच त्यांचा अनुसरून तालाची पण निर्मिती केल्या गेली. त्यामुळे समान मात्राचे पण भिन्न बोलावे अनेक ताल उत्तर हिंदुस्थानी संगीतात उपलब्ध आहेत.

ख्याल गायकी प्रमणेच ठुमरीत पण गायकाला आपल्या कलेचा संपूर्णपणे अविष्कार करायला वाव आहे. रागाच्या शुध्दतेच्या सिमा पण ठुमरी शैलीत ओलांडुन त्यात 12 ही स्वराचा कलात्मक प्रयोग मोठया खुबीने करण्याचे स्वातंत्र ठुमरी गायकाला बहाल केले आहे. आवाजावर नियंत्रण, स्वरावर हुकुमत त्यामुळे जवळपासच्या रागांचा प्रयोग करूनही मूळ स्वरूपाला कुठेच धक्का लागत नाही. ठुमरी गायकीची सुरवात ठेका सुरू होण्यापूर्वी गायक राग प्रस्थापित करण्यापुरता ठुमरीच्या बोलासह जुजबी स्वर विस्तार करतो. त्यानंतर ताल सुरू झाल्यावर प्रथम कलाकार ठुमरीची चौकट, आकृतीबंध सादर करतो. हळुहळु एक एक स्वर घेऊन बोलबनाव वा बोलबांट व्दारा वढंत केल्या जाते. स्वरांइतकेच शब्द अर्थानुरूप स्वरानी गुंफल्या जातात. एका आलापची संकल्पना पूर्ण झाल्यावर ठुमरीच्या प्रथम ओळीचा मुखडा घेऊन समेवर येण्याची किया ठुमरीच्या स्थायी व अंतऱ्याच्या अवयवामध्ये संथपणे होत असते. ही किया प्रत्येक कलाकार आपपल्या कल्पकतेनुसार ठुमरीचे संपूर्ण रूप प्रस्तुत करीत असतो.

चित्रपटाच्या आरंभीच्या काळात चित्रपट निर्मात्यावर व संगीत दिग्दर्शकावर रागदारी रांगीताचा ऐवढा जवरदस्त प्रभाव होता की, रागदारीतील छोटेख्याल कधी गुळ रूपात तर कधी या ख्यालावर आधरीत गीते घेतल्या गेली. अशी कित्येक उदाहरणे देता येतील जी रागदारीवर आधारीत बंदिशी, चित्रपटातुन घेतल्या गेल्या. ज्याप्रमाणे रागदारीच्या बंदिशी घेतल्या त्याचप्रमाणे उपशास्त्रीय संगीतातील पारंपारीक ठुमरी सुध्दा घेतली.

आजकाल मात्र कोणत्याही घराण्याचा कलाकार आपल्या मैफलीत उपशास्त्रीय संगीतातील प्रकाराना प्रस्तुत केल्याशिवाय आपल्या मैफलीची सांगता करत नाही. हल्लीच्या ख्यालगायकीवर ठुमरी अंगाचा प्रभाव पडत चालल्याचे दिसते. तसा ख्याल स्वरप्रधान, परंतु त्यात शब्दाचे प्रावल्य वाढल्याचे दिसते. आजकालच्या ख्याल गायकीत ठुमरी किंवा प्रादेशिक संगीताचे अंश व तत्व अती अलंकाराच्या प्रयोगाने ठुमरीचे लचकदार, डौलदार, रूप ख्यालात आले.

संदर्भ ग्रंथ

1. ठुमरी परिचय, श्रीमती लीला कारवाल, संगीत सदन प्रकाशन, इलाहाबाद.
2. बेगम अख्तर व उपशास्त्रीय संगीत, डॉ. सुधा सहगल एवं डाफ मुक्ता, राधा पब्लिकेशन, नई दिल्ली.
3. ठुमरी की उत्पत्ती, विकास और शैलीया, डॉ. शत्रुघन शुक्ल, हिंदी माध्यम कार्यालय निदेशालय, दिल्ली.

Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara
Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara
Scanned with CamScanner

RESEARCH JOURNEY International Multidisciplinary E-Research Journal | ISSN- 2348-7143
Impact Factor - (SJIF) - 6.261, (CIF) - 3.452, (GIF) -0.676 Special Issue - 147(III) Agriculture & Water Management In Historical Period In India | March 2019 | UGC Approved No. 40705

Impact Factor – 6.261 ISSN – 2348-7143
INTERNATIONAL RESEARCH FELLOWS ASSOCIATION'S

RESEARCH JOURNEY

Multidisciplinary International E-research Journal
PEER REFREED & INDEXED JOURNAL

23nd March 2019 Special Issue- 147 (III)

Globalisation: Challenges and Opportunities for India

Chief Editor -
Dr. Dhanraj T. Dhangar,
Assist. Prof. (Marathi)
MGV'S Arts & Commerce College,
Yeola, Dist – Nashik [M.S.] INDIA

Executive Editor of This Issue
Dr. Shivaji Dalnar
Principal
Punyashlok Ahilyadevi Holkar Mahavidyalaya,
Ranisawargaon, Tq. Gangakhed , Dis. Parbhani

Co- Editor of This Issue
Dr. Rasway V.B.
Dept. of Psychology
PAH Mahavidyalaya, Ranisawargaon, Tq. Gangakhed , Dis. Parbhani

Dr. Mane G.G.
Dept. of History
PAH Mahavidyalaya, Ranisawargaon, Tq. Gangakhed , Dis. Parbhani

Dr. Pande D.C.
Dept. of Music
PAH Mahavidyalaya, Ranisawargaon, Tq. Gangakhed , Dis. Parbhani

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CamScanner
Scanned with CamScanner

RESEARCH JOURNEY International Multidisciplinary E-Research Journal | ISSN- 2348-7143
Impact Factor - (SJIF) - 6.261, (CIF) - 3.452, (GIF) -0.676 Special Issue - 147(III) | March 2019 | UGC Approved No. 40705
Agriculture & Water Management In Historical Period In India

फ्यूजन म्युझिक

प्रा. राहुल एम. भोरे
(प्रधानाध्यक्ष संगीत विभाग), श्रीमती रेवाबेन मनोहरभाई पटेल महिला कला महाविद्यालय, भंडारा

भारतीय संस्कृति अति प्राचीन काल से अपनी बौध्दिक एवं कलात्मक उत्कृष्टताओं के कारण जिज्ञासा एवं रूचि का विषय है। तथा संगीत भारतीय संस्कृति का एक विभिन्न अंग होने के कारण अपनी अध्यात्मिकता सहजता एवं भाव प्रणवता से समय–समय पर पाश्चात्य विव्दांनो को आकर्षित करता रहा है। भारतीय संगीत के विकास कम पर दृष्टिपात करने से ज्ञात होता है कि संगीत सदैव से ही एक प्रयोगात्मक एवं परिवर्तनशील रहा है। जो ध्वनि, शब्द व स्वरो के विशेष मिश्रन व्दारा मानवीय भावों को प्रस्तुत करता है। फिर देश, काल व परिस्थितीयों में परविर्तन आने से इसी मिश्रण के परिणाम स्वरूप हिंन्दुस्थानी शास्त्रीय संगीत के कियात्मक व शास्त्रीय दोनों पक्षों में भी प्रयोग व विविध परिवर्तन देखने को मिलते है।

कला की दुनिया का कोई भी सच्चा कलाकार अपनी कला में नवीनता और विविधता लाने के लिए प्रयत्नशील रहता है। संगीत कला क्षेत्र में सिध्द हस्त संगीतज्ञों ने अलग अलग देश और प्रान्त के संगीत का भी अध्ययन किया। फिर अपनी पसंद अनुसार किन्ही दो से अधिक प्रकारों के आधार पर नवीन प्रयोगो को अंजांम दिया। फ्यूजन म्युझिक उन्हीं प्रयोगो में से एक प्रकार है। हिन्दुस्थानी संगीत के क्षेत्र में 'फ्यूजन म्युझिक' नामक यह नवीनतम प्रयोगात्मक प्रकार वर्तमान काल में अधिक प्रचलित हो चुका है। कई सुप्रसिध्द संगीमतज्ञो की असहमति के बावजूद भी यह संगीत प्रकार बहुत प्रसिध्दि व प्रोत्साहन पा रहा है। हर प्रकार के संगीत में फ्यूजन संम्बन्धी प्रयोग किये जा रहे है। अतः पाश्चात्य संगीत के साथ भारतीय संगीत के अन्तर्गत हिन्दुस्थानी संगीत, कर्नाटक संगीत एवं अन्य विविध लोक संगीत शैलियों का सुंदर संलयन (फ्यूजन) प्रस्तुत किया जा सकता है।

अर्थ व परिभाषा :– फ्यूजन म्युज़िक को हिन्दी में 'संलयन संगीत' कहा जाता है। वेबस्टर और ऑस्कफर्ड शब्द के अनुसार फ्यूजन का अर्थ है – to belend or to melt with or blend by meliting अर्थात् मिश्रित करना, घुलना–मिलना अथवा संलयित करना आदी। इस अर्थ में फ्यूजन म्युज़िक की यह परिभाषा हो सकती है – 'अलग अलग संस्कृतियों में जन्मे संगीत को जब इस कला से घुलाया मिलाया जाता है कि रचनात्मक दृश्टि से उनकी निजी विषेशताएं एवं गुण पूर्णतः समाप्त होकर एक नवीन गुण व विषेशता का रूप ले लें तो उसे हि फ्यूजन म्युज़िक कहते है।'

इस परिभाषा से यह स्पष्ट होता है कि – फ्यूजन म्युज़िक के सृजन में केवल उन्हीं संगीत प्रकारों को संलयित किया जा सकता है जो अपनी धार्मिक भावना, रिति–रिवाज व भौतिक वातावरण के प्रमूख रूप ये प्रस्तुत करते हैं। संक्षिप्त रूप से हम यह कह सकते है कि फ्यूजन म्युज़िक दो या दो से अधिक संस्कृतियों में जन्मे संगीत का मिश्रित स्वरूप है।

'फ्यूजन' शब्द भारतिय संगीत में नया है। आज से पहले इस शब्द का प्रयोग किसी संगीत प्रकार के लिये संभवतः नही हुआ है। संगीत के इतिहास पर दृष्टिपात किया जाए तो यह तथ्य समने आ जाता है कि फ्यूजन म्युज़िक की विकास यात्रा तो अप्रत्यक्ष रूप से मध्यकाल के प्रारंभ में ही अरंभ हो चुकी थी। पर उस समय तक इस शब्द का प्रयोग नही कीया गया था। वैसे भी संगीत में जब कोई नया प्रकार सृजित होता है तो उसे लोकप्रिय होने में ही कई वर्ष लग जाते है। भारतिय संगीत के इतिहास का अध्ययन करने पर कई ऐसे संगीत प्रकार सामने आते है।

संस्थांगत संगीत शिक्षण व संगीत के प्रचार–प्रसार के साथ–साथ ही पं. विश्णु दिगंबर पलुस्कर जी ने पाश्चात्य नोटेशन पध्दती के आधार पर ही संगीत की स्वर लेखन पध्दती का गठन किया। इस पध्दती को आज हिन्दुस्थानी संगीत में पूर्ण मान्यता प्राप्त है। यह स्वर लिपी पध्दती भी तो भारतिय व पाश्चात्य संस्कृती के संगीत का मिश्रित रूप है। इस प्रकार फ्यूजन म्युज़िक का अर्थ मध्यकाल से ही अप्रत्यक्ष रूप से हिन्दुस्थानी संगीत में समाहीत रहा है। वर्तमान काल मे हिन्दुस्थानी शास्त्रीय संगीत के कई सुप्रसिध्द संगीत कलाकार हिन्दुस्थानी संगीत और पाश्चात्य संगीत को घुला–मिलाकर प्रत्यक्ष रूपसे इस नवीनतम प्रयोगात्मक संगीत को विश्व स्तर पर प्रसिध्दी दिला रहा है। परंन्तु फ्यूजन प्रकार से हमारे शास्त्रीय संगीततज्ञो को घबराने की जरूरत नही है। क्योंकि जब भारतिय फ्यूजन म्युज़िक का नाम आता है तो हर कोई हिन्दुस्थानी शास्त्रीय संगीत का अध्ययन भी करना चाहेगा। आज के अत्याधुनिक तकनिकी युग में जब हम कंम्प्युटर पर इंटरनेट तकनिक के मध्यम से फ्यूजन के विषय में जानकारी प्राप्त करने बैठते है तो हमारे सामने यह स्पष्ट रूप से लिखा रहता है। कि यह भारतीय फ्यूजन म्युज़िक है जो हिन्दुस्थानी शास्त्रीय संगीत पर आधारीत नवीनतम व प्रयोगात्मक प्रकार है।

यदी हम भारतिय संगीत वौरा पाश्चात्य संगीत को संलयित कर फ्यूजन म्युज़िक को सृजित कर रहे है, तो हमें भारतिय और पाश्चात्य संगीत की विशेषताओं को पहले जान लेना जरूरी है। दोनों पध्दतियों में बार लाइंस या ताल के विभागों को बांटने वाली रेखएं स्लर (slur) या गिंड का चिन्ह एक जैसा है। हां, हिन्दुस्थानी संगीत की गुकी (रे सा नि या नि सा रे) को इसी रूप में न लेकर 'सा नि सा' लोअर–गौरडैन्ट और सा रे सा को अपर गोरडेन्ट कहा

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

गया है। इसी प्रकार कोमल की भाँति चार स्वरों को विकृत से प्रकृत करने की दृष्टि प्रदान गया है। कोमल स्वर का प्रयोग दोनों पद्धतियों में एक समान रहा, परंतु कोमल-स्वर पर और मुख्य स्वर पर कितना समय प्रयोग करना चाहिए इसके अनुसार पाश्चात्य संगीत में कोमल स्वर को (Acciaccatura) एप्पोजियातुरा (Appoggiatura) और टाइड एप्पोजियातुरा (Tied_Appoggiatura) तिन भाग हो गए। दोनों पद्धतियों में लघुताओं के भाग समान हैं रहे। दोनों 'कुआडी' आडी 'क्वाडी' स्वरों को क्रम से त्रिपुष्पीट, पैंसाटोनीट और सेप्टोनीट कहा गया। इस प्रकार तीन भाग – खाल में दो स्वर बजाने को डुपीट और तीन में ही चार स्वर बजाने को क्वाडु पीट कहा गया। अब दो साज खाल में तीन स्वर बजा दिए तो उसे ट्रिपीट की संज्ञा दे दी गई।

लेकिन दोनों संगीत शैलियों में इन्फ्लुएंजेशन के आधार बिल्कुल भिन्न हैं। भारतीय शास्त्रीय संगीत का आधार मेलोडी है। यह संगीत एक रेखा (Horizontal Concept) में चलता है और एक गीत के आधार इन्फ्लुएंज करने के लिए एक ही स्केल राग का उपयोग किया जा सकता है। जबकी पाश्चात्य संगीत में इन्फ्लुएंजेशन के लिए एक विस्तृत स्वर पट्टिका होती है। जहा पर हार्मोनिक परिवर्तनों का उपयोग करते हुए बहुस्वरात्मक स्वर समूह आपस इन्फ्लुएंजेशन किया जाता है। यही इन्फ्लुएंजेशन बहुजन संगीत महत्वपूर्ण विशेषता है। हालांकी भारतीय शास्त्रीय संगीत का तालगत ढाचा (rhythm structures) और मुख्य प्रकारों तीन दुनिया के जटिल तालगत है। आज बहुत सारे भारतीय बहुजन संगीत बैंड संगीत की इन दोनों इन्फ्लुएंजेशन की अच्छी विशेषताओं का विलक्षण बहुजन कर रहे है और विश्व संगीत में अपना योगदान दे रहे हैं।

संदर्भ ग्रंथ :–
1. भारतीय संगीत के वैज्ञानिक उपकरणोंका प्रयोग, अमिता मोहन, 2008, कनिष्क पब्लिकेशन नई दिल्ली
2. संगीत मैनुअल डॉ. मृत्युंजय पाण्डे, 2008 एच. जी. पब्लिकेशन नई दिल्ली

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CamScanner
Scanned with CamScanner

73. मॉरिशस मानवी हक्क आणि सामाजिक व आर्थिक सुरक्षितता विषयक करारदे 188
डॉ. ज्योती पुंजाराम महाजन

74. भारतीय शेती व जागतिकीकरण : 191
प्रा.डॉ. मुरुडकर एम.एम.

75. पर्यटन भूगोल 193
प्रा. राहुल एम. भोरे

76. जागतीकीकरण व भारताचे परराष्ट्र धोरण 195
प्रा. जगताप संजय अंकुशराव

77. महिलांचे उच्च शिक्षण आणि जागतिकीकरण 197
डॉ.सुनिता वाय. पाटील, भटे आप्पासाहेब रामराव

78. पर्यावरण निर्मितीमध्ये जागतिकीकरणाची भूमिका 199
घोरमोडकर जयंत शंकर , डॉ.खांडेश्वर सी.आर.

79. जम्मु – काश्मीर मे आतंकी गतिविधीया एवं पाकीस्तान की भूमिका 201
डॉ.भागे चंद्रकांत बन्सीधर

80. खेळाडूंचे मानसिक स्वास्थ्य व ताण–तणाव व्यवस्थापन 203
प्रा.उमेश रामचंद्र साडेगावकर

81. कठसाधनेची आवश्यकता 206
सौ.मनीषा राहुल ढोपे (सातपुते)

82. परभणी जिल्ह्यातील माध्यमिक शाळेतील शिक्षकांचे व्यवसायीक कौशल्य –एक अभ्यास 208
श्री. गोविंद बाबुराव नागरगोजे

83. शास्त्रीय संगीत : स्वर–साधना 210
प्रा.डॉ. राहुल काशिनाथराव एकबोटे

84. जागतिकीकरण आणि भारतीय समाज जीवनातील महीलांचे स्थान 211
प्रा. भारत बापू बिचितकर ,

85. अहमदपूर तालुक्यातील ढाळेगाव केंद्रातील जि. प. शिक्षकांच्या दैनंदिन कामकाजावर निर्माण होणारा 214
ताण-तणावाचा मानसिक आरोग्यावर होणारा परिणाम अभ्यासणे
डॉ. मीनाक्षी रामचंद्रराव पांडे

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya.

Officiating Principal

Scanned with CamScanner

'RESEARCH JOURNEY' International E- Research Journal
Impact Factor - (SJIF) - 6.261, (CIF) - 3.452(2015), (GIF)-0.676 (2013)
Special Issue 121 (B): Stress Management at the Work Place
UGC Approved Journal
ISSN : 2348-7143
February-2019

INDEX

No.	Title of the Paper	Author's Name	Page No.
1	Study on Stress Among Undergraduate Students of Government Aided College In Sivagangai District, Tamil Nadu	Mr. Mari G. & Mr. Uddhav Ghodake	05
2	Emotional Intelligence And occupational Stress of Graduate & Post Graduate College Teachers	Dr. Zunjarrao Kadam	11
3	Comparative Study of Mental Health Among Different Professionals in Pune District	Anil Kisan Bade	13
4	Stress Management among College Students	Mr. Tulshiram Dabde	17
5	Mental Health of Junior College Student in Relation To Academic Stress	Dr. Zunjarrao Kadam	22
6	Stress Management at the Workplace	Chandra Mohan Joshi	26
7	Occupational Stress and Emotional Intelligence of Vocational And None Vocational Workers	Dr. Dilip Shivane	30
8	Study on Academic Stress Among Higher Secondary Students	Prof. Dr. Tanaji Hatekar	38
9	Basic Hockey Skill Development Through Audio-Visual Aids and Training	Dr. Ajitkumar Kadam	43
10	Dominance of Culture in The Plays of Rahul Varma	Dr.Manoj C. Zade & Mr.Tulshiram L.Dabde	46
11	निसर्गोपचार व योगातून तणाचे व्यवस्थापन	प्रा.माऊसाहेब थोरात	51
12	टर्फ विकेट आणि मॅटींग विकेट यावरील फलंदाजांच्या फलंदाजी कौशल्य कार्यमनाचा तुलनात्मक अभ्यास	प्रा.अनिल सोनवणे	54
13	खेळाडूंचे ताण व्यवस्थापन व शिथलीकरण पद्धती	प्रा.मुल्ला हमजा	57
14	ताणतणाव व्यवस्थापन	डॉ.सीमा चव्हाण	60
15	संगीत द्वारा तणाव प्रबंधन	डॉ.श्वेता वेगड	64
16	मानसिक तणावाचे स्वरूप व उपाय	प्रा.सतीश मुंढे	69
17	जुन्नर तालुक्यातील विविध शाळांमधील अनुदानित आणि विनाअनुदानित शिक्षकांच्या कार्यसमाधानाचा तुलनात्मक अभ्यास	श्री.संदिप खिलारे	72
18	ताणाचे व्यवस्थापन	प्रा.पद्माकर गाढेकर	75
19	ताण तणाव व्यवस्थापनात योगाचा प्रभाव	प्रा.रणधीर जाधव	79
20	विधवा महिला आणि विवाहित महिला यांच्या आशावाद, निराशावाद ,अभिवृत्ती आणि चिंतेचा तुलनात्मक अभ्यास	कु.ज्योती मुळीक व डॉ.मोहन निंबाळकर	83
21	शासकीय रुग्णालय आणि खाजगी रुग्णालयामध्ये काम करणाऱ्या परिचारिकांमधील भूमिका, ताण आणि आशावाद निराशावादाचा तुलनात्मक अभ्यास	कु.सना पठाण व प्रा.दत्तात्रय शिंदे	88
22	एकेरी पालकत्व व दुहेरी पालकत्व असलेल्या मुलांच्या पालक – बालक नातेसंबंध आणि व्यक्तीमत्वाचा तुलनात्मक अभ्यास	कु. काजल रुपनवर व प्रा.अशोक पाटील	95
23	माध्यमिक शाळेतील शिक्षक आणि प्राथमिक शाळेतील शिक्षक यांच्या अभिवृत्तीचा व कार्यसमाधानाचा तुलनात्मक अभ्यास	कु.पुजा शहा व डॉ.मोहन निंबाळकर	101
24	मधुमेह असणाऱ्या व मधुमेह नसणाऱ्या व्यक्तीच्या मानसिक घटकांचा तुलनात्मक अभ्यास करणे	कु.वंदना सुरवसे व प्रा.डॉ. मोहन निंबाळकर	108

Website – www.researchjourney.net Email – researchjourney2014@gmail.com

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Scanned with CamScanner

'RESEARCH JOURNEY' International E- Research Journal
Impact Factor - (SJIF) - 6.261, (CIF) - 3.452(2015), (GIF)-0.676 (2013)
Special Issue 121 (B): Stress Management at the Work Place
UGC Approved Journal
ISSN : 2348-7143
February-2019

संगीत द्वारा तनाव प्रबंधन

डॉ. श्वेता दीपक वेगड़
सहायक प्राध्यापक (संगीत)
श्रीमती रेवाबेन मनोहरभाई पटेल महिला कला महाविद्यालय, भंडारा

प्रस्तावना:—

तनाव यह शब्द वर्तमान समय में हमारे जीवनशैली का अभिन्न अंग है। चाहे बालक, युवान अथवा वृद्ध हों सभी तनाव से पीड़ित दृष्टिगोचर होते है। सभी के जीवन में चाहेव्यक्तिगत, सामाजिक, आर्थिक हो तनावयह महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहा है। लक्ष प्राप्ती हेतू उसके प्रति चिंतन एवं सकारात्मक प्रयास, निश्चत् रूप से हमें प्रगति की ओर ले जाती है। किंतु हमारी क्षमता से अधिक प्राप्ति की महत्वकांक्षा तनाव से ग्रसित करती है, जोकि स्वस्थ जीवन का संकेत कदापि नहीं है।असमय एवं हानीकारक भोजन, बदलती जीवनशैली, वातावरण का प्रभाव,नकारात्मकता आदि के अलावा प्रतिस्पर्धा की भावना, पारिवारीक समस्याएं, रिश्तों में खटास, असुरक्षीतता की भावना, अनियमित दिनचर्या, निद्रा में कमी, मनस्थिती एवं परीस्थिती के बिच का असंतुलन, असामंजस्य, बाहरी अपमान, कार्यक्षेत्र की समस्याऐं, अत्यधिक कार्य, अतिरिक्त कार्यभार, सहयोगियों का असहयोग, वरीष्ठों का अभिमान, बाह्य क्षेत्र में अभिमान, मांग और संसाधनों में असंतुलन जैसे कई कारण मानसिक तनाव के उत्पत्ती तथा वृद्धि का कारण होती है। फलस्वरूप मानसिक असंतुलन, शारीरिक थकान, याददाश्त में कमी, भोजन में अरूची, दैनंदिन जीवन में अनियमितता आदि अनेक व्याधियों को आमंत्रित करता है।

आजकल की दिनचर्या में लोगों का तनावग्रस्त होना आम बात है। आज भागदौड़ भरे जीवन में मानसिक दबाव होने पर भी आज के अनुरूप दिनचर्या में परिवर्तन नहीं लाना चाहते जिसके परिणामस्वरूप हम स्वयं में एकाकी महसुस कर मानसिक तथा शारीरिक रोगों की चपेट में आ जाते है। उदाहरण स्वरूप उच्च रक्तचाप, मधुमेह, त्वचा संबंधी रोग आदि है जो आगे चलकर शरीर के मुख्य अवयवों को जैसे हृदय, गुर्दे, फेफड़े, आदि को हानी पहुंचाने में मुख्य भुमिका निभाता है। इन सब से बचने के लिए Stress Management की आवश्यकता होती है। चूंकि अनेक बातें हमारे नियंत्रण में नही होती इसलिए हमें पर्यायढुंढने होते है और तनाव प्रबंधन में निम्न पर्याय कारगार सिद्ध हुए है।मस्तिष्क में स्फूर्ति के लिए निश्चित समय पर विश्राम, मनोरंजन की आवश्यकता की पूर्ति मानसिक स्वास्थ के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण है। तनाव से राहत पाने के लिए योग साधना, प्राणायाम, ध्यान से लेकर तमाम तरह के उपाय है। इनके अलावा तनाव व्यवस्थापन के अंर्तगत हम और भी कई विकल्पों के उपयोग कर सकते है। जैसे आज की भागदौड़ की जीवनशैली में मांग उच्च होने पर प्रभावी तनाव प्रबंधन सिखने के लिए कुछ मांगों को ना कर देना भी बेहतर विकल्प साबित हो सकता है। व्यायाम से सशक्त तथा योगसाधनासे लचीला जोकि स्वस्थ तन तथा एवं स्वस्थ मन दोनों के ही लिए वरदान है। हमारी रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है। यह मन एकाग्र कर आत्मकेंद्रित करता है जिससे हम स्वयं में ही आनंदीत महसुस करते है। विभिन्न विश्राम तकनिक, शांत दिमाग, आंतरिक ज्ञान, प्रकृति के साथ बिताया समय, विचारों एवं व्यवहार में परिवर्तन, संक्षेप में हम कह सकते है की जीवनशैली में परिवर्तन द्वारा हम एक बेहतर जीवन व्यतित कर सकते है। उपरोक्त सभी उपायों में एक और सुंदर, कारगार तथा मनोरंजक उपाय है संगीत का साथ। बढ़ती उम्र का दबाव हो या किशोरावस्था का प्रतिबल, प्रत्येक प्रकार के चिंता रूपी

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

'RESEARCH JOURNEY' International E- Research Journal
Impact Factor - (SJIF) - 6.261, (CIF) - 3.452(2015), (GIF)-0.676 (2013)
Special Issue 121 (B): Stress Management at the Work Place
UGC Approved Journal
ISSN : 2348-7143
February-2019

नकारात्मक विचारों को परिवर्तीत दिशा देने की उर्जा सात सुरों के सरगम, तबला, हार्मोनियम, सितार, वीणा, तानपुरा अन्य विभिन्न वाद्य यंत्रों द्वारा उत्पन्न कर्णप्रिय संगीत की सुखदायक शक्ति से हम भली भाँति परिचित है।

मानव यह सृष्टि का ईश्वरनिर्मित सर्वश्रेष्ठ प्राणी है। संवेदनशीलता तथा विचारशीलता उसका जातीय गुणधर्म है। ब्रम्हाण्ड में उपस्थित समस्त ध्वनियों ने मानव मन की भावनाओं को अपने संवेदनशील परिणाम से किसी न किसी रुप में उत्तेजित एवं प्रभावित किया है, जिस पर मन ने प्रतिक्रिया भी व्यक्त की है, जो कि प्राकृतिक एवं स्वाभाविक भी है। भावनारहित जीवन नीरस रहता है। भावनाओं द्वारा ही संगीत में रसोत्पत्ति होती है, जीवन में रंग भरे जाते है।

हमेशा से ही भारतीय संगीत हमारे त्यौहार, सामाजिक तथा धार्मिक विधी यहां तक की दैनंदिन के कार्य–कलाप का अभिन्न अंग रहा है। भोर का प्रभातिया गान, हाथ चक्की द्वारा आटा पीसते समय की तान, शिशु को पालने में सुलाते समय की लोरी या खेतों खलिहानों में दैनंदिन के कार्यों के समय महिलाओं का समूह गान या आदिवासियों का सामूहिक नृत्य, देश में युद्ध की स्थिती में जनता को सावधान रखने के लिये व जनता का मनोबल बढ़ाने के लिये संगीत का उपयोग सदियों से किया जाता रहा है। सैनिकों का मनोबल बढ़ाने के लिये, उनमें शांति बनाकर विश्राम की भावना निर्माण करने के लिये भी सामूहिक संगीत का उपयोग किया जाता है। धार्मिक क्षेत्र में तो संगीत का प्रयोग पारंपरिक है जैसे भजन, कीर्तन, अभंग, श्लोक गा कर संतो ने भक्ति की परंपरा निर्मित की तथा समाज में जागृति लाई। संगीत कभी तो हमें रोमांचित करता है और कभी भावुकता से सारोबार कर देता है अर्थात जीवन के विभिन्न रसों द्वारा हमेशा ही व्यक्तिगत एवं सामूहिक मनोवैज्ञानिक प्रक्रिया के रूप में प्रभावित करता रहता है। बहुधा इसके प्रभाव से हमारे दुखद भाव, तनाव आदि की स्मृति कहीं विलीन हो जाती है, कुल मिलाकर यह कहा जा सकता है कि मानव की भावनाओं, संवेदनाओं का संगीत के साथ कहीं न कहीं कुछ न कुछ–तोल मेल अवश्य है।

मानव मन में चलने वाले विचारों, भावों का उसके स्वास्थ पर बहुत बड़ा प्रभाव पड़ता है ऐसा कहा जाता है कि शारीरिक व्याधियों में ८० प्रतिशत व्याधियां मनोशारीरिक विकृति के कारणों(Psychosomatic disorder)से होती हैं। नकारात्मक भावनाओं तथा विचारों से मानसिक तनाव, अनिद्रा, भ्रमित होना आदि अनेक मानसिक विकार जन्म लेते हैं। तनाव के कारण होने वाले संवेगों का स्वास्थ पर होने वाला विपरित परिणाम सहज ही दृष्टिगोचर होने लगता है।वैज्ञानिक दृष्टिकोण से विश्लेषण करने पर यह ज्ञात होता है कि ध्वनि के विभिन्न स्तरों पर होने वाले कम्पनों द्वारा उत्पन्न तरंगों का प्रभाव वातावरण के माध्यम से मानव मन तथा शरीर को सतत् प्रभावित करता है। भारतीय शास्त्रीय संगीत में उत्पन्न स्वर पोषक एवं चिकित्सकीय गुणों का भंडार समेटे हैं। प्रत्येक राग अपने स्वभाव के अनुसार प्रत्येक मानवीय भावनाओं और उद्वेगों, जैसे हर्ष, क्रोध, प्रेम, घृणा, आक्रोश, मानसिक शांति, समर्पण और विरह आदि को प्रभावित करता है। इनके अदभूत अनुभूति प्रदान करने और विचारों के प्रदर्शन की क्षमता रखने के कारण भारतीय शास्त्रीय संगीत के राग एक महत्वपूर्ण चिकित्सकीय शस्त्र माने जाते हैं।

संगीत यह भावनाओं की भाषा है, और इसका मुख्य उद्देश्य भावनाओं का आविष्कार करना है। जब शब्द और स्वर सामूहिक रुप में आते हैं तब भावनाएं संगीत के माध्यम से उत्पन्न होती है। मनोचिकित्सा दृष्टि से संगीत मनुष्य की उन्नति में सकारात्मक साधन है। निरोगी और सुसंस्कृत मन तैयार करने के लिये संगीत विशेष

Smt. Mahila Kala Mahavidyalay, Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

'RESEARCH JOURNEY' International E- Research Journal
Impact Factor - (SJIF) - 6.261, (CIF) - 3.452(2015), (GIF)-0.676 (2013)
Special Issue 121 (B): Stress Management at the Work Place
UGC Approved Journal
ISSN : 2348-7143
February-2019

रुप से उपयोगी होना है। मनोव्यापार पर शरीर धर्म भी आधारित होता है। कलाकार की कलाकृति जैसे मनोनिदर्षक होती है उसी प्रकार कलाकृति ही श्रोताओं के मन को आकर्षित करने का कार्य भी करती है। इस संदर्भ में रविंद्रनाथ टैगोर कहते है कि *"स्वर्गीय सौंदर्य का साकार स्वरुप और राजीन अभिव्यक्ति अर्थात संगीत"*

मनुष्य के मन को संतुलित रखने का कार्य संगीत द्वारा सुलभ होता है। संगीत और मन का संबंध जगजाहिर है। डॉ. संपूर्णानंद कहते है ;

"Music, art and literature lead a person from lower level of physical existance to a higher spiritual plane and this way helps in self-purification"

संगीत श्रवण से मन की चंचलता नियंत्रित होती है मन में आनेवाली शंकाएं, भय भी कम होता है। संगीत साधना द्वारा मन एकाग्र करने में मदद होती है। ऐसा कहा जाता है कि जब मन गीत की तरंगों से आंदोलित होकर किसी लक्ष्य पर स्थिर होता है तब ध्यानयोग का आनंद प्राप्त होता है। चूंकि संगीत यह एक मानसिक प्रक्रिया है। कलात्मक वर्तन अगम्य, गूढ़, अनिश्चित, अनियत और व्यक्तिगत होता है, इसीलिये इस वर्तन का विश्लेषण, संशोधन अत्यंत कठिन होता है।

अर्थात् हम कह सकते है कि संगीत यह पूर्णत: मानवीय भावनाओं एवं संवेदनाओं को स्वरों द्वारा अभिव्यक्त तथा नियंत्रित करने की सफल एवं प्रभावशाली, अर्न्तवैयक्तिक प्रक्रिया की अविरल धारा है।

भारतीय संगीत के विभिन्न पहलू :–

संगीत यह भावनात्मक अभिव्यक्ति की अनोखी भाषा है, जो भावनाओं को नाद, स्वर, लय और राग द्वारा सुप्त विभिन्न आवेगों जैसे शांत, वीर, रौद्र, करुण, आनंद, दुख:, खुशी, स्वयं से पहचान तथा और भी अनेक संवेदनाओं से परिचित करवाती है।

नाद :–नाद यह भारतीय संगीत का मूलभूत उपकरण है। समस्त ब्रम्हांड नादाधीन है एवं प्रकृति नाद का ही परिवर्तित स्वरुप मानी जाती है। मानव शरीर की निर्मिति आकाश, वायु, जल, पृथ्वी एवं अग्नि इन पंच तत्वों के संयोग से हुई है तथा पंचतत्व द्वारा निर्मित होने के कारण नाद के आधीन है। पंच तत्वों के गुणधर्म परस्पर भिन्न होते हुए भी वह सभी गुण नाद में समाहित हैं, इसलिए नाद को महातत्व की संज्ञा दी गई है। इन्हीं पांच तत्वों में असंवाद होने पर मानव व्याधिग्रस्त होता है, तब उनसे संवाद स्थापित करके रोगग्रस्त शरीर या मन को व्याधिमुक्त किया जा सकता है।

स्वर :– नाद से उत्पन्न स्वर यह राग संगीत का मुख्य उपादान है। स्वरों के विभिन्न रूपों से भिन्न भिन्न प्रभाव उत्पन्न होते है। प्रत्येक स्वर का अपना एक स्वतंत्र स्वभाव और व्यवहार है, जो कि उस राग के बजाने अथवा गाने में परिलक्षित होता है तथा इनका अत्यंत सकारात्मक प्रभाव मानव जीवन पर पड़ता है।

लय :–भारतीय पाश्चीय संगीत में संगीत का सर्वोच्च शिखर आनंद है, क्योंकि हम संगीत द्वारा उत्पन्न लय में उन्मत्त हो जाते हैं। लय, भारतीय संगीत का केन्द्र बिंदू होता है। डॉ. सुरेंद्र कुमार त्रिपाठी लिखते है कि "विभिन्न लयों द्वारा विभिन्न भावों की अभिव्यक्ति भी प्रगाढ़ होती है। जिस तरह विभिन्न ताल विभिन्न रसों के उत्पत्ति के कारक होते है, उसी तरह विभिन्न वाद्यों का प्रभाव भी विभिन्न व्यक्तियों के लिए भिन्न होता है जैसे, ढोल की ध्वनि किसी को पांति प्रदान करने की क्षमता रखती है तो किसी को उत्तेजित करने में सक्षम रखती है। उसी तरह जहाँ युवाओं की पसंदीदा डी. जे. की आवाज उन्हें उल्लासित करती है, वही बुजुर्गों को [illegible]

Website – www.researchjourney.net Email - researchjourney2014@gmail.com

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

Scanned with CamScanner

'RESEARCH JOURNEY' International E- Research Journal
Impact Factor - (SJIF) - 6.261, (CIF) - 3.452(2015), (GIF)-0.676 (2013)
Special Issue 121 (B): Stress Management at the Work Place
UGC Approved Journal
ISSN : 2348-7143
February-2019

में वृद्धि कर उन्हें परेशानी में डाल देती है अर्थात् ताल तथा लय का प्रभाव रोगों पर निश्चित रूप से पड़ता है।

राग :–भारतीय शास्त्रीय संगीत के इतिहास एवं विकास की जड़ें भारतीय 'राग परंपरा' में निहित हैं। स्वरों की एक विशिष्ट अवस्था अर्थात् परम्परागत नियमों में बंधे स्वरसमूह को 'राग' कहते हैं। इन स्वर समूहों में विस्तार और अलंकरण की बेहद गुंजाइश होती है। इसी कारण राग का अपना एक स्वरूप बनता है, जो रंजक होता है। राग में प्रयुक्त तत्व राग की लक्ष्यपूर्ति रंजकता तथा भावनिर्माण में सहयोगी होते हैं। राग श्रोताओं के लिए चित्तवृत्ति का निर्माण करते हैं। रसों में सुख, दुःख, निर्भय, शांत, वैराग्य, आदि सभी प्रकार के भाव प्रकट होते हैं। स्वर तथा लय तो संगीत के विश्व व्यापी घटक है, परंतु राग ऐसा घटक है, जो केवल भारतीय संगीत की विशेषता है। राग में समाहित विशिष्ट तत्व की भूमिका रोगोपचार में निर्विवाद है।

राग समय सिद्धांत :–

सुर और ताल तो सभी तरह के संगीत में होता ही है, परंतु राग समय सिद्धांत की कल्पना केवल भारतीय संगीत में ही है। रागों का समय के साथ निर्धारण उसका हमारे शरीर पर पड़ने वाले प्रभाव से घनिष्ट संबंध एवं उपचारात्मक प्रणाली को प्रदर्शित करता है, यह पूर्णत: वैज्ञानिक है। दिवस या रात्रि के समय का यह राग या रागिनियों के साथ का मेल, दैनिक चक्र पर आधारित होता है, जो कि प्रत्येक पल के साथ लगातार परिवर्तित होते रहते हैं और हमारी सूक्ष्मतम भावनाओं को उत्तेजित कर उद्वेगों को उभारते रहते हैं। प्रत्येक राग–रागिनी प्रकृति द्वारा मानव मन के निश्चित उद्वेगों से या भावनाओं से संलग्न होती है। हमारे प्राचीन संगीतज्ञ संगीत के विभिन्न स्वर या राग किस प्रकार मानव को प्रभावित करते है तथा व्यव्हारों में परिवर्तन लाते हैं, यह जानने के लिए सदैव ललायित रहते थे। उन्होंने यह प्रतिपादित किया कि निश्चित् समय पर राग गान अथवा उसका श्रवण करने पर वह मानसिक तथा शारीरिक स्वास्थ पर निश्चित ही अत्यधिक प्रभावशाली होता है।वर्तमान आधुनिक तनावपूर्ण, उत्तेजना पूर्ण और उच्चरक्तचाप से ग्रसित जीवनशैली में शास्त्रीय संगीत का श्रवण मदमस्त तथा आनंद विभोर कर जाता है, जिसका उपयोग चिकित्सा के रुप में भी किया जाता है। राग दरबारी को तनाव से मुक्ति का अत्यंत प्रभावशाली राग माना जाता है। यह देर रात्रि में गाया जाने वाला राग तानसेन द्वारा महाराजा अकबर के दरबार के दिन भर के तनावपूर्ण एवं थकान भरी जीवनचर्या के पश्चात् तनावमुक्ति के लिए रचा गया राग था।

शास्त्रीय संगीत के श्रवण के पश्चात् हमें थकान नहीं आती, वरन हम मन से हल्का तैरता हुआ सा महसूस करते हैं, मस्तिष्क भी पूर्णत: शांत होता है, उसमें शांति और प्रेम का संचार हो रहा होता है, यही संगीत की अद्भूत क्षमता है।

संगीत चिकित्सा :–

भारत में कई तरह की चिकित्सा पद्धतियाँ प्रचलित हैं जैसे, आयुर्वेदिक, एलोपेथिक, होमियोपेथिक, यूनानी, योग, एक्युप्रेशर, एक्युपंचर आदि, लेकिन जिन चिकित्सा पद्धतियों में संगीत मुख्यत: उपयोगी रहा है। चिकित्सा समुदाय में संगीत चिकित्सा तेजी से लोकप्रियता हांसील कर रही है। इसका कारण है कि समय समय पर यह सिद्ध होता आया है कि शरीर और मन दोनों पर लाभकारी प्रभाव डालने की क्षमता रखता है। वैज्ञानिक अध्ययनों में पाया गया है कि संगीत न केवल मनोवैज्ञानिक तनाव को कम करने के लिए प्रयोग किया जाता है अपितु चिकित्सा को बढ़ावा देने के लिए भी सहायक है।वर्तमान में अन्य चिकित्सा प्रणालियों में काम आने वाले

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Pater
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara
Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Pater
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara
Scanned with CamScanner

'RESEARCH JOURNEY' International E- Research Journal
Impact Factor - (SJIF) - 6.261, (CIF) - 3.452(2015), (GIF)-0.676 (2013)
Special Issue 121 (B): Stress Management at the Work Place
UGC Approved Journal
ISSN : 2348-7143
February-2019

हानिकारक सह परिणामों तथा संगीत चिकित्सा के हानी रहित लाभ ने आधुनिक चिकित्सा पद्धति द्वारा देश विदेश के चिकित्सकों को आकर्षित किया और संगीत चिकित्सा का बहुतायत में प्रयोग होने लगा है।

आज संगीत चिकित्सा का कई जगहों में सफलतम प्रयोग किया जाता है परंतु फिर भी ऐसा देखा जाता है कि यह पद्धति पूर्णत: स्वीकार्य नहीं हो पायी है इसका कारण हम कह सकते है कि आज का बुद्धिजीवी मानव स्वभाववत् अपने निर्णय का निर्धारण हमेशा तथ्यों और प्रमाणों पर करता है, ठोस प्रमाणों के अभावों में वह किसी भी बात पर सहजता से विश्वास नहीं करता। चूंकि संगीत यह पूर्णत: मानव की संवेदशील भावनाओं को स्वरों द्वारा प्रभावीत एवं नियंत्रित करने की सफल एवं प्रभावशाली मनोवैज्ञानिक प्रकिया होने के कारण यह प्रत्येक व्यक्ति की संवेदनाशीलता, रूचि, स्वभाव के अनुसार उस पर प्रभाव डालता है। अत: इसके प्रभाव एवं परिणाम किसी रसायन या औषधी के समान न होने के कारण यह व्यक्ति दर व्यक्ति भिन्न जान पड़ते हैं। यह किसी रसायन या औषधी के समान असर नहीं कर पाता, और आज हमें वैज्ञानिक प्रमाण अधिक लुभाते है।

निष्कर्ष :–

संगीत सभी आयु तथा वर्ग के मानवों को प्रभावित करने तथा सभी प्रकार के तनावों से मुक्त रखने की क्षमता रखता है जिसे वैज्ञानिकों तथा मनोवैज्ञानिकों ने भी प्रमाणित किया है। तनाव प्रवंधन में संगीत चिकित्सा का स्वतंत्र एवं प्रभावशाली स्थान रहा है। संक्षिप्त में संगीत एक ऐसी ओजमयी उर्जा है, जिसका जतन हमारे ऋषि मुनी सदियों से करते आये हैं जोकि निश्चित ही संगीत इस प्रतिस्पर्धात्मक तनावपूर्ण जीवन को आनंदमयी और तनावरहित बना उन्मुक्त तथा शांत जीवन जीने के लिए प्रेरित करता है।

संदर्भ सुची :–

संगीत चिकित्सा – सतीश वर्मा
संगीत संजीवनी – लावण्य किर्ती सिंह
An Introduction to Indian music – B. Chaitanya Deva

RESEARCH JOURNEY

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Rewaben Manoharbhai
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

Scanned with CamScanner

2018 - 2019

Peer Reviewed Referred and
UGC Listed Journal
(Journal No. 40776)

IMPACT FACTOR
/ INDEXING
2018 - 5.5
www.sjifactor.com

Valume-VIII,
Issue-I
January - March
2019

AN INTERNATIONAL MULTIDISCIPLINARY
QUARTERLY RESEARCH JOURNAL
ISSN 2277-5730

AJANTA

English Part - I

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

SMT. R.M. PATEL MAHILA MAHAVIDYALAYA
BHANDARA

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

AJANTA PRAKASHAN

Scanned with CamScanner

ISSN 2277 - 5730

AN INTERNATIONAL MULTIDISCIPLINARY
QUARTERLY RESEARCH JOURNAL

AJANTA

Volume - VIII Issue - I English Part - I January - March - 2019

Peer Reviewed Refereed and UGC Listed Journal

Journal No. 40776

ज्ञान-विज्ञान विमुक्तये

IMPACT FACTOR / INDEXING
2018 - 5.5
www.sjifactor.com

❖ EDITOR ❖
Asst. Prof. Vinay Shankarrao Hatole
M.Sc (Maths), M.B.A. (Mktg.), M.B.A. (H.R.),
M.Drama (Acting), M.Drama (Prod. & Dir.), M.Ed.

❖ PUBLISHED BY ❖
Ajanta Prakashan
Aurangabad. (M.S.)

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manohar...
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

The information and views expressed and the research content published in this journal, the sole responsibility lies entirely with the author(s) and does not reflect the official opinion of the Editorial Board, Advisory Committee and the Editor in Chief of the Journal "AJANTA". Owner, printer & publisher Vinay S. Hatole has printed this journal at Ajanta Computer and Printers. Jaisingpura, University Gate, Aurangabad, also Published the same at Aurangabad.

Printed by

Ajanta Computer, Near University Gate, Jaisingpura, Aurangabad. (M.S.)

Published by :

Ajanta Prakashan, Near University Gate, Jaisingpura, Aurangabad. (M.S.)

Cell No. : 9579260877, 9822620877, Ph.No. : (0240) 2400877

E-mail : ajanta1977@gmail.com, www.ajantaprakashan.com

AJANTA - ISSN 2277 - 5730 - Impact Factor - 5.5 (www.sjifactor.com)

Mahila Kala Mahavidyalaya, Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

CONTENTS OF ENGLISH PART - I

o.	Title & Author	Page No.
	A Study of Gender Inequality in India **Asst. Prof. Punam Narendra Mahalle**	1-8
	An Eco-critical Interpretation of Walt Whitman's Select Poems **Dr. Mahendra Chhangani**	9-14
	Stress Reducing Antioxidant Educational Module and its Effect on the Knowledge Level of College Students **Dr. Shreya Chauthaiwale** **Ashwini Bharsakale**	15-18
4	Applicability of Vedic Mathematics in the Curriculum of Arts Faculty **Ashish P. Hatgaonkar**	19-26
5	Application of TELL for Teaching English Pronunciation **Gajanan B. Mane**	27-31
6	Recent Trends in Banking Sector **Dr. Prashant J. Katole**	32-36
7	Change in the Goal of English Teaching **Asst. Prof. P. S. Athawale**	37-39
8	Change in the Goal of Teaching English **Prof. Manisha Bhaurao Kamble**	40-43
9	Benefits of Yoga in Physical Education and Sports **Dr. Santoshi R. Saulkar**	44-49
10	MOOC: A New Avenue for English Teachers and Learners of India **Nilesh Autkar**	50-54
11	Growth Rate of Rural Population in Yavatmal District (Maharashtra State) **Dr. Ajay J. Solanke**	55-59
12	The Role of Sports Psychology in Improving Sports Performance **Dr. Sagar Pralhadrao Narkhede**	60-65
13	Significance of Reading Method **Dr. T. K. Kanthale**	66-68

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

CONTENTS OF ENGLISH PART - I

S. No.	Title & Author	Page No.
14	Eco Criticism and its use in Literature **Dr. Aravind R. Ladole**	69-72
15	Ecocriticism Sprout Gives Birth to Indian Philosophy, Environment, Physiology, Physics and Biology **Rajesh Anandrao Ade**	73-77
16	Women Empowerment in India **Ku. Archana Madhukarrao Hore**	78-82
17	Importance of Thumri as a Sub Classical Type in Classical Music **Dr. Shweta D. Vegad**	83-87
18	Assessment of Nutritional Status of Anganwadi Children by Anthropometric Measurements **Priyanka A. Kausadikar** **Surekha R. Gaikwad**	88-94
19	Impact of Intervention on Dietary Intake, Beliefs and Practices Regarding Nutrition During Pregnancy and Lactation among Rural Women in Aurangabad District **Mrs. Vaishali D. Deshmukh** **Dr. Surekha R. Gaikwad**	95-101
20	Importance of Stretching Exercise for Enhancement of Sport Related Performance **Mr. Kishor U. Tayade**	102-104
21	Correlation between Selected Anthropometric Parameters and Performance of Water Polo Players **Prof. Dr. Markas H. Lakde**	105-112
22	Life with Yoga & Pranayama **Prof. Ganesh S. Vishwakarma**	113-115
23	Impact of Stress on Health **Asst. Prof. Vaishali Tukaram Lone**	116-119
24	Marginalized Literature **Praful B. Wasekar**	120-121

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

17. Importance of Thumri as a Sub Classical Type in Classical Music

Dr. Shweta D. Vegad
Assit. Prof., Music, Smt. Rewaben Manoharbhai Patel Mahila Kala, Mahavidyalaya, Bhandara.

Abstract

Aesthetic Sense of human has revealed in many forms, to which scholars have defined as Art. Music is the only divine form of Art which touches the soul of the Human being and has capacity of bringing Human from inward to outward. In Hindustani Music, Thumri, an important aspect, a semi classical Shailey deals with emotions hence cannot be described merely in words. It is an artistically decorated form. All the important characteristics of Hindustani shailiyans are found in thumri. By combining Laya vistar of Dhrupad, swar vistar of Khayal, taan vistar of Tappa, natural emotions of Folk music, the Thumri style with its distinctive lyrics or lyrical makeup, was born. It enhances its beauty by words through swars and beauty by swar through words. It's varieties of Characteristics trance our heart in various emotions through melodious voice and cheerful nature.

Introduction

Art is the Aesthetic expression of imagination. Since forever human life is influenced by many forms of beauty, one among them is ART. Though Art is the monolithic expression it happens in various forms and types. Human emotions are the source of essence in every art which yearns to express. When he expresses emotions of his heart through Swar and Rhythm, it results in heavenly music. German Kant in his book 'Critic of Judgement' says, 'Music is the highest of arts as it plays with sensation, i.e. emotion.' It is a thought, an idea, feeling of mind whose accessibility is from entertainment to achievement of divinity.

Samved is the ancient literature of music which gives spiritual pleasure to human kind. Swar and taal has faced gradual changes through time hence it has always been volatile. Mehfil of Indian Classical Music in which Dhrupad, Khayal, Thumri and Tappa Gayan emerged in North India remains traditional till date. Thumri Gayan is a delicate and elegant form of semi classical music to which renowned singers cannot be deprived off. Thumri is feminine and sensitive in nature with a soft style of Gayan. In the Field of Music, Thumri has its important place without which emotional music becomes monotonous.

Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Origin

Thumri is said to be originated from the songs of North Indian folks, specifically from the region between Ganga-Yamuna Rivers. The exact origin of thumri is not very clear, there are no historical references to such a form until the 15th century. The available documentation on Thumri mentions its origin in around 16-17th century A.D. Evolved mostly in Lucknow in the court of Nawab Wajid ali Shah sung by Tawaifs or courtesans which was known as Bandish ki thumri. According to historical records, a new version of thumri arose in the late 19th century, which was independent of dance and was slow paced called Bolbanav ki Thumri evolved in Varanasi. Some musicologists speculate about the traces of thumri in ancient form Charchari Prabandh or Hallisak geeti.

Introduction of Thumri

The hindi word Thumri is said to be derived from 'Thumakna' meaning an attractive rather sensuousness, galt of melody and rhythm, connected with dance, dramatic gestures, mild eroticism, evocative love poetry and folk songs of Uttar Pradesh, The main aim of the Thumri was enjoyment and it habitually recalled as Shringar rasa. Sensuousness is the main content of emotive basis in Thumri, though there are many compositions depicting devotional aspect.

Subject matter

As denoted by its feminine name, the Thumri is characterised by a striking note of tenderness and the theme of song is invariably related to phases of human love, various moods in a stage of separation or union and ups and downs in the journey of a relationship. The text is romantic or devotional in nature and usually revolves around a girls love for Krishna, Krishna's Raasleela and love play with Radha and other Gopis of Vrindawan appear frequently. Focus is specifically on love but lyrics may also deal Viraha.

Lyrics i.e bol ang being important, the musical elaboration of the words with different shades is focused during rendering, which is called as Bol banao. This involves aalaps sometimes with mixers of ragas to highlight sentiments. After sthayi and antara is sung in slow tempo, there is rendition of words in fast progression on Tabla called Laggi when the singers twist the words with melodic variation called as Bol baant.

Language

The lyrics are usually of regional dialects of Hindi such as Awadhi, Brij, Bhojpuri, Mirjapuri etc. compositions of Thumri in Rajasthani, Marathi and Bengali is also observed. The dialect of Thumri is soft and tender thus allows colloquial words which sounds elastic. Ex: paani becomes paniya and piyaa turns into piu or piyarva.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

CS Scanned with CamScanner

lection of Ragas and Taals

Thumri consist of two parts, the Sthayi and the Antara. The thumri is also a form of presenting ragas. It is popular, light classical form of Indian music restricted to particular ragas whose chief importance is on the word of its poetry and eroticism. Musicians apply a selected repertoire of ragas and taals in Thumri. Thumri compositions are mostly in lighter ragas such as Khamaj, Kafi, Tilang, Des, Tilak kamod, Sorath, Piloo, Mand, Manjh khamaj, Jogiya, Kalingda, Shivranjani, Bhairavi, Pahadi, Gara etc. in which there is wider scope for emotive improvisation with the subtleties in Alankaars, mixtures of raags. Many times, thumri is found in combination of some Dhuns. But the tradition has gifted some Thumris in Raagas typical of khayal such as Bihag, Sahana, Sarang, poorvi, kalyan sohni etc. It favors talas such as Deepchandi, Rupak, Addha and Punjabi. These taals are characterised by special lilt, nearly absent in the taals used in Khayal.

Shailies related to Thumri

Thumri resembles many styles. Scholars believes that thumri has develop from all the other shailies such as Dadra, Chaiti, Sawan, Jhoola, Hori, Faag, Ghato, Tiraoti, Kajri etc. Difference being that shailis are presented in a particular time or season, but scientific tune and classicism gets involved in thumri gayak's presentation for same shaili.

Types of Thumri

Bandish or Bolbaant thumri consist of variations in Lasya and includes melodious Gats in Instruments like sitar, sarod. This type of thumri is relevant to dance form. Whereas bol banav thumri is based on expression of emotions. It is an intimate composition of swar and laya.

Technique of presenting Thumri

Musical ornaments in thumri are generally quicker and lighter than in khayal. The principal type of elaboration in thumri is boltan an improvised melodic rendering of words in a song. These melismatic improvisation commonly functions as word painting. The hallmark of thumri is the **repetition of the particular bol** – say mose na bolo, which khandita nayika, the angry and betrayed actress, would say. Singers repeat text lines often with new elaborations. Some of the words such as hay, hay ram, ho rama, are ho re etc. along with the lyrics of thumri enhance its beauty. The words are strictly adhered, the singer deviates momentarily from the original raga by using accidentals and evoking other ragas that might be suggested by the words, but he always returns to the original raga. This method of singing becomes entertaining by the use of [illegible] Khatka, Murki, jamjama, melodious variations of swars.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

CS Scanned with CamScanner

At the conclusion, the singer returns to the first line and repeats it, while the tabla vadak briefly solos in a speed up section described as laggi. A laggi is often in a fast binary meter such as keharwa or teentaal even though the thumri is in another taal. At the end of the solo the tabla vadak returns to the original tala. Instrumentalists often perform thumris toward the end of their programs. The mood of such performances is decided to be lighter than the more elaborate approach taken in alap and gat toda. Sawal-Jawab may still be part of the performance.

Important characteristics in Thumri Gayan Style for expression of essential emotions are as follows-

1. Musical characteristics

All the elements of Hindustani music such as Aalap, Taan, Sut, Khatka, Murki, Khunki, etc. comprises in thumri, increasing its beauty just the difference is in its presentation technique. Rise and fall of sounds is used to manifest its inherent emotions in an impressive way.

2. Flexibility in presentation of raga

Thumri utilizes this factor so as to enhance its beauty and it is relevant in ragas prescribed for Thumri gayan. One characteristics of Thumri is the affective use of alternative notes to emphasize the rasa of raga. There is a built in provision for mixing ragas or moving out of the raga in order to add colour to the proceedings.

3. Relation with Dance form

Thumri is erotic in nature and to an extent related to dance. It has been like shadow in the development of Kathak dance. In other words Kathak and Thumri has evolved and developed simultaneously. Primarily thumri was sung with Kathak dance form as it was believed that thumri is required to be co-ordinated with acting and drama. Later Thumri Singers and musicians believed that without dance essential bhav and Rasa can be created effectively.

4. Relation with Folk Music

Thumri has been evolved from Charchari gaan of folk music which is famous in Braj, hence many elements of folk music can be seen in thumri gayan. Less importance is given to classical aspects than emotional aspect. The performer has the freedom to sing creatively regardless of purity of ragas. Folk songs known as 'Led' of Bundelkhand sung during HOLI is considered to have resemblance with Thumri gayan. Radha Krishna's love motivator was Shri krishna himself. Both are refined form of folk dance and folk song

5. Freedom in Thumri gayaki

Thumri has gained maximum success in expressing beauty amongst various styles of Hindustani classical music. There is no space for complicated accessories like taanas and

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

ikars. Its beauty is enhanced by its simplicity yet has freedom for creativity. Thumri may tate limits of ragas while using swars of any similar and consecutive raagas. The aalap, swar, nkar and taalas are used in a way which decorates and beautifies thumri.

6. Thumri and Khayal

Unlike the khayal which pays meticulous attention to unfolding the raga, thumri restricts elf to expressing the countless hues of shringar by combining melody and words. A Thumri nger goes directly to the emotional core of a composition and evokes each yarn of amorous eling, each strand of sensuous sentiment, with great discretion. Khayal aims at achieving poise nd splender, thumri is quicksilver in tone and ardently romantic in spirit. It needs a delicate eart, and a supple and soulful voice capable of expressing several shadings and colours of tones o bring out its beauty.

These all characteristics shows the importance of Thumri in Indian Semi Classical Music.

Conclusion

Thumri stands as an important and dominant genre in Indian music along with Dhrupad, Khayal and Tappa as a well-accepted genre by all performers, musicologists and audience. With keeping its unique character intact as a musical form, Thumri has its own idiom, scholastic tradition, aesthetics and mannerisms, which are in many ways different than khayal and tappa with many common characters. Thumri shaili is a representative of our Hindustani Semi classical music. Hence need is to conserve it by organizing workshops in college level, organizing Guidance through renowned thumri Singers.

Now a days, in Hindustani music affinity towards Thumri has gradually increased. Artist resents Thumri in his vocal, instrumental and dance presentation. The aim is just to trance up the listener's emotions through artist's melodious voice by reducing the mental burden of tangled swars. Hence Many film musicians has given contributed by giving beautiful glimpse of Thumri and Dadra in Films denoting its Popularity.

References

1. Safar Thumri Gayaki ka – Anjali Pohankar
2. Wikipedia of Thumri
3. Thumri Parichay – Smt. Leela Karval
4. Thumri ki utpatti, vikas aur shailyan – Dr. Shatrughan Shukla

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

2018-19

ISSN : 2277-9949

LITERARY VOICES

A Peer Reviewed Annual Journal of Languages

Vol. 8, 2019

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

:: Published by ::

Dayanand Arya Kanya Mahavidyalaya,

Jaripatka, Nagpur – 440 014.

Phone No. : (0712) 2631353, 2633233, 2631940

Email : aryawani.ngp@gmail.com

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

अनुक्रमणिका

हिंदी विभाग

अ.क्र.	लेख और लेखक का नाम	पृ.क्र.
1)	वीरेन डंगवाल की कविता यानी "पोथी–पतरा–ज्ञान –कपट से बहुत बड़ा है मानव" – बसंत त्रिपाठी	151
2)	प्रबंध काव्यों में स्त्रियों की ऊर्जस्वित भूमिका – डॉ. मधुलता व्यास	162
3)	डॉ. हरिवंशराय बच्चन कृत "सतरंगिनी" के गीत – डॉ. राजेन्द्र गंगाधरराव मालोकर	168
4)	हिंदी में अनुवादित नाटकों की आधुनिक परंपरा – डॉ. सोनू जेसवानी – डॉ. सुधा जांगिड़	176
5)	"कुंभनदास के व्यक्तित्व एवम् कृतित्व का विश्लेषण" – सौ. कृष्णप्रिया पटेल – डॉ. सोनू जेसवानी	183
6)	स्मार्ट सिटी की संकल्पना एवं वर्तमान चुनौतियाँ – डॉ. हरगोविंद टेंभरे	191
7)	लैंगिक समानता और महिला सशक्तिकरण पर गांधीवादी दृष्टिकोण –सुश्री चंद्रकला शाहु	198

Coordinator
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

ISSN 2277-9949

प्रबंध काव्यों में स्त्रियों की ऊर्जस्वित भूमिका

*डॉ. मधुलता व्यास

प्रबंध काव्य अर्थात सुनियोजित तरीके से विशेष प्रयोजन के द्वारा लिखा गया एक बंध अर्थात एक कथात्मक रूप जो किसी विशेष उद्देश्य को लेकर कथा के रूप में निरूपित किया जाता है । वर्तमान में जो प्रासंगिक हो आज की समस्याओं को चाहे वह आर्थिक, सामाजिक, राजनीतिक हो उन्हें एक नयी दिशा देना प्रबंध काव्यों का मुख्य उद्देश्य होता है। हमें अतीत से प्रेरणा लेकर आगे बढ़ने में सहायता मिलती है। पौराणिक, रामायण महाभारतकालीन ग्रंथ आज भी हमें शिक्षा देते हैं।

आचार्य हजारीप्रसाद द्विवेदीजी का विश्वास था कि मूर्तियों को पढ़ने से मनुष्य को पढ़ना ज्यादा जरूरी है। मनुष्य को समझकर उस के जीवन की व्याख्या कर सकते हैं। आचार्य हजारीप्रसाद द्विवेदी जी की वैचारिक मूल दृष्टि थी इसलिए वे लोगों द्वारा रचित की खोज में निरंतर प्रयत्नशील रहे। मिथक धार्मिक कथा है और इसके लिए वह सही इतिहास है क्योंकि विश्व का अस्तित्व सिद्ध करता है। सृष्टि की उत्पत्ति का मिथक भी समान रूप से इसलिए सही है कि मनुष्य अपने अनुष्ठानों में ब्रह्मांड की प्रकृति को प्रतिबिंबित करता है। मिथक का परिवेश अलौकिक तथा धार्मिक होता है। मिथक सांस्कृतिक चित्रण की प्रक्रिया को समझने का माध्यम है । अपनी विरासत में सांस्कृतिक घटनाओं को समझने बूझने में मिथक संपूर्ण मानव जाति की प्राचीनतम एवं श्रेष्ठतम सांस्कृतिक धरोहर है।

प्राचीन मिथकों के आधार पर प्रबंध काव्य रचे गए । उनमें विशेष कर स्त्रियों द्वारा गरिमा पूर्ण कार्यों पर विशेष बल दिया गया जिससे समाज में नारी की भूमिका को महत्व प्राप्त हो और सामाजिक उत्थान में, राजनीतिक उत्थान में, पारिवारिक सामंजस्य में नयी चेतना विकसित हो।

*हिंदी विभागाध्यक्षा, रेवाबेन पटेल कॉलेज, भंडारा

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

https://f6mail.rediff.com/ajaxprism/doc2html?actualname=Literary_Voices-Prabandh_Kavy_2018_2019-Pg162-167.pdf&file...

Scanned with CamScanner

M Literary_Voices-Prabandh_Kavy_2018_2019-Pg162-167.pdf

ISSN 2277-9949

प्रबंध काव्यों में लोकतन्त्र की भावना पूर्वभासित होती दिखाई देती है जिसमें यह बताया गया है कि प्रबंध काव्यों में स्त्री अपने आप में समाज की एक स्वतंत्र इकाई है उसकी अपनी स्वतंत्र वैचारिक सत्ता है जिसके अनुरूप उसका अपना एक अटूट अस्तित्व होता है। स्त्रियों की आवाज को बुलंद करती, प्रबंध कथाएँ है, जिनमें प्रमुखतः नरेश मेहता रचित 'शबरी', 'संशय की एक रात' एवं 'प्रवाद पर्व', भारतभूषण अग्रवाल द्वारा रचित 'अग्निलीक', रामधारीसिंह दिनकर द्वारा रचित 'उर्वशी', मैथलीशरण गुप्त रचित 'साकेत', बालकृष्ण शर्मा नवीन द्वारा रचित 'उर्मिला', और 'मीरा का जीवन' लेखक अरविंद तेजावत की कृतियाँ दृष्टव्य हैं।

हमारे पारंपरिक मिथक ऐतिहासिक संदर्भों से बनते हैं और सामाजिक समस्याओं को लेकर भी मिथक रचनाएँ हुई है। जिस तरह साहित्य और संस्कृति मिथकों से जीवित है उसी तरह इतिहास और संस्कृति भी मिथक की संरचना, वस्तु और दिशा को प्रभावित करती है । इतिहास की पोथियाँ सीधे लोकजीवन को प्रभावित नहीं करती, मिथक घटना के साथ बनता है, इतिहास घटना के बहुत बाद बनता है। मिथक इतिहास बनाने में सहायक होता है और लंबे काल के बाद इतिहास भी मिथक बन जाता है ।

प्रबंध काव्य, 'प्रवाद पर्व' के माध्यम से लेखक नरेश मेहता ने स्त्री के उन पक्षों और आंतरिक भाव को दर्शाया है जिसमें वह स्वयं को प्रतिस्थापित करना चाहती है।

उदाहरण–

राम सीता से कहते है– "व्यक्तित्व का वह कितना बड़ा हाहाकार भरा दुखांत है सीता"

सीताः "लेकिन वह व्यक्ति कोई भी हो, उसे इतना अधिक सामाजिक नहीं होना चाहिए"

राम: "कितना अधिक?"

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

https://f6mail.rediff.com/ajaxprism/doc2/uml2ardualnamael.jtmpz

CS Scanned with CamScanner

सीता: "इतना की वैयक्तिक क्षणों में एक सामाजिक समस्या लगे

और सामाजिक अवसरों पर व्यक्तिक मुद्रा",

"मानव की नियति यही है कि,

जो हम समुद्र को चीरकर किसी

शांत तट पर पहुँचने को होते हैं,

कि एक घटना, एक व्यक्ति,

फिर हमें इन तूफानों के उफनतेपन में फेक जाता है"१

इस प्रबंध काव्य में, अग्नि–परीक्षा चेतना, निर्वासन चेतना, सामाजिक चेतना कि भी अनुभूति होती है। नरेश मेहता ने इस प्रबंध काव्य के माध्यम से सीता यहाँ केवल राजा की पत्नी के रूप में नहीं, बल्कि उस सत्य को प्रकट करते हुए स्त्री के अधिकार में प्रश्न उठाया है । सीता में यहाँ नागरिकत्व का बोध होता है ।

मैथिलीशरण गुप्त रचित 'साकेत' : गुप्त जी ने इस प्रबंध काव्य के माध्यम से स्त्रियों को उनके कौशल विकास की दिशा में प्रेरित किया है। यहाँ पर उर्मिला की ऊर्जस्वित भावना हमें तब दिखाई देती है, जब उसके पति लक्ष्मण उनके बड़े भाई राम व सीता सहित वनवास गमन के के लिए चले जाते हैं, तब उर्मिला स्वाभाविक रूप से तो हमें कुछ समय तक विरह पीड़ा को झेलती दिखाई देती है पर तुरंत ही वह अपनी स्थिति को संभालते हुए अपने स्व को संभालती है और कहती है कि कहीं मैं वियोग में ही लिप्त होकर ना रह जाऊँ । क्यूँ ना मैं इस समय अपने रुचिकर कार्य कौशल को जागृत कर समय का सदुपयोग करूँ, अपने और समाज के हित में, वह अपनी सखियों से कहती है कि यहाँ इस बड़े बगान में गाँव के बच्चों के लिए एक पाठशाला खोली जाये जिसमें अध्ययन अध्यापन हो, गाँव का विकास हो, वह दुखीजनों कि सेवा करना चाहती थी, उन्हें ही सुख देना चाहती थी, उसकी मानसिकता

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

https://f6mail.rediff.com/ajaxprism/doc2html?actualname=Literary_Voices-Prabandh_K...
Scanned with CamScanner

इतनी ऊँची थी कि वह सुखी लोगों के साथ बैठकर अपने दुख का रोना नहीं रोना चाहती थी बल्कि जो उस जैसे ही दुखी हो, उन दुखियों के साथ मिलकर अपने सामर्थ्य का विकास और परोपकार करना चाहती थी और स्वयं उर्मिला जिसे चित्रकारी में बहुत आनंद आता था उसने फिर से वह शुरू किया जिससे वह इस अवसाद में घिरने वाली मानसिकता से ऊपर उठ सके और अपने कार्यों के द्वारा ऊर्जावान बन सके, निम्न पंक्तियो में उर्मिला के भाव स्पष्ट हुए है ।

"सुख दे सकते हैं तो दुःखी जन ही मुझे, उन्हें यदि भेटूँ,

कोई नहीं यहाँ क्या जिसका कोई अभाव मैं भी मेटूँ?

इतनी बड़ी पुरी में, क्या ऐसी दुःखिनी नहीं कोई?

जिसकी सखी बनूँ मैं, जो मुझ–सी हो हँसी–रोई?

मैं निज ललितकलाएँ भूल न जाऊँ वियोग–वेदन में,

सखि, पुरबाला–शाला खुलवादे क्यों न उपवन में?"२

प्रबंध लेखकों ने अपनी रचनाओं में इस बात का ख्याल रखा कि पौराणिक गाथाओं को नए रूप में नए उद्देश्य से अत्यंत सरल शब्दों में लिखा जिससे सामन्य जन तक प्रबंध काव्य का उदेश्य सार्थक हो ।

विद्वानों का कथन है कि "हिंदी कवियों की भाषा नीति भाषा की शक्ति कठिन नहीं आसान शब्दों के प्रयोग से निखरती है। भाषा का सौंदर्य तब बढ़ता है जब लेखक उन सभी शब्दों को सहानुभूति से देखता है जो जनता की जीभ पर चढ़े हुए हैं जो भी शब्द प्रचलित भाषा में चल रहे हैं जो भी शब्द शुभम, सुंदर और अर्थपूर्ण हैं। साहित्यिक भाषा भी उन्ही शब्दों को लेकर काम करती है।"३

मध्ययुगीन साहित्य में स्त्रियों की राजनैतिक चेतना का स्वर भी प्रस्फुटित हुआ था। कुछ रूढ़िगत, पारंपरिक, सामाजिक कारणों से उनके स्वतंत्र विकास को प्रवाह नहीं मिल पाया वे आगे नहीं आ पाई इसका

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

https://f6mail.rediff.com/ajaxprism/doc2html?actualname=Literary_Voices-Prabandh_Kavy_2018_2019-Pg162-167.pdf&file_name=1611990102.S 6/9
...Vikas aur Vyaktitya2018_2019_Page_160-178...
CS Scanned with CamScanner

Literary_Voices-Prabandh_Kavy_2018_2019-Pg162-167.pdf

ज्वलंत उदाहरण है राजस्थान की कृष्णभक्त 'मीराबाई'। "पति भोजराज एवं महाराणा सांगा की मृत्यु के पश्चात मीराबाई अपने पीहर मेड़ता गई थी वहां से वापस लौटते समय मीराबाई ने देखा कि मालवा एवं गुजरात के सुल्तानों ने चित्तौड़ पर धावे बोलना शुरु कर दिया एवं मेवाड़ में लूटमार आरंभ कर दी है तब मीरा ने गुजरात में लौटते समय अपने प्रजा के लोगों का दुख दर्द समझा उनकी यथा योग्य मदद भी की, कहते हैं मीराबाई ने अपने सारे गहने कीमती सामान दुखित प्रजा में बांट दिए थे।"४

मीरा का यह कार्य आत्मप्रेरित था। वे एक राजवंश घराने की थी, उन्होने अपना नैतिक दायित्व भी संभाला था। मीरा के इन सामाजिक, राजनैतिक कार्यों से जनता बहुत प्रभावित हुई थी। उसका प्रभाव यह हुआ की प्रजा में विक्रमादित्य से ज्यादा लोग मीरा को ही पसंद करते थे और मीरा के ही पक्ष में थे। उस समय के राजा महाराणा विक्रमादित्य के विरुद्ध समाज आवाज उठाने लगा। क्योंकि प्रजा ने उस समय मीरा को एक सशक्त प्रशासक के रूप में देखा, लेकिन उनके इस सुकार्य के लिए उन्हें ससुराल में ताने सहने पड़े। कृतियों में यह बताया जाता है उनमें राजनैतिक चेतना के गुण अंकुरित हो रहे थे जिसको वह भलीभाँति पूरा कर सकती थी ।

हमें उनके कुछ भाव जो केवल भक्ति के ही परिचायक नहीं है बल्कि उनमें उनकी वेदना छिपी हुई है। सूली यह समाज बना हुआ था और सेज उनके जीवन का सामाजिक उत्थान का लक्ष्य था।

"सूली ऊपर सेज पिया की, किस विधि मिलना होय"

मीरा के जीवन का प्रामाणिक साहित्य वल्लभ संप्रदाय के वैष्णव भक्तों का वार्ता साहित्य, चौरासी वैष्णव वार्ता एवं 252 वैष्णव वार्ता में मीरा का उल्लेख मिलता है मध्यकालीन मेवाड़ एवं मारवाड़ में ग्रंथ 'सिसोदिया री ख्यात' जैसे ग्रंथ पाये जाते हैं।

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

निष्कर्षतः यहाँ यही सार दृष्टिगोचर होता है कि सामाजिक पाप पुण्य के विचार से संकुचित दृष्टि से तथा किसी अन्य चरित्र की अद्वितीयता के कारण जो चरित्र साहित्य में कवियों द्वारा सदियों से उपेक्षित रहे उनकी ओर आधुनिक कवियों ने ध्यान बढ़ाया और वर्तमान में एक नयी सकारात्मक सोच के साथ स्त्री चेतना के उत्कर्ष का ध्यान रखते हुए प्रबंध काव्यों की रचना की जिसमें सूक्ष्म अवलोकन करके स्त्री की मनोवैज्ञानिकता को ध्यान में रखते हुए वर्तमान की समस्याओं को चाहे वे पारिवारिक हो, सामाजिक हो, राजनैतिक हो, उन सभी के पक्ष में स्त्रियों का पक्ष मजबूत किया इस दृष्टि से उपरोक्त प्रबंध काव्य जिनका विश्लेषण किया है, वे आज भी प्रासंगिक है ।

संदर्भ :

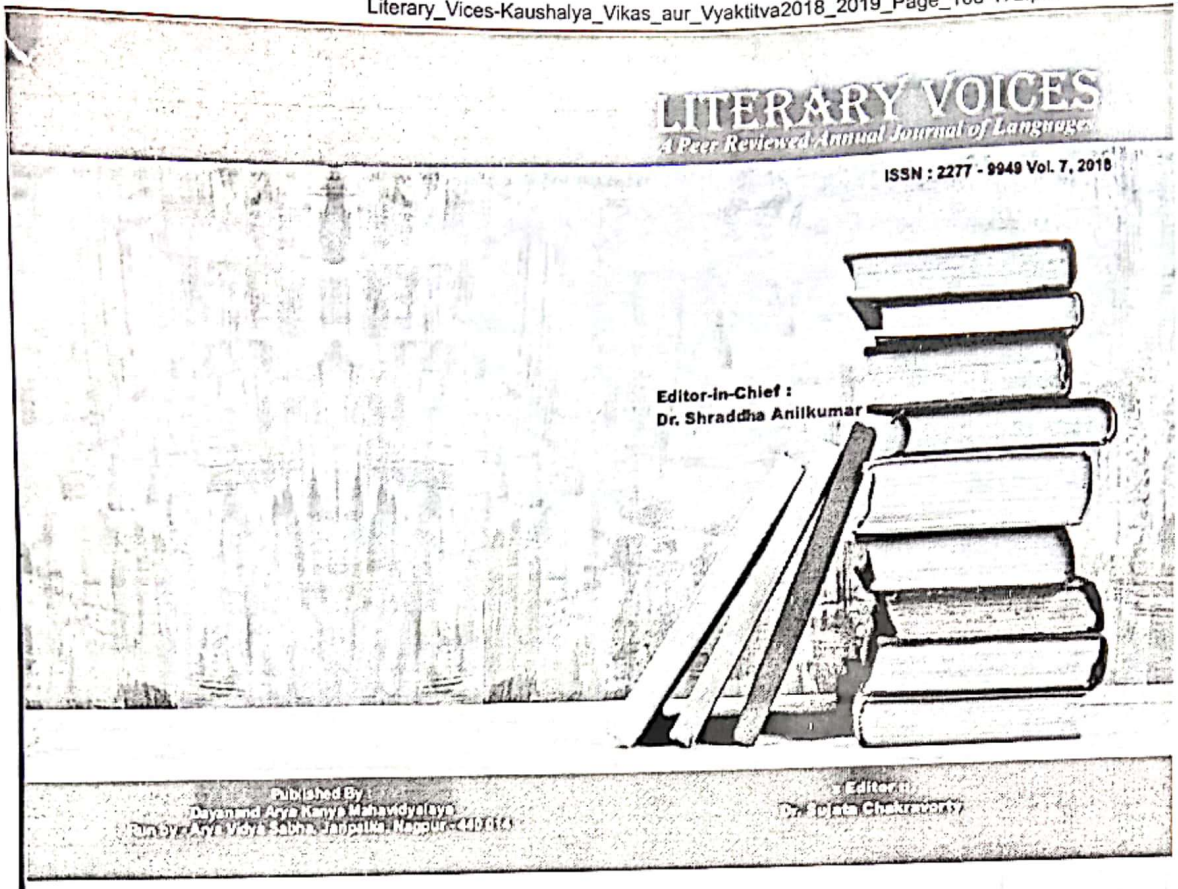
1. 'प्रवाद पर्व', नरेश मेहता, पृष्ठ 4
2. 'साकेत' नवम सर्ग, लेखक मैथिलीशरण गुप्त
3. नया ज्ञानोदय नवंबर 2006 पृष्ठ 25
4. 'मीरा का जीवन' लेखक अरविंद तेजावत, पृष्ठ 113 प्रकाशन लोकभारती इलाहाबाद आईएसबीएन 978–93 52210 275

SMT. R.J.PATEL MAHILA MAHAVIDYALAYA BHANDARA

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner



ISSN : 2277-9949

LITERARY VOICES

A Peer Reviewed Annual Journal of Languages

Vol. 7, 2018

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben M...
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

:: Published by ::

Dayanand Arya Kanya Mahavidyalaya,
Jaripatka, Nagpur – 440 014.
Phone No. : (0712) 2631353, 2633233, 2631940
Email : aryawani.ngp@gmail.com

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

://f6mail.rediff.com/ajaxprism/doc2html?actualname=Literary_Vices-Kaushalya_Vikas_aur_Vyaktitva2018_2019_Page_168-172.pdf&file...
Scanned with CamScanner

ISSN 2277-9949

कौशल्य विकास और व्यक्तित्व

*डॉ. मधुलता व्यास

सकारात्मक सोच कौशल्य विकास की पहली सीढ़ी है। हमारा नजरिया अगर सकारात्मक रहेगा तो अपने जीवन में आगे बढ़ती राह स्वयं ही संभव कर लेंगे। "अंग्रेजी भाषा में नजरिया (Attitude) सबसे महत्वपूर्ण शब्द है। यह जीवन में हर पहलु पर असर डालता है। यहां तक की आदमी के निजी और व्यावसायिक जीवन पर भी अच्छी सोच के विना कोई अच्छा छात्र नहीं बन सकता।"[1] इस क्षेत्र में माता–पिता, शिक्षक, समाज और आस–पास का वातावरण छात्रों के नजरियें में सकारात्मक परिवर्तन लाकर उनके प्रतिभा को निखार सकता है। बल्कि उनमें कौशल्य का अभाव प्रतिभा के विकास में महत्वपूर्ण योगदान देकर उन्हें ऊंचाईयों पर पहुंचा सकता है।

जहां तक Skill Development का कौशल्य विकास का प्रश्न है, इसे कई विभागों में विभाजित किया जा सकता है।

1. जन्म
2. वंशानुगत कौशल्य
3. आंतरिक प्रतिभा
4. बाह्य प्रतिभा
5. सोच और कल्पनात्मक प्रतिभा
6. कौशल्य अर्जित

जंन्म जात प्रतिभा (D.N.A.) :

जन्म जात प्रतिभा जीन्स पर आधारित कही जा सकती है। यदि माता–पिता, दादा–दादी, नाना–नानी किसी कला में सम्पन्न थे। तो उनके

* सहयोगी प्राध्यापक, रेवाबेन पटेल कॉलेज, भंडारा.

1

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

ISSN 2277-9949

गुण आनेवाली पीढ़ियों में आ जाते हैं जैसे चित्रकारी, शिल्पकला, अभिनय। यहां कहने का उद्देश्य सकारात्मक गुण का है। कवि, लेखक, दार्शनिक, वैज्ञानिक उनके अन्दर यह परिवर्तन बचपन से ही नजर आ जाते है और पारिवारिक माहौल में यह विकसित होती है। सिर्फ सकारात्मक दिशा निर्देश की आंतरिक कौशल्य आंतरिक प्रतिभा इसके अर्न्तगत हम छुपी हुई प्रतिभा का स्थान देते है "जैसे की डॉ सर्वपल्ली राधाकृष्णन ने गरीबी में जीवन जिया, उनके पास पुस्तक खरीदने के लिए भी पैसे नहीं थे, किताबें नहीं खरीद पाते थे पर अपनी पढ़ाई बहुत ध्यान से की। पढ़ने में उनकी गहन रुचि थी, और इसी पढ़ने के कौशल को विकास कर वे भारत के महान दार्शनिक बने"।[2] जिनके नाम से आज शिक्षक दिवस मनाया जाता है हम देखते हैं, हमारे रुचि और कौशलय के प्रति लगन सकारात्मक सोच हमे कितनी ऊंचाइयों पर पहुंचा देती है, उदा. कोयले की खदानों में हीरा मिलता है यह सामान्य पत्थर की तरह होता है, सबसे पहले तो जौहरी उसे पहचानता है कि वास्तव में यह हीरा था या कोयले का टुकड़ा, यह काम जौहरी ही कर सकता है। कोयले में हीरा मिलना ही अंतिम लक्ष्य नहीं है। उसे तराशना पड़ता है तराशना में अगर जरा सी भूल हो जाय तो हीरा अपनी कीमत खो सकता है।

छात्र में प्रतिभा का हीरा तलाशना और तराशना यह शिक्षक माता–पिता और समाज का सामूहिक उत्तरदायित्व है। छात्र का आचरण, उसकी सोच किसी चीज के प्रति एकाग्रता उस पर बारिक नजर रखी जाय तो उसकी सोच उजागर हो सकती है, ऐसे कई कलाकार, लेखक, चित्रकार, शिल्पकार वैज्ञानिक हुए हैं। जिनके परिवार में दूर–दूर कोई उक्त क्षेत्र का व्यक्ति नहीं था। जैसा की हम सब जानते है कि खेल एक उत्कृष्ठ कौशल्य है। जिससे तन और मन भी प्रसन्न रहता है खेल के माध्यम से भी हम बहुत ऊँचाइयाँ प्राप्त करते है। खेल जीवन का अभिन्न अंग बन जाता है एक गरीब घर की लड़की प्राजकता गेडाम जो की महाराष्ट्र के भंडारा जिल्हे में हमारे विद्यालय में पढ़ी और एथलेटिक्स में अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर देश का नाम रोशन किया आज वह खेल के माध्यम

2

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai P
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

https://f6mail.rediff.com/alaxprism/doc2html?actualname=Research_Paper_details_for_NAAC...
Scanned with CamScanner

ISSN 2277-9949

से अपने परिवार का और अपनी पढ़ाई का खर्च स्वयं उठाती है। उसकी लगन मेहनत और दृढ़ संकल्प से उसने अपने कौशल्य का निरंतर विकास किया और अन्य छात्राओं को भी प्रेरित किया। एक और निजी उदाहरण देना मैं उचित समझती हूं, जिसके परिवार में कोई लेखक, वक्ता नहीं था। लाइब्रेरी से घर पर साईकिल से जाते थे। सड़क पर बहुत सारे गड्डे थे, साईकिल उछल रही थी। इस अनुभव को देखते हुए उन्हें एक पंक्ति सूझी और घर पंहुचते-पंहुचते उस पंक्ति ने कविता का रुप लिया। जो डॉ. नीरज व्यासजी की है। कविता इस प्रकार है –

क्या होगा जब
भारत के लोग चांद पर जायेंगे
चलाते है विदेशी लोग
छह पहियों की गाड़ी चांद पर
भारत के लोग चांद पर साईकिल चलायेंगे
फिर इस देश के भी
भाग्य खुल जायेंगे
विदेशी लोग प्रैक्टिस करने
भारत में आयेंगे।

घर पहुंचते ही कविता अपनी बड़ी बहन को सुनायी उन्हें अच्छी लगी, बोली इसे कहीं छपने को भेज दो। उन्होंने जो कविता, दिल्ली, ऐसे प्रकाशित होनेवाली पत्रिका 'युवता' में भेज दी। दस–पन्द्रह दिन में रचना स्वीकृत होने का पत्र आया साथ में पचास रुपये का मनीऑर्डर, फिर वे धड़ाधड़ कविताएं लिखने लगे और नागपुर से प्रकाशित होनेवाले नवभारत समाचार में भेज देते । यह सिलसिला चलने के बाद कविताएं निरन्तर छपने लगी। संपादक परिचय हुआ उन्होंने कहा तुम्हे व्यंग्य कॉलम शुरू करना है, 'चष्में के आर पार' उनका कॉलम शुरू हुआ। इसी बीच लोकमत समाचार में नागपुर "भरेपेट का चिंतन" नामक कॉलम करीब 14 वर्ष बाद में रंग बेरंग कॉलम लिखा प्राप्त सप्ताह लगातार चलता रहे।

Coordinator. IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

ISSN 2277-9949

पुनः आज भी नवभारत में पाक्षिक व्यंग्य कॉलम लिख रहे हैं। मंचों पर हास्य व्यंग्य कविता के रूप में जाने जाते है। यह वाणिज्य प्राध्यापक के अतिरिक्त साहित्य कौशल्य था जिसका विकास हुआ । कौशल्य हमारी एक अतिरिक्त रुचि और आधार कहा जा सकता है जो हमें संबल भी प्रदान करता है।

कहने का तात्पर्य यह कौशल्य विकास पारिवारिक और समाज की देन है, जिसमें उनके शिक्षकों का भी बहुमूल्य योगदान है।

बाह्य कौशल्य 'External Skill' :

आधुनिक वैज्ञानिक युग में कम्प्युटर, मोबाईल, लॅपटॉप आदि आधुनिक उपकरण, जिसके लिये आजकल किसी योग्यता प्राप्त शिक्षक की आवश्यकता नहीं पड़ती। छात्र लोग आपस में मिलकर यह ज्ञान प्राप्त कर लेते है। जिसकी सभी जानकारी बड़ें लोगों को भी नहीं होती। जैसे पेटीएम ,गूगल, ओला बुक करना आदि। धीरे–धीरे छात्र यह समझ रहे हैं कि समय के साथ चलना समय की आवश्यकता है, समय के साथ नहीं चलोगे तो समय तुम्हें पीछे छोड़ देगा यह भी कौशल्य है जिसका विकास स्वंय स्फूर्त आवश्यकता के अनुसार होता है।

सोच और कलात्मक कौशल्य :

इसे हम मानव की जिज्ञासु प्रवृत्ति भी कह सकते है। जैसे डॉक्टर, इंजीनियर या साधारण व्यक्ति कोई नया आविष्कार करता है। उदाहरणार्थ–

पंजाब में किसानों ने "जुगाड़" का अविष्कार किया है जिसमें पुराने मोटर साईकिल यंत्रों से मोटर साईकिल बनाकर ट्रॅक्टर ट्रॉली खींचने का काम लिया जाता है। इस प्रकार अनेक उदाहरण मिल जाते हैं। जिसमें अनपढ़ व्यक्ति ने भी अपनी कल्पना अपने कौशल्य को सिद्ध किया है।

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

शिक्षक कौशल्य :

जहां तक छात्रों और शिक्षक के आपसी सम्बन्धों का प्रश्न है। शिक्षण कौशल्य शिक्षण व्यवहारों का संबंधित वह स्वरूप होता है जो कक्षा में विशेष परिस्थितियों में उत्पन्न करता है। जो शैक्षिक उद्दिश्ट्यों को प्राप्त करने में सहायक होत है और छात्रों को सीखने में सुगमता प्राप्त करते है।

"शिक्षक की भूमिका महत्त्वपूर्ण है शिक्षक वह है जो शिक्षा प्रदान करता है।"[3] व्यक्ति अपने अनुभव, दूसरों के अनुभव और समाज और शिक्षक द्वारा ज्ञान अर्जित करता है।

संदर्भ ग्रंथ :

1. जीत आपकी शिक्खेडा, Bloomsbury India Pvt Ltd ISBN 978-93-82951-84-1 पृष्ठ 3

2. डॉ राधाकृष्णन ए पी कमाल राजा पॉकेट बुक्स ISBN 978–81–760–42705–8 पृष्ठ 28

3. शिक्षा तकनीकी डॉ. रतनाम सिंह पुस्तक, ISBN 8183300448 Arjun Publishing House अंसारी रोड, दरियागंज नई दिल्ली 110002 । प्रथम संस्करण 2011 पृष्ठ 260

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

CS Scanned with CamScanner

19.20

ISSN 2277 - 5730

AN INTERNATIONAL MULTIDISCIPLINARY
QUARTERLY RESEARCH JOURNAL

AJANTA

Volume - IX Issue - I January - March - 2020

MARATHI PART - III / HINDI / ENGLISH

Peer Reviewed Referred and UGC Listed Journal

Journal No. 40776

ज्ञान-विज्ञान विमुक्तये

IMPACT FACTOR / INDEXING
2019 - 6.399
www.sjifactor.com

❖ EDITOR ❖
Asst. Prof. Vinay Shankarrao Hatole
M.Sc (Maths), M.B.A. (Mktg.), M.B.A. (H.R.),
M.Drama (Acting), M.Drama (Prod. & Dir.), M.Ed.

❖ PUBLISHED BY ❖

Ajanta Prakashan
Aurangabad. (M.S.)

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

CONTENTS OF MARATHI PART - III

अ.क्र.	लेख आणि लेखकाचे नाव	पृष्ठ क्र.
१	माणिक बंडुजी ब्रम्हभट्ट ते वंदनिय रांष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज : एक जीवनप्रवास **प्रा. नरेश पांडुरंगजी बोरकर**	१-४
२	शब्दापलीकडील कर्मकृतीचे संपुर्ण विद्यापीठ : राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज **प्रा. बळीराम भांगे**	५-९
३	राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज व आचार्य विनोबा भावे **प्रा. डॉ. रवींद्र मधुकरराव बेले**	१०-१२
४	वंदनीय राष्ट्रसंताच्या स्वप्नातील भारताची जडणघडण **प्रा. धनराज डी. मुरकुटे**	१३-१७
५	राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज यांच्या साहित्यातून झालेला सांगीतिक प्रचार **प्रा. डॉ. नीरज एस. लांडे**	१८-२०
६	राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराजांचे विचार **प्रा. प्रसन्न बगडे**	२१-२२
७	राष्ट्रसंतांची भजनावली : सामाजिक ऐक्याचा सांस्कृतिक वारसा **प्रा. अरुणा हरले**	२३-२६
८	राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज यांची राष्ट्र जागृती व उभारणीची चळवळ **प्रा. डॉ. बाळासाहेब जी. जोगदंड**	२७-३१
९	माणिक बंडूजी ब्रम्हभट ते वंदनीय राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज : एक जीवनप्रवास **डॉ. प्रवीण व. काळे**	३२-३४
१०	राष्ट्रसंताचे स्त्री सबलीकरण व महिलोन्नती विषयक विचार **प्रा. डॉ. चारुशिला राजेश्वर रुमाले**	३५-३८
११	ग्रामगीतेतील जीवनमूल्य **प्रा. डॉ. निलिमा रा. शेरेकर (गोगटे)**	३९-४३
१२	राष्ट्रसंताची भजनावली - सामाजिक ऐक्याचा सांस्कृतिक वारसा **कु. श्रुती प्रवीण पांडवकर** **डॉ. साधना शिलेदार**	४४-४७

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

VOLUME - IX, ISSUE - I – JANUARY - MARCH - 2020
AJANTA - ISSN 2277 - 5730 - IMPACT FACTOR - 6.399 (www.sjifactor.com)

१. माणिक बंडुजी ब्रम्हभट्ट ते वंदनिय राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज : एक जीवनप्रवास

प्रा. नरेश पांडुरंगजी बोरकर
शारीरिक शिक्षण विभाग प्रमुख, श्रीमती आर. एम. पटेल महिला कला महाविद्यालय, भंडारा.

प्रस्तावना

अमरावतीच्या भागात यावली हे गाव शुध्द व शांत आहे. या गावावर संत, साधु जनाचे सदैव प्रेम आहे याच यावली गावी ईश्वर भक्ताच्या कुळात ब्रम्हभट्टाच्या घरी ३० एप्रिल १९०९ ला माणिक जन्माला आला. ११ मे १९०९ रोजी अकोटचे श्री हरीबुआ, माधानचे श्री प्रज्ञाचक्षु संत गुलाब महाराज यावलीचे महाराज यांनी राष्ट्रसंताचे नाव माणिक असे ठेवले. त्यांच्या आईचे नाव मंजूळा तर वडीलांचे नाव बंडोजी होते. यावलीचे राहते घर कर्जापायी सावकारास दयावे लागले. पुढे यावली सोडुन ते चांदुरबाजार येथे राहावयास गेले. दारीद्र्य असुनही बंडोजी शिवन काम करून काहीतरी मिळवीत. ही पोटासाठी होणारी मारामार पाहून माणिक व्यथित होई. मठात जाऊन संत महंता सोबत बसत असत अशा प्रकारे त्यांना अध्यात्माची ओढ लागली. काही दिवसाने वडिल पुन्हा यावलीस आले. माणिक रात्रंदिवस ध्यानस्त असलेल्या शिवपूरी बुवांच्या संगत रममान होई. त्यांचे शाळेत मन कधिच रमले नाही. सारखे शिवालयात जाऊन बसत. ना काम ना शिक्षण शाळेचे निमित्त करून पुन्हा मंदिरा कडे धाव हे वर्तन पाहुन बंडोजीचा राग अनावर होई वडिलांनी शिवलयाचा मार्ग बंद केला आणि माणिक ने शालेय जिवनात रस घ्यायला प्रारंभ केला. परंतु किर्तन भजनाच्या छंदापासुन भक्तिप्रवन जीव स्वत:ला फारकाळ दुर ठेवू शकला नाही. माणिक परिक्षेच्या वेळी मात्र नेमाने उपस्थित राहुन भराभर उत्तरे देत प्रथम कंमाकानं उत्तिर्ण होई. त्यांना पोहण्याचा भारी नाद होता. कुस्ती व व्यायामाचा छंद होता. बंडोजीनी माणिकला शाळेतुन काढून आईसोबत वरखेडला पाठवले.

वरखेडलाच परमधामी आडकोजी महाराज होते चौथ्या वर्गात असतांनाच माणिकचे मन कवित्वात रमले गुरूजीच्या निवडलेल्या अभंगात स्वत: भर घालू लागला. संत आडकोजीला माणिकचा लळा लागला. जेवतांना ते माणिक शिवाय ते घास गिळत नव्हते. माणिकास तुकडे देत कधी उष्टे तुकडे देत. माणिक ते महाप्रसाद म्हणुन खात असत. माणिकास तुकारामाचे अभंग आवडत असे. 'तुक्या तुक्या काय म्हणतं बे. तुकड्या म्हणत जाय तेंव्हापासून 'तुकड्या' हे नाव पडले. त्यांचे सुरवातीचे जीवनकाळ रामटेक, सालबर्डि, रामदिघी आणि गोदोडाकांच्या जंगलात व्यतीत केले. चिमुर नेरी परिसरात त्यांची थोरवी सर्वांना कळली तिथे त्यांचे नाव देववाबा पडले. नेरीत असतांना 'आनंदामृत' नावाचा ग्रंथ लिहला. याची नोंद रघुनाथ पत्तरकिनेंच्या चरित्रामृतात आहे. ई. स. १९५४ मध्ये ग्रामगिता हा ग्रंथ लिहला यात ४१ अध्याय आणि ४६७५ ओव्यांचा एक अद्वितिय ग्रंथ आहे. या ग्रंथात परिपूर्ण खेड्याच्या निर्मितीसाठी आवश्यक अशा अनेक पैलूवर आपले

Coordinator. IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

सोप्या पध्दतीने विवेचन करण्यात आले आहे. अनुभव सागर, भजनावली, राष्ट्रीय भजनावली, आदेश रचना यासारख्या साहित्याची रचना करून त्यांनी प्रबोधन तर केलेच त्याचबरोबर त्यांनी सर्वसामान्यांचा उध्दारही केला.

तुकडोजी महराज यांना राष्ट्रसंत म्हणून ओळखले जाते. अंधश्रध्दा निर्मुलन व जातीभेदाच्या निर्मुलनासाठी त्यांनी भजनांचा आणि किर्तनाचा प्रभावीपणे वापर केला. आत्मसंयमाचे विचार त्यांनी ग्रामगिता या काव्यातून मांडले. खंजरी भजन हा प्रकार त्यांच्या प्रबोधनाचे वैशिष्टये होते. तुकडोजी महाराज हे आधुनिक काळातील एक महान संत होत. आडकोजी महाराज हे त्यांचे गुरू यांनी त्यांचे नाव बदलुन तुकडोजी असे केले. तुकडोजी महाराजांचा विदर्भात विशेष संचार असला तरी महाराष्ट्रातच नव्हेतर देशभर हिंडुन ते अध्यात्मिक व सामाजिक व राष्ट्रिय एकात्मेचे प्रबोधन करीत होते. एवढेच नव्हे तर जपान सारख्या देशात जावून त्यांनी सर्वांना विश्वबंधुतेचा संदेश दिला.

भारत हा खेडयाचां देश आहे हे लक्षात घेऊन ग्रामविकास झाला की, राष्ट्राचा विकास होईल. अशी त्यांची श्रध्दा व विचारसरणी होती. ग्राम हे सुशिक्षित व्हावे सुसंस्कृत व्हावे, ग्रामोद्योग संपन्न व्हावे. गावानेच देशाच्या गरजा भागवाव्या, ग्रामद्योगांना प्रोत्साहान मिळावे असा त्यांचा प्रयत्न होता. त्याचे प्रतिबिंब ग्रामगितेत उमटले आहे. देवभोळेपणा अंधश्रध्दा नाहीशा व्हाव्यात त्यासाठी त्यांनी अविरत प्रयत्न केले. आपल्या प्रभावी खंजरी भजनांच्या माध्यमातून त्यांना अभिप्रेत असलेल्या विचार सरणिचा प्रचार करून आध्यात्मिक, सामाजिक व राष्ट्रिय प्रबोधन केले.

देशात १९३० च्या काळात राजनैतिक कट्टरता होती. लोकांना एकत्रित करण्या करीता व देशभक्तिचे विज रोवण्यस प्रयत्न केले जात होते. याच वेळेस राष्ट्रासाठी महान बलिदान दिले. १९३५ मध्ये लोकांत सालबर्डीत आणि ते १९३६ ला ठाकुरच्या बागात राहिले. त्यांच्या डफली व खंजीरच्या भजनात अन्याय पुर्ण इंग्रजी शासना विरूध्द युवकाना प्रेरीत केले.

मेरा प्रिय भारत अबला क्युं बना।
युवाओं को ऐसा करने के लिये प्रेरीत करे !
मेरे भगवान को कैसे बचाया जाय!
धर्म को जाता है !!

त्यांनी या प्रकारे जागरूकते बरोबर राष्ट्रवादाला वाढविण्याचे काम केले. ते स्वराज, स्वावलंबन आणि स्वतंत्रता शिकवत होते. तरूणांनी १९४२ मध्ये आष्टि आणि चिमुर सत्याग्रहाचे नेतृत्व केले. जेंव्हा ईग्रजांना याची जाणिव झाली तेंव्हा राष्ट्रवादी होते. त्यांना बंदी बनविले. या स्वातत्र्यच्या चळवळीत तरूणांना कारावासही भोगावा लागला. त्यानंतर त्यांनी धर्मिक गतिवीधीवर आपले लक्ष केंद्रित केले.

ऐहीक व पारलौकीक यांचा सुंदर समन्वय राष्ट्रसंताच्या साहित्यात झाला आहे. त्यांनी मराठी प्रमाणे हिंदी भाषेतही विपूल लेखन केले. आजही त्यांचे हे साहित्य आपल्याला मार्गदर्शन करीत आहे. यावरून त्यांच्या साहित्यात अक्षर वाड:मयाची मुल्ये कशी दडली आहेत याची सहज कल्पना येईल. महिलोन्नती

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Manila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

तुकडोजी महाराजांच्या विचारविश्वाचा एक लक्षणिय पैलू होता. कुटुंब व्यवस्था, समाजव्यवस्था, राष्ट्रव्यवस्था हि स्त्रीवर कशी अवलंबून असते हे त्यांनी आपल्या किर्तनाद्वारे समाजाला पटवून दिले. महिलांना उच्चतम शिक्षण दयावे त्यांच्या आंतरीक गुणांचा विकास करावा त्यांना गाणे गाने अनुरूप वातावरण शिकवावे, मुलांना ज्याप्रमाने शिक्षण दिले जाते, त्याचप्रमाणे त्यांना शिक्षण दयावे. समाजामध्ये स्त्रिया व पुरूषांमध्ये दुरावा निर्माण होण्याची कारण कोणते असतील तर ते आहे शिक्षणाचा अभाव. या शिक्षणाच्या अभावमुळे स्त्रि–पुरूषातील वैचारीक दरी वाढत आहे. समाजाने सहशिक्षण या गोष्टिचा ही आज गंभिरतेने विचार केला पाहिजे. ते म्हणतात

म्हणोनी सहशिक्षणही नाही ववगे,
जरी नैतीक भाव राहती जागे
शिक्षणी जागृती ठेवणे सर्वांगीन काम नेत्या वडीलांचे

आज या सहशिक्षाणाने परस्परातील आकर्षण कमी होऊन अनाचार दुर होण्यास मदत होईल. असे त्यांचे मत होते. यामुळे समाजात एक मुक्त वैचारीक वातावरण निर्माण होण्यास मदत होते. व समाज सामाजिक दृष्टया सुदृढ होईल असे त्यांचे स्पष्ट व प्रामाणिक मत होते. ग्राम गितेतून जीवनशिक्षणा विषयी विचार करतांना मुलींच्या शिक्षणा बरोबरच ती स्वयंपाकातही निपून असावी अशी आशा व्यक्त करतात. राष्ट्रसंताना स्त्रिांयाच्या संघटना अपेक्षित आहेत त्यांना त्यांच्या भावना सुख दुःख प्रकट करण्या करीता एकत्र यावयास हवे. महिलांनी सभा समेंलने घेऊन महिलोन्नतीचा मार्ग शोधावयास हावा. हे जे राष्ट्रसंतांचे मत आहे ते आजच्या युगाला निश्चितच बोधप्रद आहे. असे म्हणता येईल. अशाप्रकारे संघटित होऊन स्त्रियांच्या आंतरीक गुणांचा विकास होईल. एकत्वाचे भान येईल व त्यातुन अन्याय व अत्याचाराला थोडातरी आळा वसेल हि राष्ट्रसंतांची दुरदृष्टि आजच्या काळातही याथार्थ आहे.

देशाचे तरूण हे राष्ट्राचे भावी आधारस्तंभ ते बलोपासक असावेत, म्हणजे ते समाजाचे व राष्ट्राचे संरक्षण करू शकतील ते नितीमान व सुसंस्कृत युक्त कसे होतील याविषयीचे उपदेशपर व मार्गदर्शनपर लेखन केले. तसेच व्यसनाधिनतेचा तिव्र निषेध केला. राष्ट्रसंत तुकडोजी महारांजांना वाटत असे गांधीच्या स्पप्नातील भारत नवयुवकच बनवू शकतात नवयुवक भारताचे भविष्य, शान आणि गर्व आहे. ज्या युवकांनी या भुमी करीता हसत हसत बलीदान दिले. हेच समजून तुकडोजी महराजांनी युकांना जागृत करण्याचा प्रयत्न केला

इंन्सान ही है देवजा, जो सत्य पथ पर चल गया,।
इंन्सान ही साधु बने, जब संयमी मन को कीया।।
इंन्सान ही वह पिर है, जो ना करे अन्या को ।
इंन्सान वह इंन्सान है जो, खोजता समुदाय को।।

शिक्षणाचा उद्देश म्हणजे व्यक्तिला समाजातील व्यवहार, चारीत्र्य निर्माण, निती धर्म या सर्वांची महती कळणे होय. मानवाला असत्या कडुन सत्याकडे, अंधारातुन प्रकाशाकडे, अज्ञानाकडुन ज्ञानकडे घेऊन जाणारा होय. शिक्षण हे समग्र मानवाला यथार्थपणे सफल जीवन जगण्याचे सामर्थ्य देण्याने शस्त्र आहे. एवढेच नव्हे

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

तर शिक्षणाच्या बळावर व्यक्तिने उदरनिर्वाहाचे साधन निर्माण करून देशाची सेवा केली पाहिजे. राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराजांनी शालेय व महाविद्यालयीन शिक्षणाबरोबरच शारीरिक शिक्षणाला महत्व दिल्याचे दिसून येते. शारीरिक. शिक्षणने मुले बलवान होतील व ते गावाच्या रक्षणासाठी, अन्यायचा प्रतिकार करण्यासाठी हि मुले या मध्यमातुन सजग होतील. मुलांच्या मनात ग्रामनिष्ठे बरोबरच राष्ट्रनिष्ठा ही वाढीस लागेल. असा ठोस विश्वास होता. शिक्षणामुळे संपूर्ण समाज हा एक संघ व्हावा, भेदभाव, जातीयता, संप्रदायीकता नष्ट व्हावी हा उदात्त हेतू राष्ट्रसंताच्या विचारधारेचे द्योतक आहे. त्यांनी विद्यार्थ्यांच्या सर्वांगीन विकासावर भर देऊन नैतिक शिक्षण व चारित्र्य संवर्धना बाबत जे मांडलेले विचार आहेत. तीच खरी आज काळाची गरज आहे यातश्शंका नाही.

राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराजांनी आपल्या वेळेसच्या नवयुकांना राष्ट्र, समाजात वाढलेल्या अंधविश्वासाप्रती जागृत केले. त्यावेळी देशात ईग्रंजांचा आतंक, धर्मांतरन व गरीबीच्या समस्येने राष्ट्र ग्रासलेले होते. राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराजांनी गावो गावी जावून नवयुवकांना जागृत आणि संघटीत होण्यास आव्हान केले ज्यात सर्व जाती धर्मींना विसरून केवळ ऐक उदिष्ठ डोळयापुढे ठेवून देशाला ईग्रजाच्या गुलामगिरीतुन मुक्त करणे. १९४९ मध्ये राष्ट्रपती भवनामध्ये खंजरी भजन ऐकुन डॉ. राजेद्र प्रसाद यांनी तुकडोजी महराजांना राष्ट्रसंत म्हणून संबोधिले होते. अशा या राष्ट्रसंताचे महा निर्वाण ३१ ऑक्टो १९६८ राजी झाले

संदर्भग्रंथ

- राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज ग्रामगीता, सुदाम सावरकर, महाराष्ट्र पाठयपुस्तक मंडळ, पुणे.
- राष्टसंत तुकडोजी महाराज : जीवनदर्शन, डॉ. जुल्फी शेख, मध्यमा प्रकाशन, नागपूर
- www.hindujagruti.org
- www.esakal.com
- www.wikiwand.com

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

19-20

Peer Reviewed Referred and
UGC Listed Journal
(Journal No. 40776)

ISSN 2277 - 5730

AN INTERNATIONAL MULTIDISCIPLINARY
QUARTERLY RESEARCH JOURNAL

AJANTA





Volume-IX, Issue-I
January - March - 2020
Marathi Part - I

IMPACT FACTOR / INDEXING
2019 - 6.399
www.sjifactor.com

Ajanta Prakashan

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CamScanner

Scanned with CamScanner

CONTENTS OF MARATHI PART - I

अ.क्र.	लेख आणि लेखकाचे नाव	पृष्ठ क्र.
१	ग्रामगीतेतील जिवनमुल्य **प्रा. नाजुकराम दिनानाथ बनकर**	१-५
२	वंदनीय राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराजांचे ग्राम स्वराज्यांसंबंधी विचार **प्रा. डॉ. उमेश आर. घुमाळे**	६-८
३	खंजेरीच्या नादातून राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराजांचे समाजप्रबोधन **प्रा. अमोल वासुदेवराव गावंडे**	९-११
४	राष्ट्रसंताच्या मते सांगीतीक भजनाद्वारे समाजजागृती **डॉ. स्नेहल दत्तात्रय शेंबेकर**	१२-१४
५	राष्ट्रसंतांचे स्त्री सबलीकरण व महिलोन्नती विषयक विचार **प्रा. मंगला डि. बनसोड**	१५-१९
६	२१ व्या शतकात राष्ट्रसंतांच्या साहित्याचे महत्व **डॉ. सी. डी. पाखरे**	२०-२३
७	राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराजांच्या ग्रामगीतेतील आणि अभंगातील तत्त्वविचार **प्रा. डॉ. मिलिंद भिवाजी कांबळे**	२४-२६
८	राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराजांच्या सांगीतीक योगदानातील सामाजिक तत्व **प्रा. नाना विठ्ठलराव भडके**	२७-२८
९	राष्ट्रसंताचा संगीत विषयक दृष्टिकोन **प्रा. डॉ. प्रशांत एस. पगाडे**	२९-३३
१०	राष्ट्रसंत गाडगे महाराज : सामाजिक, सांस्कृतिक व वैज्ञानिक दृष्टिकोन **प्रा. डॉ. शिवाजीराव पाटील**	३४-३८
११	राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराजांचा मानवतावाद **प्रा. डॉ. शोभा रोकडे**	३९-४२
१२	राष्ट्रसंताचा संगीत विषयक दृष्टिकोन **प्रा. डॉ. राहुल एम. भोरे**	४३-४५
१३	ग्रामगीता : राष्ट्राच्या विकासाचा जाहिरनामा **प्रा. विक्रांत कृष्णराव मेश्राम**	४६-

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

VOLUME - IX, ISSUE - I - JANUARY - MARCH - 2020
AJANTA - ISSN 2277 - 5730 - IMPACT FACTOR - 6.399 (www.sjifactor.com)

१२. राष्ट्रसंताचा संगीत विषयक दृष्टिकोन

प्रा. डॉ. राहुल एम. भोरे
संगीत विभाग प्रमुख, श्रीमती रेवाबेन मनोहरभाई पटेल महिला महाविद्यालय, भंडारा.

सारांश

संगीत हे मानवी मनावर साकारात्मक परिणाम करते ह्याची जाणीव होती. आणि म्हणून समाज प्रबोधनाच्या या कार्यामध्ये संगीताच्या माध्यमातुन परमेश्वरभक्ति सोबतच देशभक्तिची तसेच परंपरागत चालत आलेल्या जुन्या रूढी परंपरा जसे, अंधश्रध्दा, भोंदुगीरी याबद्दल जागृतीचा विचार, समाजशिक्षण, विचार राष्ट्रसंतानी आपल्या प्रभावी खंजरी वादनातून जनसामान्यापर्यंत यशस्वीपणे मांडला.

प्रस्तावना

जगात माणसाला सुखाने जगता येत नाही. त्यामुळे महाराजांनी पुन्हा पुन्हा बंधुभावाचा उच्चार केला आहे. एखादया खेडयातले जगणे असो, राज्यातले असो, देशातले असो, जगाातले असो बंधुभावाशिवाय जगणे अशक्यच आहे. बंधुभाव असेल तरच या भुवर वैकुंठ निर्माण होईल. राष्ट्रसंताचे किर्तन व खंजरी भजने यांच्या माध्यमातुन समाजसेवा हेच तुकडोजी महाराजांचे ध्येय होते. संगीताच्या माध्यमातुन त्यांनी परंपरागत अनिष्ठ रूढी, जाती, धर्म, पंथ, भेद, अंधश्रध्दा इत्यादी समाजघातक गोष्टिंवर प्रहार करून इश्वराचे विशुध्द स्वरूप जनते सामोर मांडले. आत्मसंयमाचा आणि देशभक्तिचा प्रचार आणि प्रसार करण्यासाठी त्यांनी संगीताचा उपयोग केला. विश्वधर्म आणि विश्वशांती परिषदेसाठी ते १९९५ ला जपानला गेले. त्यांच्या भजनाने अनेक विद्वान मंडळी प्रभावीत झाली. ईश्वराचे ध्यान करून आपल्या काव्याचा व गायकीच्या विश्वासावर त्यांनी व्यक्तिविकास व समाजजागृती केली. यासोबतच धार्मिक एकात्मता निर्माण करण्याचा त्यांनी प्रयत्न केला.

वरीष्ठ किंवा बौध्दिकदृष्टया श्रेष्ठ ठरलेल्या समाजाने आपल्यापेक्षा सर्व बाबतीत कमी योग्यतेच्या मानवसमुहाला आपल्यामध्ये समाविष्ठ करून घ्यावे, असे प्राचिन काळापासुन घडत आलेला आहे. आर्य आणि अनार्य, स्थानिक आणि परस्थ, ज्ञानी अणि अज्ञानी असे दोन स्तर भिन्न–भिन्न काळात दिसुन येतात. आपल्यपेक्षा दुय्यम प्रतिच्या समाजाशी एकरूप होतांना त्यांच्याही काही चालीरीतींचा स्वीकार करावा लागतो. श्रेष्ट समाजालाहि अनिष्ट परिणाम भोगावे लागले तरी अशा विलीनीकरणामध्ये समाज वर्धिष्णू होतो. नव्या कल्पना, नवे विचार, यांना वाव मिळून प्रगतीही होउ शकतो.

वैदिक अहंतेवर पहिला आघात गौतम बुध्दाने केला. यज्ञविधीतुन होणारी हिंसा, निंद्य आहे. जन्मापेक्षा कर्माला अधिक महत्व आहे. समाजातील उच्चनीच भाव अनाठायी आहे. बुध्दसंघात प्रवेश मिळाल्यावर सर्वांना समान संधी असे. स्त्रियांनाही प्रवेश मिळत असे अशीच सर्वसमावेशक भुमिका महाराजांनी पुढे नेण्याचे काम केले आहे. काळाच्या अथांग उदरात आत्मशोधासाठी अथक प्रयत्न होत राहिले आहेत. मानवी समुहाच्या अनंत जाणिवाचे संकलन–संपादन करून चार वेद, न्याय, योग, मींमासादी सहा दर्शने, जैनमत, बौध्दमत,

Officiating Principal
Coordinator, IQAC
Manoharbhai Patel

CS Scanned with CamScanner

ब्रम्हसूत्रे, शिवसूत्रे, न्यायसूत्रे असा ग्रंथसंभार पाहतांना अभ्यासकांनी मती गुंग होउन जाते. त्यात लोककथा, लोकसमजूती, वगैरेंची भर पडतेच अथोरचे अंतिम सत्य हे अज्ञेय आहे. आणि मानवाला ते अज्ञातच राहिल, ते जाणण्याचा साक्षात्कारी अनुभव गूढमार्गाच्या पाउल वाटेने घेता येईल. अशा लोकमानसातील सहज प्रवृत्तीने अनेक उपपंथ निर्माण झाले. अध्यात्माच्या क्षेत्रात तंत्रसाधना, यौगिक प्रक्रिया, शक्ति उपासना यांना महत्व आले. लोकभाषेत विविध प्रकारची गीते लीहून सामान्यजनांना मार्गदर्शन करणारे संतसिध्द झाले.

भजन किर्तन हा विषय लायब्ररीतला नाही. हा मंदिरातील एक निखळ भावानुभव आहे त्यासाठी डोळस श्रद्धेने अधिष्ठान हवे. जीवनातील श्वासोश्वच्छ्वासाचा लयीइतकीच नामस्मरणाना लयीशी जर एकरूप होता आले नाही तर तो भक्तिगर्भ अनुभवश्शब्दबद्ध कसा होणार? कोणत्याही वृत्तपत्रात जाहिरात न देता मैलोनमैल पायी पंढरपुरला जाणारया वारकऱ्यांबरोबर जर आपण नाचलो तरच 'सुंदर ते ध्यान' आपल्यासाठी युगांयुगे कसे उभे आहे ते समजेल. ज्या प्रमाणे वारकरी संप्रदाय महाराष्ट्रात सर्वदुर पसरलेला आहे तसाच तुकडोजी महाराजांचा संप्रदाय सुद्ध वैशिष्ठयपूर्ण पसरलेला आहे.

कशाला पंढरी जातो रे बाबा अशी गद्यप्राय निर्मिती सरळ काळजाला जाउन भीडणारी आहे. तुकडोजी महाराजांची काव्यशैली अत्यंत प्रासादिक व वात्सल्यपूर्ण रोखटोक आहे. त्यांच्या भजनातील स्पष्टता खेडयापासुन तर शहरांपर्यंतच्या लोकांना सहजपणे समजतील व गीताच्या अर्थाचे आकलन होईल अश्या सोप्या चाली या वैशिष्टयांमुळे महाराजांचे काव्य हे जनसामान्यांपर्यंत पोहोचले. राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराजांच्या सांगितिक दृष्टिकोण या विषयावर चिंतन करतांना त्यांची खंजीरी व त्यांच्या पहाडी आवाजांच्या भरवश्यावर समाजाला एकत्र करण्याचे सामर्थ्य त्याच्या किर्तन व भजनांमध्ये होते. हे सर्व करत असतांना पुढे संघटनात्मक बांधणी करत गुरूदेव सेवा आश्रम या नावाने आपली परंपरा पुढे सुरू ठेवली व महाराजाच्या प्रेमळ व मनमिळाऊ स्वभावाने अनेक सद्गुणी तरूण मंडणी या सामाजिक कार्यासाठी जुळत गेली. पुढे याच माध्यमातुन राष्ट्रसंतांनी राष्ट्रधर्माविषयी विचारांचा प्रचार व प्रसार केला समाज प्रबोधनासाठी महाराजांनी भजन गायनाचे प्रभावी माध्यम निवळले कारण महाराष्ट्रातील वारकरी व सांप्रदायिक भजन प्रणाली ही अनादि काळापासुन चालत आली आहे. तिचा पुरेपुर उपयोग करून आपण समाज कार्य व देशकार्य करू शकतो. या खंजीरी भजनातुन विशेष अश्या शैली द्वारे सकारात्मक दृष्टि देशाला देऊ शकतो असा विचार महाराजांनी आपल्यापुढे ठेवला.

महाराजांच्या अध्यात्मिक अनुभूति आणि दैनंदिन जीवनाचा अनुभव यांची अभीव्यक्ति त्यांचा सांगितिक काव्यरूप भजनातुन दिसुन येतो. एकांतात आत्मसाधना आणि तदनंतर जनांमध्ये जनासाठी अभिव्यक्ति ही त्यांची रितच म्हणावी लागेल. कुठलेही संत साहित्य हे एकाचवेळी प्रादेशिक आणि वैश्विक असतो. ते एकाच वेळी स्थळकाल जन्य आणि स्थळ काळातील असते. साधनेतुन स्फुरलेला विचार त्याची आपली भजन रूप काव्यातुन अगदि सोप्या शब्दातुन जनसामान्यांपर्यंत पोहोचविणयाचे प्रबोधनात्मक कार्य अतिव निष्ठेने केला. हे तत्वचिंतन निरूपणाच्या अंगाने म्हणा अथवा भजनाने म्हणा त्यांनी लोकोसमोर मांडले. स्वभाविक व सांगितिक सौंदर्यपूर्णतेने व साधपणाने लोकांसमोर अभिव्यक्त केले.

त्यामुळेच तर त्यांची वचने उपदेश, जगण्याच्या पसाऱ्याबद्दल ची मतें ते आपल्या भावनाविकारातुन मग ती कला, नाटय, गायन, वादन इत्यादि कलेच्या माध्यामातुन समर्थपण मांडत असतो. भारतीय संगीताच्या

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,

Scanned with CamScanner

मेलडीचा विचार केला असता महाराजांनी त्याचाच पुरेपुर अभ्यास त्यांच्या भजनात कळत नकळत दिसुन येतो. राष्ट्रसंतांनी आपल्या भजन किर्तनाला लोकसंगीताचे प्राधान्य देऊन तसेच सांगितिक अद्‌भूत संकल्पना माडल्या व येणाऱ्या पिढीस प्रात्साहित केले.

संगीत शास्त्राचे शास्त्रीयरित्या चिंतन मनन करून नवनवीन रचना तयार केल्या मानवाचे मन चंचल स्वरूपाचे आहे त्यास केवळ संगीताच्याच माध्यमातुन स्थिर करता येते ही दिव्य दुष्ट ठेऊनच अनेक भजनाची निर्मिती करून समाज प्रबोधन केले. सर्वसामन्यांना परिचीत असलेल्या काही गीतांच्या चालीवर अभंग, पोवाडे, लावणी, पदरचना गायल्या. त्यामुळे लोकांच्या सहज मुखी बसल्या. अशाप्रकारे सर्व स्तरापर्यंत संगीताव्दारे 'ये हृदयी ते, ते हृदयी' होत गेले. कामचुकारपणा, आळस दुर लोटण्यास सांगीतले. त्यामुळे पिढी–दरपीढी हे संस्कार रूजत गेले. भजनामुळे अध्यात्म, ईश्वरभक्ती तर होतच होती सोबत विरंगुळासुध्दा होत होता. राष्ट्रसंतांनी मानव व संगीत यांचा समन्वय साधल्यचे दिसुन येते. आर्थिक, सामाजिक, राजकिय कार्य लोकांपर्यंत पोहाचवण्यासाठी अध्यात्माचा उपयोग करून त्याला सांगितीक जोड देत राष्ट्रकार्य साधले. शब्दांचा आशय प्रभावीपणे मांडण्यासाठी त्यांनी स्वरांचा उपयोग करून लोकमानसावर उपदेश ठसविले. कार्यभाग साधण्यासाठी संगीत हे प्रभावी साधन असल्याचे सिध्द केले.

राष्ट्रसंतांनी त्यांच्या जीवनात विविध वाद्याचा उपयोग केला. महाराजांनी मराठीत ११६९ आणि हिंदीत २३६९ भजने लिहीली आहेत. राष्ट्रसंतांनी एकतारीवर ध्यानाची, प्रार्थनेची भजने म्हटली, पेटि, तबला, अदिवासी वाद्यांना सुध्दा भजनामध्ये वाद्य म्हणुन उपयोग केला. तमाशात वाजविल्या जाणारे खंजीरी वाद्य पहील्यांदा भक्तिमार्गात लोकप्रिय करणारे राष्ट्रसंत हे एकमेव होत. एकदिवस तुकडोजी महाराजांनी खंजीरी राष्ट्रपती भवनात वाजविली राजकिय पुढाऱ्यांना भजनातुन आपल्या कर्तव्याची जाणिव करून देणे, हा उद्देश होता. नेता हा देयाचा मालक नसुन तो जनतेचा सेवक आहे. याची जाणिव प्रत्येकाने ठेववी, असे ठणकावून सांगितले.

भजनाची चालता परंपरा । जना मिळे सत्प्रवृत्तीचा झरा ।।
लोकशिक्षणचा यापरी दसरा। उपाय नाही सात्विक ।। — *ग्रामगीता*

उपरोक्त वचनानुसार राष्ट्रसंतांनी भजनाचा प्रचार आणि प्रसार केला. भजन हि व्यक्तिगत साधना नसुन ती सामुदायीक साधना आहे.

संदर्भ ग्रंथ

ग्रामगीता — राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज — श्री गुरूदेव प्रकाशन, मोझरी
भजन प्रभाव — ग्रामगीताचार्य गुलाब खवसे राष्ट्रसंत साहित्य निकेतन, नागपूर
राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज व्यक्तिमत्व —प्रा. रघुनाथ कडवे, अमोल प्रकाशन नागपूर

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

CamScanner
Scanned with CamScanner

ISSN 2278 - 5256

अनुक्रम

१)	संगीत, साहित्य और समाज	– डॉ. श्रध्दा अनिलकुमार नागपुर	१–३
२)	संगीत और संस्कार	– डॉ. वंदना खुशालानी नागपुर	४–५
३)	सम्पादकीय....	– डॉ. मोनाली मसीह नागपुर	६
४)	'ऑनलाईन प्रकाशन समय के साथ जुगलबंदी है	– डॉ. अमित वर्मा शान्तिनिकेतन,पश्चिम बंगाल	७–९
५)	मानसिक ताणतणावासाठी औषधोपचार : संगीत	– डॉ. अर्पणा अग्निहोत्री नागपुर	१०–१२
६)	'संगीत एवं योग द्वारा हमारे स्वास्थ्य पर प्रभाव	– प्रा. अनिता शर्मा नागपुर	१३–१५
७)	'संगीत कला के महान तपस्वी' स्व श्री प्रभाकरराव खर्डेनविस	– प्रा. वर्षा आगरकर नागपुर	१६–१७
८)	'रागों का उगम स्त्रोत' (लोकधुनों में राग–तत्त्व)	– डॉ. साधना शिलेदार /क्षमा कावडे नागपुर	१८–२०
९)	मागील दशकातील तांत्रिक प्रगतीच्या संदर्भात भारतीय संगीत	– प्रा. स्वप्निल चाफेकर पुणे	२१–२६
१०)	आजच्या काळातील संगीत शिक्षण, शिक्षक आणि विद्यार्थी	– कु. श्रुती पांडवकर नागपुर	२७–२८
११)	संगीत – एक मनोवैज्ञानिक दृष्टि	– श्रीमती स्वतंत्र जैन भोपाल	२९–३०
१२)	संगीत के क्षेत्र में गज़लों का युग	– डॉ. राहुल भोरे भंडारा	३१–३३
१३)	शास्त्रीय संगीत, स्वर साधना	– डॉ. प्रमोद रेवतकर चंद्रपूर	३४–३६
१४)	संस्कृति साहित्य में विज्ञान	– हेमचन्द चन्दोला उत्तराखण्ड	३७–३८

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Scanned with CamScanner

संगीत के क्षेत्र में गज़लों का युग

डॉ. राहुल एम. भोरे
(विभागाध्यक्ष संगीत विभाग)
श्रीमती रेवाबेन मनोहरभाई पटेल
महिला कला महाविद्यालय, भंडारा
Srujan.bhore3@gmail.com



प्रस्तावना : 'गज़ल' अरबी भाषा का स्त्रीलिंगी शब्द है, जिसका अर्थ है– 'प्रेमपत्र से वार्तालाप'। उर्दु और फारसी की कविता का एक विशेष प्रकार गज़ल कहलाता है। एक गज़ल में कम से कम पांच और अधिक से अधिक ग्यारह शेर होते है। सारे शेर एक ही 'रदीफ' और 'काफिया' में होते है और प्रत्येक शेर में स्वतंत्र भाव होता है। गज़ल का प्रथम शेर 'मत्ला' और अंतिम 'मक्ता' कहलाता है। मक्ते में शायर अपना उपनाम रखता है। गज़ल का संग्रह 'दिवान' कहलाता है।

श्रृंगारपूरक होने के कारण काव्य काव्य–रसिकों और संगीतानुरागियों को गज़लें परम प्रिय रही है और सुफियों को भी। काजी हमीदुद्दीन नागौरी के कव्वाल महमुद ने सुलतान शम्सुद्दिन उल्ततमिश १२१०–१२३५ को गज़ल गाकर मुग्ध कर दिया था। गयासुद्दिन बलबन १२६५–१२८७ के पुत्र मुहम्मद ने शैख बहाउद्दिन जकरिया के पुत्र शैख कदवा को अपनी सभा में निमंत्रित किया था, उस समय अरबी गज़ल गई गई थी। कैकुबाद १२८७ – १२९० के युग में तो गली गली गज़ल गायक उत्पन्न हो गए थे। जलालुद्दिन खिलजी के युग में अमीर खुस्रो, रूपवती गायिकाओं और सुंदर किशोरों की छवी का वर्णन अपनी गज़लों में करतें थे। अल्लाउद्दिन खिलजी १२९६–१३१६ के युग में मुहम्मूद मूहम्मद और खुदादी प्रसिध्द गज़ल गायक थे। कुतुबुद्दीन खिलजी १३१६–१३२०, गयासुद्दीन तुगलक १३२०–१३२५ आधेर मुहम्मद तुगलक १३२५–१३५१ के युग में भी गज़ल लोकप्रिय थी। फिरोज तुगलक १३५१–१३८८ के युग में भी गज़ल का सम्मसन था। बहमनी सुलतान मुहम्मद शाह प्रथम के दरबार में खुसरो की गजल गानेवाले तीनसौ गायक थे।

सन १५३५ में बैजू ने हुमायू को फारसी गज़ल गाकर ही रिझाया था। अकबर का संरक्षक बैरम खॉ रामदास जैसे कलावंतो की गज़लों की शैली पर ही मुग्ध था। बैजू और रामदास जैसे कलावंतों का प्रभूत अधिकार गज़ल गाने पर भी था। जंहागीर ने गज़ल–गायक शैकी को 'आनंद खॉ' की उपाधी दी थी।

तात्पर्य, यह है की आज गज़ल को संगीत की दृष्टि से भले ही हेय समझा जाने लगा हो, परंतू वास्तविक रूप में गज़ल गाना सरल बात नही है। संगीत मर्मज्ञ बादशाहो और सूफियों ने गज़ल का सम्मान सदैव किया है। गज़लो में प्रयोज्य प्राय: सभी छंद भारतिय छंदशास्त्र के अंतर्गत आते है और भारतिय रागों की शुध्दता की रक्षा करते हुए गज़ल गानेवाले गायक विशिष्ट परंपराओं में होते रहे है।

संगीत के प्राचीनतम एवं प्राचीन ग्रंथों को पढ़ने से यह ज्ञात होता है कि संगीत शब्द का अर्थ ही है, ईश्वर आराधना करके निर्वाण की प्राप्ति करना अर्थात्संगीत व्दारा ईश्वर के गुणों का गान करके इस लोक में सुख व परलोक में मोक्ष की प्राप्ति। परन्तु आज युग और आ गया है। आज हम देखते है की घर–घरमें, नगर अधिक नगर में, गांव–गांव में श्रृंगार प्रियता बढती जा रही है। यह प्राकृतिक नियम है की भक्ति एवं श्रृंगार एक दूसरे के विरोध तत्व है, भक्त श्रृंगार प्रिय नहीं होगा और श्रृंगार प्रिय कभी भक्त नही

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

CamScanner
Scanned with CamScanner

होगा। श्रृंगार से कामुकता जागृत होती होती है। यही कारण है कि आज घर–घर में अश्लील साहीत्य पढ़ने, देखने का इतना अधिक प्रचार बढ है।

आज हम देखते है कि सामाजिक अथवा शिक्षाप्रद या जिनमें शास्त्रीय गायन को प्रधानता हो, ऐसे चित्र कम चलते है। इनके लिये समाज तो दोषी है ही परुन्तु हमारी सरकार पहले दोषी है जो इन सब पर प्रतिबंध नही लगाती। पहले रेडीओ स्टेशनो से आकाशवाणी केन्द्रों से वर्ष में कम से कम एक बार शास्त्रीय गायन का निरंन्तर लगभग एक सप्ताहतक कार्यक्रम चलता था जिसमें भारत के चोटि के कलाकार भाग लेते थे। आज तो सप्ताह मे एक दिन भी कभी शास्त्रीय कार्यक्रम का प्रसारण हो जाता है। वह भी अधिकांश रिकार्डीग होता है।आज आकाशवाणी एंव दूरदर्शन केंद्रो पर भी कवी संम्मेंलन, मुशायरो आदि का आयोजन होता है। और कविताओं में कैसी प्रस्तुत की जाती है जिनमे न छंद शास्त्र ना पिंगल की छाया होगी। आज की कविताएँ तो ऐसी प्रतित होती है जाने कोई गद्य का पाठ पढ़ रहा हो। वह भी हसने हसाने से संबधित। वास्तव मे देखा जाय तो प्राचीन भागो स्थान आधुनिक कवियों ने ग्रहण कर लिया। आज यदी कही संगीत संम्मेलन का आयोजन होता है तो अधिकांश अब एक ही कलाकार का प्रोग्राम होता है जिसे कहते है आज गुलाम अली अथवा पंकज उधास नाईट मनाई जायेगी। यदी वही भुले से ऐसा संगीत संम्मेलन का आयोजन हो गया जिसमें शास्त्रीय एंव सरल दोनो प्रकार के गायन का कार्यक्रम हो तो शास्त्रीय गायन वाले तो मंच पर बैठने के बाद ही जंहा उन्होने ताने लेना आरंभ किया, तभी श्रोता भी ताने लेने लगते है और तालीया की गडगड़ाहट के साथ ऐसे कलाकार मंच से भागते नजर आते है । उसके बाद यदी कोई गझल गाने वाला आ गया और असने कोई ऐसा प्रकार की गझल प्रस्तुत की जैसे 'रूख से पर्दा उठाया तो ऐसा लगा, चांदनी देखकर तुमको शर्मा गई'। अथवा 'जो चाहता है आग लगा दु नकाब मे' तब तो वाह वाह का झंडा [illegible] और जमकर ऐसे गायक को सुनने के लिये एक और, एक और ऐसे पुकार करने लगेगी। संसार में प्रत्येक वस्तु व्यक्ति अपनी हार्दीक भावनाओं के अनुसार ही पसन्द आती है वह चाहे संगीत हो अथवा कोई वस्तु आज बाजार में कैसेटस् की भरमार है जिसमे अधिकांश स्त्रियों की गजले के होंगे या फिर जोडी के होंगे जैसे जगजित सिंग, चित्रा सिंग। गजलो में यदी पुरूष की अपेक्षा कोई स्त्री कलाकार हो और उस पर नवयुवती हो तथा रूप की लावण्यता भी हो तो सोने पर सुहागा होगा। आज कुछ युवा पिढी में गझल गाने का नया प्रचलन चल रहा है।

गझल मन के भावों को विभिन्न स्वर–संगतियों के माध्यम से प्रस्तुत करने का साधन है। गायन अथवा वादन से संगीतकार जो भाव प्रस्तुत करना चाहता है, उसके अनुसार स्वरो का उपयोग करके अनपे भाव मुखरीत करता है। इसी प्रकार नृत्य में कलाकार अपने भाव प्रदर्शित करने के लिये हाव–भाव एंवम् आंगिक क्रिया का सहारा लेता है।शास्त्रीय गायन का लोकप्रिय हो जाना अभी उतना सम्भव नही है, क्योकी शास्त्रीय गायन में, स्वरो और शब्दो के केवल दो ही साधन होते है। फिल्मी गीतों में संगीत, कला, काव्य, वाद्यो का उपयोग, गीत एंवम् चित्र का वातावरण, अनेंको व्यक्तियों का सहयोग एंवम् गीत की सरल प्रकृति आदी होती है, जो उन्हे लोकप्रिय बनाने में सहयोग देती है। फिल्मों के माध्यम से शास्त्रीय संगीत को लोकप्रिय बनाने का प्रयास, जो कुछ निर्माताओं और संगीत निर्देशको ने किया है, सराहनिय है। फलस्वरूप मालकौश, दरबारी, बागेश्री एंवम् भैरवी आदी राग गझल के माध्यम से लोकप्रिय हुये है।

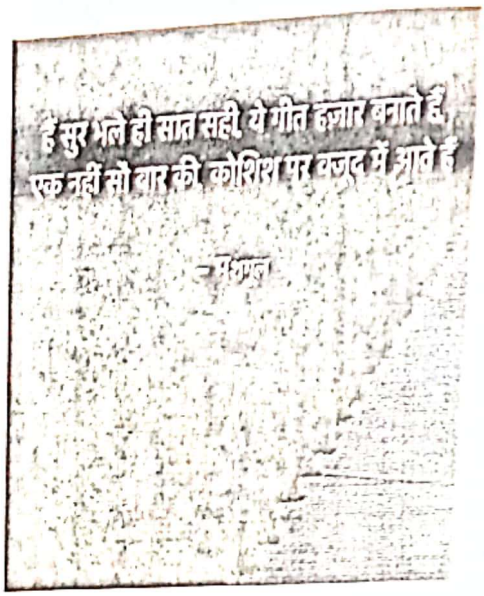
आज कल फिल्म संगीत, भाव संगीत, लोकसंगीत, ठुमरी, गझल, गीत भजन, पश्चिमी तर्जो पर आधारीत गानों का प्रचार बढ रहा है। ये रागप्रधान भी हो सकते है और अन्यथा भी। इनकी लोकप्रियता और लोकमनोरंजन की क्षमता का एक प्रमुख कारण

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CamScanner
Scanned with CamScanner

है, कीसी परिपाटी या परंपरा से चिपके ना रहने का आग्रह। इनमे स्वर–रचना कविता के भावो के आधार पर होती है जब की ख्यालो मे परिपाटी व्दारा चमत्कार प्रदर्शन की प्रवृत्ती बहुत बढ गई है। संगीत का विकास लोकरंजन पर आधारीत है और यही कारण है कि समयानुकूल गीतों की उपदेयता हर समय बनी रहती है।



संदर्भग्रंथ

१. 'मुसलमान और भारतिय संगीत', राजकमल प्रकाशन, दिल्ली
२. संगीत, वसंत, हाथरस
३. गझल संग्रह, रामाश्राय झा, हाथरस



Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Pater
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CamScanner

2019-20

Impact - 6.625 ISSN – 2348-7143

INTERNATIONAL RESEARCH FELLOWS ASSOCIATION'S

RESEARCH JOURNEY

Multidisciplinary International E-Research Journal

Peer Reviewed & Indexed Journal

October-2019 Special Issue – 203

गांधी विचारधारा एवं ग्रामस्वराज्य संकल्पना

अतिथि संपादक :
डॉ. अजयकुमार मोहबंसी
प्राचार्य,
कला एवं वाणिज्य पदवी महाविद्यालय,
पेट्रोलपंप जवाहरनगर,
त. जि. भंडारा

विशेषांक संपादक
डॉ. राजेंद्रप्रसाद पटले
डॉ. आर. आर. चौधरी
डॉ. हरगोविंद टेंभरे
डॉ. सुधाकर थूल
डॉ. अमोल राऊत

मुख्य संपादक
डॉ. धन



Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya.
Bhandara

This Journal is indexed in :
Scientific Journal Impact Factor (SJIF)
Cosmos Impact Factor (CIF)
Global Impact Factor (GIF)
International Impact Factor Services (IIFS)

www.researchjourney.net SWATIDHAN PUBLICATIONS

Scanned with CamScanner

Impact Factor - 6.625 ISSN – 2348-7143

INTERNATIONAL RESEARCH FELLOWS ASSOCIATION'S :

RESEARCH JOURNEY

Multidisciplinary International E-Research Journal

PEER REFREED & INDEXED JOURNAL
October-2019 Special Issue - 203

गांधी विचारधारा एवं ग्रामस्वराज्य संकल्पना

अतिथि संपादक
डॉ. अजयकुमार मोहबंसी
प्राचार्य,
कला एवं वाणिज्य पदवी महाविद्यालय,
पेट्रोलपंप जवाहरनगर,
त. जि. भंडारा

विशेषांक संपादक
डॉ. राजेंद्रप्रसाद पटले डॉ. आर. आर. चौधरी
डॉ. हरगोविंद टेंभरे डॉ. सुधाकर थूल
डॉ. अमोल राऊत

मुख्य संपादक
डॉ. धनराज धनगर

Local Organizing Committee

Dr. S. D. Waghade	Dr. J. V. Kotangale	Dr. A. P. Wanjari
Dr. N. I. Borkar	Dr. R. M. Dohane	Prof. S. R. Gondane
Prof. V. S. Ganvir	Prof. P. S. Deulkar	Prof. P. H. Rahangdale
Dr. R. N. Mankar	Dr. Madhulata Vyas	Ex. Prin. A. S. Ukhadkar

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel Mahila Kala Mahavidyalay Bhandara

यु.जी.सी. अनुदानित आंतरराष्ट्रीय संगोष्टी
"गांधी विचारधारा एवं ग्रामस्वराज्य संकल्पना"
दि. ११-१२ अक्तुंबर २०१९

संयोजक
कला एवं वाणिज्य पदवी महाविद्यालय, पेट्रोलपंप जवाहरनगर, त. जि. भंडारा

SAWAIDHAN INTERNATIONAL PUBLICATIONS
For Details Visit To : www.researchjourney.net

All rights reserved with the authors & publisher

Price : Rs. 800/-

Website : www.researchjourney.net Email : researchjourney2014@gmail.com

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya
Bhandara

Scanned with CamScanner

RESEARCH JOURNEY' International Multidisciplinary E- Research Journal
Impact Factor - (SJIF) - 6.625, (CIF) - 3.452(2015), (GIF)-0.676 (2013)
Special Issue 203 :
गांधी विचारधारा एवं ग्रामस्वराज्य संकल्पना
ISSN : 2348-7143
October-2019
Email : swatidhanrajs@gmail.com Website : www.researchjourney.net Mobile : 9665398258

INDEX

Title of the Paper	Author's Name	Page No.
Understanding the Economics of Mahatma Gandhi's Sarvodaya	Dr. Poorva Bhonde	05
The Gandhi's Thought on Cleanness	Hemlata R. Selokar	09
Educational Thoughts of Mahatma Gandhi and its Relevance in Present Scenario	Dr. (Mrs.) Ujjwala D. Sadaphal	11
Gandhi's View on Panchayat Raj	Dr. Sucheta Parker	15
The Contribution of Mahatma Gandhi with Context to Rural Development	Dr. G. N. Nimbarte	18
Mahatma Gandhi and Sarvodaya	Dr. Ranjana Shringarpure	21
Environmental Thoughts of Mahatma Gandhi	Dr. Jayshree Bhagat	23
Mahatma Gandhi and Enviornment : Green Future	Dr. Sayeda Parveen Qureshi	26
Gandhian Ideology in Raja Rao's Kanthapura	Dr. Anita Wanjari	28
Relevance of Gandhian Solutions for Today	Dr. Hargovind Tembhare	31
The Gandhi Quartet- A Portrayal of Mahatma Gandhi	Dr. Rajendra Pise	33
Mahatma Gandhi and Universal Peace	Prof. Vijay Ganvir	36
Mahatma Gandhi - Father of the Nation	Dr. Chandrashekhar Malviya	39
[illegible] के आर्थिक विचार	प्रा. पौर्णिमा राहांगडाले	41
[illegible] में सत्य, अहिंसा के दर्शन एवं ग्रामीण सुधार	डॉ. रमेश बावनथडे	45
[illegible] एवं सर्वोदय	डॉ. सुरेश खोब्रागडे	48
[illegible] एवं ग्रामीण विकास कि संकल्पना	प्रा. अनिलकुमार गुप्ता	51
[illegible] के आर्थिक विचार	प्रा. एच. पी. पारधी	56
[illegible] शिक्षा एवं गांधी विचार	प्रा. संतोषकुमार परिहार	60
[illegible] में गांधी विचारधारा कि भूमिका	प्रा. सुधाकर माटे	64
[illegible] एवं ग्रामीण जीवन	डॉ. प्रशांत पगाडे	69
[illegible] और महात्मा गांधी	डॉ. अलका दहीकर	72
[illegible], गांधी और राष्ट्रभाषा	डॉ. मनोज पाण्डेय	75
[illegible] गांधी एवं सर्वोदय	डॉ. विनोद बाली	81
[illegible] गांधी और राष्ट्रभाषा	कुंजनलाल लिल्हारे	84
[illegible] एवं गांधी विचार	सुमिता राय	87
[illegible] के आर्थिक विचार	प्रा. सारिका दमाहे	92
[illegible] में गांधीवाद के प्रती यशपाल का दृष्टीकोन	एकादशी जैतवार	96
[illegible] के साथ आर्थिक विकास एवं शिक्षा	प्रा. अर्चना देशमुख	100
[illegible] के आर्थिक विचार	फैसल कुरेशी	103
[illegible] के आर्थिक विचार	प्रा. रोषना जनबंधू	106
[illegible] के राजनीतिक विचार	डॉ. सुशांत चिमणकर	109
[illegible] एवं स्वतंत्रता आंदोलन	डॉ. चुन्निलाल साखरवाडे	115
[illegible] में 'गांधीवाद' : एक अध्ययन	डॉ. मनिष टेंभरे	117

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

'RESEARCH JOURNEY' International Multidisciplinary E- Research Journal
Impact Factor - (SJIF) - 6.625, (CIF) - 3.452(2015), (GIF)-0.676 (2013)
Special Issue 203 :
गांधी विचारधारा एवं ग्रामस्वराज्य संकल्पना
ISSN : [illegible]
October-2019

35	उत्तराधुनिक समय में गांधीजी के विचारों की प्रासंगिकता	डॉ. प्रिया ए.	119
36	महात्मा गांधी के आर्थिक विचार	प्रा. बाबुदास दमाहे	124
37	गांधी आणि महिला सक्षमीकरण	प्रा. राखी तुरस्कर	129
38	महात्मा गांधीजींचे आर्थिक विचार	डॉ. गामा सेलोकर	131
39	गांधीजींचे पर्यावरणविषयक विचार आणि सद्य परिस्थिती	डॉ. क्षमा चव्हाण	135
40	महात्मा गांधींच्या स्वप्नातील ग्रामीण भारत	डॉ. महेंद्र वासेकर	140
41	महात्मा गांधींचे शिक्षणविषयक विचार	डॉ. शेखराम येळेकर	145
42	आदर्श ग्राम : ग्राम स्वराज्याचे गांधीवादी स्वप्न	डॉ. साधना वाघाडे	149
43	महात्मा गांधींचे स्त्री विषयक विचार	डॉ. साधना लांजेवार	154
44	स्वातंत्र्य लढ्यातील मतं गांधीजींचे योगदान	डॉ. विनोद नागदेवते	158
45	[illegible] शिक्षण व गांधी विचार	सुधाकर कांबळे	164
46	महात्मा गांधींच्या जीवनातील कौटुंबिक नैतिक मूल्य व शिक्षणाचे महत्त्व	डॉ. अमित गायधनी	170
47	महात्मा गांधीजींचे पर्यावरण विषयक विचार	प्रा. के. एस. फुलझेले	173
48	महात्मा गांधी एक प्रेरणास्त्रोत, एक विचारधारा	प्रा. मोना येवले	174
49	महात्मा गांधी यांचे सर्वोदयाच्या संकल्पनेतून सामाजिक विचार	प्रा. प्रमोद शेंडे	179
50	महात्मा गांधी यांचे अहिंसा, असहकार, सत्याग्रह याविषयीचे विचार	प्रा.वर्षा मेश्राम	183
51	महात्मा गांधींच्या आर्थिक विचारांची प्रासंगिकता	प्रा. विकास आडे	186
52	महात्मा गांधी : धर्मनिरपेक्षता आणि अहिंसा	डॉ. इंद्रजित ओरके	191
53	गांधीजींचे ग्राम स्वराज्य	डॉ. मीरा फड	195
54	महात्मा गांधी आणि सर्वोदय	डॉ. नलिनी बोरकर	199
55	महात्मा गांधींचा ग्रामविचार	डॉ. प्रवीण कारंजकर	204
56	महात्मा गांधीजींचे आर्थिक विचार	डॉ. प्रीती उमाठे	209
57	गांधीजींचे आणि मराठी साहित्य	डॉ. राकेश कमे	212
58	महात्मा गांधी आणि स्त्रीवाद	डॉ. उज्ज्वला वंजारी	216
59	गांधीजींचे आरोग्य विषयक विचार	डॉ. व्ही. एन. कन्नाके	219
60	[illegible] महात्मा गांधी यांचे स्वातंत्र्याप्रती योगदान	प्रा.आशिष बोरकर	224
61	[illegible] गांधीवाद (इ.स. १८६९ ते इ.स.१९४८)	प्रा. चंद्रशेखर देवघरे	229
62	[illegible] पर्यावरणीय दृष्टी	प्रा. कल्पना निंबार्ते	231
63	[illegible] आणि सर्वोदय	मिश्रीलाल अंबादे	236
64	[illegible] गांधीजींच्या विचारांची समकालीनता	नितीनकुमार बांगर	239
65	[illegible]	प्रा. पूनम भुरे	243
66	[illegible] ग्राम स्वराज्य	प्रा. सौ. सुनीता रंगारी	249
67	[illegible] स्वातंत्र्य	डॉ. जयश्री सातोरकर	253
68	[illegible] गांधींचे विचार	डॉ. ज्योती कवठे	257
69	[illegible] गांधी विचार	डॉ. दत्तात्रय वाटमोडे	262
70	[illegible] विचार	प्रा. दुर्गाप्रसाद चौधरी	267
71	[illegible] महात्मा गांधींचे विचार	प्रा. प्रवीण देऊळकर	269
72	[illegible] अर्थविश्लेषण	डॉ. रिता राऊत	271

[illegible] reviewed papers with experts' committee, and they have checked the [illegible] to stop furtive literature. Except it, the respective authors of the papers

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

'RESEARCH JOURNEY' International Multidisciplinary E- Research Journal
Impact Factor - (SJIF) - 6.625, (CIF) - 3.452(2015), (GIF)-0.676 (2013)
Special Issue 203 :
गांधी विचारधारा एवं ग्रामस्वराज्य संकल्पना
ISSN : 2348-7143
October-2019

महात्मा गांधी यांचे अहिंसा, असहकार, सत्याग्रह याविषयीचे विचार

प्रा. वर्षा एम. मेश्राम
ग्रंथपाल
श्रीमती आर. एम. पटेल कॉलेज भंडारा.
Mob. No. 8862011984

[illegible] दडपल्या गेलेल्या भारतीयांना निर्भय बनवून त्यांच्यातील नैतीक शक्ती व [illegible] जागृत करून ब्रिटीश अधिसत्तेविरूद्धच्या लढयाकरीता त्यांना कटिबद्ध करणारे, [illegible] लढयाचे नेतृत्व यशस्वीपणे करून राष्ट्राला स्वातंत्र्य मिळवून देणारे व म्हणून [illegible] मानले गेलेले, केवळ भारतालाच नव्हे तर हिंसाचार, विध्वंस व विनाश यांमुळे [illegible] जगाला सत्य, अहिंसा व शांती यांचा मौलिक संदेश देउन मानवी कल्याणाचा मार्ग [illegible] राजकीय संत म्हणून भारताच्या इतिहासात महात्मा गांधीचे नाव अजरामर झाले

[illegible] काठियावाडातील पोरबंदर या गावी 2 आक्टोंबर 1869 रोजी मोहनदास गांधीचा जन्म [illegible] महत्वाच्या जडणघडणीत त्यांच्या पित्याबरोबर त्यांच्या मातेचा प्रभावाचाही फार

[illegible] आरो कोणतेच तत्वज्ञान नाही असे खुद्द गांधी म्हणत असले तरी अहिंसा, [illegible] त्याच्या राजकीय तत्वज्ञानांची निश्चित व मूलभूत अशी वैशिष्टये आहेत.
सत्याग्रह हे गांधीजींचे तत्वज्ञान आहे.
[illegible] महत्व अनेकांनी जाणले होते. आणि पुष्कळांना पटले होते. उमटलेल्या [illegible] भावाने डोके टेकविणारे खेडूत जसे त्यात होते तसेच सत्तेची सिंहासने

[illegible] न करणे, "Ahimsa include the whole creation and not only [illegible] आहे. पण अहिंसा हा शब्द गांधीजी एवढया अर्थाने वापरीत नसत. [illegible] वेगळया अर्थाने हा शब्द योजीत. परपिडेला किंवा शोषण, दडपण, अपमान

[illegible] गांधीजी हिंसेतच घालीत. 1942 चे आंदोलन त्यांनीच सुरू केले होते. [illegible] जो विध्वंस झाला तो त्यांना मुळीच मान्य नव्हता.
[illegible] वर्ज्य नि ताज्य होता. शिकारी कुत्राच्या तावडीतून पळू पाहणारा [illegible] अहिंसक नव्हता. तो, [illegible] झालेला असतो नि जिवासाठी [illegible] प्रयत्नात तो नकळत कुत्राची शिकाराची भूक वाढवून हिंसा [illegible] पण हिंसेपेक्षा अहिंसा शतपटीने श्रेष्ठ आहे अशी त्यांची दृढ [illegible] अहिंसेशी विसंगत होता तसेच व्देष [illegible] विसंगत होता. ते म्हणत [illegible]

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.
Officiating Principal
Scanned with CamScanner

'RESEARCH JOURNEY' International Multidisciplinary E- Research Journal
Impact Factor - (SJIF) - 6.625, (CIF) - 3.452(2015), (GIF)-0.676 (2013)
Special Issue 203 :
गांधी विचारधारा एवं ग्रामस्वराज्य संकल्पना
ISSN : [illegible]
October-2019

प्रेम हे अहिंसेचे खरे स्वरूप :–

व्देष नव्हे, तर प्रेम त्यांच्या अहिंसेचे खरे स्वरूप होते. 'Love' या शब्दाला इतर काही अर्थ [illegible] आहे. म्हणून ते तो शब्द सहसा टाळीत, पण त्यांना अहिंसा या नकारात्मक शब्दापेक्षा 'प्रेम' [illegible] शब्द केव्हा केव्हा बरा वाटे. त्यांच्या दृष्टीने परकीय राज्याकर्त्यावरील प्रेम राष्ट्रीय [illegible] पूर्ण सुसंगत होते.

[illegible] अभिमान परकीय राज्यकर्त्यांच्या व्देषावरच आधारला जातो. किवा तो परकीय राज्यकर्त्यांच्या [illegible] सुसंगत असु शकत नाही हे त्यांना अगदी अमान्य होत.

[illegible] आणि प्राणिहत्या

[illegible] अहिंसेला प्राणिहत्या न करण्यापासून प्रारंभ झाला. पण तिथे ती थांबली नाही. ती [illegible] प्राणिहत्या न करण्याच्या विरूद्धही गेली. 1935 साली बोरसदला प्लेग झाला, तेव्हा उंदिर नि [illegible] मारण्याला त्यांनी हरकत घेतली नाही. जेव्हा मानवाच्या जीवनासाठी मानवतेवर जीवनाच्या [illegible] पर्याय उरत नाही, तेव्हा ते मानवतेवर जीवनाची हत्या नाइलाजाने पत्करतात.

[illegible] अर्थ वेगळा का?

[illegible] परंपरागत अर्थ त्यांनी पुष्कळशा बदलुन घेतला त्याचे मूळ कारण त्यांना ते सत्याशी [illegible] त्यातून स्वतःचे सलग जीवनविषयक तत्वज्ञान बनवावे लागते, हे असावे. त्यांचे 'सत्य' [illegible] उन्नत, उत्तम, उच्च असे जेजे असेल ते ते होते.वस्तुचे जे उच्चतम रूप ते सत्य, [illegible] त्या सत्याचा निर्णय ते अंतरात्म्याला कौल लावून मिळवत असत. हिंसा त्यांना [illegible] होती आणि त्यांना असे आढळले होते, की ब–याचशा गोष्टीने हिंसेनेच हीण किंवा [illegible] होते.

[illegible] शुध्दता साधनाला अंगभूत असते, असे मानलेले दिसते. अहिंसा त्यांना स्वरूपतः शुध्द [illegible] अहिंसा हे साधन त्यांनी सार्वत्रीक निर्धोक मानले पण अहिंसेच्या परंपरागत अर्थाने सर्व [illegible] नाही. असा अनुभव त्यांना आला असावा उदा त्यांना स्वातंत्र्य हवे होते, शोषणमुक्ती हवी [illegible] हवी होती. पण ती परंपरागत अहिंसेत आपोआप येत नव्हती. मग त्यांनी अहिंसेचा अर्थ [illegible] केला आणि तो सत्याच्या अर्थाशी एकरूप करून टाकला

[illegible]

[illegible] आग्रह म्हणजे सत्याग्रह जे जे म्हणून वाईट आहे. अनिष्ट आहे, अन्याय आहे [illegible] प्रेम, आत्मक्लेष, आत्मशुद्धी या मार्गाने प्रतिस्पर्धा यातील दैवी अंशाला आवाहन करून [illegible] म्हणजे सत्याग्रह. गांधी त्याला प्रेमाचे सामर्थ्य किंवा आत्मशक्ती म्हणत. बळाचा [illegible] अन्यायाविरूद्ध लढण्याचे शुरांनी वापरण्याचे ते सर्वात बलशाली शस्त्र आहे. सत्य हे [illegible] अहिंसा हे साधन आहे. दृष्टतेचा प्रतिकार करताना जुलमी सत्तेचे हृदयपरीवर्तन प्रेमाने [illegible] सत्याग्रही करतो.

[illegible] कोणत्याही प्रकारचा असो. त्याचे निराकरण सत्याग्रहाच्या मार्गाने होऊ शकते असा [illegible] अन्यायाविरूद्ध लढा देतांना सत्याग्रही प्रतिस्पर्ध्यावर कधीही आघात करीत [illegible] कोणत्याही प्रकारे [illegible] करीत नाही. तर तर्काव्दारे त्याच्या सद्सद्विवेक बुध्दीला [illegible] घेऊन त्याच्या अतःकरणातील न्यायबुध्दीला तो आवाहन करतो. प्रतिस्पर्ध्याकडून [illegible] आघात सोसण्याची त्याची तयारी असते. त्या त्याच्या त्यागामुळे विवेकबुध्दी [illegible] त्याला कळते आणि त्यामुळे त्याचे सहृदय परिवर्तन होण्यास मदत होते

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

[illegible] असीम धैर्य व चिकाटी असावी लागते. सत्याचा मार्गच तो चोखाळतो त्याच्या अंगी [illegible] बळ असते की तसे करतांना सर्व प्रकारच्या हाल अपेष्टांना शारीरिक व मानसिक [illegible] मरणालाही तो शांत चित्ताने तोंड देतो. गांधीजींच्या दृष्टीने उपोषण, प्रसंगी आमरण [illegible] शस्त्रगारातील अत्यंत प्रभावी शस्त्र त्याने आत्मशुध्दी होते. प्रार्थनेला सामर्थ्य [illegible] आणि आवश्यक ती शिस्त, त्यागवृत्ती, विनम्रवृत्ती, विनम्रता, दृढ निर्धार व इच्छाशक्ती [illegible] म्हणत. प्रतिस्पर्ध्यावर दबाव आणण्याच्या हेतुने उपोषणाचे शस्त्र वापरावे हे गांधीना [illegible]

[illegible]

[illegible] काळातील असहकाराचा सर्वात लक्षणीय अविष्कार म्हणजे 1920–21 सालची [illegible] चळवळ, जुलमी परसत्तेविरूध्द हरताळ पाळणे, राज्यकर्त्यांनी दिलेल्या पदंव्या पदे [illegible] त्याग करणे; स्थानिक संस्थातुन नेमणुका झाल्या असल्यास त्या पदांचा राजीनामा देणे [illegible] सरकारी कामकाज ठप्प करण्याचा प्रयत्न करणे दरबार किंवा अन्यसरकारी [illegible] न राहणे, सरकारी तसेच सरकार नियंत्रीत व सरकारी अनुदान प्राप्त शाळा व [illegible] मुलांना काढून घेऊन त्यांच्याकरीता राष्ट्रीय शाळा व महाविद्यालये प्रस्थापित करणे. [illegible] जनतेने व वकीलांनी बहिष्कार पाळणे, घालणे आणि तंटयांच्या निराकरणाकरीता [illegible] न्यायालये प्रस्थापित करणे. कारकून, सैनिक, मजुर, शिक्षक म्हणून सरकारी सेवेत [illegible] कायदेमंडळाकरीता व्हावायच्या निवडणुकीत उमेदवार किंवा मतदार म्हणूनही भाग न [illegible] वस्तूवर बहिष्कार घालणे, असा असहकार चळवळीचा कार्यक्रम 10 मार्च 1920 रोजी [illegible] आलेल्या निवेदनात गांधींच्या नेतृत्वाखाली कॉंग्रेसने केला होता. 1921 ची असहकार [illegible] फार मोठया प्रमाणावर भारतात घडून आलेल्या जगजागृतीचा अविष्कार होता. देशाला [illegible] आपली अस्मिता गवसली.

[illegible] जुलमी व दडपशाहीच्या कायद्यांना सविनय कायदेभंग म्हणजे सत्याग्रहाच्या [illegible] कार्यक्रमाची पुढील पायरी आहे

[illegible]

[illegible] संपूर्ण जग वाढत्या हिंसाचाराने व तिस–या महायुध्दाच्या आशंकेने भयग्रस्त झालेले आहे [illegible] मानवजातीचा विनाश करण्याचे सैतानी सामर्थ्य असलेल्या महाभयंकर अणवस्त्राचे [illegible] म्हणविणा–या राष्ट्राजवळ आहे.

[illegible] गांधीजीचे तत्वज्ञान, सत्य, अहिंसा, असहकार संपूर्ण जगाला शांतीचा संदेश [illegible] नेतृत्वामुळे जनतेच्या मनःपटलावर शतकानुशतके साचलेली मरगळ दुर झाली [illegible] लोकांसमोर आदर्श आहेत. भारतात लोकशाही, शिस्त, सहिष्णुता राहावी या करीता [illegible] अहिंसा यांचा अवलंब करून खरी लोकशाही निर्माण केली.

[illegible]

1. [illegible] द. न. गांधीजी मानव नि महामानव, मोज प्रकाशन गृह प्र. 145–148; 1996 मुंबई
2. [illegible] कोठेकर, आधुनिक भारताचा इतिहास 1920– 1947 श्री. साईनाथ प्रकाशन नागपूर
3. [illegible] नि. सी. आधुनिक भारत 1760– 1950, पिंपळापुरे पब्लिशर्स नागपूर
4. [illegible] य. दि. विसाव्या शतकातील महाराष्ट्र, श्रीविद्या प्रकाशन मुंबई

Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

ISSN 2278 - 5256

अनुक्रम

१)	कला में सृजनशीलता	– डॉ. वंदना सुशालानी नागपुर	१
२)	सम्पादकीय....	– डॉ. मोनाली मसीह नागपुर	२
३)	उत्तराखण्ड की जागर गायिका श्रीमती बसंती देवी बिट	– प्रा. अनिता शर्मा नागपुर	३–५
४)	आधुनिक तकनीक एवं संगीत शिक्षा	– प्रा. वर्षा आगरकर नागपुर	६–७
५)	बंदिश रचना तथा सुगम गीत रचना: एक विवेचन	– प्रा. गिरीश चंद्रिकापुरे नागपुर	८–१०
६)	संगीत में भाषा का महत्व	– प्रो. नवीन खांडेकर नागपुर	११–१२
७)	"आज से पहले संगीत क्या था? मेरी दृष्टि मे	– डॉ. शिप्रा सरकार नागपुर	१३–१४
८)	Sangeet Galaxy Journal: An Initiative to Online Publication	– Dr. Amit Verma Nagpur	१५–१६
९)	वैश्वीकरण में संगीत की भूमिका	– डॉ. प्रमोद रेवतकर चंद्रपुर	१७–१९
१०)	दैनंदिन संगीत – लोकसंगीत की छटा	– डॉ. श्वेता दी. वेगड भंडारा	२०–२६
११)	दृक संवाद आणि दृक विचारप्रसारणचा आशय आकलन करणारी दृकभाषा–एक अभ्यास	– डॉ. गोहिते नागपुर	२७–३४
१२)	संगीत एक प्रयोगात्मक कला	– डॉ. वैखरीगंगेश वझलवार नागपुर	३५–३७
13)	सूफी मत एवं संगीत : उद्भव और विकास	– डॉ. सुनील कुमार तिवारी भागलपुर	३८–४४
14)	इंग्लीश विंग्लींश : एक अध्ययन	– प्रा.संयुक्ता थोरात नागपुर	४५–४७
१५)	गोधुली बेला	– डॉ. साधना शिलेदार नागपुर	४८–५१
१६)	शुक्र है गी	– प्रो. जे. के. मसीह कटोल	५२
१७)	मध्य प्रदेश की वादन परम्परा में मैहर, सेनिया अ	– दिपक कुमार मित्तल और नीरा शर्मा, ग्वालियर	५३–६१

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

दैनंदिन संगीत – लोकसंगीत की छटा

प्रा. डॉ. श्वेता दी. वेगड
संगीत विभाग,
श्रीमती रेवाबेन मनोहरभाई पटेल
महिला महाविद्यालय,
भंडारा, महाराष्ट्र.
ashwetavegad@gmail.com



परिचय : ब्रम्हांड में सृष्टि की उत्पत्ति के साथ ही ध्वनि की उत्पत्ति हुई।वहीध्वनि मानव विकास के साथ विचारों के आदान–प्रदान, भावनाओं की अभिव्यक्ति आदि के लिये प्रयुक्त होने लगी, यही भाषा का उद्गम कहा जा सकता है। मानवीय मनोभावों जैसे रति, ह्रास, शोक, क्रोध, उत्साह, भय, जुगुप्सा, विस्मय, भक्ति आदि रसों की चरम अभिव्यक्ति संगीतमय नाद के रूप में अधिक प्रभावशाली एवं आकर्षक रूप से व्यक्त होती है, जिसमें स्वरमाधुर्य, भाव भंगिमा आदि का समावेश मनुष्य की अभिव्यक्ति का सशक्त माध्यम रहा और यही संगीत की उत्पत्ति का कारण रहा होगा।

संगीत वह सुखद ध्वनि है जो हमें सद्भाव और आनंद का अनुभव करने के लिए प्रेरित करती है।मानवीय भावनाओं एवं संवेदनाओं को स्वरों द्वारा अभिव्यक्त करने की अविरल धारा ही संगीत है। संगीत मानव मन के अभिव्यंजना मधुरता से भर देता है। भाव और अंत:करण का संबंध अपूर्व है। भावपूर्ण रचना सहज ही मन को आकर्षित कर लेती है। वही प्रभाव संगीत में भी स्पष्ट रूप से था। उस समय के संगीत में स्वाभाविकता अधिक थी, अलंकारिता कम। इसलिए संगीत जब भावप्रधान होता है तो शास्त्रीय संगीत का किंचित मात्र भी ज्ञान न रखने वाला साधारण व्यक्ति भी रस विभोर हो उठता है। राग और स्वर का प्रभाव व्यक्ति पर बिना किसी जाति, संस्कार, धर्म, और देशभेद के पड़ा करता है। क्योंकि संगीत एक ऐसा माध्यम है, जो सभी प्रकार के विभेदों से मुक्त है और यही अभेद तत्व भारतीय संगीत की आत्मा है। चूंकि सभ्यता, संस्कृति और संगीत तीनों एक/दुसरे के अभिन्न अंग है। Martin Lutheru अपने विचार कुछ इन शब्दों में व्यक्त किए हैं, Next to the word of God' the noble art of music is the greatest treasure in the world.' किसी भी कला का मुख्य उद्देश्य सौंदर्य निर्मिति होती है। सौंदर्य की आकांक्षा या उसके प्रति आसक्ति, यह मानव की प्रकृति है। मानव स्वयंमेव ही प्रकृति एवं नाद की ओर खिंचा चला जाता है, जिसका मुख्य कारण है मानव की जन्मजात सौंदर्यदृष्टि। मानव का सौंदर्य के लिए यह आकर्षण ही कला की निर्मिति तथा विकास के लिए प्रेरणास्त्रोत साबित होता है। कला वह विधा है जो एक हृदय से निकलकर दूसरे में प्रवेश कर जाती है। Art is Impression and Expression on one side and Representation and Communication on the other side. अर्थात् कला एक ओर प्रभाव और अभिव्यक्ति का साधन है तथा दुसरी ओर प्रतिनिधित्व और संचार का एक सशक्त माध्यम है। प्रकृति द्वारा प्रदत्त कला यह प्राकृतिक कला है जो आदि काल से चली आ रही है, जिसमें लिए विशेष शिक्षा, मार्गदर्शन, अभ्यास आदि विशेष महत्व नही रखते। इसकी सहजता तथा सरलता से जनजन में सहज ही दिखलाई पड़ती है। सरल भाषा में हम इसे लोक कला की उपमा दी जा सकती है।

प्रकृति से संबंध : प्रारंभ से ही मानव का प्रकृति के साथ घनिष्ठ संबंध रहने के कारण उसकी हर क्रिया प्राकृतिक थी, इसलिए अपनी अनुभूतियों में वह प्रत्येक परिस्थिति में प्रकृति को ही देखा करता था। प्राकृतिक नियम के अनुसार प्रत्येक प्राणी अपनी अनुभूतियों को किसी न किसी रूप में सदा से अभिव्यक्त करता आया है। लोकसंगीत जीवन के प्रारंभ से लेकर अंत

Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

तक प्रत्येक कार्यकलाप में विश्व के हर एक स्थान पर मानव से संलग्न रहा है। इसके द्वारा मानव अपने दैनंदिन कार्यकलापों के दरमियान इतना अधिक मग्न हो जाता है कि सारी कठिनाइयों को परे कर अपनी सफलता के परम लक्ष्य में आनंदपूर्वक अजाने में ही अग्रसर होता जाता है। जीवन और संगीत के नैसर्गिक संबंध का वास्तविक परिचय हमें लोकसंगीत द्वारा मिलता है। वैदिक ऋचाओं की तरह लोकसंगीत भी अत्यंत प्राचीन एवं मानवीय संवेदनाओं के सहजतम उद्गार है। ये लिखित रूप में न होकर जीवनशैली का वर्णन करता पलता बढ़ता रहा है।

लोकसंगीत का परिचय :लोकसंगीत जो कि संगीत की उत्पत्ति का प्रेरणास्त्रोत रहा है यह विश्वव्यापी, विविधधर्मी, विशाल तथा सभी के लिए सहज उपलब्ध होने के कारण उसकी व्याख्या करना 'सूर्य को दीपक दिखाने' के समान होगी। प्रकृति के सानिध्य में जन्मा–पनपा यह प्रकार विश्व के महासंगीत का एक प्रारंभिक स्वरूप है। इसके निर्मिती के लिए अनेक भौगोलिक सीमा, ऐतिहासिक पार्श्वभूमि, साहित्यिक परंपरा, सांस्कृतिक विशेषता, लोकव्यवहार, रीति परंपरा आदि कारक रहे हैं। यह एक ऐसा लोकसाहित्य है जो कि सामान्य लोगों के जीवन से उपजा, उन्हीं के गलों में खेला, खिला, रमा, वंश परंपरा के साथ बढ़ता हुआ उन्हीं के जीवन से एकरूप हो गया। लोकसंगीत भिन्न भिन्न देशों की संस्कृति, प्राचीन रूढ़ी परंपरा, आचारविचार, धार्मिक कल्पना, समाजरचना, दैनंदिन जीवन की हलचलआदि के विषय में जानकारी प्रदान करता है। अत्यंत सरल धुन तथा सरल ताल यह लोकसंगीत की विशेषता है। इसकी शब्दरचना ग्रामीण होते हुए भी गीत का आशय तथा भावनाओं के कारण वह लुभावनी तथा आकर्षक बन पड़ती है। ग्रामीणों ने इन गीतों के स्वरों व शब्दों में मानों अपनी संपूर्ण संवेदनाओं और अनुभूतियों को निष्कपट, सरल और स्वाभाविक ढंग से रख दिया हो।

कुछ विद्वानों के मतानुसार प्रथमत: यज्ञसंगीत, जातिसंगीत, लोकसंगीत तदुपरांत रागसंगीत ऐसा संगीतप्रवाह माना जाता है। लोगों द्वारा लोगों के लिए लोकभाषा के आधार पर किया गया काव्य या गीत अर्थात् लोकसंगीत ऐसी परिभाषा सामान्यत: लोकसंगीत का अर्थ स्पष्ट कर जाती है। भारत की विभिन्न जनजातियाँ जैसे वारली, कातकरी, गौंड आदि संगीत से प्रभावित रही है जोकि उनकी सरल प्रकृति की निश्चल छबी की ओर इंगित करती है। प्रकृति से एकरूप हुए लोगों को, प्रकृति द्वारा उदारता के साथ प्रदान किया हुआ प्रेरणा से ओतप्रोत, भावनाओं से परिपूर्ण ऐसे शब्दसुरों का नजराना अर्थात् लोकसंगीत। जोकि शब्द–सुरों को साथ लेकर हृदय के स्पंदनों को प्रभावित करता है। सरलतापूर्वक भावों को व्यक्त किया जाना लोकभाषा की खासियत होने के कारण अक्सर लोकधुनों की रचना लोकभाषा में होती रही है। इस संगीत में शब्दों का आडंबर नही होता, ना ही स्वरों की स्पर्धा होती है केवल सीधे साधे मन की अभिव्यक्ति, किसी दैनंदिन जीवन में घटनेवाले प्रसंगों पर प्रतिक्रिया या वर्णन होता है। उसमें मन की हलचल, भिन्न ऋतुओं का वर्णन, समुद्र से अथांग प्रेम की कृतज्ञता के साथ की गई स्तुति, मानवीय रिश्तों के विषय में भाष्य, आदि विषयों का समवेश होता है। मानव की समूह में रहने की, अपनी अभिव्यक्ति व्यक्त करने की, जीवन में लयबद्धता कायम रखने की सदैव प्रसन्न रहने के लिए प्रयत्नशील रहने की, अपने संवेदनाओं को किसी न किसी माध्यम से व्यक्त करने की सरल एवं सक्षम प्रक्रिया प्रमुख रूप से होती है। भारत यह अनेक भाषा, परंपराओं से सजा हुआ होने के कारण भारत के लोक संगीत भी विविधता तथा समृद्धता से परिपूर्ण है।

लोकसंगीत सरल है, सुग्राह्य है, अकृत्रिम है, स्वाभाविक है और स्वत: साध्य भी है। सरलता में ही सौंदर्य की अनुभूति लोकसंगीत के लिए पूर्णत: सत्य प्रतीत होती है। लोकसंगीत का गायन यह पूर्णत: स्वान्त: सुखाय होता है। उसके गायन में किसी बाह्याडंबर की आवश्यकता नहीं होती। अब से कुछ ही वर्षोंपूर्व का अवलोकन करने पर हम पाते है कि जीवन के प्रत्येक कार्यकलापों का संबंध हमारे दैनंदिन जीवन से

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

पूर्णतः व्याप्त था। चूंकि उस समय अत्याधुनिक उपकरण नहीं थे, सुबह का प्रारंभ गांव वह गृहणी का आंगन या कमरो की सफाई हो या आँगन में पानी छींटना हो, चक्की में आटा पीसना हो या कुएं पर पानी भरने जाना हो, पनघट से पानी भर कर लाना हो, खेतों खलिहानों में काम करने जा रहे हों, या काम कर रहें हो, हर पल हर घड़ी हर कार्य में कोई न कोई लोकगीत अपनी छटा बिखेरते मिल ही जाता था, कार्य करते समय जो भी आवाजें होती थी। ग्रामीण महिला के कोकिल कंठ स्वर के साथ मिलकर संगीत का रूप धारण का लेती है। यहां तक की हमारे किसान काम पर या घर की ओर जा रहे हों या मांझी नाव चला रहे हों लोकसंगीत से अछुते नहीं होते थे।ढेकला चलानेवाले पानी की सरसराहट और छप छप की ताल पर ही गा उठता है, गाड़ी हाँकने वाला व्यक्ति बैलों के घंटियों और खुरों की आवाज के साथ ही अपना स्वर मिला लेता है। धोबी कपड़े को फटफट से और बर्तन माँजनेवाली स्त्री बर्तन की खनखनाहट को ही अपने गीत का माध्यम बना लेती है। लोकगीत की स्वररचना भी बहुत सरल और स्वभाविक होती है एवं स्वर तथा शब्दों से पूर्ण मेल खाते हैं। लोकगीतों में जो भी स्वर प्रयोग मिलते हैं वे अपनी सरलता और स्वभाविकता के कारण हदय को बरबस अपनी ओर खींच लेते हैं। गायकसंगीत में इतना तन्मय होता है जिसमें वह स्वयंमेव ही कभी कभी बहुत सुंदर खटकों और लयों का प्रयोग कर जाता है, लोकसंगीत में समस्त नौं रसों का सुंदर और हृदयाकर्षक चित्रण मिलता है।

मानव यह समाजाभिमुख होने के कारण त्योहारों में उत्पन्न भावनाओं का अभिव्यक्ति वह साधारण बोलचाल के शब्दों में उत्स्फुर्त रूप में गीतों के माध्यम से करता है।लोकगीत प्रकृति के उद्गार है। संगीतमयी प्रकृति जब गुनगुना उठती है लोकगीतों का स्फुरण हो उठना स्वाभाविक ही है। विभिन्न ऋतुओं के सहजतम प्रभाव से अनुप्राणित ये लोकगीत प्रकृति रस में लीन हो उठते हैं। बारह मासा, छैमासा तथा चौमास गीत संस्कृति को रेखांकित करने वाले सिद्ध होते है। पावसी संवेदनाओं ने तो इन गीतों में जादुई प्रभाव भर दिया है। पावस ऋतु में गाए जाने वाले कजरी, झुला, हिंडोला, आल्हा आदि इसके प्रमाण है।साहित्य की छंदबद्धता एवं अलंकारों से मुक्त रहकर ये मानवीय संवेदनाओं के संवाहक के रूप में माधुर्य प्रवाहित कर हमें तन्मयता के लोक में पहुंचा देता है। लोकगीतों के विषय, सामान्य मानव से सहज जुड़े हुए है। इन गीतों में प्राकृतिक सौंदर्य, सुख दुःख और विभिन्न संस्कारों और जन्म मृत्यु आदि प्रसंगों को बड़े ही मार्मिक तथा हृदयस्पर्शी ढंग से प्रस्तुत किया गया है।

हमारे तीज त्योहारों का प्रारंभ लोकगीतों से तो समापन भी उन्हीं से होता था। जीवन का कोई प्रसंग इससे अछुता नहीं। शादी ब्याह हो या होली दिवाली, या ऋतु आगमन हो दरअसल संगीतमयी वातावरण के कारण समय एवं श्रम दोनों ही हम पर हावी नहीं हो पाते थे तथा प्रसन्न वातावरण में कार्य सिद्धी हो जाती थी। एकांत से मुक्त हो जाते थे। मन से भी आत्मिक संतोष से परिपूर्ण होने के कारण खुश रहते थे। सामूहिकता को बल प्राप्त होता था। शायद तनावमुक्त जीवन का यही राज था।चूंकि ८० प्रतिशत व्याधियाँ यह मनोशारीरिक कारणों से होती हैइसीलिए उस समय लोग मानसिक तथा शारिरीक रूप से स्वस्थ रहते थे। आज की परिस्थिति उस समय से बिलकुल विपरीत है।

लोकसंगीत यह समूहों का समूहों द्वारा, समूहों के लिए गाया जाने वाला ऐसा संगीत है। इस व्याख्या में समुह यह शब्द अति महत्वपूर्ण है। शास्त्रीय संगीत की तरह यह व्यक्तिगत नहीं होता। सामूहिक सुखदुख, जयपराजय, साहस, प्रकृति, ऋतु परिवर्तन, फसल, मंत्रतंत्र, जादुटोना, त्योहारों का आनंद, नाचगाना, भगवंत प्रार्थना, भजन इत्यादि विषय लोकसंगीत के अंतर्गत आते है। यह सभी भावनाएं लोकगीतों के माध्यम से आज तक जीवंत रूप में है। पं. ओमकारनाथ ठाकुर के अनुसार 'लोकसंगीत के माध्यम से समस्त विश्व में मानवता, आत्मीयता और एकता की स्थापना की जा सकती है। 'पानी का खुद का कोई रंग नहीं होता जैसा रंग मिलाया जाएगा वैसा वह हो जाएगा।' उसी प्रकार

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben [illegible] Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

लोकगीत भी अनेक रंगों से परिपूर्ण होता है। एक ही धुन पर निबद्ध कई गीत या कई धुनों में बंधा एक गीत, सहज सरल प्रस्तुति, स्फूर्ति से परिपूर्ण ऐसे गीत गाना लोकगीत की विशेषता होती है।

लोकसंगीत के प्रकार : लोकसंगीतसे साम्यता रखनेवाला गीत प्रकार नगर संगीत और लौकिक संगीत है। नगर संगीत के विकास के साथसाथ लोकसंगीत में भी अनेक परिवर्तन हुए। इसीसे लोकाभिमुख संगीत की निर्मिती हुई, उदा. भजन, प्रासंगिक गीत आदि इस तरह लोकसंगीत से दृढ़ संबंधजोड़ने वाला आदि संगीत तथा नगर संगीत है।

जातीय गीत : समाज के विभिन्न क्षेत्रों की विविध जातियाँ मनोनुकूल अपने ही गीत गाती है जिन्हें जातीय गीत कहते है। श्रोतागण उन्हें सुनकर अनुमान लगा लेते हैं कि गायक–गायिका किस जाति विशेष से संबंधित है।

गाथागीत/ लोकगीत : विभिन्न क्षेत्रों में प्रचलित विविध लोकगाथाओं पर आधारित इन गाथागीतों में मुख्यत: निम्न प्रकार आते हैं।

संस्कार गीत : बालक बालिकाओं के जन्मोत्सव, मुण्डन, पूजन, जनेऊ, विवाह, आदि अवसरों पर गाए जाने वाले संस्कार गीत है सोहर, खेलौनो, कोहबर, समुझ बनी, आदि।

पर्व गीत: राज्य में विशेष पर्वों एवं त्योहारों पर गाये जाने वाले मांगलिक गीतों को पर्वगीत कहा जाता है। होली, दिपावली, छठ, तीज, जिउतिया, बहुरा, पीडिया, गोधन रामनवमी, जन्माष्टमी तथा अन्य शुभ अवसरों पर गाये जाने वाले गीतों में प्रमुखत: शब्द, लय व गीतों में भारी समानता होती है।

पेशागीत: राज्य में विभिन्न पेशों के लोग अपना कार्य करते समय जो गीत गाते हैं, उन्हें पेशा गीत कहते हैं। उदाहरणार्थ गेहुँ पीसते समय जाँत–पिसाई, छत की ढलाई करते समय, थपाई तथा छप्पर छाते समय छवाई और इनके साथ ही विभिन्न व्यावसायिक कार्य करते समय सोहनी, रोपनी, आदि गीत गाते हुए कार्य करने का प्रचलन है।

विभिन्न प्रदेशों में लोकसंगीत के स्वरूप :– विशिष्ट संस्कृति से संबंधित वातावरण के कारण प्रत्येक प्रदेश में भिन्नता दिखाई पड़ती है तथा भारत में कई तरह के लोकगीत प्राप्त होने का यही एकमात्र कारण है। रविंद्रनाथ टैगोर के अनुसार 'संस्कृति का मुखर संदेश ले जाने वाली कला है लोकसंगीत।' लोकगीतों में विशिष्ट प्रदेशों के, प्रांतों की संस्कृति की छवी दिखाई पड़ती है। वहाँ के लोगों की बोलचाल, उनका व्यवहार, उनकी मानसिकता, उनका सर्वसाधारण व्यवसाय, उनकी आय, उनके आचार–विचार के विषय में सहज ही अंदाज वहीं के लोकगीतों से लगाया जा सकता है। लोकगीत यह भावनाओं को व्यक्त करने की प्रचंड उर्मी, इच्छा से निर्माण होता है। यह लोकगीत संपूर्ण समाज का प्रतिनिधित्व करते हैं। लोकगीत यह युगों से चले आ रहे संस्कृति के परिचारक होते हैं। हृदय के वह साक्षात भाव शब्द–सूरों के माध्यम से हमारे सामने सगुणता लिए उपस्थित होता है तथा हमें भी उसमें समाहित करने की शक्ति रखता है। आत्मिक सौंदर्य को प्रदीप्त कर कार्य करने की प्रेरणा केवल लोकगीत ही दे सकते हैं। लोकगीत यह जीवन के सभी अंगों को स्पर्श करने वाला होता है। किसी भी वर्ग विशेष के सांस्कृतिक इतिहास का ज्ञान उसकी प्रथाओं, लोकविधाओं और गीतों का संकलित कर सहज ही लगाया जा सकता है। अपरिवर्तनीय रूप से जनसमुदाय के पास यह अमूर्त संस्कृति महान संपदा है, जिसकी झलक उनके त्योहारों और उत्सवों पर पाई जा सकती है। विश्व का कोई भी देश इसका अपवाद नहीं है।

एक प्रसिद्ध लोकोक्ति के अनुसार 'कोस कोस पे पानी बदले, चार कोस पे वाणी'। तात्पर्य यह है कि हर दो मील के अंतराल पर पानी का स्वाद परिवर्तित हो जाता है तथा आठ मील पर भाषा में परिवर्तन पाया जाता है। जिस प्रकार यह कहावत भाषा की भिन्नता दर्शाती है उसी प्रकार हमारे भारत में भी प्रदेशों के हिसाब से संस्कृति पर आधारित लोकगीतों में विभिन्नता दिखाई पड़ती है। भारत विशाल देश होने के

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

नाते विभिन्न बहुमूल्य लोक गीतों से भरा पड़ा है, ये गीत इस विशाल क्षेत्र पर बसे विभिन्न संप्रदायों की संस्कृति को प्रदर्शित करते है। भारतीय लोकगीत पौराणिक और परंपरागत कथाओं से गुंथे हुए है जिस कारण इनकी मान्यता सर्वव्यापक है। पीढ़ी दर पीढ़ी ये लोकगीत विरासत में मिलते है।

हिमाचल प्रदेश के लोकगीत पंजाबऔर हरियाणा के लोकगीतों से सर्वथा भिन्न है। हीर–राँझा, शीरी–फरहाद, लैला–मजनुँ की प्रेम कहानियाँ व परंपराएँ अभी भी दूरवर्ती पंजाब के लोगों के होंठों पर पाई जा सकती है। पंजाब के लोकगीतों में छडा, टप्पे का स्थान विशेष है। इन गीतों की संगत नृत्य व संगीत से होती है। राजस्थान का लोकनृत्य अभी भी वही अनुभूति और शौर्य प्रदान कर रहे हैं जो मुसीबत के समय राजपूतों और उनके स्त्रियों द्वारा दिखाए गए थे। राजस्थान के लोकगीतप्राय: साहसी और वीर रस प्रधान होते है। बानडा, गणगौर, लालर, माछर, घूमर के गीत, पटेल्या, बिछियों, गोरबंद, पणिहारी, पीपली, केवडी आदि लोकगीत राजस्थान में प्रसिद्ध है।

ऐसा व्यक्ति जो भगवान कृष्ण और राधा तथा गोपियों के बारे में जानने की रूची रखता है, वह उत्तरप्रदेश की यात्रा द्वारा खासकर ब्रजभूमि जहाँ रास, भ्रमर गीत, सोहर गीत, नकटा, निखाडी, तितिरा, गारी, लोरिया, बनरा, पंवारे, आल्हा, चनैनी, धिरवी, फागे, याद भडुरी, धुबयाऊ, ऋतु गीतों के अंतर्गत सैरे, राछरे, बिलवारी, दिवरी जैसे लोकगीत गाए जाते है। समय समय पर मुख्य रूप से होली, दिवाली, दशहरा और रक्षाबंधन आदि त्यौहारों पर इनकी निराली छटा को सुना जा सकता है।

महाराष्ट्र में पोवाडा, लावणी, अंगाई गीत, जोगवा, मंगलाष्टक, गोंधळ, ओव्या, विहीण, फुगडी, झिम्मा, कोळी गीत, आदिवासी गीत वहाँ की संस्कृति के दर्शन कराती है। वहीं गुजरात में हालरडा, रासगीत, गरबा, बाल कुटकणा इनके अलावा परमाती नाम का प्रकार ग्रामीण भागों में अत्यधिक प्रसिद्ध है जोकि रंगबिरंगी दुनिया से परिचय कराती है।

दक्षिण की तरफ जाने पर आप दक्षिण भारतीय लोक गीतों जैसे वनीपट्टु ललि, विल्लुपट्टु आदि लोकगीतों के संपर्क में आएंगे यदि आप इन्हें नहीं समझ पाते फिर भी निश्चित रूप से आप उनकी मिठी स्वर लहरी का आनंद उठा सकते हैं।उड़ीसा में टिंडा–भोंडा यह प्रकार मुख्य है और बिहार, असम और नागालैंड के भीतर हिस्सों के लोकगीतों की मधुरता झलकती है।

भारतीय संस्कृति इन विभिन्न प्रदेशों के लोकगीतों में बसे साकार स्वरूप के दर्शन व उनकी सूक्ष्म अर्न्तात्मा को पहचाना व देखा जा सकता है। अप्रविण व्यक्ति भी इनकी सादगी, भोलापन और माधुर्य को समझ सकते हैं, जो विभिन्न दृष्टिकोणों से समरूपता को लिए हुए है। २६ जनवरी की गणतंत्र दिवस परेड में पूर्णतया लोकगीतों की शोभा कोसहज ही अनुभव कियाजा सकता है। लोकसंगीत की कुछ विशेषताओं में परंपरागतता, सामूहिकता, मौखिकता, संमिश्र प्रेरणा, अनादि अनंतता, राष्ट्रीयत्व का आविष्कार वाद्यसंगीत का अभाव, विकार–विरोध व विकार क्षमता, राष्ट्रीय आविष्कार, भौगोलिक विशेषता, स्थलांतर क्षमता, प्रमुख रूप से माने जाता है।

लोकगीतों की सांगीतिक विशेषता :– साधरणत: लोकधुन चार पाँच स्वरों में सीमित होती है। कुछ ही धुनों में छह स्वर मिलते है जिनकी संख्या निश्चित ही बहुत कम है।लोकधुनोंके स्वर समय के अनुरूप होते है। प्रात:काल, मध्यान्ह, सायंकाल, और रात्रि के प्रसंगानुसार.लोकधुनों में स्वरों का चयन किया जाता था जबकि तब संगीत का शास्त्र नहीं बना था फिर भी स्वरों की शक्ति से तो उस समय परिचय तथा अनुभव रहा ही होगा यही स्पष्ट होता है।लोकधुनों की स्वररचना प्रसंगानुरूप भी होती है। उन स्वरों के प्रसंग के अनुरूप भाव व्यक्त होता है। उदाहरण स्वरूप मध्यभारत के गाँवों की ओर कहीं कहीं बली का आयोजन किया जाता है। उस समय जो धुनें गायी जाती है उसकी स्वररचना में विभत्स भावों का संचार होता है। इसके अलावा झुले की धुनों में झुले के दोलन बहुत स्पष्ट और मार्मिक प्रतीत होते है। संगीत के सात्विक भाव

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

का निदर्शन लोकसंगीत के स्वरों द्वारा भलीभाँति किया जा सकता है। लोकसंगीत को सहज संगीत भी कहा जा सकता है क्योंकि यह अनुकरण मात्र से ही सीखा जा सकता है। किसी भी प्रकार का शास्त्रीय बंधन व नियम न रहने के कारण यह जनसाधारण के लिए भी सुलभ है।

लोकजीवन का सुंदर प्रतिबिंब लोकसंगीत मे दिखाई पडता है। उसमें लोकजीवन का सरल सा परिचय होता है। वे व्यक्ति के बाह्य जीवन के साथ साथ उसके मानसिक भावों के भी परिचायक होते है। परंतु उनमें सूक्ष्मता की अपेक्षा स्थूलता और स्पष्टता का अधिक महत्व होता है। लोकगीत संक्षिप्त, सरल, स्पष्ट, स्वाभाविक, सुंदर, अनुभूतिमय और संगीतमय होते है। शायदही ऐसा कोई लोक गीत हो जो संगीत से अनुप्राणित न हो। लोकसंगीत का संगीत भी लोकजीवन का उतना ही सफल परिचायक है जितनीकी उसकी कविता।

लोकसंगीत को भले ही मनोरंजन का साधन माना जाता हो पर उसके गीतों के द्वारा सामाजिक स्थिति, रीति रिवाज, सभ्यता–संस्कृति की झलक मिलती है। इस प्रकार लोकसंगीत ज्ञानवर्धन में भी सहायक है। लोकसंगीत विभिन्न भाषाओं और विभिन्न स्थानों के आधार पर भी पृथक–पृथक नाम व रूप धारण कर लेता है। यथा मिर्जापुर में कजरी, मारवाड़ में मॉड, पूर्वी उत्तरप्रदेश में बिदेसिया, बिहुला आदि बहुत प्रचार में है।लोकसंगीत के अंतर्गत् ढोलक के गीत, प्राँतों में प्रचलित गीत, गाँवों में विशेष अवसर पर गाए जाने वाले गीत, आल्हा, भजन, फिल्मी गीत, गजल, कव्वाली, दादरा, होरी, विरहा, बारहमासा आदि अनेक प्रकार के गीत आ जाते है। पूरे भारतवर्ष में प्रचलित लोकसंगीत की सूची ही अनेक पृष्ठ भर देगी। विवाह,पुत्र–जन्म आदि उत्सवों में गाए जाने वाले गीत आजकल प्रचार में तो है, पर फैशन के रूख को देखते हुए ऐसा प्रतित होता है कि इनका अस्तित्व अगर भविष्य में रहेगा भी तो कम से कम वर्तमान रूप में नहीं रहेगा। पाश्चात्य सभ्यता के प्रकाश में जिनकी दृष्टि सकारात्मक हो सकी है उन्हें इस प्रकार के गीतों को अपने मूल स्वरूप में अपनाना अपना अपमान प्रतीत होता है वहीं आधुनिक जामा पहना दिए जाने पर उनके आकर्षण का केंद्र बन जाता है।

लोकसंगीत : शास्त्रीय संगीत की जननी लोकसंगीत ने अनेक दृष्टि से रागसंगीत अर्थात् शास्त्रीय संगत को पल्लवित किया है। नाटयसंगीत, ठुमरी, कजरी, बारहमासा आदि उपशास्त्रीय संगीत के प्रकार तथा भिन्न भिन्न धुन यह लोकसंगीत की ही देन है। लोकसंगीत के कुछ विषयों को रागसंगीत ने अपनाया है। शास्त्रीय संगीत की नींव हम लोकसंगीत में देख सकते है।

निष्कर्षत : हम पाते हैं कि भारत लोकगीतों के क्षेत्र का धनी है तथा इस कला का प्रसार दूसरे देशों में भी कर रहा है। विश्व स्तर पर अनेक देशों में सांस्कृतिक राजदूत विश्व को भारत के इस संचित धन से अवगत कराने तथा विश्व में आध्यात्मिक उत्थान और मनोरंजक उपलब्धियों की प्राप्ति में लोक गीतों के आदान–प्रदान के लिए एक दूसरे को प्रोत्साहित करने के कार्य में राष्ट्रीय स्तर पर सक्रिय रहें है, क्योंकि मनोरंजक होने के अलावा लोकगीत यह संगीत की आधारशिला होने के साथ ही शिक्षाप्रद भी है। वे आनंद के साथ शिक्षा और शिक्षा के साथ आनंद प्रदान करते है। इस बातको केंद्रित रख कर लोकगीतों का भारतीय युवाओं को सांस्कृतिक गतिविधियों में सम्मिलित करना उनके जीवन की खुशहाली व सजीवता का प्रतीक होगा। यदि हमारा जनतंत्र राज्य शासन लोकसंगीत के सभी अंगों के विकास का एक ऐसा अनुशीलन प्रधान इतिहास निर्मित हो जाए, जिससे समस्त मानव जाति को प्रेरणा और लोकोत्तर आनंद प्राप्त हो सकेगा।

सामाजिकता को जिंदा रखने के लिए लोकगीतों, लोकसंस्कृतियों का सहेजा जाना बहुत जरूरी है। कहा जाता है कि जिस समाज में लोकगीत नहीं होते वहां का वातावरण कुछ शुष्क सा महसूस होता है। आज आधुनिकता, तकनिकी विकास के कारणहाथ चक्की के स्थान पर इलेक्ट्रोनिक चक्की, कुएं से पानी खींचने के स्थान पर विद्युत

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

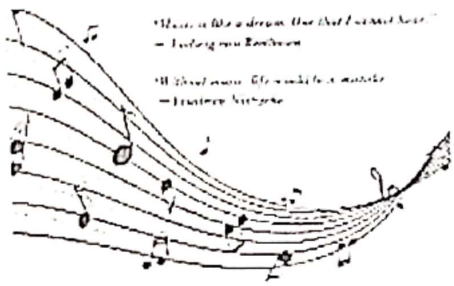
Scanned with CamScanner

पथ का उपयोग, बैलगाडी के स्थान पर मोटरगाडी, हल के स्थान पर ट्रेक्टर जैसे अन्य कई तकनीकि अविष्कारो से जहां मानव जीवन में सहजता भी वह अब धुमिल पड चुकी है। सामाजिक रचना के परिवर्तन ने, आधुनिकता की दौड़ ने विभक्त परिवारों के निर्माण मे सहयोग दिया है जिससे लोकगीतों की मौखिक परंपरा धुमिल पडती दिखाई पड रही है। शादी, जन्मदिन इत्यादि अवसरों पर वाद्यवृंद, डी. जे.आकेस्ट्रा आदि ने अपना स्थान बना लिया है जिस वजह से जीवन में नीरसता, तनाव, अनेक व्याधियो की पकड़ समाज में बढ़ रही है। तकनिकी का प्रादुर्भाव तो हो रहा है साथ ही लोक कला, लोकसंस्कृति यह विलुप्त होते जा रही है। इस भुमंडलीकरण, वैश्वीकरण की आँधी में हमने अपनी कलाओं को तहसनहस कर दिया है। हमारी संस्कृति अब आज की आधुनिक पीढ़ी को अनुपयोगी / बेकार सी जान पड़ने लगी है। इस विषय पर कुछ संस्थाएं लोकसंगीत की जीवंतता बनाए रखने के लिए अग्रसर हो रही है जिनके सक्रिय प्रयासो द्वारा लोकगीतो को सहेजने का काम चल रहा है। तमाम लोकगीतों को संग्रहित कर प्रकाशित करने के कार्य में भी अग्रसर है। संस्था महत्वपूर्ण कलाकारों के अन्वेषण में भी लगी हुई है और उसने महत्वपूर्ण कलाकारों की खोज भी की है।

डॉ. राजेंद्र प्रसाद के विचारानुसार आधुनिक जीवन को सुंदर, समृद्ध और सुसंपन्न बनाने में लोकसंगीत ही प्रभावपूर्ण रूप से सहायक सिद्ध होगा।लोकसंगीत यह भारतीय संगीत की अमूल्य निधि है। चूंकि हमारी इस लोकसंगीत रूपी सांस्कृतिक धरोहर को सहेजने संवारने एवं संरक्षित रखने के लिए इससे जुड़े कलाकारों एवं उन्हें प्रोत्साहित करने के लिए सरकारी यंत्रणा हमारे आधुनिक प्रचार–प्रसार माध्यम भरकस प्रयत्नशील है फिर भी अंतर्मन के किसी कोने से यह आवाज उठती है कि हमारे यह प्रयास कुछ कम पड़ रहें है। जन साधारण की ओर से भी आकर्षण बढ़ना चाहिए जिससे इस अनमोल धरा से जुडे रहे।

संदर्भ ग्रंथ :

१.लोकसंगीत अंक, संगीत कार्यालय, हाथरस
२.संगीत निबंध माला – पं. जगदीश नारायण पाठक
३. संगीत शास्त्र विज्ञान भाग २ -- डॉ. सुनेना बिडकर
४. संगीत निबन्धावली – किरण खटके
५. https://hi.m.wikipedia.org



Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

19-20

367

१५)	ललित कला [illegible] संगीत कला	– गिरीश चंद्रिकापुरे नागपुर	३९–४०
१६)	"भारत में कला संस्कृति और [illegible] कला के धार्मिक [illegible]"	– डॉ. करिश्मा कांबे नागपुर	४१–४६
१७)	रचनाओं का [illegible] (संदर्भ–नंददास)	– डॉ. सुनील कुमार तिवारी भागलपुर	४७–५४
18)	रागांग प्रणाली [illegible] संगीत में [illegible]	– प्रा. डॉ. श्वेता वेगड भंडारा	५५–५८
19)	वैश्विकीकरण [illegible]	– प्रा. डॉ. अस्मिता नानोटी भंडारा	५९–६३
20)	Noor	– Sunil Kumar Navin Katol	६४–६९
21)	प्रेमचंद की कथा – [illegible] बड़े घर की बेटी [illegible] प्रसंगिकता	– डॉ.संयुक्ता थोरात नागपुर	७०–७३
22)	तमाशा लोककलेत [illegible]	– प्रा. जगन्नाथ के. इंगोले अमरावती	७४–७६
23)	Philosophical [illegible] trasant Prayers for [illegible] Integration	–Prof. Bhavik Maniyar Bharsingi	७७–७९
24)	संगीत : एक [illegible]	– डॉ. रोज़ी श्रीवास्तव बीकानेर।	८०–८३

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

रागांग प्रणाली तथा उसका उत्तर भारतीय संगीत में महत्व

प्रा. डॉ. श्वेता दी. बेगड
संगीत विभाग,
श्रीमती रेवाबेन मनोहरभाई पटेल
महिला कलाविद्यालय,
भंडारा, महाराष्ट्र.
swetabegad@gmail.com



रागांग प्रणाली :– राग और अंग इन दो शब्दों को मिलाकर रागांग बना है। राग का वह आवश्यक अंश अथवा खंड जो राग के स्वरूप का निर्माण करे, रागांग कहलाता है। कुछ प्रमुख रागों मे ऐसे स्वरसमूह होते है जिनसे उनकी स्वतंत्र छवि बनती है, ऐसी ही रागांग छवि बनाने वाले स्वरसमूह रागांग कहलाते है और इसका अंग वाले राग 'रागांग प्रमुख राग' माने जाते है। जिस प्रकार लोकोक्तियाँ एव मुहावरे भाषा की सुंदरता बढ़ाती है, उसी प्रकार रागांग राग परिचय के साथ ही रंजकता बढ़ाने में भी सहायक सिद्ध होते है।

"रागांग से तात्पर्य ऐसे विशिष्ट स्वर समूह से है जो राग को विशिष्ट व्यक्तित्व प्रदान करता है और यह अन्य रागों में दुहराया जाकर, नए–नए राग रूपों को जन्म देता है तथा राग पहचान में भी सहायक सिद्ध होता है।"

अंग का अर्थ राग की प्रमुख स्वरावली से है जो प्रमुख होने वाली विशिष्ट स्वर संगति से होता है। विमलाकांत राय चौधरी अंग के विषय में कहते है इसका शब्दार्थ है अवयव या भाग। इसका अर्थ पूर्वांग अथवा उत्तरांग भी हो सकता है अथवा इसका अर्थ भिन्न राग की छाया भी हो सकता है जैसे राग गौरी का एक प्रकार मे राग ललित अंग का प्रयोग किया जाता है। यानी गौरी इस प्रकार में राग ललित की छाया मिलती है। अंग का शब्दकोशीय अर्थ है। अंग शब्द को राग का महत्व, अंश,आवश्यक तत्व अथवा अवयव मानना चाहिए। यह महत्वपूर्ण रागांग विशिष्ट रागों के समूह में सम्मिलित होकर उस राग समूह का प्रमुख पहचान बना देता है। डॉ. श्रीमती कृष्णा बिष्ट अपने शोध मे कहती है "Just as idiom and not the grammer make

Langauge so also it is the anga and not merely the scale of a Raga that is its distinguishing feature."

रागांग प्रणाली का ऐतिहासिक परिप्रेक्ष्य:–

विशिष्ट स्वर समूह के माध्यम से रागांग की परिपाटी बहुत प्राचीन है। क्रियाकुशल मुनियों के द्वारा अंग सारंगादि अंगों की चर्चा गुरू परंपरा से चली आ रही है।

गान अर्थात् रागों की गायन विधि। रागांग में राग के अंग स्वरूप स्वरसमूह एवं रागों का चलन भी निर्धारित होता है। इसके अंतर्गत रागों की चंचलता, संगीतात्मक अलंकृति व विलंबित लय में स्वरों का प्रयोग भी सम्मिलित है। एक समान स्वरों का आरोह–आवरोह और पर भी, संवादी व न्यास स्वर के परिवर्तन से नए रागों का जन्म होता है। अधिकांशत: इनका प्रतिरूप प्राचीन ग्रंथों में उपलब्ध है। स्थाय वह छोटे–छोटे स्वर समूह है जिनसे आलाप की रंजकता में वृद्धि होती है। मुख्य स्थाय, वादी स्वर या वादी स्वर के तथा इनमें संवादी का प्रयोग किया जाता है। स्वरों के चलन (गति) क्रम, अल्प प्रयोग, मंद्र, मध्य, तार सप्तक तीनों के स्वरों का एक साथ व्यवहार, स्वरों को चक्राकार में लेना, खटका व्यवहार, कटे–कटे स्वरों का प्रयोग, मींड युक्त स्वरों का प्रयोग आदि कई प्रकार के नियमों के अनुसार निर्मित स्थाय रागों के स्वरूप के निर्धारित किया जाता है।

इसके अलावा देशी रागों को रागांग, भाषांग, उपांग इन चार वर्गों मे विभाजित करने का प्रयास रागांग के काल में भी प्राप्त होता है। इसका उल्लेख टीकाकार श्री सिंहभूपाल और श्री

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

कल्लिनाथ दोनो ने मुख्य मेल से इस संदर्भ में मतांग मत का उल्लेख [illegible] अनुसार ;

उक्तानां [illegible]

गीतांगै: कथितः सर्वो रागांगसंज्ञक देशजा ॥

अर्थात् संगीतज्ञों के कथनानुसार जिन रागों में ग्राम रागों की छाया [illegible] से कहे जाते है। रागों को छाया [illegible] है, जिसके श्रवण से रागमर्मज्ञ [illegible] है कि इस स्वरसमूह मे अमुक [illegible] है, को लाया है। मध्य काल मे [illegible] अधिक विस्तार हुआ। संगीत [illegible] के अनेक भेदों में इस सिद्धान्त [illegible] है। आगे चलकर पंडित भा[illegible] के रूप में इसका उल्लेख [illegible], कल्याण आदि १८ भेदों मे [illegible] होते है। [illegible] वर्गीकरण [illegible] अंतर्गत रागों को वर्गीकृत किये [illegible] ई देता है। कुछ विद्वानों के [illegible] पद्धति को प्रयोग मे लाने का [illegible] र पलुस्कर के [illegible] स्व. ना[illegible] ''[illegible] रागांग प्रपा[illegible] इस [illegible] लिखित तीन प्रकारों को समझ[illegible]

१. [illegible] राग :- [illegible] विस्तार में वादी, संवादी, अ[illegible] आदि [illegible] यथासंभव धारण होता हो, [illegible]

२. रागांग राग :- [illegible] स्वतंत्र [illegible] विशिष्ट स्वर समूह, जिसके [illegible] राग से [illegible] उद्घाटित होता है, रागांग [illegible]

३. [illegible] राग :- [illegible] त्र राग के [illegible] उस स्वतंत्र राग [illegible] के अंगभूत राग [illegible]

[illegible] भातखंडे [illegible] और [illegible] शर्मा आदि ने रागों का [illegible] प्रस्तुत किया है। [illegible] के अंतर्गत उनके [illegible] रागों का वर्गीकरण प्रस्तुत किया [illegible]

इसके पश्चात् पंडित भातखंडे एक मेल के अंतर्गत अनेक रागांगों का समावेश करते है। उदाहरणार्थ काफी मेल के अंतर्गत उन्होंने काफी अंग, धानी अंग, कानडा अंग, सारंग अंग और मल्हार अंग के रागों का स्पष्ट उल्लेख करते हुए समावेश किया है। एक ऐसा स्वरसमूह जिसका कई रागों में समान रूप से उपयोग हो और वह उन सभी रागों में से किसी प्रमुख राग का मुख्य अंग हो, उसे उन सभी रागों का रागांग कहा गया है। उदाहरणतः 'नि प ग म रे स' यह स्वरसमूह एक संपूर्ण कानडा अंग है, जो कि दरबारी कानडा के साथ ही मुख्य, सुघराई, अडाना, नायकी आदि सभी कानडा प्रकारों का रागांग है।

रागांग पद्धति में थाट और मेल को ध्यान में रखे बगैर रागों के सचारों या स्वरसमूहों के आधार पर विभाजित किया जाता है। एक ही थाट से उत्पन्न होने वाले राग अलग–अलग रागांगों के कारण अपना स्वतंत्र अस्तित्व रखते है तथा भिन्न थाटोत्पन्न राग भी समान रागांग के कारण, उस विशिष्ट रागांग के राग कहलाते है। रागांग पद्धति की विशेषता यह है कि जिन रागों मे रागांग का प्रयोग होता है उनमें भी प्रायः उस रागांग का नाम सम्मिलित कर दिया जाता है, जैसे तोड़ी का रागांग है 'रे गरे सा'। यह जिन रागों में आता है उनमें भी तोडी का उपनाम प्रयुक्त होता है किंतु रागांग के नाम से रहित भी कई रागांग युक्त राग है, जैसे कल्याण अंग के राग चंद्रकांत, भूपाली आदि।

मेल राग वर्गीकरण पद्धति में भी इस वर्गीकरण का प्रबल प्रभाव, इस वर्गीकरण की सशक्तता, अनिवार्यता एवं आवश्यकता का प्रतिपादक है। इस प्रबलता का प्रमुख कारण यही है, कि राग की सामान्य पहचान तो स्वरों के द्वारा हो जाती है, परंतु सूक्ष्म पहचान विशिष्ट स्वरसमूहों के माध्यम से ही होती है। यही स्वरसमूह प्रधान पहचान, रागांग कहलाती है। ''थाट पद्धतीतील दोष काढून रागांग पद्धती योग्य व्हावी या उद्देशाने काही प्रमुख रागांग निश्चित केल्या गेले. त्यात दहा थाट सुध्दा स्विकृत करून पंडितांनी आरभी २५ तर कालांनी ३० रागांग निश्चित केलेत. ते असे कल्याण अंग, बिलावल

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

Scanned with CamScanner

अंग, खमाज, भैरव, पूर्वी, मारवा, काफी, [illegible], भैरवी, तोडी, सारंग, कानड़ा, मल्हार, भीमपलास, [illegible], पिलु, सोरठ, विभास, नट, श्री, बागेश्री अ[illegible], केदार, पंकरा, हिंडोल, भूपाली, आसा, बिहाग, को[illegible], दुर्गा, भटियार पण इथे सुद्धा दोष निर्माण होऊ [illegible], या अंगाना निश्चित क्रम, निश्चित संख्यात्मकता, [illegible] किंवा नियमाचा आधार नसल्यामुळे प्रत्येकांचा [illegible] रागांगांची संख्या कमी अधिक होत गेली.'

कुछ भी हो, हर प्रयास अपनी विशे[illegible] है। राग वर्गीकरण संबंधी यह प्रयास भी कम [illegible] नहीं है, तथापि सिद्धांतों के नवीनीकरण के [illegible] कटिबद्ध रहने की अनिवार्यता बनी रहती [illegible] शास्त्रकार इसको ध्यान में रखते है और इसी [illegible] सिद्धांतों के [illegible] और नवीन सिद्धांतों के [illegible] उचित मानते है।

पं. [illegible] के [illegible] पद्धति [illegible] भी अनेक संगीत विचारकों ने इस समस्या का [illegible] ढुंढने का [illegible] प्रयास किया है। उन्हीं [illegible] संगीतज्ञों में [illegible] का नाम भी अग्रणी [illegible] अपनी मेल [illegible], स्वरों के विकृत अवस्था [illegible] में रख कर [illegible] पुस्तक 'भारतीय संगीत [illegible] अन्वयार्थ' में [illegible] की है। उन्होंने सारे [illegible] विकृत, दो [illegible], तीन विकृत, तीन वि[illegible] विकृत, पाँच [illegible] ही स्वरों के [illegible] लेकर १९६ [illegible] है।

पद्ध[illegible] कैसी भी हो, जब वह प्र[illegible] जाती है और [illegible] परंपरा का रूप धारण कर [illegible] रागांग वर्गीकरण [illegible] भी अपना विशिष्ट म[illegible] है और उसे [illegible] का महत्व भी प्रा[illegible] लक्षण के संद[illegible] भी बहुत अधि[illegible] लगा है। स्व[illegible] ने भी थाट के [illegible] रागांग के महत्व [illegible] स्वीकार किया है तभी [illegible] भूपाली तथा [illegible] के लिए विभिन्न थाटों [illegible] किया है।

[illegible] स्वरावली से एक [illegible] हिंदुस्तानी संगीत उत्तरी [illegible] [illegible] एक स्वरावली से चार और कभी कभी इससे [illegible] राग उत्पन्न हो सकते है। हिंदुस्तानी संगीत की इस [illegible] का श्रेय रागांग पद्धति को ही है। उदाहरण [illegible] औडव स्वरावली सा रे ग प ध से चार राग उत्पन्न [illegible] भूपाली, देसकार, जैतकल्याण ओर शुद्ध कल्याण। [illegible] कर्नाटक संगीत में उपर्युक्त स्वरावली से केवल एक [illegible] मोहनम् उत्पन्न होता है।

सा रे ग म ध नि स्वरावली से पूरिया, मारवा और [illegible] उत्पन्न होते है।

सा रे ग म प ध नि स्वरावली से भैरव, कालींगडा और [illegible] उत्पन्न होते है।

सा रे म प नी स्वरावली से मधमाद सारंग और मेघ उत्पन्न होता है। .

सा रे म प ध स्वरावली से दुर्गा और शुद्ध मल्हार उत्पन्न [illegible]

[illegible] उत्तर के संगीत की विशेषता है कि इसमें अंग के द्वारा [illegible] कई रागों का निर्माण कर सकते है। जैसे [illegible] मिंया मल्हार को मिलाकर मियां की सारंग, [illegible] की उपलब्धि है। इसी प्रकार जोगकंस, [illegible] अंग की ही विशेषताऐं है। आज अंग रागों [illegible] विशिष्ट स्थान बना चुका है। जबकि दक्षिणी [illegible] संगीत पद्धति में इसके विषय में कुछ नहीं [illegible] उनके राग मेल पर आधारीत है। परंतु उत्तरी [illegible] संगीत में थाट की सिमा को तोड कर अपना [illegible] धारण करता है तो उसमें लगने वाले थाट [illegible] अपना सजीव रूप धारण करके तथा नियमित [illegible] और चलन से रागों में समानता एवं [illegible] लाते है।

[illegible] महत्व : अंग के गठन में न्यास गमक, [illegible], कण स्थान, चाल इत्यादी तत्वों का [illegible] स्थान है। क्योंकि इन तत्वों के अभाव अथवा [illegible] एक ही स्वरावली विभिन्न रागांग हो सकती [illegible] सर्वसम्मती से मल्हार अंग समझा जाता है। [illegible] प्रयोग और रागों में भी हो सकता है। जैसे [illegible] म रे कामोद में मरे प ग म प ग म रे सा, [illegible] म ग रे । किंतु इस रे पका प्रयोग मल्हारो

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Pate
Mahila Kala Mahavidyalaya
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Pate
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

में एक विशेष प्रकार से की जाती है। [illegible] राग को के लिए के साथ लिखा जाता है। [illegible] राग के मुख्य स्वरावली के [illegible] रागांगभूतकल्याण में गंधार के [illegible] मान्य है। [illegible] राग के [illegible]

आधुनिक संगीतज्ञों [illegible] रचना करने की प्रवृत्ति बहुत अधिक होती जा रही है। परंतु [illegible] मात्र कल्पना ही सामंजस्य की अज्ञानता। [illegible] देने से [illegible] [illegible] देने से [illegible] [illegible] देने से [illegible] [illegible] [illegible]

38) सोशल मीडियाचे सामाजिक परिणाम
सुनील रामभाऊ धोरात, अकोला ||116

39) मराठवाडा मुक्तिसंग्राम व रझाकार संघटनेची भूमिका
प्रा. डॉ. धिरजकुमार नजान, अकोला ||119

40) मानव अधिकार और भारतिय संविधान
Dr. Vishakha J. Dere, Yavatmal ||123

41) सामाजिक एवं सांस्कृतिक उत्थान के लिए मानव जीवन में संगीत का स्थान
प्रा. डॉ. सुनील भि. कोल्हे, अकोला ||125

42) २१वीं सदी के युवाओं का शास्त्रीय संगीत के प्रति रूझान तथा प्रयोगधर्मिता
डॉ. श्वेता दीपक वेगड़, भंडारा ||128

43) संगीत की मानव जीवन में उपयोगीता
प्रा. डॉ. राहुल एम. भोरे, भंडारा ||131

44) शारीरिक स्थुलता कमी करणाच्या मानसशास्त्रीय उपायांचा चिकीत्सक अभ्यास
प्रा. अजितकुमार सदाशिव कदम, संगमनेर ||133

45) मानवी जीवनात संगीताची भूमिका
डॉ. घनश्री पांडे-मुळावकर, अकोला ||138

46) मानवी जीवनात संगीताची भूमिका
प्रा. डॉ. विजय राधाकृष्ण आळशी, अकोला ||140

www.vidyawarta.com/03 | http://www.printingarea.blogspot.com

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

MAH MUL/03051/2012
ISSN: 2319 9318
Vidyawarta®
Peer-Reviewed International Publication
February 2020
Special Issue-01
0128

42

२१वीं सदी के युवाओं का शास्त्रीय संगीत के प्रति रूझान तथा प्रयोगधर्मिता

डॉ. श्वेता दीपक वेगड़
सहाय्यक प्राध्यापक,
श्रीमती रेवाबेन मनोहरभाई पटेल महिला कला महाविद्यालय, भंडारा

प्रस्तावना

आज भारतीय संगीत का जो स्वरूप हमारे सन्मुख है वह आकस्मिक या दैविक उपज न होते हुए, उसके मुल रूप में निरंतर वृद्धि और परिवर्तन होते हुए वर्तमान स्वरूप को प्राप्त हुआ है। भारतीय संगीत एक अत्यंत विस्तृत और सुदृढ परंपरा लेकर नए युग की ओर अग्रसर हो रहा है। आधुनिकता भारतीय जीवन के हर पहलुओं में अनेक परिवर्तन दृष्टिगोचर होते है जिनका सकारात्मक तथा नकारात्मक होना स्वभाविक है। अपने उद्देश्य को ध्यान में रखते हुए इस लेख के अंर्तगत हमें उसके सकारात्मक पक्ष पर ही अधिक लक्ष केंद्रित करेंगे।

चूंकि भारतीय शास्त्रीय संगीत के भविष्य पर छानेवाले काले बादलों की भविष्यवाणी लगातार की जाती रही है फिर हम यही कहेंगे कि इन सितारों का उत्सव अभी शुरू ही हुआ है। ये भारतीय शास्त्रीय संगीत की दुनिया में पिछले दशकों से राज कर रहे पुराने उस्तादों की जगह लेने को सुसज्ज है। ये युवा कलाकार अभूतपूर्व प्रयोगों, नवीनता और मेल के साथ संगीत के क्षितिज का विस्तार करने प्रयासरत है। प्रारंभिक काल से ही संगीत में निरंतर प्रायोगिक और सैद्धांतिक दोनों ही पक्षों में परिवर्तन देखने को मिलते है— शास्त्रीय संगीत के प्रशिक्षण में पिढी दर पिढ़ी मुल रूप से कुछ ना कुछ जुडता रहा है। और यह नई पिढी अपनी अपनी कल्पनाशक्ति तथा प्रयोगशिलता से उसे नया रूप प्रदान करने में दृढ़संकल्प दिखाई पडती है। आज का युवावर्ग नए प्रयोग, जुगलबंदी, फ्युजन स्टुडियो, यूट्यूब द्वारा अधिक प्रभावित तथा अपनी प्रयोगशिलता के साथ वह नित्य ही नए प्रयोग करते दिखलाई पडता है।

संगीत यहउस सरीता के समान है जो अपने साथसाथ आसपास जो भी सम्मिलीत हुए उन सभी को अपने बहाव में समाहित करते हुए अपने विकास पथ पर अविरल अग्रसर होती जाती है। संगीत यह आनंद, उर्जा तथा सौंदर्य का प्रतिक है। भारतीय शास्त्रीय संगीत यह सभी संगीत पद्धतियों की नींव मानी जाती है। भारतीय संगीत को हमारे भारत की अतिप्राचीन परंपरा तथा अमुल्य धरोहर के रूप में देखा जाता है।

रचनात्मकता या प्रयोगधर्मिता यह ईश्वर की मानव को दी हुई अद्वितीय भेंट है और मनुष्य ही भगवान की सबसे सुंदर निर्मिती है क्योंकि अपनी विचारशक्ति द्वारा वह जो अभिव्यक्ति कर सकता है वह क्षमता अन्य किसीजीव में नहीं है तथा संगीत एक ऐसा माध्यम है जिसके द्वारा वह स्वयं को सही रूप में व्यक्त तथा प्रस्तुत कर सकता है, उसका मन को प्रसारित और अनुवादित कर पाने का संगीत एक सशक्त माध्यम है। यह सर्वविदित है कि संगीत कला मानव को तनावमुक्त कर खुश और आल्हादित रखता है। प्रसन्नचित्त मन रचनात्मकता, एकाग्रता, प्रयोगशीलता को बढावा देता है। वर्तमान के व्यस्त और तनावपूर्ण जीवन में एक और तनाव ग्रसित दिखते है वही एक युवा वर्ग ऐसा भी है जो नित्य संगीत के नविन पहलुओं को उजागर करते हुए अपना स्वतंत्र अस्तित्व का निर्माण करने में व्यस्त है।

आधुनिक युग के युवा कलाकार तकनीक के ज्ञाता भी है। उनका संगीत सिमाओं को लांघकर नए श्रोता की तलाश में व्यस्त रहता है। उनमें घरानों की परंपरा से उपर उठने का साहसभी है साथ ही साथ कुछ नया, कल्पनाशील, रचनात्मक प्रयोगशीलरूप में अपनी पहचान बनाने, समय के साथ चलने की तिव्र इच्छा जान पडती है। परंपरा के साथ साथ आधुनिकता की

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay
Scanned with CamScanner

जुगलबंदि करने वाले ये विलक्षण कलाकार संगीत का नया अनुठा व्याकरण रच रहें है। यह नए उस्तादों का निर्माण कर्ता युग है। भुमंडलीकरण के कारण कलाकारों की कलाओं का आदान प्रदान देश विदेशों के मध्य देखा जा सकता है। 'शब्दम्' और 'स्पिक मैके' यह संस्थाऐं संयुक्त तत्वाधान में निरंतर रूप से भारतीय शास्त्रीय संगीत के गायन, वादन और नृत्य से युवा वर्ग रूबरू हों तथा इनमें से किसी भी विधा को अंगीकार से अपनाऐं इसके लिए विशेष रूप से प्रयासरत है। तकनिकी आदि के सौकीन वर्तमान समय के युवा शास्त्रीय संगीतकार अनुठा संगीत रचने के लिए परंपराओं से उठ कर काम कर रहें है। यदि हम २५ से ४० आयुवर्ग के युवाओं के प्रयोगशिल कार्यकलाप को देखे तो हमेंअनेक नवीन प्रयोगों को देख पाने का अवसर प्राप्त होगा। यहां पर इस लघु लेख में सभी कलाकारों के प्रयोगों का विवेचन करना तो संभव नहीं हो पाएगाफिर भी कुछ कलाकारों के कार्यो पर प्रकाश डालने का यथासंभव प्रयास किया है।

निलाद्री कुमार ४० वर्षीय सितारवादक, उनकी कला का खजाना विशुद्ध शास्त्रीय जुगलबंदी से लेकर फयुजन तक फैला हुआ है। उन्होंने सितार के सुरो में अभिनव क्रांतिकारी प्रयोग किया है।

४२ वर्षीय जयतीर्थ मेवूंडी शास्त्रीय गायक किराना घराने की मशाल को जिंदा रखने वाले कुछ चुनिंदा गायकों में से एक हैं। मूलत: कनार्टक राज्य के बेलगली में रहने वाले इस गायक की गायकी में भीमसेन जोशी की याद बरबस दिला देती है।

टि. एम. कृष्णा, जिनकी उम्र ३३ वर्ष है यह कनार्टक शास्त्रीय गायक, कंपोजर और लेखक नवानामी कलाकार है। कनार्टक संगीत को आग्रसर करने का कोई भी अवसर हाथ से जाने नहीं देते। वहसंगीतकारों की पौध से संबद्ध हैं की उनकी समझभी अपनी मौलिकता रखती है।

संजीव शंकर ३४ वर्षीय युवा तथा अश्विनी शंकर ३० वर्षीय युवा, सहनाई वादक है। स्व. बिस्मिल्ला खां के अवसान के पश्चात बनारस घराने की परंपरा का अविरल निर्वहन कर रहें है। शास्त्रीय संगीत के साथ साथ वह विदेशी बैंडों के साथ फयुजन भी करते रहे है। ये उन्नत संगीतकार तथा भविष्य की उभरती जोड़ी है।

राकेश चौरसिया जिनकी उम्र ४१ वर्ष है अपने चाचा बाँसुरी वादक उस्ताद हरिप्रसाद चौरसिया से पिछले ३५ वर्षों से निरंतर शिक्षा प्राप्त कर रहें है। वह भी अत्यंत प्रतिभाशाली कलाकार है तथा चौरसियाजी की विरासत को आगे बढा रहें है।

४४ वर्ष के शौनक अभिषेकी ये शास्त्रीय गायक तथा कंपोजर, जितेंद्र अभिषेकी के सुपुत्र तथा शिष्य भी है। शौनक ने अपनी गायकी में आगरा और जयपुर घराने की शैलियों का मेल प्रदर्शीतकिया। वे अत्यंत साहसी तथा संगीत को लेकर नित नए प्रयोग करते रहे है फिर भी अपनी परंपराओं में उनकी जडों की पैठ बहुत गहरी है।

संजीव अभ्यंकर अपने उम्र के५० वें पडाव पर है। यह हिंदुस्तानी शास्त्रीय गायक मेवाती घराने से संबधर है। इन्होंने वर्तमान समय में अश्विनी भीडे–देशपांडेजी के साथ इनका मुर्च्छना गायन पद्धति द्वारा जुगलबंदी का सुंदरतम प्रयोग प्रस्तुत कर रहें हैं जो काफी सराहा जा रहा है तथा इनके इस प्रयोग से प्रोत्साहित हो कर नयी पिढ़ी भी उसमें अपना हाथ आजमाने के लिए ललायीत दिखाई पड रही है तथा नए नए रागों की जुगलबंदी कर नित नए प्रयोग कर रही है।

कौशिकी चक्रवर्ती जिनकीउम्र ३४ वर्ष है एक उन्नत गायिका है। सुप्रसिद्ध गायक अजय चक्रवर्ती की बेटी कौशिकी की गायकी में पटीयाला घराने की सारी खुबियाँ है। उनकी शैली सहज और जीवंत है। हमारे भारतीय संगीत की पहचान मानी जाती है। वे 'सखी' नामक महिला कलाकारों के समुह के साथ मिलकर नित्य प्रयोगशीलता तथा अत्यंत कल्पकता के साथ अपना प्रस्तुतिकरण देती है। उन्होंने सखी इस संकल्पना के अंर्तगत नृत्य के माध्यम से ठुमरी के भाव पक्ष को बहुत ही सुंदरता के साथ पुन:स्थापित कर उसे गौरवशाली रूप प्रदान करने में सफलता हासिल की है। वह अपने कुछ नए प्रयोग भविष्य में लाने का संकल्प रखती है।

युवाओ के लिए 'म्युजीकल हेरिटेज' नामक

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

MAH MUL/03051/2012
ISSN: 2319 9318
Vidyawarta®
Peer-Reviewed International Publication
February 2020
Special Issue-01
0130

वेबसाईट काफी रोचक साबित हो रही है। इस वेबसाईट में अनेक विश्वप्रसिद्ध शास्त्रीय कलाकारों के बारे में जानकारी प्रदान की गई है। चुंकि आज का युवा वर्ग तकनिकी ज्ञान से काफी नजदिकीया रखता है जिसका प्रभाव संगीत शिक्षा प्रणाली में भी देखा जा सकता है। आज के युवा कलाकारवर्तमान स्थिती में स्वयं को समाहित कर आधुनिक तकनिकी सहायता अर्थात आनलाईन प्रशिक्षण सभी उम्र के इच्छुकों को द्वारा शिक्षा प्रदान करते हुए देखे जा सकते है।

आज के जमाने में प्रत्येक क्षेत्र में नवीन नवीन प्रयोग हो रहे है। नवीन खोज हो रहे है जिसका उद्देश्य केवल कुछ नूतन अन्वेषण करना है। इंटरनेट का माध्यम आज शास्त्रीय संगीत के प्रचार–प्रसार में अहम भुमिका निभा रहा है। समाज का एक ऐसा वर्ग जिनका आकर्षण रॉक बैंड, जॅज़ म्युजिक वेस्टर्न म्युजिक आदि की तरफ अधिक है। ऐसे वर्ग को शास्त्रीय संगीत से जोडने के लिए प्रयोग के तौर पर फयुज़न के माध्यम से प्रस्तुत करना संगीत में नवाचार करना आवश्यक हो सकता है जिसके अंर्तगत शास्त्रीय रागों की बंदिशों को उनके शुद्ध स्वरूप में पाश्चात्य वाद्यों के साथ रॉक व जॅज प्रकार के साथ गाना आदि होता है। शास्त्रीय संगीत में कई बडे दिग्गज कलाकार भी केवल एक प्रयोग के रूप में तथा कुछ नवीन, खोज करने के लिए फयुजन का आधार लेते हुए मिलते है जैसे उ. राशिद खां, पं. अजय पोहनकर, कौशिकी चक्रवर्ती, उस्ताद झाकीर हुसैन साहब, तौफिक कुरैशी साहब इत्यादी।

युटयुब के कई विडियो में आज के युवाओं की प्रयोगशिलता की झलक देखी जा सकती है।

महेश राघवन तथा नंदीनी शंकर, राग बाली (कनार्टक संगीत) या मिश्र पिलु (हिंदुस्तानी संगीत) में नया प्रयोग जिसमें उन्होंने कनार्टक संगीत, हिंदुस्तानी संगीत तथा इलेक्ट्रानिक संगीत को सुंदर मेल किया है।

एक अन्य प्रयोग में मरघाझी सिरीस के अंर्तगत एक नया प्रयोग जिसमें युवा कलाकारों जैसे बांसुरी में नवीन, राग रितीगौला और राग कल्याणी का कॉंटेमपोरी संगीत का आयोजन, श्रावन श्रीधर का वायलिन, तथा पस्क्युशन में आदित्य श्रीनिवासन। इनके समुह ने इसके अंर्तगत कई अलग अलग विषयों को, थीम्स को लेकर अनेक भागों में विडियों उपलोड किये है।

वर्तमान समय में फास्ट लाईफ के कारण जमाना बिटस को ज्यादा पसंद कर रहा है। संगीत के लगभग सभी प्रयोगों में बिटस के आविर्भाव को हम महसुस कर सकते है। ये युवा कलाकार एक ही क्षेत्र में पारंगत न होते हुए अनेक क्षेत्रों में अपना हाथ आजमाते है। वे शास्त्रीय संगीत का आधार लेते हुए नए प्रयोग करते दिखाई पड़ रहे है। ये युवा विडियों के साथ साथ लाईव कार्यक्रम भी प्रस्तुत कर युवाओं को लुभा रहें है।

आज गजल जैसे गीत प्रकार जोकि पारंपारीक रूप में तबला हार्मोनियम के साथ गाया जाता था आज उसमें भी प्रायोगिक रूप में पाश्चात्य वाद्यों के साथ नया रूप प्रदान किया जा रहा है। मधुपरना द्वारा गाई हुई गजल युटयुब पर लॉज स्टाईल में देखा जा सकता है।

जुगलबंदी के साथ साथ हम ट्रिगलबंदी में भी काफी प्रयोग देख पा रहें है। जैसे हाल ही में फेसबुक में राग किरवाणी में अमजद अली खां, अमान अली खां तथा अयान अली इनका ट्रिगलबंदी का सुंदर प्रयोग सुनने मिला।

इंडीयन जॉज जर्नी के अंर्तगत श्री महेश काले, जार्डन, शुभांकर बनर्जी द्वारा सॅन डिगों में प्रस्तुत किया कार्यक्रम का छोटा सा रियाज फेसबुक में देखा जा सकता है। इन्होंने इसमें तराना इस गीत प्रकार के माध्यम से नया प्रयोग दिखाया गया है।

वसंतराव देशपांडेजी के पौत्र राहुल देशपांडे भी शास्त्रीय संगीत के विभिन्न पहलुओं पर अपना हाथ आजमाते देखे जा सकते है। महेश काले तथा अन्य कलाकारों के साथ भी अनेक प्रयोग करते देखे जा सकते है।

कोक स्टुडियो यह भी हाल ही के समय का एम. टी. व्ही चैनल द्वारा भारतीय टेलीविजन का प्रसारीत कार्यक्रम है जिसमें विभिन्न कलाकारों के साथ लाईव स्टुडीयो, रिकार्डेड संगीत प्रदर्शन है। कोक स्टुडीयो हिंदुस्तानी, कनार्टक और भारतीय लोक संगीत

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Scanned with CamScanner

MAH MUL/03051/2012
ISSN: 2319 9318
Vidyawarta®
Peer-Reviewed International Publication
February 2020
Special Issue-01
0131

43

संगीत की मानव जीवन में उपयोगीता

प्रा. डॉ. राहुल एम. मोरे
विभागाध्यक्ष संगीत विभाग,
श्रीमती रेवाबेन मनोहरभाई पटेल महिला कला महाविद्यालय, भंडारा

****

प्रस्तावना

मनुष्य जब पृथ्वी पर जन्म लेता है तब संगीत के वातावरण में पैदा होता है। जन्म होने पर नाना प्रकार के संस्कार एवं उत्साह मनाए जाते है। सभी में कुछ न कुछ संगीत से संम्बधित कार्यक्रमों का आयोजन होता है। माँ की गोद में अथवा उसके हाथों के झुले में तथा पालने में जब तक बच्चा रहता है तब तक अपनी माँ के मुख से निकले हूए संगीत का आनंद लेता है जिसे लोरी या कहते है। लोरीया के गाने मे प्रत्यक्ष प्रभाव देखा जाता है कि बच्चा कितना हि रो रहा हो, पालने में लोरिया सुनते–सुनते सो जाता है। इस प्रकार संगीत कितना सुखद एक विषय है कि एक अज्ञान बच्चे पर भी संगीत इतना प्रभाव पडता है। कि अपना रोना छोड कर संगीत रूपी तरंगो में विलीन होकर स्वप्नावस्था को प्राप्त हो जाता है। यह संगीत का ही प्रभाव है। शहनाई मंगल कार्य का सुचक है। यदी कही भी शहनाई वादन हो रहा हो तो हम सबको ज्ञान हो जाता है कि कोई मंगल कार्य संपन्न होने जा रहा है। नारद संहिता मे लिखा है कि चिडीया, भौंरे, पतंगें, हिरण आदि प्रत्येक जानवर गाता है, इस प्रकार संगीत सब प्राणीयो मे व्याप्त है। शेक्स पिअर ने संगीत के बारे में अपने साहित्य में लिखा है कि 'जो व्यक्ति संगीत से घृणा करता है वह बहूत खतरनाक होता है'।

मनूष्य जब से गर्भ में आता है और जब तक मृत्यु होती है, इस समय में व्यक्ति के सोलह संस्कार होते है, ऐसा शास्त्रो में वर्णित है। एक मतक संस्कार

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara
Coordinator IQAC
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara
Scanned with CamScanner

An International Multidisciplinary Quarterly Research Journal

ISO 9001:2008 QMS CERTIFIED

AJANTA

Volume-IX, Issue-I, January - March - 2020

ISSN 2277-5730

Impact Factor - 6.399 (www.sjifactor.com)

Is Hereby Awarding This Certificate To

डॉ. श्वेता दीपक वेगड

In Recognition of the Publication of the Paper Entitled

राष्ट्रसंत का संगीत विषयक दृष्टिकोन

Peer Reviewed Referred and UGC Listed Journal

Ajanta Prakashan, Jaisingpura, Near University Gate, Aurangabad (M.S.) 431 004
Mob. No. 9579260877, 8390984760 Tel. No. (0240) 2400877
ajanta5050@gmail.com, www.ajantaprakashan.com

Editor : Vinay S. Hatole

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

VOLUME - IX, ISSUE - I - JANUARY - MARCH - 2020
AJANTA - ISSN 2277 - 5730 - IMPACT FACTOR - 6.399 (www.sjifactor.com)

CONTENTS OF HINDI

अ.क्र.	लेख आणि लेखकाचे नाव	पृष्ठ क्र.
१	राष्ट्रसंत का संगीत विषयक दृष्टिकोन डॉ. श्वेता दीपक वेगड	१-५
२	संत तुकडोजी महाराज का साहित्य : मानवतावादी दृष्टिकोण एवं वर्तमान समय में प्रासंगिकता डॉ. प्रवीण देशमुख	६-१०
३	राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज : संगीतमय युगपुरुष डॉ. कौमुदी क्षीरसागर (वर्डे)	११-१३
४	भारतीय राष्ट्रीय आंदोलन के मुखर योद्धा राष्ट्रसंत तुकडोजी तथा महात्मा गांधी प्रा. डॉ. संदीप रमेश हातेवार	१४-१८
५	राष्ट्रसंत तुकडोजी के जीवन मूल्य संबंधी विचारों को जीवन दर्शन डॉ. रमेश टी. बावनथड़े	१९-२२
६	राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज का विविधांगी दृष्टिकोण राजकन्या राघोजी भगत	२३-२७
७	राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज और वैराग्यमूर्ति गाडगेबाबा डॉ. संजय धोटे	२८-३१
८	राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज का सांगीतिक दृष्टिकोण प्रा. डॉ. स्नेहाशीष दास	३२-३४
९	राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज का युवाओं को आवहान प्रा. ईश्वरी खटवानी	३५-३८
१०	राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज का स्त्री विषयक दृष्टिकोण प्रा. सुषमा मा. नरांजे	३९-४१
११	संत परंपरा में भक्ति संगीत का स्थान तथा राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज की खंजडी भजन परम्परा प्रा. डॉ. सुनील भि. कोल्हे	४२-४५

Coordinator
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

CS Scanned with CamScanner

VOLUME - IX, ISSUE - I – JANUARY - MARCH - 2020
AJANTA - ISSN 2277 - 5730 - IMPACT FACTOR - 6.399 (www.sjifactor.com)

१. राष्ट्रसंत का संगीत विषयक दृष्टिकोन

डॉ. श्वेता दीपक वेगड
सहेयक प्राध्यापक, श्रीमती रेवाबेन मनोहरभाई पटेल महिला कला महाविद्यालय, भंडारा.

प्रस्तावना

संपूर्ण जगत में सर्वश्रेष्ठ संस्कृति के धनी के रूप में हमारे भारत देश को पहचाना जाता है तथा इस पवित्र भारतीय संस्कृति को अपने परम रूप में यथावत रखने का अद्वितीय कार्य हमेशा से ही इस देश के अनेक महापुरूषों का अद्वितीय योगदान रहा है। यद्यपि भारत भूमि को संतों तथा वीर पुरूषों की भुमि माना जाता रहा है तद्यपि संत कबिरदास, संत तुकाराम, संत एकनाथ, संत तुलसीदास, संत मिराबाई, संत सूरदास, बगाल के चैतन्य प्रभू, संत सावतामाली, संत गोरा कुंभार, सफी संत, संत गाडगे बाबा, प्रज्ञाचक्षु, संत गुलाबराव महाराज, श्री पंजाबराव देशमुख, आचार्य विनोबा भावे, इन जैसे अनेक संत महात्माओं ने अपने कार्य से समाज का नैतिक स्तर को ऊंचा रखने में प्रयत्नशील दिखाई देते है तथा वंदनीय राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज आधुनिक विदर्भ भुमि के थोर साहित्य संतकवि साथ ही तत्वज्ञ, वैज्ञानिक, समाजसुधारक, शिक्षणतज्ञ, संगीतज्ञ आदि जैसे कलागुणों से परिपूर्ण व्यक्तिमत्व है। उनके इन अनेक पहलुओं में सांगितीक प्रबोधनात्मक शैली में उनका सांगितिक चिंतन हमें गहराई से अभ्यास के लिए प्रेरित करता है।

संगीतीक बिजारोपण

ऐसे महान संत का जन्म विदर्भ के अमरावती जिल्हा के सावली नामक छोटे से गाँव में ३० अप्रेल १९०९ को हुआ। कहा जाता है कि उनकी माताजी मंजुला देवी तत्कालीन संत श्री अडकोजी महाराज की परमभक्त थी। वें बचपन से ही भक्तिमय वातावरण में ही पली बढी होने के कारण राष्ट्रसंत भी इस संस्कार से अछुते ना रह पाये। माधान के संत श्री गुलाबराव महाराज इन्होने राष्ट्रसंत का नाम माणिक रखा। अडकोजी महाराज का उन्हें बचपन से ही गुरूसानिध्य प्राप्त हुआ, उन्होने ही इनका नाम तुकडया रखा जो कि धिरे धिरे प्रचलित हो गया। पढाई के साथ साथ उनकी रूची अकेले में बैठकर, चिंतन कर किर्तन या कविता करने में भी थी। साथ ही वे विविध कलागुणों में भी निपूणता प्राप्त करते चले गए। बचपन से ही गाने में रूची होने के कारण उन्होंने चांदुर बजार के विमलानंद भारती इनके पास से संगीत का शिक्षण लिया। साथ ही यावली के हनुवतीबुवा इनके पास खंजरी तथा कोतळीकर महाराज इनके पास योगासन तथा एकतारी बजाना आदि का ज्ञान अर्जीत किया।

अडकोजी महाराज से प्रभावित हो महाराज ने तुकडया के नाम से अनेक भक्तिभाव युक्त रचना निर्माण कर उनका गायन किया। बचपन से ही उनके साहित्यीक प्रतिभा का दर्शन दिखाई देने लगा था। अडकोजी महाराज के निधने से वे अत्यधिक प्रभावित हुए तथा ईश्वर भक्ति में अपना मन लगा पंढरपूर के

Smt. Revaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Revaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

पांडुरंग भगवान के प्रति अपना जीवन समर्पीत कर दिया। वहीं उन्हें मां बाप के सेवा में परमेश्वर की प्राप्त हुई। उन्हे प्राप्त दिव्य प्रतिभा से संगीत तथा काव्य के माध्यम से भजनों के प्रति वे आसक्त हो गए

तुकडोजी महाराज ने सर्वप्रथम इंसान को बनाने का प्रयत्न किया। आरोग्य, अनुशासन, व्यायाम सामुदायिक प्रार्थना, ऐसे अनुशासन विभुषीत करने के लिए उन्होंने अनेक प्रयत्न किये। धुन पर आधा सामुदायिक प्रार्थना के गान से लोगों को मनशांति प्राप्त हुई।

सर्व धर्माला समन्वय। विश्वशांतिचा उपाय।

लोकसुधारणेचे विद्यालय। सामुदायिक प्रार्थना।

मधुर संगीत यह मानवीय मन पर सकारात्मक परिणाम करता है ओर इस बात का अहसास उन तिक्ष्ण बुद्धी को था। अतः समाज प्रबोधन के लिए संगीत को प्रभावी माध्यम बनाकर साथ ही खंजीरी साधन बनाकर सारे जग में उन्होंने मानवता का मंत्र दिया। समाज जागृति, ग्रामविकास के भजनों के माध्यम उन्होंने ईश्वरभक्ति, अंधश्रद्धा, अनिष्ठ परंपरा, अनिष्ठ रूढी नष्ट करने तथा राष्ट्रिय एकात्मता विकसित क के उददेश्य से लिखने का कार्य आगे बढाया। उन्होंने अनेक विषयों कों ध्यान में रखकर लोगों को अंधका जीवन से बाहर निकलने का मार्ग बताया। उन्होंने आत्मसंयम तथा देशभक्ति के प्रचार के लिए भी सं माध्यम का उपयोग किया। उनके भजनों से अनेक विद्वान प्रभावित हुए। ईश्वर ध्यान कर अपने काव्य गायकी के आधार पर उन्होंने व्यक्तित्व विकास तथा समाज जागृति की। भजन किर्तन के माध्यम से स जागृति के पश्चात संघटना के रूप में गुरूदेव सेवा मंडल की स्थापना भी की।

विभिन्न पहलुओं पर कार्य

राष्ट्रसंत ने विपूल मात्रा में गद्य तथा कविता के रूप में ग्रंथ रचना की है। केवल साहित्य के ग्रंथ न लिखते हुए उन्होंने ग्रामोद्धार, महिलाओं, युवाओं, समाज तथा राष्ट्र की उन्नति के लिए लेखन किया है। इसीलिए उनके लेखन कार्य में सौंदर्य के बदले विचार अधिक प्रकाशित होता है। राष्ट्रसंत तुका महाराज ने अपने ग्रामगीता द्वारा प्रत्येक मनुष्य ने अपने मन से संवादात्मक रूप में संगीत इस महाशक्ति संबंध प्रस्थापित कर अपने गुण तथा अपने आत्मिक संपदा का विकास और दुषित तत्वों से देह और अ का रक्षण करने के लिए प्रेरित किया है।

इनकी काव्य शैली अत्यंत प्रासादिक, वात्सल्यपूर्ण तथा बेलाग रहते हुए उसमें सहज, सु सुसंबद्धता इनका त्रिवेणी संगम प्राप्त होता है। विचारों, गायकी में स्पष्टता तथा सुसंगति, सभी वर्गो को से लेकर शहरों तक आसानी से समझ में आए, गीतों का अर्थ आसानी से समझ में आए तथा सरल ऐसी विशेषताओं से परिपूर्ण इनकी भजन शैली होने के कारण वह सभी श्रोताओं में अपना एक वि स्थान रखती है। इन्होंने भजन, समाज उपयोगी विषयों पर भक्तिरस के भजन, वीररस के भजन, पोव तुंबडी गीत, स्वागत गीत, कव्वाली तथा भजन प्रकार अभंग, वेदांतरूपक, सालगी के भजन, गवळण, भा खंजीरी भजन आदि विपूल मात्रा में लिखे है। इन्होने मराठी में ११६९ तथा हिंदी में २३६९ भजनों की की है। राष्ट्रसंत ने अमृतानुभव अभंगावली भाग १ तथा भाग २ यह अपने युवावस्था में ही लिखे है। यह

Coordinator, IQAC
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Mangharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

CS Scanned with CamScanner

हुए भजन यह लोकजागरण का एक बडा आंदोलन था। 'जीवनाचे माझ्या बोबडे बोल, गोड करूनी
टे जीवा', ऐसे नम्रता से परिपूर्ण उनके भजन होते थे। राष्ट्रसंत ने जनशिक्षा का अद्वितीय कार्य अपने
पुस्तकों के माध्यम से विशेष रूप से ग्रामगीता के तेजस्वी शब्दों से, रसिकों को अपने खंजीरी
से, उपदेशों से, शिबिरों में, गुरूदेव सेवा मंडल के माध्यम से हर इंसान तक पहुंचाया।

क स्पर्श

तुकडोजी महाराज को स्वर लय ताल इन तिनों अंगों का अच्छा ज्ञान था। कुछ शास्त्रीय संगीत पर
त रागों पर भी भजनों को संगीतबद्ध किया है। उसमें राग काफी, बिहाग, भुपाली, सोरठ, भैरव,
रासडा बिहाग, मंगल, धूल, रेखाता, मांड, दरबारी कानडा इत्यादि रागों का उपयोग किया है। तालों में
वा, पंजाबी, तीनताल, उसी प्रकार कव्वाली ताल का भी उपयोग उन्होंने अपनी गायकी में किया है।
गितीक कार्यों में उन्हें श्री माहुलकर गुरूजी संगीत अलंकार तथा श्री बाबारावजी यादव तबला अलंकार
जन सहकारियों की मदद मिली है। उन्होंने अनेक वाद्यों का उपयोग किया। तुकडोजी ने एकतारी पर
प्रार्थना के भजनों की रचना की है। पेटी तबला, ढोलकी, आदिवासी वाद्य में प्रमुख खंजीरी वाद्य को
म भक्तिमार्ग में उपयोग करने वाले एकमेव है। लकडे का छोटासा गोल तुकडा जिसके उपरी भाग में
तथा घुंघरू बांध उसपर घुमने वाले हलके हाथ रसिकों को ध्यान आकर्षित करने की क्षमता रखते थे।
यह प्रिय वाद्य हमेशा उनके साथ रहता।

तुकडोजी महाराज के खंजीरी भजनों ने जनता के अंतःकरण की स्वतंत्रता ज्योत को प्रज्वलीत करने
हत्वपूर्ण कार्य भी किया है। और राष्ट्रभक्ति से प्रेरित हो कर जनता राष्ट्रीय आंदोलन में सहभागी भी

झाड झडुले शस्त्र बनेंगे, भक्त बनेगी सेना।
पत्थर सारे बम बनेंगे, नाव लगेगी किनारे।
विरों में हिम्मत आयेगी, ले तलवार कटयारे
गौर गौर पर गज़ घोडों पर रणकंदन डाले।
ऐसे विर रस से परिपूर्ण भजनों को सुनकर हजारों श्रोताओं के खुन में देशभक्ति का स्त्राव तेज हो
।

प्राकृतिक पहाडी आवाज के धनी ऐसे महाराज की सभी कविताओं में जो आवेष और आर्तता है
ा वर्णन शब्दों में कर पाना कठीन है। भजन गोपालकाला, मायबाई का तथा अडकुजी महाराज का
न पुढरपूर की यात्रा ये सभी कार्यक्रम केवल जनता को जागृत करने के लिए ही आयोजित किये जाते
राष्ट्रसंत का प्रबोधनकार्य का प्रवाह तीन मार्गो से प्रगट हुआ। भजन, संघटन, और निर्माण, भजन यह
र उपासना के लिए, संघटन ये सहजीवन के लिए, तथा निर्माण यह राष्ट्र की पुर्नरचना के लिए होता है।
के लिए भजन का अर्थ केवल स्वरों में खो जाना ऐसा न होकर शब्दार्थ पर ध्यान केंद्रित कर आत्मिक
रता होना आवश्यक है। भजन को वे एक संस्कार मानते है, ईश्वर से एकरूप होने तथा आत्मिक शुद्धी

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Mandharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Mandharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

VOLUME - IX, ISSUE - I – JANUARY - MARCH - 2020
AJANTA - ISSN 2277 - 5730 - IMPACT FACTOR - 6.399 (www.sjifactor.com)

का माध्यम है। भजन की तालसुरबद्धता से ज्यादा महत्वपूर्ण उसका मानवीय मन पर होनेवाला परिणाम अधिक महत्वपूर्ण है। अपने दुर्गुणों का अंत कर सदगुण तथा सत्कार्य की ओर प्रवृत्त होने को ही महाराज ने भजन कहा है। ग्रामगीता तथा अभंगगाथा यह महाराज का भक्तयोग का आविष्कार है। 'मंदिर मंदिर क्य घुमता है पहले सेवा कर गरिबों की', ऐसा महाराज कहते है। समाजिक जीवन सुस्थिती में लाने के लिए लोकभाषा, लोकनृत्य, लोकगीत, बोलीभाषा आदि विविध अंगों के माध्यम से जनसामान्यों को कैसे प्रभावि कर पाएँगे उसके लिए उन्होंने अपना पुरा जीवन समर्पित किया है। इस हेतू में संगीत कला के माध्यम से जनकल्याण के लिए उपदेश किये ।

उस समय में मनोरंजन के लिए रेडियो ही उपयुक्त माध्यम था। रेडीयो के माध्यम से सर्वसामान्य तक फिल्मी गीतों की धुनों पर अपने भजनों को धुन लगाई। इनका योग्य उपयोग करते हुए उन्होंने सारी रा रात तेरी याद सताए इस प्रसिद्ध गीत पर 'घडी घडी मनी तुझे नाम जपावे, चित्त स्थिर करूनी चरण पहावे' ऐसे अनेक और भजनों की रचना की। सुनने में सरल होने के वजह से यह भजन उस काल में का लोकप्रिय हुए। कई स्थानों में युवाओं के मुख से फिल्मी संगीत के बदले तुकडोजी महाराज के भजन सु देते थे। इन भजनों के माध्यम से राष्ट्रसंत ने समाजप्रबोधन से सामाजिक बदलाव भी दिखाई देने लगा। उन अनेक रचनाओं के माध्यम से सारी मानवता को एकसुत्र में बांधा तथा सारी मानवजाती की जन्मदा संभालने वाली, एकही ईश्वर शक्ति है और यह चैतन्य शक्ति प्रत्येक मानवता में स्थित है ऐसा संदेश दिया। इसी प्रकार स्वच्छता का संदेश देनेवाली, बेरोजगारी युवाओं के लिए, व्यसनमुक्ति के लिए, धर्मज मतभेदों को नष्ट करने के लिए अनेक उपदेशात्मक गीतों का निर्माण किया।

गावागावासी जगवा। भेदभाव सगुळ मिटवा।
उजळा ग्रामोन्नतिचा दिवा। तुकडया म्हणे।

उन्होंने भजनों के माध्यम से ज्ञानअमृत का रसपान कराया। उनके इन कार्यों से प्रभावित हो कर भ के प्रथम राष्ट्रपति डॉ राजेंद्र प्रसाद इन्होंने उन्हें राष्ट्रसंत की उपाधी दी। 'कशाला काशी जातो रे कशाला जातो' ऐसे गद्य प्रायः सीधा हृदय को छुने वाली होती है। संगीत के माध्यम से प्रबोधन करने के लिए उ देशविदेश में भ्रमण किया। विश्वधर्म परिषद जापान में उदघाटन का सम्मान तुकडोजी महाराज इन्हें ही था। इस प्रसंग में उन्होंने खंजीरी के साथ 'हर देश में तु हर भेष में तु' यह गीत अत्यंत प्रभावी रू प्रस्तुत किया कि उपस्थित सभी भावपूर्ण हो गए।

निष्कर्श

राष्ट्रसंत अपने काव्यों से, भजनों से, किर्तनों द्वारा समाज प्रबोधन कर के समाज के अनिष्ठ परंपरा को नष्ट करने के साथ साथ राष्ट्रिय एकात्मता को सबलता प्रदान करने के लिए प्रयत्नशील र मानवीय मन की चंचलता को केवल संगीत के माध्यम से ही स्थिर करने की दिव्यदृष्टि से तुकडोजी म ने भजन, अभंग, पोवाडे, स्त्रीगीत ऐसे अनेक गीत लिखे तथा उन्हें उपदेशात्मक रूप में गाए भी। संगीत का चिंतन मनन कर नए नए रचनाओं की निर्मिती में उनका बहुत योगदान है। राष्ट्रसंत ने समाजक

ISSUE - I – JANUARY - MARCH - 2020
ISSN 2277 - 5730 - IMPACT FACTOR - 6.399 (www.sjifactor.com)

त तथा राष्ट्रिय एकात्मता के लिए, संस्कृति की रक्षा तथा संवर्धन के लिए जो कार्य संगीत के
क्या वो इन जग को दिया हुआ अनमोल तोहफा है। इसी कारणवश आज भी राष्ट्रसंत विदर्भीय
लों में समाये हुए है। उनके द्वारा किये गए कार्य के सम्मान स्वरूप आज नागपुर विश्वविद्यालय
तुकडोजी महाराज विश्वविद्यालय के नाम से जाना जाता है। महाविद्यालय तथा विश्वविद्यालय
उनके संगीत विचारों की, संगीतिक उपदेशों की प्रचार को ध्यान में रखते हुए पाठयक्रम में समावेश
जाई पडता है। मानव प्रेम, मानव सेवा, तथा शांति इनका त्रिवेणी संगम को साथ कर राष्ट्रसंत ने
खता कों विश्वप्रेम तथा विश्व बंधुत्व का संदेश दिया। उनके भजन रूपी स्मृति साथ ही खंजीरी का
ा भी लोगों के मनमस्तिष्क में कायम है और रहेगा।

राष्ट्रीय भजनावली — राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज

राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज गौरव ग्रंथ — प्राचार्य रा. तु. भगत

सुदाम सावरकर — जीवनयोगी राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज चरित्र खंड १.३

डॉ. अशोक कामत — ग्रामगीता निरूपन

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Impact Factor – 6.625

ISSN – 2348-7143

INTERNATIONAL RESEARCH FELLOWS ASSOCIATION'S

RESEARCH JOURNEY

Multidisciplinary International E-Research Journal

Peer Reviewed & Indexed Journal

October-2019 Special Issue – 203

गांधी विचारधारा एवं ग्रामस्वराज्य संकल्पना



अतिथि संपादक :

डॉ. अजयकुमार मोहवंसी

प्राचार्य,

कला एवं वाणिज्य पदवी महाविद्यालय,

पेट्रोलपंप जवाहरनगर,

त. जि. भंडारा

विशेषांक संपादक

डॉ. राजेंद्रप्रसाद पटले

डॉ. आर. आर. चौधरी

डॉ. हरगोविंद टेंभरे

डॉ. सुधाकर थूल

डॉ. अमोल राऊत

मुख्य संपादक

डॉ. धनराज धनगर

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

This Journal is indexed in :

- Scientific Journal Impact Factor (SJIF)
- Cosmoc Impact Factor (CIF)
- Global Impact Factor (GIF)
- International Impact Factor Services (IIFS)

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

For Details Visit To : www.researchjourney.net

SWATIDHAN PUBLICATIONS

INTERNATIONAL RESEARCH FELLOWS ASSOCIATION

Scanned with CamScanner

'RESEARCH JOURNEY' International Multidisciplinary E- Research Journal
Impact Factor - (SJIF) – 6.625, (CIF) - 3.452(2015), (GIF)-0.676 (2013)
Special Issue 203 : गांधी विचारधारा एवं ग्रामस्वराज्य संकल्पना
ISSN : 2348-7143
October-2019

Editorial Board

Chief Editor -
Dr. Dhanraj T. Dhangar,
Assist. Prof. (Marathi)
MGV'S Arts & Commerce College,
Yeola, Dist – Nashik [M.S.] INDIA

Executive Editors :
Prof. Tejesh Beldar, Nashikroad (English)
Dr. Gajanan Wankhede, Kinwat (Hindi)
Mrs. Bharati Sonawane-Nile, Bhusawal (Marathi)
Dr. Rajay Pawar, Goa (Konkani)

Co-Editors -

- **Prof. Mohan S.** - Dean faculty of Arts, Delhi University, **Delhi, India**
- **Prof. Milena Brotaeva** - Head, Classical East Department, Sofia University, **Sofia, Balgeria**
- **Dr. R. S. Sarraju** – Center for Translation Studies, University of Hydeabad, **Hydrabad, India**
- **Mr.Tufail Ahmed Shaikh**- King Abdul Aziz City for Science & Technology, Riyadh, **Saudi Arabia.**
- **Dr. Anil Dongre** - Head, Deptt. of Management, North Maharashtra University, Jalgaon **[M.S.] India**
- **Dr. Shailendra Lende** - R.T.M. Nagpur University, Nagpur **[M.S.] India**
- **Dr. Dilip Pawar** - BoS Member (SPPU), Dept. of Marathi, KTHM College, Nashik. **[M.S.] India**
- **Dr. R. R. Kazi** - North Maharashtra University, Jalgaon **[M.S.] India**
- **Prof. Vinay Madgaonkar** - Dept. of Marathi, Goa University, **Goa, India**
- **Prof. Sushant Naik** - Dept. of Konkani, Govt. College, Kepe, **Goa, India**
- **Dr. G. Haresh** - Associate Professor, CSIBER, Kolhapur **[M.S.] India**
- **Dr. Munaf Shaikh** - N. M. University, Jalgaon & Visiting Faculty M. J. C. Jalgaon **[M.S.] India**
- **Dr. Sanjay Kamble** -BoS Member Hindi (Ch.SU, Kolhapur), T.K. Kolekar College, Nesari **[M.S.]**
- **Prof. Vijay Shirsath**- Nanasaheb Y. N. Chavhan College, Chalisgaon **[M.S.] India**
- **Dr. P. K. Shewale** - Vice Principal, Arts, Science, Commerce College, Harsul **[M.S.] India**
- **Dr. Ganesh Patil** - M.V.P.'s, SSSM, ASC College, Saikheda, Dist. Nashik **[M.S.] India**
- **Dr. Hitesh Brijwasi** - Librarian, K.A.K.P. Com. & Sci. College, Jalgaon **[M.S.] India**
- **Dr. Sandip Mali** - Sant Muktabai Arts & Commerce College, Muktainagar **[M.S.] India**
- **Prof. Dipak Patil** - S.S.V.P.S.'s Arts, Sci. and Com. College, Shindhkheda **[M.S.] India**

Advisory Board -

- **Dr. Marianna Kosic** - Scientific-Cultural Institute, Mandala, **Trieste, Italy.**
- **Dr. M.S. Pagare** - Director, School of Languages Studies, North Maharashtra University, Jalgaon
- **Dr. R. P. Singh** -HoD, English & European Languages, University of Lucknow **[U.P.] India**
- **Dr. S. M. Tadkodkar** - Rtd. Professor & Head, Dept. of Marathi, Goa University, **Goa, India.**
- **Dr. Pruthwiraj Taur** - Chairman, BoS., Marathi, S.R.T. University, Nanded.
- **Dr. N. V. Jayaraman** - Director at SNS group of Technical Institutions, **Coimbatore**
- **Dr. Bajarang Korde** - Savitribai Phule Pune University, **Pune, [M.S.] India**
- **Dr. Leena Pandhare** - Principal, NSPM's LBRD Arts & Commerce Mahila Mahavidyalaya, Nashik Road
- **Dr. B. V. Game** - Act. Principal, MGV's Arts and Commerce College, Yeola, Dist. Nashik.

Review Committee -

- **Dr. J. S. More** – BoS Member (SPPU), Dept. of Hindi, K.J.Somaiyya College, Kopargaon
- **Dr. S. B. Bhambar,** BoS Member Ch.SU, Kolhapur, T.K. Kolekar College, Nesari
- **Dr. Uttam V. Nile** - BoS Member (NMU, Jalgaon) P.S.G.V.P. Mandals ACS College, Shahada
- **Dr. K.T. Khairnar**– BoS Member (SPPU), Dept. of Commerce, L.V.H. College, Panchavati
- **Dr. Vandana Chaudhari** KCE's College of Education, Jalgaon
- **Dr. Sayyed Zakir Ali** , HOD, Urdu & Arabic Languages, H. J. Thim College, Jalgaon
- **Dr. Sanjay Dhondare** – Dept. of Hindi, Abhay Womens College, Dhule
- **Dr. Amol Kategaonkar** – M.V.P.S.'s G.M.D. Arts, B.W. Commerce & Science College, Sinnar.

Published by –
© Mrs. Swati Dhanraj Sonawane, Director, Swatidhan International Publication, Yeola, Nashik

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya
Bhandara.

Scanned with CamScanner

INDEX

No.	Title of the Paper	Author's Name	Page No.
1	Understanding the Economics of Mahatma Gandhi's Sarvodaya	Dr. Poorva Bhonde	05
2	The Gandhi's Thought on Cleanness	Hemlata R. Selokar	09
3	Educational Thoughts of Mahatma Gandhi and its Relevance in Present Scenario	Dr. (Mrs.) Ujjwala D. Sadaphal	11
4	Gandhi's View on Panchayat Raj	Dr. Sucheta Parker	15
5	The Contribution of Mahatma Gandhi with Context to Rural Development	Dr. G. N. Nimbarte	18
6	Mahatma Gandhi and Sarvodaya	Dr. Ranjana Shringarpure	21
7	Environmental Thoughts of Mahatma Gandhi	Dr. Jayshree Bhagat	23
8	Mahatma Gandhi and Enviornment : Green Future	Dr. Sayeda Parveen Qureshi	26
9	Gandhian Ideology in Raja Rao's Kanthapura	Dr. Anita Wanjari	28
10	Relevance of Gandhian Solutions for Today	Dr. Hargovind Tembhare	31
11	The Gandhi Quartet- A Portrayal of Mahatma Gandhi	Dr. Rajendra Pise	33
12	Mahatma Gandhi and Universal Peace	Prof. Vijay Ganvir	36
13	Mahatma Gandhi - Father of the Nation	Dr. Chandrashekhar Malviya	39
14	महात्मा गांधी के आर्थिक विचार	प्रा. पौर्णिमा राहांगडाले	41
15	गांधी विचारधारा में सत्य, अहिंसा के दर्शन एवं ग्रामीण सुधार	डॉ. रमेश बावनथडे	45
16	म. गांधी एवं सर्वोदय	डॉ. सुरेश खोब्रागडे	48
17	राष्ट्रपिता एवं ग्रामीण विकास कि संकल्पना	प्रा. अनिलकुमार गुप्ता	51
18	महात्मा गांधी के आर्थिक विचार	प्रा. एच. पी. पारधी	56
19	वर्तमान शिक्षा एवं गांधी विचार	प्रा. संतोषकुमार परिहार	60
20	पंचायतराज में गांधी विचारधारा कि भूमिका	प्रा. सुधाकर माटे	64
21	गांधी तत्त्वज्ञान एवं ग्रामीण जीवन	डॉ. प्रशांत पगाडे	69
22	स्त्री सशक्तीकरण और महात्मा गांधी	डॉ. अलका दहीकर	72
23	नवजागरण, गांधी और राष्ट्रभाषा	डॉ. मनोज पाण्डेय	75
24	महात्मा गांधी एवं सर्वोदय	डॉ. विनोद बाली	81
25	महात्मा गांधी और राष्ट्रभाषा	कुंजनलाल लिल्हारे	84
26	स्त्री विमर्श एवं गांधी विचार	सुमिता राय	87
27	गांधीजी के आर्थिक विचार	प्रा. सारिका दमाहे	92
28	हिंदी साहित्य में गांधीवाद के प्रती यशपाल का दृष्टीकोन	एकादशी जैतवार	96
29	स्वदेशी संस्कृती के साथ आर्थिक विकास एवं शिक्षा	प्रा. अर्चना देशमुख	100
30	महात्मा गांधी के आर्थिक विचार	फैसल कुरेशी	103
31	महात्मा गांधी के आर्थिक विचार	प्रा. रोषना जनबंधू	106
32	महात्मा गांधी के राजनीतिक विचार	डॉ. सुशांत चिमणकर	109
33	महात्मा गांधी एवं स्वतंत्रता आंदोलन	डॉ. चुन्निलाल साखरवाडे	115
34	प्रेमचंद के उपन्यासों में 'गांधीवाद' : एक अध्ययन	डॉ. मनिष टेंभरे	117

Scanned with CamScanner

'RESEARCH JOURNEY' International Multidisciplinary E- Research Journal
Impact Factor - (SJIF) – 6.625, (CIF) - 3.452(2015), (GIF)–0.676 (2013)
Special Issue 203 :
गांधी विचारधारा एवं ग्रामस्वराज्य संकल्पना
ISSN : 2348-7143
October-2019

Mahatma Gandhi and Sarvodaya

Dr. Ranjana Shringarpure
Department of Political Science,
Smt. RewabenManoharbhai Patel Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara.

Introduction:

21st century is the era of globalization. New economic policy of globalization moves on to make the world a global village. In this paper an attempt is made to focus on Sarvodaya as one of the pillars to bring Hind Swaraj. Objectives of this research paper are to know Gandhian philosophy of Sarvodaya for changing attitude of youth & aware youth for their rights & duties.

History of Sarvodaya Concept:

The Sarvodaya means 'Universal Uplift' or 'Progress of All'. The history of the concept of Sarvodaya in the modern era begins with English social philosopher J. Ruskin. In 1860, Ruskin wrote a series of essays that criticized the capitalist system because it created a hierarchical social structure, hyper-competitive culture, mechanical worldview and undermined the dignity of labour.

Gandhi received a copy of Ruskin's "Unto This Last" from a British friend, Mr. Henry Polak, while working as a lawyer in South Africa in 1904. In his Autobiography, Gandhi remembers the twenty-four hour train ride to Durban (from when he first read the book, being so in the grip of Ruskin's ideas that he could not sleep at all. Gandhi advances the concept of Sarvodaya, which were the based on three basic principles:

- That the good of the individual is contained in the good of all.
- That a lawyer's work has the same value as the barber's in as much as all have the same right of earning their livelihood from their work.
- That is a life of labour, i.e., the life of the tiller of the soil and the handicraftsman is the life worth living.

In order to share these insights with his countrymen in India, Gandhi translated *Unto this Last* into the Gujarati language in 1908, and entitled it *Sarvodaya* (the well-being of all).

Objectives of Sarvodaya:

The Sarvodaya Movement has as its target the establishment of a whole network of such self-supporting village communities. The family relationships which are confined at present to the blood group will be extended to cover the whole village where distinctions based on race, creed, caste, language and so forth will completely be eliminated. Agriculture will be so planned that all the people will have enough to consume. Industry will be conducted on a cottage basis till all the people in the village are gainfully employed. The needs of the village will be determined by the people of the village themselves, through Village Council, representative of the whole village.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

Sarvodaya Movement:

Gandhi's ideals have lasted well beyond the achievement of one of his chief projects, Indian independence (Swaraj). His followers in India (notably, VinobaBhave) continued working to promote the kind of society that he envisioned, and their efforts have come to be known as the

Scanned with CamScanner

Sarvodaya Movement. Anima Bose has referred to the movement's philosophy as "a fuller and richer concept of people's democracy than any we have yet known." Sarvodaya workers associated with Vinoba, J. P. Narayan, Dada Dharmadhikari, DhirendraMazumdaar, Shankarrao Deo, K. G. Mashruwala undertook various projects aimed at encouraging popular self-organization during the 1950s and 1960s, including Bhoodan and Gramdan movements. Many groups descended from these networks continue to function locally in India today.

Simple Living & High Thinking:

Mahatma Gandhi was of the firm view that the earth provides enough to satisfy every man's needs, but not for every man's greed. In the Sarvodaya society of his dream, therefore, every member will be free from any greed for limitless acquisition of material wealth and more and more luxurious living and they will follow the motto of simple living and high thinking. Everyone will, thus, get ample opportunity to produce and earn sufficiently through honest work for decent and dignified living. Consequently there will be no problem of unemployment.

Agency of Common Welfare:

That Sarvodaya is an agency of Service for Common Welfare Sarvodaya sets its face squarely against the politics of power and exploitation. It lays great emphasis on moral and spiritual values. It seeks to create new social and economical values. The concept of possession yields place to the concept of trusteeship. People will work for the good of all and family feeling will animate the entire community. There will be fullest scope for freedom, fellowship and equality. The state is to be an agency of power. Gramrajya is a base of non-violence. Sarvodaya stands for good of all and not for the good of any particular individual or class.

Conclusion

So, lastly we can conclude that Sarvodaya ideals are not practicable. Though the ideals of sarvodaya will be noble.Nobady can find fault with them, in the actual world. They will be found wanting. It will be almost impossible to establish a society strictly on the basis of great principles by Mahatma Gandhi and others. Sarvodaya doctrines are soaring and it is doubtful whether they can rest on the earth. The poor record of Panchayat Raj in India bears testimony to the backward condition in which people are. In the highly competitive world, one country can not succeed in having Gramraj.Unless all states in the world accept the Sarvodaya idea. The chances of having it is a particular country like India are bleak. As well as, it is difficult to bring a change of the heart in the youth, who is given to selfishness. People donated useless land in response to the Bhoodan. So, need of the present era for youth is 'Think Globally and Act Locally'.

References

1. Gandhi, M. K., *My Experiments with Truth- An Autobiography of M. K. Gandhi.*
2. Gandhi, M. K., & Vyas, H. M. (1962). *Village Swaraj*. Ahmedabad: Navajiwan Publishing House.
3. Tripathy, M. (2013). *Gandhi on Education Concepts and Relevance.* New Delhi: Cyber tech Publications.

Scanned with CamScanner

Impact Factor-7.675 (SJIF) ISSN-2278-9308

B.Aadhar

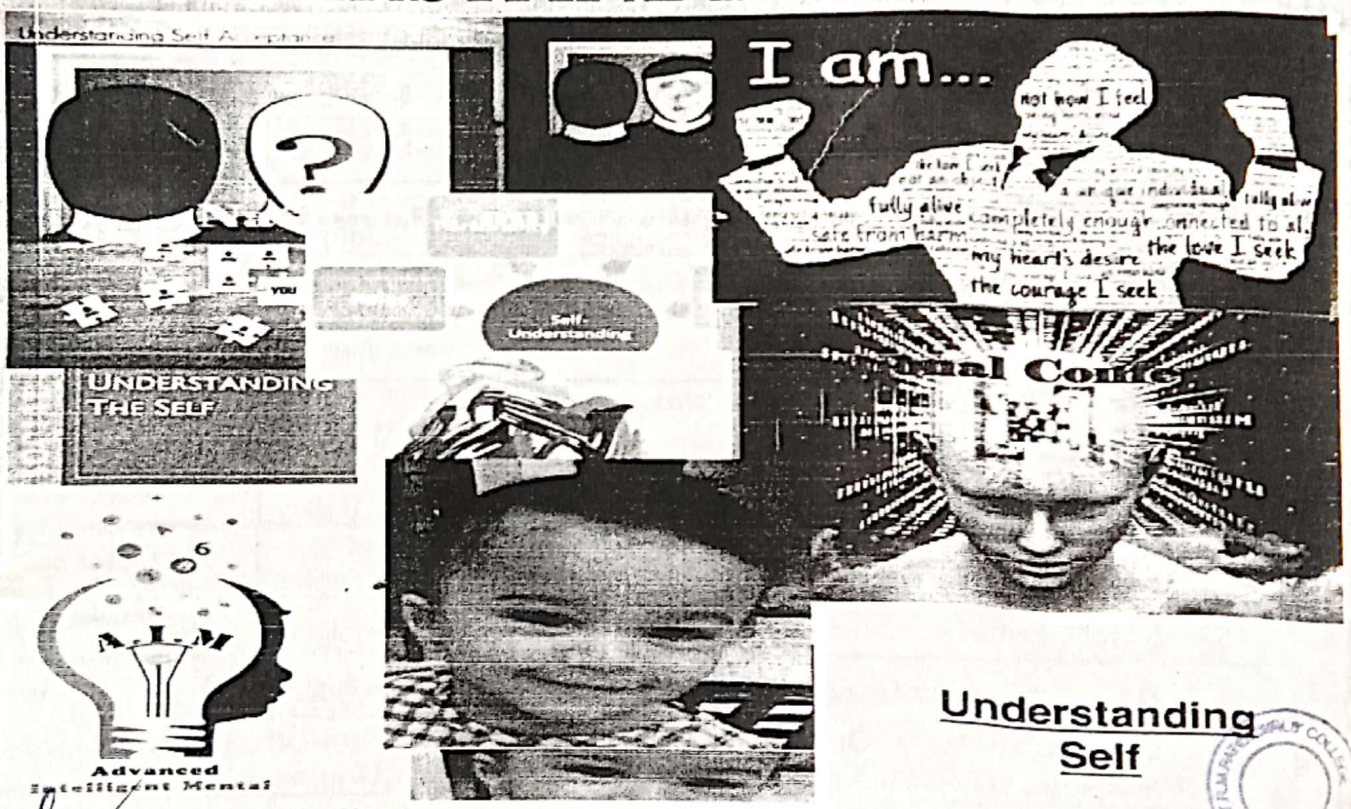
Peer-Reviewed Indexed

Multidisciplinary International Research Journal

February-2020

SPECIAL ISSUE-CCXIII(213)

UNDERSTANDING OF SELF



Understanding Self

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya
Bhandara

Chief Editor
Prof.Virag S. Gawande

Editor
Dr. Suhaskumar Ruprao Patil

Convenor
Dr. Sushama M. Ganoje

Co-ordinator
Dr. Chhaya Dilip Mahale

This Journal is indexed in :
- Scientific Journal Impact Factor (SJIF)
- Cosmos Impact Factor (CIF)
- International Impact Factor Services (IIFS)

For Details Visit To : www.aadharsociety.com

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Aadhar PUBLICATIONS

Scanned with CamScanner

INDEX

No.	Title of the Paper Authors' Name	Page No.
1	Understanding One's Emotions - **Dr. Ranjana A. Shringarpure**	1-2
2	Understanding of Self - **Dr. Sushma Sharma**	3-4
3	Understanding One's Personality- **Dr. D.B.Punse & Dr. G. G. Kumbhare**	5-7
4	Understanding the concept of self-**Dr. Kiran Urade & Dr. Ramkrishna Buradkar**	8-10
5	Understanding the Self-Concept- **Dr. Vijaykumar B. Khandate**	11-12
6	Review of earning to exercise self-control and self-restraint- **Dr. Pratibha A. Jiwatode**	13-15
7	Understanding One's Personality - **Dr. Padma A. Raut**	16-17
8	Understanding the concept of "Self"- **Dr. Archana Ganesh Watkar**	18-20
9	Understanding the Concept of Self-Through Persian Literature- **Dr. M. A. Siddiqui**	21-23
10	Understanding the Concept of Self- **Dr. Rajani D. Shionkar**	24-25
11	Self Esteem – Everybody's Need- **Dr Suwarna Shyam Athawale**	26-27
12	Study of Understanding Self And Personality- **Dr. Anil Deorao Warghat**	28-29
13	Understanding one's strengths & Weaknesses- **Nita Laxmanrao Choure & Dr. Govindprasad D. Dubey**	30-31
14	Understanding one's Emotions by Being Emotionally Intelligent- **Dr. (Mrs.) Ujjwala Sadaphal**	32-33
15	Value Oriented Education: Need of the Hour- **Dr. R.L. Nikose**	34-36
16	Understanding The One's Personality- **Dr. D. B. Ingole**	37-38
17	Comparative study Of Self-Acceptance of Girls and Boys of Secondary School Students of Gondia city **-Dr. Shubhangi Dongre**	39-40
18	Encouraging Self-Awareness and Self-Advocacy in Students- **Dr. G.P. Dhatrak**	41-43
19	Comparative Study of Achievement Motivation of various Levels of Archers **-Shyam B. Korde**	44-45
20	Machiavellianism- A parametric indicator of Self Understanding- **Mrs. Vandana Dhirsingh Gaur (Ms. Mundase)**	46-47
21	Comparative Study of Self Concept among the Students of Class 10th of State Board and CBSE- **Dr. Gawande Amit E**	48-49
22	Understanding One's Strengths and Weaknesses- **Dr. Bhavika S. Jain**	50-52

Scanned with CamScanner

'Aadhar' International Multidisciplinary Research Journal
Impact Factor - ((SJIF) -7.675,
Special Issue
ISSN : 2278-9308
February 2020

Understanding One's Emotions

Dr. Ranjana A. Shringarpure
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel Mahila Kala Mahavidyalaya, Bhandara

Emotion play an important role in human survival and adaption as they affect the way we perceive our surroundings interpret them, and at upon these perceptions. Emotion serve an adaptive role in our lives by motivating us to act quickly and take actions that will maximize our chances of survival and success.

What are Emotions :- Emotion are feelings to start to understand your emotions, you need to ask yourself two or three questions. How do I feel? How do I Know? How do other feel and how do I know?

These are several ways that we can tell how others are feeling particularly by observing what they say an how they behave including their body language. Emotions are part of the experimental system. Which can be thought of as the core consciousness system. Core consciousness refer to your "theatre of experience", that co-ordinates your behaving in the world and includes three broad domains.

Emotions like these are part of human nature. They give us information about what we're experiencing and help us know how to react. Emotion can play an important role in how we think and behave. The exotins we feel each day can compel us to take action and influence the decisions we make about our lives, both large and small on order to truly understand emotions, it is important to understand the three critical components of an emotion 1) A Subject component 2) A physiological component 3) An expressive component.

These different element can play a role in the functions and purpose of your emotions responses. Emotion are powerful and extraordinary part of being human, your emotions serve as an instant cueing system to inform you about situations and motivate you to take actions.

All emotions tell us something about ourselves and our situation. But sometimes we find it hared to accept what we feel. If we feel jealous for example. But instead of thinking we shouldn't feel that way, its better to notice how we actually feel.

Our emotions affect not only the way others treat us, but our inner sense of will being. Emotions are completely governed by your body's reaction. Emotions are strongly linked to memory and experience. Emotions are also closely linked to values : an emotional response to the some stimules is likely to be strong. Emotions can be fleeting, persistent, powerful, complex and even life changing. Our emotions affect not only the way others treat us. But inner sense of well being.

Emotions allow us to understand other :- Just as our own emotions provide valuable information to others, the emotional expressions of those around us give us wealth of social information. Social communication is an important part of our daily lives and relationships, and being able to interpret and react to the emotions of other us essentials. It allows us to respond appropriately and loud deeper more meaningful relationship with our friends, family and loved ones.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

Emotional displays could also play an important role in safely and survival. If you encountered a hissing or spitting animal, it would clearly indicate that the creature was and angry and defensive, leading to you back off and avoid possible danger.

How emotions help us :- What are you feeling, right now as you start to read this? Hopeful that you'll learn something about yourself? We sense our emotions from the time we're infants and young children react to their emotions with facial expressions or with actions like laughing, cudding or crying. As we grow up we become more skilled in understanding emotions. Instead of just reacting like little kinds do. We an identity what we feel and put into words, with time and practice. We get better at knowing that we are feeling and why. The skill is called 'emotional awareness.'

Understanding someone means :- We all go through millions of emotions in our relationship and those emotion create brain chemicals that change the way we feel, sometimes we are in a positive frame of mind and other times we can be neutral or even having negative feelings about our partners and ourselves. Some emotions feel positive like feeling happy, loving, confident, inspired, cheerful, other emotions can seem more negative like feeling angry, resentful, afraid, guilty, sad, worried to have the ability to empathize with that person being able to think in the lines of the what the other person is thinking. Being abled to reason what transpired in someone mood before doing what he / she has done. Humans also have an explicit public self-consciousness system. That is they know that other people can see their emotional reactions if they act on them and they must then consider how others will respond to their emotions.

Emotional awareness also helps you in your relationship will others. Emotional awareness simply means recognizing, respecting and accepting your feeling as they happen. The better you understand your emotions response and are open to exploring them, the more likely you are to be able to respond to your partner in a way that telps in overcoming difficulties. We all live at the meray of our emotion. Our emotion influence and shape our desires, thoughts and behaviors and above all our destiny emotion is more powerful than reason. Emotion is the driving force behind thinking and reasoning.Understanding the emotional displays, of other gives us clear information about how we night need to respond in a particular situation understanding your own relation to a situations is likely to help you to understand why your parlure reacts ina particular way understanding emotion is important to your relationship.

People who are good at understanding others :

1) Pick up emotional ones offers from body language, tone of voice and other non verbal elements of communication.
2) Sensitivity towards others and understanding their perspective.
3) Listen well to what people are saying, actively checking their understanding

Reference

1) www.verywellmind.com
2) www.actionresearch.net
3) www.killsyouneed.com
4) https://www.sciencedirect.com
5) https://m.wikihow.com
6) 'Discovering psychology' by DON Hockenbury

CS Scanned with CamScanner

(SJIF) Impact Factor-7.675 ISSN-2278-9308

B.Aadhar

Peer-Reviewed Indexed

Multidisciplinary International Research Journal

March -2020

SPECIAL ISSUE-CCXXV (225)

Domestic Violence: Impact on Indian Society



Chief Editor
Prof. Virag S. Gawande
Director
Aadhar Social
Research & Development
Training Institute Amravati

Editor:
Dr Nitin A. Mathankar
Principal
Late Vasantrao Kolhatkar Arts
College, Rohana

Guest Editor:
Prof. Deoman Umbarkar
Late Vasantrao Kolhatkar Arts
College, Rohana

The Journal is indexed in:

Scientific Journal Impact Factor (SJIF)

Cosmos Impact Factor (CIF)

International Impact Factor Services (IIFS)

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

166	महाराष्ट्र राज्यातील महिलावरील वाढते अत्याचार व हिसाचार – एक अध्ययन प्रा. डॉ. मनोजकुमार का. भोवते	720
167	कौटुबीक महीलावरील हिसा आणि त्यावरील कायदे प्रा. डॉ. गणेश एन. बहादे	724
168	Backward Castes, Schedule Castes And Schedule Tribes Dr.A.D.Chauhan	728
169	Naturalism In The Fictional World Of Stephen Crane And Theodore Dreiser Dr.Prakash S. Tale	733
170	Challenges before Sociologists in the Present Time Dr. Kavita Mate	737
171	Human Rights And Domestic Violence Dr.Ranjana A. Shringarpure	741
172	Farmer's Problems In Maharashtra Mrs. Leena Gadewar	743
173	Navarasas in Kathakali: A study of characters in Anita Nair's 'Mistress'. Dr. Arzoo Ashok Rode	747
174	An Assessment of Native Plants and Their Medicinal Uses Mhaiskar M N	753
175	Automation & Computerization of Academic Library Dr. Sunil H. Urkudkar Prashant K. Bhatkar	761
176	Domestic violence in India Shital S. Bhargav	764
177	The Impact of the Coronavirus on business in World Economy Dr.Mrunali S. Lilhare	768
178	Laws on violence against women Astt.prof:kundan Natkar	773
179	The Role of Women Empowerment and Domestic Problems Mrs.Shobha Tajane	776
180	भंडारा जिल्हयातील रोजगार हमी योजनेचे आर्थिक व सामाजिक विकासातील योगदान डॉ.सी.पी.साखरवाडे	781

SMT. R.M. PATEL MAHILA MAHAVIDYALAYA BHANDARA
Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

B.Aadhar International Multidisciplinary Research Journal
Impact Factor - ((SJIF) -7.675.
Special Issue
ISSN : 2278-9308
March 2020

Human Rights And Domestic Violence

Dr.Ranjana A. Shringarpure
Smt. RewabenManoharbhai Patel Mahila Kala Mahavidyalaya, Bhandara

Humans rights are based on equality and its basic philosophy strikes at the roof of discrimination against humans. Humans rights are the basic and fundamental rights to which all humans are entitled by virtue of being born in a family. The Preamble to the universal declaration of human rights States "Recognition of the inherent diduity and of the equal and inalienable rigths of all members of the human family is the foundation of freedom.Justice and peace in the world."

What are women's human rights?

Women's right are the fundamental human rights that were enshrined by the united nations for every human being on the planet nearly 70 years ago. These rights include the right to live free from violence. Slavery and discrimination.To be educated.To own property to vote and to earn a fair and equal wage.

As the now famous saying goes "women's right are human rights." That is to say woman's are entitled to all of these rights. Yet almost everywhere around the world women and girls are still denied them, often simply because of their gender

The globalwomen's human rights movements has worked tirelessly and Successfully to prompt the international community to issue declarations and promulgate laws detaining violence against women as a human rights abuse and delineating government responsibilities to address it.

Violence of any nature or form is in human. As domestic violence under miners the value of a women an individual, it is a serious human right violation. Domestic violence has gradually emerged as a global problem. It is present in all countries irrespective of the nations social, economic and political status

Domestic violence too has been explained in various ways "Physical force exerted for the purpose of violation, damaging or abusing." The intention of violence is to cause physical. Psychological trauma to the victim. The united nations declaration on the Elimination of violence against women(1993) destines violence against as " as any act of gender based violence the result in or is likely to result in physical sexual or psychological harm or suffering to women, including threats of such acts. Coercion or arbitrary deprivation of liberty, whether occulting in public or in private life"

Domestic violence affects vast numbers f women in every state around the global. Domestic violence against women is an age old phenomenon. Women were always considered weak. Sufferable and in a position to be exploited.

We want every women and girl to realize the rights that are enshrined in the universal declaration of Human Rights. We know female genital mutilations is a violation of girls rights and must be eliminated. And we stand for the right of every women to live equally and free from discrimination, no matter her sexuality or identity.

The convention on the elimination of all forms f discrimination against women (CEDAW) is an international treaty adopted in 1979 by the united Nation General Assembly Described as an international bill of right for women it was instituted on 3rd Sept. 1981 and has been satisfied 189 States. CEDAW an international bill of right for women, requires governments to end gender discrimination and affirms women's right to health services including family planning.

The international community. However died not formally recognize violence against women including domestic violence and sexual abuse as a human right violation until the nation world conference on Human Right in Vienna (1993) There were many reason for this omission, the most

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

basic being that the traditional human right analysis focused on how government violate the human rights of the citizen not on how private citizens treat one another.

The global women's human right movement has worked tirelessly and successfully to prompt the international community to issue declaration and promulgate laws defining violence against women as a human rights abuse and delineating government responsibilities to address it.

Protection of women from Domestic violence Act 2005

Is an act of the parliament of India enacted to project women from Domestic violence. It was brought into force by the Indian govt. From 26 October 2006. Indian law a definition of domestic violence with this definition being broad and including not only physical violence but also other forms of violence such as emotional, verbal, sexual and economic abuse.

There are few laws in placed in india that deal directly domestic violence. The protection of women from domestic violence Act 2005.The dowry prohibition Act 1961, and Section 498A of the Indian penal code. It was seen as a major step forward in secutingwoman'srights and more effective protection.

Domestic violence is a global issue reaching across national boundaries as well as socio-economical cultural, racial and class distinctions. Domestic violence is wide spread deeply ingrained and has serious impacts on women's health and well being. Stringent action should be taken again culprits. Faster remedies need to be provided to people who face such violence. Until a multifaceted strategy is adopted, the prevention of domestic violence will remain an elusive dream.

Domestic violence is a long term achievable only through individual daily efforts for non violent behaviour and peaceful resolution of conflicts. An atmosphere of no. tolerance against this violence weds to be created. People need to be made aware of this menace by properly educating and sensitising them about the issue.

It is estimated that 40 present of women worldwide have experienced either physical and sexual intimate partner violence or sexual violence by a non partner at some point in their lives.

Recently both at the regional and international level. We have witnessed an increased awareness of women's right but also the persistence of gender based violence against women and girls across all layers of society. Movements that spread through social media, such as "Me Too" NiUn as Menos and "Break the silence, have revealed and brought to the forefront many forms at sexual harassment and gender based violence that women face worldwide.

While some parts of the world women feel more empowered and are more walling to fight for their rights, women remains silence due to social sigma and lack of a supportive environment in which they can report acts of violence committed against them. We stand for the right of every woman to live equally and free from discrimination no matter her sexuality or identity.

Ref. :-

https://www.womensinkworldwide.org
https://www.forobserver.com
https://www.jstor.org
https://www.onusc.edu.

SMT. R.M.PATEL MAHILA MAHAVIDYALAYA BHANDARA

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

मराठी – हिन्दी भाषा का समन्वय : जनसंपर्क ही बढ़ाते है भाषा मेल

2019-20

डॉ. मधुलता व्यास
सहयोगी प्राध्यापक
रेवाबेन पटेल कॉलेज, भंडारा महाराष्ट्र

अधिकारिक रुप से हिन्दी को राष्ट्रभाषा का दर्जा नही मिला, हिन्दी दिवस मनाते रहे पर हिन्दी को वो दिन देखने को नही मिले कि वो अंग्रेजीयत को हटाकर आगे बढ सके। राष्ट्रभाषा न बनने का मलाल तो है पर हिन्दी का मान किसी राष्ट्रभाषा से कम नही है। देश का चाहे कोई भी प्रान्त हो, उनकी अलग–अलग भाषा एव बोलियां हो हिन्दी ने उसमे अपनी विशेष जगह बनायी है। कश्मीर से कन्याकुमारी तक हिन्दी का विस्तार है।

आज देश मे हिन्दी के साथ दूसरी प्रान्तीय भाषाओ का समन्वय आवश्यक है। देश का कोई भी राज्य हो स्कूल और कॉलेज में हिन्दी एक विषय होना जरूरी है।

हिन्दी पाठ्यक्रम भी साधारण बोलचाल से सबधित हो, साहित्य के गूढ और जटिल शब्दों का प्रयोग न हो। हिन्दी का पाठ्यक्रम सरल हो हिन्दी और उस राज्य मे चलनेवाली भाषाओ के बोलचाल शब्द हो, जिसका सामान्य उपयोग हर एक व्यक्ति करता हो, इसका लाभ यह होगा कि हिन्दी जाननेवाला, प्रान्तीय शब्दावली और अर्थ को समझ सकेगा और अहिन्दी भाषी, हिन्दी के शब्दो को सरलता से अपना सकेंगे। इससे हिन्दी और प्रान्तीय दोनों भाषाओं का परस्पर समन्वय होगा, और जनमानस भी हिन्दी भाषा के प्रति रुचिकर होगा।

जहां तक हिन्दी–मराठी भाषा के समन्वय का प्रश्न है उसमें ज्यादा कोई कठिनाई नहीं। हिन्दी–मराठी के बहुत सारे शब्द एक दूसरे से पूर्ण रुप से मिलते हैं। हिन्दी–मराठी की लेखन विधी भी समान है। हिन्दी जाननेवाला व्यक्ति उसे आसानी से पढ सकता है और लिख भी सकता है। अन्य प्रान्तीय भाषाएँ जैसे तामिल, तेलगू, कन्नड, मलियाली यह [illegible] प्रान्त की भाषाएँ हैं। बांगला, उडिया आदि भाषाओ की लिपि भी हिन्दी–मराठी से भिन्न है, जबकि मराठी भाषा के शब्द और उच्चारण हिन्दी से मेल खाते हैं, बोलने, लिखने और समझने मे यह सरल है। जैसे 'समन्वय' शब्द ही लिजिए जिसका कि, मराठी और हिन्दी मे एक ही अर्थ है। मराठी भाषा मे इस प्रकार अनेको शब्द मिल जायेंगे, जैसे देश–विदेश भेट, नागरिक, अपवाद, आवष्यकता जनसख्या, हृदय, तक्रार, मराठी भाषा में उर्दू के शब्द भी मिल जायेंगे। जैसे फुरसत, आरोपी, फरयादी बन्दोबस्त पुलिस विभाग में आज भी इन शब्दो का प्रचलन है, चाहे हिन्दी हो या मराठी कुछ शब्द मराठी मे ऐसे हैं जिनका हिन्दी व्याकरण मे 'क' शब्द नहीं है कुछ विद्वानों का मत है कि, वैदिक कालीन संस्कृत भाषा 'क' हुआ करता था, जो बाद मे संस्कृतनिश्ठ हिन्दी मे भी आया, तत्सम शब्दों मे धीरे–धीरे, लिखने की कठिनाई के कारण हिन्दी वर्णमाला से लुप्त हो गया।

मराठी–हिन्दी के स्वीकृत शब्दों में मराठी–हिन्दी सम्पर्क भाषा के रूप मे सहज स्वीकार लिये गये। क्योंकि ये अपनी अभिव्यक्ति मे बहुत सशक्त थे और हिन्दी मे उसके समकक्ष, सरल दूसरा शब्द नहीं था, मराठी शब्द है 'पूर्ववत्' जिसका अपभ्रश होकर पुराना हो गया, अब मेरे शब्द सार्वजनिक रुप से जनसामान्य के बीच छुटपूट व्यवहार में व्यवहृत होता दिखाई देता है। सवादो के बीच हिन्दी–मराठी की यह भाषा प्रिय बन चुकी है। जैसे मोबाईल चार्ज करना नहीं 'पुराता', पच्चास रुपये मे 'चालणार मराठी शब्द है हिन्दी मे 'चलता' हो गया।

अपने को ये नही चलता हिन्दी का 'अपना शब्द अपुन हो गया। महाराष्ट्र मे जैसे 'उसको खाना देने का पड़ोसी को मदद करने का ये मुबईयो और नाशिक में बोली जानेवाली हिन्दी भाषा है।

इस तरह हम देखते है कि भाषा अपना रुप स्वय गढती है। अपने आप समझ दढ़ाती है। सामाजिक व्यवहार का अपना एक नया शब्दकोश अपने–आप बन जाता है। आवश्यकता इस बात की भी है कि जो शब्द मराठी मे ही मिलते [illegible] उन्हें भी हिन्दी मे सम्मिलित किया जाय। जैसे समय के लिये वेळ शब्द है यह 'ळ' शब्द हिन्दी वर्णमाला मे कही नहीं है, एक शब्द है 'पुराता नहीं', पुराता यह हिन्दी शब्दावली में कहीं नही है, हिन्दी मे समझाने बैठे तो किसी वस्तु या काम के सम्बन्ध असमर्थ मे नही पुराता हिन्दी मे 'पुराता' शब्द का पर्यायवाची भी नही मिलता।

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

मुंबई–हिन्दी भाषा के समन्वय मे अधिक प्रयास की आवश्यकता है। हिन्दी जनमानस की भाषा बन गयी है। अंग्रेजी शब्दो को भी आत्मसात किया और अंग्रेजी मे भी हिन्दी शब्द है। भाषा जैसे लूट, कच्चा, पक्का विभिन्न का संगम हिन्दी है। दरिया, समन्दर मे और विशाल हो जाता है। हिन्दी समन्दर है विभिन्न भाषाऐ उसे और बनाती है।

भाषा के विकास मे एकत्व पर ध्यान दिया जाना जरुरी होता है। "बुनियादी स्कूलो मे राष्ट्रीय एकता व समन्वय वातावरण बनाया जाय ताकि स्वावलबन की भावना के साथ नयी पीढी जाति–पाति, भाषा व प्रान्त की संकुचित दीवारो से परे रहे।"

आज पुस्तको मे संतवाणी पढाई जाती है, उससे पता चलता है कि पहले संतो ने अलग–अलग प्रान्तो मे भ्रमणकर वाणी और साहित्य का प्रसार किया है। संस्कृति को फैलाया है, इस तरह व्यक्ति के साथ भाषा भी जुडती गयी।

हम देखते है, गुरुद्वारे मे गुरुनानक साहब मे नामदेव की वाणी अंगत निहित है। मराठी भाषा की अपनी व्यापकता है कि यो सुदूर अपनी पहचान बनाये हुये है।संत नामदेव और संत ज्ञानेश्वर तेरहवी शती के समकालीन कवि रहे है। इन्होने अपनी वाणी से समता एकता का उपदेश दिया। संत युगदृष्टा होते है तभी तो ऐसे संतो को हर दृष्टि से समाज के लिये कल्याणकारी माना जाता है।

साधु ऐसा चाहिए जैसा सूप सुभाय।
सार–सार को गहि रहे थोथा देय बहाय।।

यह तो जौहरी होता है, जो कोयले मे से भी हीरा चुन लिया करता है और उसका यही चुनाव जनसामान्य के कल्याणार्थ होता है।[2] कोई भाषा मनुष्य की आध्यात्मिक प्रगति मे कभी बाधा नही क्योंकि भाव सहज होता है। प्रारब्ध शब्द हिन्दी और मराठी मे समान रुप से प्रयुक्त हुआ है। 'प्रारब्ध' शब्द संस्कृतिक है इसे वर्तमान मे भी स्वीकारा जाता है।

संत कवि नामदेव देव पढरीनाथ की आराधना करते लिखते है।

अंभग : असंता निरंतर येणे अनुसंधाने।
प्रारब्ध भोगणे गोडवाटे।।

कवि तुलसीदास लिखते है –

दोहा : प्रारब्ध पहले रच्यो, पाछे रच्यो शरीर।
तुलसी चिंता क्यों करे, प्रेम से भजो रघुवीर।।

मानवीय अस्तित्व के संरक्षण के साथ लोकव्यवस्था को एकरुपता देकर उसमे समता स्थापित करना इस आध्यात्मिक समाजवादी भक्ति कविता का दूसरा लक्ष्य रहा है। भेदभाव रहित समता मूलक समाज रचना आज संविधानवादी लोकतंत्र का परमलक्ष्य है।[3]

भाषा में भावार्थ और ज्ञान प्रमुख होता है। जब हम किसी अन्य भाषा के वाक्य को पढते है तो हमें ध्वन्यात्मक मूलक शक्ति से भाव प्रकटीकरण होता है। जैसे –

"गांधीजी एक सत्यमिज्ञ करण्यासाठी मोठयातला मोठा त्याग करायला रिक्त आहेत."[4]

गंगाधर तिलक के वाक्य बच्चों–बच्चों के मुख पर है।
'स्वराज्य हा माझा जन्मसिद्ध अधिकार आहे'।

कहने का तात्पर्य यह है कि हमे आज महाराष्ट्र में रहते कई वर्ष हो गये तो मराठी और हिन्दी मे फर्क दिखना ही नही चाहिए वह तो हमारी जुदा बन गयी है अर्थात् बोली। भाषा पानी की तरह होती है जिसमे मिला दो लगे उस जैसा, पानी रे पानी, तेरा रंग कैसा।

Coordinator IQAC
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara
Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.
Scanned with CamScanner

[illegible] तो पहले से यह उक्ति चली आ रही है।

[illegible] कोस पर पानी बदले

[illegible] दो कोस पर वाणी

[illegible] परिवर्तन में लगा है और हिन्दी भाषा को राष्ट्रीय भाषा के रूप में समाहित करने में भाषाई परिवर्तन को [illegible] स्वीकारना होगा।

[illegible]

1. [illegible]
2. [illegible]
3. [illegible]
4. [illegible]
5. Website: www.[illegible].org

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben [illegible]
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

IJCRT.ORG

ISSN : 2320-2882

INTERNATIONAL JOURNAL OF CREATIVE RESEARCH THOUGHTS (IJCRT)

An International Open Access, Peer-reviewed, Refereed Journal

2013-20

वर्तमान परिप्रेक्ष्य में क्षेत्रीय भाषा और हिन्दी

Dr. Madhulata Vyas

Associate Professor

R.T.M. Nagpur University

निज भाषा उन्नति अहै सब उन्नति को मूल

बिन निज भाषा ज्ञान के मिटत न हिय को सूल

– कवि भारतेंदु हरिश्चंद्र

आज मीडिया की भाषा सरल सहज भाषा है। इसका अनुकरण ज्यादा होता है. टीवी के माध्यमसे नवीन शब्दों को बोलने में हमें भी ज्यादा सहजता होती जाती है। जैसे इन दिनों जब कोरोना वायरस सब जगह फैला हुआ है उसके बारे में बात करने के लिए टीवी में उर्दू का शब्द 'तशरिफ' प्रयोग में आ रहा है मालदारों की जगह हमें तशरिफ बोलना चाहिए यह समाचार में सुन रहे हैं। दो फीट की दूरी बनाए रखें फीट के बजाय हमें हिंदी का ही शब्द बोलना चाहिए। हमारी भाषा में रहें सुरक्षित रहें. हॉस्पिटल के शब्द जैसे सामान्य जिवनका बनाए रखें. कर हम अपने इस तरह उर्दू हिन्दी हॉस्पिटल तीन भाषाएँ साथ साथ बोल रही है और जनता भी तीनों भाषाओं को आसानी से समझ रही है. इसका मुख्य कारण क्या हो सकता है. आइए हम जानते हैं –

- बड़ी से बड़ी बात को कम से कम शब्दों में बोलना
- कठिनतम को कथ्य में सरलता लाना
- दृश्यात्मक शब्दों का प्रयोग करोंकि ये ज्यादे शब्द आसानी से मस्तिष्क में घर कर लेते हैं

भाषा में निहित समाजभाषावैज्ञानिक ही उसकी प्रासंगिकता होती है समाजका जो वर्ग अथवा जो व्यक्ति जो भाषा बोलते हैं और प्रयोग करते हैं उसी भाषा को प्रोत्साहन या प्रेरित करना भाषा शब्द ही नहीं छोड़ते भी हैं. जब हम अपनी बात दूसरों को समझाते हैं. तब उसमें व्यक्ति भी शब्द का अर्थ समझाते हैं इसमें निहित होता है कहने का अंदाज. कहना मनोवृत्ति आत्मदर्शन ये सभी व्यक्ति को ही कार्य की आत्मा मानते हैं। आज हम देखते हैं कवि सम्मेलन में मंचीय कवि छोटी छोटी पंक्ति का इस ढंग से पेश करते हैं कि एक साथ तालियाँ बज उठती हैं. मुख से वाह वाह निकलती है. इसमें व्यंग्य कविता में हो सार और कहने का अंदाज ही छाया में उसी की साकारना को स्पष्ट कर देता है इसलिए व्यक्ति की भाषा की मुख्य घटक मानी जाती है. कवि लेखक कहते हैं "सहज काम आए सूई क्या को तलवार। जब हम कम से कम शब्दों में बड़ी से बड़ी बात को समझा सकते हैं तब फिर शब्दों की अधिकता क्यूँ ?

आज भारत में विभिन्न सुख विदेशी सरकार है जिसमें भाषाएं भाषा स्थान करके हम अपने शक्तियों को भाषाएं काम को समझा सकते हैं और हिंदी का समावेश हो प्रसार कर सकते हैं इसलिए जब हिंदी प्रान्तों से व्यवहार बनाए हुए भाषाओं है तब यहां के शब्दों को अपनाते हुए आगे बढ़ती है हिन्दी की यही उदारता इसकी व्यावहारिकता को विकसित करती है इसलिए प्रत्येक प्रांत की हिंदी भाषा का स्वरूप अलग होता है हिंदी का विकास क्षेत्रीय भाषाओं को जोड़ते हुए आगे बढ़ता है इससे हिंदी की सुंदरता बढ़ जाती है और हम व्याकरण की दृष्टि से हिंदी का व्याकरण मजबूत पाते हैं। जिस ढंग से हिंदी बोली जा रही है वहां के सुंदर बोलचाल के शब्दों का व्यावहारिक बोलने में प्रयोग में लाते हैं। "भाषा कभी साहित्यिक अथवा अभौतिक नहीं होती उदाहरण स्वरूप आलाप हुआ आदि साहित्यिक लगने पर भी उनका अर्थ परमात्मा है और परमात्मा हम सभी का आत्मा है परमात्मा कभी साहित्यिक नहीं होता वैसे ही आंचलिक भाषा क्षेत्रीय भाषा अपनाने होने पर भी सार्वभौमिक बन जाती है"

आजकल टीवी पर फोन पे कंपनी का एक विज्ञापन आता है जिसमें एक सामान्य शहरी भिखारी भाषा में अपनी पत्नी को मोबाइल पर बताता है।

पति– "सुनिए जन्मदिन है तुम अपने लिए कुछ ले लो"

पत्नी– "पैसा कहां से लाएंगे"

पति– "मोबाइल फोन में डालकर फोन पे"

पत्नी फोन उठाकर देखकर दंग रह जाती है उसमें रू 5000 आ गए हैं वह खुश होकर मुस्कुराती है और सकारात्मक अपनी भावनाओं को फोन के सामने खोले रखती है इसलिए वह अपनी मातृभाषा मराठी में पति से कहती है "मोठी कुन्नू" इस शब्द को सुनकर उसका पति असमंजस में पड़ जाता है. क्योंकि उसे कुछ समझ में

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben M. Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

फिल्मों में नैतिक मूल्य एंव राष्ट्रीय जागरण

2019-20

डॉ. मधुलता व्यास
सहयोगी प्राध्यापक
रेवाबेन मनोहरभाई पटेल कॉलेज, भंडारा

भारतीय सिनेमा आरंभ से ही मिली जुली संस्कृति का रूप रहा है। फिल्म कला को लोकप्रिय कला बनी रहने के लिए यह जरुरी है कि फिल्म का क्षेत्र संकीर्णताओं से ऊपर उठा रहे। राजनीति से भ्रमित स्वार्थ न हो। सिनेमा को इन संकीर्णता से लड़ते हुये अपने अस्तित्व को बनाये रखने की कोशिश रही है। समाज के लोगो मे अगर समझ आ जाए तो युवा पीढ़ी फिल्मों का अनुकरण करना _ छोड देगी। फिल्म का अर्थ हिन्दी मे चित्रपट होता है। पट याने परदा। फिल्म के चलचित्र और हकीकत मे जिंदगी के दृश्यो मे फर्क होता है।

सिनेमागृहो को मनोरजन गृह भी कहा जाता रहा है, मनोरजन खेल दोपहर 12 से 3, 3 से 6 इस तरह चार खेल होते थे और अब बिना मुँह धोये बाहुबली को देखने कृषकाय शरीर वाले भी सुबह 8 बजे मेट्रो सीटी मे फिल्म की भीड मे घुस जाते हैं। माँ के हाथ मे गरम दूध का ग्लास धरा रहा जाता है, पिता के होमवर्क की डाँट अनसुनी कर दी जाती है। फिल्म शो का यह नया चक्र समाज मे क्या बाहुबली को निर्मित कर पायेगा? क्या बच्चो का आत्मिक, दैहिक और मानसिक विकास सही दिशा मे होगा? पहले पटकथा लेखक, फिल्म निर्माता, दिग्दर्शक और सेंसर बोर्ड ये सभी समाज को मद्देनजर रखते हुये, फिल्मो को समाज के सामने प्रस्तुत थे और फिल्मों के शुभारंभ का बेसब्रीसे इंतजार होता था क्योंकि ये हमे जोडने का काम करती थी उनमे आदर्श निर्माण करने का उद्देश्य होता था कहानी का अंत परिवार की एकता, देशप्रेम और नायक–नायिका के बीच प्रेम होता था तो उसकी भावभूमि उच्च आदर्श प्रस्तुत करती थी।

पुराने जमाने की फिल्मो मे हमारे देश की संस्कृति, सभ्यता तथा व्यक्तित्व निर्मित करनेवाले तत्वो को कहानियों के माध्यम से समेटा जाता था। जब दर्शक सिनमा हॉल से बाहर निकलते थे तो उनकी आँखे नम रहती थी। ये जानते हुये भी यह कहानी काल्पनिक है, एक रचना है। ऐसी फिल्मे हृदय परिवर्तन और जन जागृति पैदा करती थी। फिल्में जैसे कि 'वक्त', 'हरियाली और रास्ता', 'दोस्ती', 'उपकार' 'घर एक मंदीर है', जेमिनी की फिल्में जैसे 'बावरी' जिसमे राजेश खन्ना एक नौकर बनकर सभी घर परिवार के लोगो के मनमुटाव दूर करता है और आपस में रिश्तो को जोड़ता है। फिल्मो की कहानियाँ और उसके गीत दिलो पर छाप छोड देते थे। जैसे – भगवतीचरण वर्मा द्वारा लिखित 'चित्रलेखा' फिल्म मे मीनाकुमारी और भारत भूषण जैसे किरदार थे। और उनके गीत आज के समाज को दिशा देते हैं – 'ससार से भागे फिरते हो भगवान को तुम क्या पावोगे, फिल्म' दोस्ती के गीत – चाहूँगा मै तुझे साँझ सवेरे फिर कभी अब नाम को तेरे... आवाज मैं न दूँगा। 'यही सच है' मन्नु भंडारी का उपन्यास जिसे फिल्म 'रजनीगंधा' नाम दिया उसका टायटल साँग ' रजनीगधा फूल तुमहारे..' कमलेश्वरजी का 'काली आँधी' उपन्यास जिसे 'आँधी' फिल्म नाम दिया गया था। 'माय हार्ट इज बीटींग....' गीत अँग्रेजी शब्दों का होते हुये भी किसी पॉप साँग की तरह नही था वही सरलतम धुन थी... आज 'हार्ट बीट' हो ना हो पर गाने की बीट पर पैर थिरकने चाहिए। काव्य शास्त्र की दृष्टि से शास्त्रीय विवेचना करू तो कहुँगी आज फिल्मी गीत अर्थ परक नही ध्वनिमूलक हो गये। पाश्चात्य काव्य मर्मज्ञ 'आनदवर्धन' के काव्यसिद्धात के निकट है।

ऐसा यथार्थवाद भी किस काम जो आसपास फैले वैमनस्य को नमक मिर्च लगाकर अपनी कहानियों मे परोसे और समाज में नकारात्मक भावो के जागरण में, आग मे घी का काम करें। फिर फिल्में देखे ही क्यूँ समाज को ही फिल्म समझ ले विस्तृत परदे की। यहाँ काम आता है साहित्य, वह अप्रत्यक्ष रूप से कल्पना के धरातल पर एक सामाजिक एक्य के लिये उद्देश्यपूर्ण ढग से कहानी को पटकथा मे निरूपित करता है। फिल्म इसलिये देखने जाते थे कि किस नयी सकारात्मक दिशा से हम जुड सके।

जब तक फिल्में सिनेमागृह तक स्थिर थी लोग महिने मे एक–दो बार चले जाया करते थे। हम उमरेड एन.सी.डी. सी. अभी W.C.L. कॉलोनी में रहते थे। बाबुजी ड्युटी से आते तो बाहर की खबर देते कहते आज जल्दी–जल्दी खाना बना लेना। गाडी आयी है कॉलोनी मे फिल्म की पेटी लेकर और हम सबका उत्साह बढ जाता था। दौडकर एक–दूसरे के घर मे संदेश पहुँचाते। कॉलोनी में एक साथ आँगन मे कोयले की सिगडीयाँ सुलगने लगती। फिर क्या एक जगह मैदान मे प्रोजेक्टर और बडा फिल्म परदा लग जाता, 1 B क्वार्टर, 1 C क्वार्टर, माइनस क्वार्टर हर तरफ से चलकर ठंड मे दुशाला और चद्दर बिछाने की साथ लाते। एक साथ एक परिवार जैसा लगता था। लाइट जाते ही शोर मचाना, आते ही मचल जाना, खराब फिल्म पेटी आते ही जोर–शोर से आवाज उठाना, बच्चो के लिये विशेष माँग करके अच्छी फिल्मे लगवाना, एरिया मेनेजर से अपनी बातें मनवाना, यो भी क्या दिन थे।

अब इंतजार खत्म हुआ, चौबिस घटे मूव्ही, टेलिविजन पर अलग–अलग चैनल पर, रसोईघर बेडरूम सभी जगह टी.वी. आ गया। टी.वी. के बाद स्मार्टफोन आ गये। फिल्मो के लिये इंतजार कैसा, डाऊनलोड कर लो। इस सुविधा ने समय प्रबधन में बाधा डाल दी। अब चलचित्र तुम चलते–फिरते देख सकते हो आगे जमाना न जाने कहाँ होगा। इ–मीडिया ने विद्युत गति से क्राति कर ली। बच्चो के शारीरिक विकास पर फिल्मों का असर गलत पड रहा है। जिस

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

तरह बच्चे बाल उम्र मे खाली समय मे मैदान मे दौडना, पेड पर चढना, खुका-छिपी खेलना,ये दिमाग पर प्रेशर डालनेवाले गेम नही थे बल्कि मन से उत्साह से खेले जाते थे और थककर घर आकर डटकर भोजन करते थे, फिर खूप पानी भी पीते थे। सहजता से हष्ट-पुष्ट रहते थे । उस समय किसी आहार विशेषज्ञ की जरूरत नही होती थी। स्टेडर्ड के नाम पर आज बद तमरे मे टीवी गेम, मोबाईल गेम, काल्पनिक दुनियों मे दौडकर खुद को मानसिक रूप अवरूद्ध कर रहे है, जो एक निष्क्रियता और आलस पैदा करता है। इसलिये खुले खेल जैसे कार्यक्रमो पर रोक लगाना आवश्यक हो गया।

तकनीकी सुविधाओ के अभाव मे बुद्धिमत्ता पर जोर–

"फिल्म कला के क्षेत्र मे जब गुरुदत्त आदि के जमाने मे तकनीकी सुविधाए बहुत कम थी तब दादासाहेब फाल्के श्वेत फिल्मो को रगीन दिखाने के लिए प्रयास करते रहे। कही दृश्य रात कि चादनी का होता तो उसके लिए ब्लु प्रिंट,दिन का दृश्य हो तो पीली प्रिंट का इस्तेमाल करते।' लकादहन ' फिल्म के लिए लाल प्रिंट प्रयुक्त की थी। साथ मे सहयोगी थे ये घटेभर तक कांच के सामने सभलकर प्रिंट पकडकर खडे रहते थे।"[1]

"हिन्दी साहित्य की कहानियो मे काल्पनिकता का समन्वय कम किया जाता रहा है। क्योकि साहित्य मे तथ्यो का सबध मानवजीवन से रहता है। मानवजीवन और मानवविज्ञान की विविध ज्ञात और अज्ञात, अनुभव और भावनाओ के समुदाय को आधार बनाकर चलता है। साहित्य का आधार सामाजिक सरोकार से होता है। "[2]

आज युवा पीढी को दिशा देने वाली कौनसी फिल्मे बन रही है? हर फिल्म का उद्देश्य कितने करोड कमायेगे ये होता है। युवाओ के लिये केवल फिल्मे लव-स्टोरियो पर आधारित है, देशप्रेम फिल्मो से गायब हो रहा है। 15 अगस्त, 26 जनवरी के लिये पुरानी कैसेट ढुँढनी पडती है। आज मनोजकुमार जैसा कोई कलाकार नही जो भारत की गरिमा बनाये आज फॅशन परस्त दुनियों मे बाजार गरमाने के लिये हीरो की टी शर्ट, लॉंगकोट, जीन्स और हवाओ मे बात करनेवाले डायलाग दिखाये जाते है। जो समाज को गुमराह करते है। बच्चों को जमीनी हकीकत से दूर रखते है। फिल्मे अमीर-गरीब के बीच फासला पैदा कर रही है।

फिल्मो मे नयापन नही है ये सूत्रवत् चल रही है, कई दृश्यो को कईबार अलग-अलग फिल्मो मे देखा गया। जैसे–

1. ट्रेन छूट रही है, हीरो ट्रेन मे है और नायिका को हाथ पकडकर खीचता है।
2. प्लेन छूट रहा है हीरो तेजी से गाडी चलाकर बिना सिक्युरिटी चेक के प्लेन के अदर पहुँच जाता है और हीरो हिरोइन को प्रेम का अहसास होता है।

क्या यह वास्तविकता से दूर नही। इन कहानियो का आधार लेकर तो आज कोई भी युवा पटकथा लेखक बन सकता है। यह कहना अतिशयोक्ति न होगा कि फिल्मे केवल मनोरजन का साधन बनकर रह गयी है। दो सौ रुपये की टिकिट लेकर मॉल मे जाकर फिल्म देखने से तो अच्छा है दो सौ रुपये की किताबे खरीदकर पढी जाये।

फिल्मों द्वारा सच्चा नेतृत्व :

लोग फिल्म देखने को लालायित रहते थे और पहला प्रश्न होता था, इसमे नायक कौन है और उस फिल्म के कैरेक्टर को अपने मे ढालने की कोशिश करते थे जिससे समाज मे ऊचा स्थान मिला है और आज फिल्म मे केवल हीरो कौन है, कौनसा नया फॅशन, हेयर स्टाइल, हीरोइन से बोले जाने वाले डायलॉग याद रखते है। आज की फिल्मे मनोरजनात्मक है। पौराणिक, ऐतिहासिकता हमारी ताकत है, आत्मबल है। फिल्मो मे व्यवसायिकता पीछे रहती थी। आदर्श, जीवन मूल्यवत्ता आगे रहती थी, तभी सच्चा और अच्छा जनमानस तैयार होता था।

दादासाहेब फाल्के बहुत गरीब घर से थे उन्होने जर्मनी मे प्रिंटिग तकनीक की शिक्षा ली। 1911 मे जब उन्होने ' लाइफ आफ काइस्त' फिल्म देखी तो उनके सामने 'लाइफ आफ कृष्ण 'का चरित्र घूमने लगा, फिर इसके लिए समय और तकनीकी कारण से बाद मे बनाने का निर्णय लिया और उन्होंने भारतीय जनमानस मे बसे " राजा हरिश्चद्र "पर फिल्म बनायी। इस पहली फिल्म का भारत मे बहुत स्वागत हुआ और समाचार मे लोकप्रियता हासिल की। "[3]

फिल्मों में राष्ट्रीय जागरण का सूत्र–

भारतीय सिनेमा आरंभ से ही मिली जुली संस्कृति का रूप रहा है। फिल्म कला को लोकप्रिय कला बनीरहने के लिए यह जरूरी है कि फिल्म का क्षेत्र सकीर्णताओ से ऊपर उठा रहे। राजनीति से भ्रमित स्वार्थ न हो। सिनेमा को इन सकीर्णता से लडते हुये अपने अस्तित्व को बनाये रखने की कोशिश रही है।

1947 विभाजन की त्रासदी पर बनी फिल्मे मानवीय सवेदनाए को उकेरती है। विस्थापन की त्रासदी को महिलाओं के अंतरद्वद को फिल्मो में दर्शाया जैसे फिल्म धूल का फूल ,अदालत,यश चोपडा के निर्देशन मे बनी फिल्म धूल का फूल की

Smt. Mahila Kala Mahavidyalaya, Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

कहानी में अविवाहित स्त्री के बच्चे को एक मुसलिम प्रति है उसे एक अच्छा इसान बनने की प्रेरणा देता है। इसी फिल्म का गीत है– तू हिंदू बनेगा न मुसलमान बनेगा,इसान की औलाद है इसान बनेगा।"[४]

लाहौर (1949) ,अपना देश(1949), अमर रहे ये प्यार(1961)गांधी(1984), हे राम! (2000) जुबैदा(2001) मे सीमा पार रह रहे रिश्तेदारो से न मिल पाने का दर्द है। इन फिल्मो को सपरिवार देखा जाता है। परिवार, समूह के साथ अपने देश से मानवीयता से जुडे रहते है। राष्ट्रीयता की भावना जागृत करने वाली फिल्मे है।

फिल्म रणनीति और रीति:–

श्याम बेनेगल, आर के स्टुडियो, दादासाहेब पाल्के, जेमिनी आदि की फिल्म बनाने की अपनी रणनीतिया थी। उनका यह मानना था कि–

१)फिल्मो से किसी भी प्रकार की अराजकता न फैले ।
२) हिंसा से परहेज करना, समाज मे दगे न हो।
३) फिल्म की कहानी सोच समझ कर बनाना, पहले यह सोच लेना कि इसका समाज पर क्या प्रभाव पडेगा।"[५]

संस्कृति का लोप हो रहा है फिल्मों में :

शब्द, संस्कृति, पौराणिकता परपरा और सभ्यता के परिचायक होते है। आज यह बहुत आवश्यक हो गया है कि हम अपने लोकसाहित्य, चाहे भारत की किसी भी भाषा के अचल का हो। वहाँ के लोकगीत, लोककथा, और हमारे साहित्य के गरिमामय संचित दोहे, पद, उपन्यास की कथाये इनको राजसरक्षण मिले क्योंकि फिल्मो मे इन्हें तोड–मरोडकर पेश किया जाता है, जिससे उसकी भावभूमि आहत होती है।

'पायोजी मैंने राम रतन धन पायो' – का 'प्रेम रतन धन पायो', सुरदास के भ्रमरगीत के पद जो विरह–वेदना की व्याकुलता को दर्शाते है उन्ही पँक्तियो के भावो को लेकर कई गीत बने, सूली ऊपर सेज पिया की, किस विध मिलना होय।

चर्चित गीत 'होठोसे छू लो तुम–मेरा गीत अमर कर दो। जब कक्षा मे हरिवशराय बच्चन को पढाते है – तुम गा दो मेरा गान अमर हो जाये – तो हुबहु यही भावार्थ है। आज भी जनता भोली–भाली ही है, विशेषकर महिला वर्ग, ऐसे ये शीर्षक देखकर कि हम देखने आतुर हो जाती है, जैसे– 'सत्यम–शिवम्–सुदरम्' शीर्षक कभी भी विधियत कहानी के सार का मुखौटा होता है पर इस प्रकार शीर्षक रखकर भीड इक्कठी करने का काम किया जाता है।

वर्तमान की कुछ फिल्मे जैसे– 'हिन्दी मिडियम' मैंने सोचा 'इगलिश विगलिश' के बाद किसी ने तो हिन्दी के लिये सोचा, किंतु फिल्म शुरु से आखरी तक अँग्रेजी स्कूलो के एडमिशन के स्टेट्स पर बनी । अत मे सरकारी स्कूलो के बच्चो की प्रतिभाओ को दिखाया गया। मैंने सोचा हिन्दी को स्थान भी दिया तो अंत मे उद्देश्य के रूप मे इसने आधा भाग भी हिन्दी वाक्य, मुहावरे, प्रार्थना, गीत और संस्कृति सभ्यता का भाग दिखाया जाता फिल्म का स्वरुप कुछ और होता केवल बस्ती में रहनेवाले लोगो के लिये या गरीब बच्चे ही हिन्दी माध्यम मे पढते है ये प्रमाद नही होता। हिन्दी को अतरप्रातीय वार्तालाप, और त्यौहार की एकता के साथ प्रस्तुत किया जाता तो हिन्दी की गरिमा बनी रहती।

फिल्में बनें तो ऐसी जिससे आज की ज्वलंत समस्याओं का निराकारण हो, देश में आयोजित विभिन्न सरकारी कार्यक्रमों पर लघु फिल्में तैयार होनी चाहिए, फिल्में 3 घंटे नही केवल दो घंटे की होनी चाहिए। क्योंकि तीन घंटे मे कहानी मे कोई उतार चढाव या मूल परिवर्तन नही होता बस कारो की तेज दौड, फाइटिंग सीन को लंबा खीचा जाता है। गीतों में अर्थ कम ध्वनियों संगीतवाद्य का ज्यादा जोर शोर होता है।

आज समाज को प्रगती पर ले जाने के लिये उन्हें परपरा या संस्कृति से इतना भी दूर न ले जाया जाय कि ये अपने अस्तित्व को ढूँढते रह जाय, आधुनिकता के नाम पर बेबाक हो जाये, नीतिमूल्यो को भुला दे। एक सभ्य नागरिक ही देश का सच्चा नेता हो सकता है। सफल नागरिक समाज को सफल बनायेगा और देश उन्नति की और बढेगा इसलिए हॉलीवुड बॉलीवुड के स्तर पर ऑस्कर अवार्ड मे जानेवाली फिल्मो का भारत की गरीबी के दृश्यो से नहीं बल्कि गरिमामय उच्च भावभूमि वाली फिल्मों को सम्मिलित करना चाहिए क्योंकि भारत गरीब नही गरीबो पर दया करनेवाला देश है। शरणार्थीयो की रक्षा करनेवाला देश है। यहाँ आधी रोटी भी बाँटकर खायी जाती है, भले ही गरीबी मे रहे।

संदर्भ :

1. फिल्म उद्योगी दादासाहेब फाल्के–लेखक गगाधर महाम्बरे–अनुवाद रेखा देशपांडे, पृष्ठ १६८, पहला संस्करण 2015, राधाकृष्ण प्रकाशन दिल्ली, महाराष्ट्र हिन्दी साहित्य अकादमी मुबई के सहयोग से प्रकाशित।
2. शोध :स्वरुप एव मानविकी व्यवहारिक कार्यविधि ,लेखक बैजनाथ सिंहल, पृष्ठ सख्या ८१, आवृति 2016 वाणी प्रकाशन दिल्ली।

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

3 फिल्म उद्योगी दादासाहेब फाल्के–लेखक गंगाधर महाम्बरे–अनुवाद रेखा देशपांडे, पृष्ठ १५५–१४९, पहला संस्करण 2015, राधाकृष्ण प्रकाशन दिल्ली, महाराष्ट्र हिन्दी साहित्य अकादमी मुबई के सहयोग से प्रकाशित।
4 विभाजन और सिनेमा, लेखक जयप्रीमल्ल पारख, पृष्ठ ११६,आलोचना त्रैमासिक सम्पादक नामवर सिंह अक ६० अप्रेल–जून२०१६, राजकमल प्रकाशन नई दिल्ली ११०००२
5 लोकप्रिय सिनेमा के जरिये १९४७ का पुनर्निरीक्षण भारत और पाकिस्तान एक तुलनात्मक अध्ययन, लेखक गीता विश्वनाथ, सलमा मलिक पृष्ठ 98। आलोचना त्रैमासिक सम्पादक नामवर सिंह अक ६० अप्रेल–जून२०१६, राजकमल प्रकाशन नई दिल्ली ११०००२

Coordinator
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

IJCRT.ORG ISSN : 2320-2882
INTERNATIONAL JOURNAL OF CREATIVE RESEARCH THOUGHTS (IJCRT)
An International Open Access, Peer-reviewed, Refereed Journal

2019-20

मनुष्य की मूल संवेदनाएं और उसका नैतिक विकास

डॉ. मधुलता व्यास
सहयोगी प्राध्यापक
रेवाबेन पटेल कॉलेज, भंडारा

जाति (राष्ट्र) भी एक व्यक्ति मनुष्यमोंति है। जिस प्रकार मनुष्य कभी सोता है, कभी जागता है, कभी सोचता–विचारता है, कभी आनंद के तराने छेड देता है उसी प्रकार सारी जाति (राष्ट्र) भी अपने जीवन मे भिन्न–भिन्न अवस्थाओं से गुजरती है। यदि हमसे कोई पूछे कि भारतीय जाति ने क्या सोचा–विचारा है, उसकी बहुमूल्य चेतनाधि क्या क्या है, तो हम उसे इस सपूर्ण साहित्य के उत्तम ग्रथो का निचोंड सुनायेंगे जो वैदिक ऋषि से लेकर प्रेमचद तक महान विचारको ने रचा है।'

आज हम आधुनिक युग मे जी रहे है। आध्यात्मिक उन्नति जरूरी है, वैज्ञानिक उन्नति के पहले क्योकि आध्यात्मिक [illegible] अच्छे–बुरे का ख्याल करता है। आध्यात्म उसे विवेक प्रदान करता है। वह व्यक्ति को व्यक्ति की सीमा में रखता है। मनुष्य साधन निर्मित कर सकता है, साधन मनुष्य को नही, इसलिये मनुष्य ही सर्वोत्तम कृति है इस प्रकृति की, इस सृष्टि की।

अपनी बौद्धिक संपन्नता का सदुपयोग– मनुष्य के पास ज्ञान होता है लेकिन वह उस ज्ञान का उपयोग किस प्रकार करेगा यह उसके स्वभाव पर निर्भर करता है, इसलिए ज्ञान शस्त्र है और उस शस्त्र को चलाने वाला है मनुष्य, उसके मै मे निहित अन्तर्भावना। इसका उदहारण पौराणिक काव्य रामायण मे देखने को मिलता है। रामायण के दो मुख्यपात्र है एक सूर्यवंशी राम और दूसरे चद्रवंशी रावण। रावण अपनी मूल प्रकृति से हटकर तेजस्विता की ओर अस्वाभाविक ढंग से बढता है और राम सूर्यवंशी होने के बावजूद भी व्यवहार मे शीतलता बनाये हुये है वही रावण साधन सपन्न होने के कारण अहकारजनित है और अतिविश्वासी होने के कारण उसे अत मे हार का सामना करना पडता है वही राम के पास साधनों की कमी थी । राम साधनो के अभाव मे अपना मनोबल मजबूत रखते है और मानवीय संवेदनाओ के साथ नैतिक गुणो के बल पर ही सच्ची विजय हासिल करते है।

इस बात की पुष्टि कवि सूर्यकांत त्रिपाठी निराला की कविता "राम की शक्ति पूजा" है। इस कविता मे, राम एक साधारण मनुष्य की तरह दिखाई देते है और अपने नैतिक बल से ही वे युद्ध जीतते है। राम एक साधारण मनुष्य की तरह जब , संघर्ष करते है जब वे रावण से हार का सामना करते है तब वे सोच मे पड जाते है, की कैसे इस युद्ध को जीता जाए, उनका लक्ष्य रावण की सोने की लंका को पाना नही था बल्कि अपनी प्रिय पत्नी सीता को मुक्त करना था ऐसे समय जामवंत जी राम से कहते है–

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

"रघुवर विचलित होने का नही देखता मै कारण,

हे पुरुषसिंह तुम भी यह शक्ति करो धारण

आराधन का दृढ आराधन से दो उत्तर

तुम वरो विजय सयत प्राणो से प्राणो पर

रावण अशुद्ध होकर भी यदि कर सकता त्रस्त,

तो निश्चय तुम हो सिद्ध, करोगे उसे ध्वस्त"

इससे स्पष्ट हो जाता है की मनुष्य का नैतिक बल भौतिकतावाद मे नही, मानवता वादी विचारो मे है, सत्य की प्रगाढता मे है । हजारी प्रसाद द्विवेदीजी ने लिखा है "– 'व्यक्ति का आत्मबल उसकी जडपूजा से अवरुद्ध हो जाता है। जिसके पास ये जडबंधन जितने कम होते है वह सत्यपरायण हो जाता है ।"

हमारे भारत का घोषवाक्य है "सत्यमेव जयते"। सत्य सौ परदो मे भी नही छुपता और अंतत सत्य की ही जीत होती है। आज किसी भी राष्ट्र को मानसिक सकीर्णता से ऊपर उठकर मानवजाति के कल्याण के लिए कार्य करना ही श्रेयस्कर होगा होगा। तुलसीदास द्वारा रचित रामचरित मानस मे भी कहा गया है, 'परहित सरिस धरम नहि भाई' दूसरो के कल्याण भलाई के लिये जो देश विचार करता है, वह देश नैतिक शिक्षा का विकास करता है।

मनुष्य जाति को ऊपर उठाने के लिए उसका सामूहिक विकास एकता के लिए उसमे संवेदनाओ का विकास जरुरी है बौद्धिकता की दौड मे आधुनिक जीवनशैली मे आज मनुष्य हृदयविहीन हो गया है ऐसे मे हमे उनमे साहित्य का सचार करना होगा साहित्य जो सबके हित में होता है जिसमे सभी के कल्याण की भावना निहित होती है। कविता कहानी नाटक जीवनी सस्मरण रेखाचित्र और साहित्य की अन्य विधा के माध्यम से संवेदनाओं को जाग्रत किया जाता है। मनुष्य को जड होने से रोका जाता है क्योकि जो जल बहता रहता है वो शुद्ध होता है।

वास्तव मे "मनोवैज्ञानिकों के अनुसार मानव की मौलिक संवेदनायें मुख्यत: तीन प्रकार की होती है –

1. जीवन की इच्छा
2. प्रत्युत्पति तथा
3. समाजबोध"[2]

जीवन में इच्छा यह मनुष्य की प्रमुख संवेदना है, जिससे दोनों उत्पन्न होते है। संपूर्ण जीवन की इच्छा मनुष्य को प्रेम करने तथा अपनी परिस्थितियो का अध्ययन करके उन पर विजय पाने की प्रेरणा देती है। इसलिये मनुष्यमे शक्तिशाली बनने, सौंदर्य निर्मित करने तथा साधन संपन्न बनने की इच्छा हुई। उसके मन मे सचारी भाव के रुप मे कुतुहल, उत्कंठा, आकाक्षा आदि भावनाये विकसित हुई। प्रत्येक व्यक्ति आत्मसम्मान के साथ जीना चाहता है ।

जान है तो जहान है

आपका मान है तो आप महान है।

संत नरसी मेहता का भजन **"वैष्णव जन तो तेने कहिए"** राष्ट्रपिता महात्मा गाँधी को बहुत पसंद था जिसका भावार्थ यह था की मनुष्य वही है जो मनुष्य के दुख को समझे।

वैष्णव जन तो तेने कहिए

जे पीर पराई जाने रे

पर उपकार करे पर कोई

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhanuara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

आज न पुराण युग है न मध्य युग इसलिए हमे धर्म की सकल्पना मनुष्य को केंद्र मे रख कर करनी है । मनुष्य की मूल संवेदना मे दो चीजें प्रमुख होती है, 'सुख और दुख', पंडित रामचद्र शुक्ल जी ने चितामणि पुस्तक मे इस बात पर बहुत सूक्ष्म विवेचन किया है। उदाहरण के लिए, क्रोध का भाव हमे यदि कोई चीज चुभ जाती है तो हम सह लेते है लेकिन जब पता चलता है इसे चुभाने वाला कोई और है तो हमे तुरत क्रोध आ जाता है यही बाते है जो दुख से जुडी हुई है। गीता मे यह कहा गया है कि, **"जो पुरुष संपूर्ण कामनाओं को त्याग कर ममता रहित अहंकार रहित होकर विचरण करता है वही शांति प्राप्त करता है"**[3]

निश्चयात्मक बुद्धि– मनुष्य की भावना जब निर्णय की स्थिति पर पहुचती है तब उसे आत्मा कहा जाता है। कर्म के पीछे कौन से तत्व होते है और मनुष्य भावनाओ से प्रेरित होकर कर्म करने को प्रवृत्त होता है इस बारे मे कृष्ण ने गीता मे कहा है, "हे अर्जुन, इस कर्म योग मे निश्चयात्मक बुद्धि एक ही होती है, किंतु अस्थिर विचार वाले विवेकहीन मनुष्य भ्रमित होते है।"[4]

समाज और मनुष्य का नैतिक विकास– मनुष्य एक सामाजिक इकाई है समाज से मनुष्य और मनुष्य से समाज है, दोनो एक दूसरे से जुडे हुए है परस्पर एक दूसरे के पूरक है समाज हमारा आईना है जिसमे देखकर हम पता कर सकते है हम किस स्थिति से गुजर रहे है हमारी दशा क्या है क्योकि हम वही सोचते है उसी चिंतन मे रहते है जिससे समाज गुजर रहा होता है हम समाज की क्रियाकलापो से प्रभावित हुए बिना नही रहते इसलिए किसी शायर ने भी कहा है, "खत का मजमून भाप लेते है लिफाफा देखकर' ठीक उसी तरह हमारे देश की स्थिति का हमसे पता चलता है। हमारी राष्ट्रीयता को कहीं कोई धोखा तो नही, कही राष्ट्रीयता खंडित तो नही हो रही, देश मे हो रहे उत्थान पतन का असर प्रत्येक व्यक्ति मे देखते कि हम इन्ही बहती हुई भाव धारा मे जीते है।

इच्छाशक्ति और संवेग – आंतरिक अभिलाषा जीवन का सर्वस्व है वह जिधर बहेगी उधर ही मन, शरीर, कर्तव्य और वातावरण, सहज ही बदता ढलता चला जाएगा इस प्रवाह के आगे कोई अवरोध नही ठहरता समस्त प्रतिकूलताओ को चीरता हुआ यह प्रवाह अपने लिए रास्ता बना लेता है, साधनों को प्राप्त कर लेता है स्थानो तक पहुच जाता है जिन की प्रारंभिक स्थिति मैं कल्पना भी करना कठिन था मानसिक स्वास्थ्य क्या है, एक संवेग, हमे जीवन की समस्याओ से निबटने की योग्यता सही वास्तविक निर्णय लेने की क्षमता, दूरदर्शी होना प्रसन्नता पूर्वक कार्य करने की क्षमता यह सारी बातें मानसिक स्वास्थ्य का कारण है।[5]

स्वसूचन अर्थात ऑटो सजेशन – "परिवर्तन की तीव्र भावना मन मे उठनी चाहिए आधे अधूरे मन से लिए गए संकल्प दुष्प्रभावित हो जाते है अत आवश्यकता की तीव्रता जितनी अधिक होगी उतनी ही परिलक्षित होगी।"[6]

निष्कर्ष : आज समाज की विपरीत परिस्थितियों मे सुधार लाने के लिए हमे अपने मे सकारात्मक ऊर्जा का संचार करना होगा । मनुष्य के आंतरिक गुणों का विकास ही उसके बाहरी विकास का आधार है।

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

संदर्भ ग्रंथ :

1 साहित्य सहचर – हजारीप्रसाद द्विवेदी – पृष्ठ संख्या 18– प्रकाशक नैवेद्य निकेतन

2 चेतन अचेतन सुपर चेतन– लेखक पंडित श्रीराम शर्मा आचार्य – पृष्ठ संख्या 1.19

3 श्रीमदभगवतगीता सांख्य योग का द्वितीय अध्याय पृष्ठ 71

4 श्रीमदभगवतगीता ब्रह्मविद्याम योगशास्त्र श्री कृष्ण अर्जुन सवाद सांख्य योग द्वितीय अध्याय

5 भारतीय मानसशास्त्र– लेखक सुरेंद्र प्रताप सिह– पृष्ठ नबर 268 -प्रकाशक हिमालय पब्लिकेशन हाउस नागपुर 440018

6 भारतीय मानसशास्त्र– लेखक सुरेंद्र प्रताप सिह– पृष्ठ नबर 141- प्रकाशक हिमालय पब्लिकेशन हाउस नागपुर 440018

Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

B.Aadhar International Multidisciplinary Research Journal
Impact Factor - ((SJIF) - 7.675,
Special Issue
ISSN : 2278-9308
May 2020

2019-20

बचपन की स्वतंत्र सोच : महापुरुषों के सामाजिक संदर्भ में

डॉ मधुलाता व्यास
सहयोगी प्रा एचआडी हिंदी आर एम पटेल कन्या महाविद्यालय, भंडारा

मनुष्य से समाज बनता है, समाज से मनुष्य, अतः मनुष्य समाज की एक इकाई है सरल शब्द में कहे तो व्यक्ति ही समाज का निर्माता है। व्यक्ति की स्वतंत्र सोच उसे मौलिक चिंतन प्रदान करती है। मनुष्य जन्म लेता है तब से परवरिश के लिए निर्भर रहता है अपने परिवार पर । यह उदर पोषण की बात है, परवरिश जिस प्रकार से होती है उसके संस्कार वैसे होते है। उसके विचार परिस्थिति के अनुरूप बनते है यदि उसके पक्ष में हुए तो अनुकूल , और उसके विपक्ष में हुए तो प्रतिकूल , यह दो विचार मुख्य होते है जो उसकी सोच के आधार होते है। अप्रत्यक्ष रूप से उसे आस पास का वातावरण प्रभावित करता ही है, कुछ गुण बालक में स्वभावतः होते है, कुछ वह समाज से अर्जित करता है। जब उसके मन में समाज को लेकर कुछ धारणाएं बचपन में एक जिज्ञासा के रूप में पनपने लगती है तो उसके मन में प्रश्न उठते है— क्या ?कब? कैसे? और प्रश्न का जवाब न मिलने पर वह प्रश्न अवचेतन में अंकित हो जाता है और किसी न किसी रूप में आगे जाकर उसकी कार्यशैली में दिखता है। इसलिए तो कहते है 'पूत के पाव पालने ही नजर आते है' इस संदर्भ में हमारे समक्ष कई महान व्यक्तियों के उदाहरण है जो अपने कर्म क्षेत्र के याद्धा रहे। उनकी सकल्प शक्ति ने उन्हें आगे बढ़ाया। ''अपने अभाव तथा कठिन परिस्थितियों को अनुकूल अवसरों में परिणीत कर कैसे व मानवता का हित संपादित कर सके यह जानकार अभिमान से भर उठता है मन, गौरान्वित हो जाता है समाज''१

ऐसा एक उदाहरण आता है हमारे सामने समाज सुधारक स्वामी दयानन्द सरस्वती का जिनका परिवार धार्मिक था रूढ़ी परंपरा को मानने वाला था। वो अपने परिवार में धार्मिक संस्कारों में पले बढ़े लेकिन जब वे शिवरात्रि के दिन पिता के साथ शिवमंदिर गए और देखा शिव मूर्ति पर एक चूहा चढ़कर फल खा रहा है तब वे सोचने लगे 'यह तो अपनी ही रक्षा नहीं कर सकते तो मेरी रक्षा कैसे करेंगे' और यहीं से उनके अंदर निर्गुण भक्ति उत्पन्न हो गयी वे आध्यात्मिक सोच में निकले। अंधविश्वास को दूर किया, आर्य समाज की स्थापना की जहाँ बालविवाह पर रोक, स्त्री शिक्षा और स्त्रीयों के समान अधिकार के लिए आवाज उठाई। राष्ट्रीय भावना जागृत कर अंग्रेजों के विरुद्ध संघर्ष किया, मानवहित, दशहित के कार्यों का असर उनके समय के स्वतंत्रता सेनानियों पर भी पड़ा जैसे राम बिस्मिल, लाला लाजपतराय, तात्या टोपे, नानाजी पेशवा आदि।

हमारे सामने दूसरा उदाहरण आता है स्वतंत्र भारत के प्रथम कानून मंत्री डॉ भीमराव अंबेडकर जी का, जिन्होंने इतिहास के पन्नों में अपना नाम दर्ज किया है। वे समाज में समानता के सूत्र लागू करने के लिए संघर्षरत रहे। अपने बचपन में उन्होंने जो जातिभेद और अन्याय सहा और देखा, उसे बदलने का बीड़ा उठाया और संकल्प लिया। उन्होंने यह बचपन में ही निर्धारित कर लिया था जब उनके कोमल मन पर आघात हुआ। कक्षा में पानी के घड़े जाति अनुसार अलग अलग रखे जाते थे। उनसे यह अन्याय देखा नहीं गया और उन्होंने इस जाती व्यवस्था का सुधारने का निश्चय किया। उन्होंने संघर्ष जारी रखते हुए उच्च शिक्षा प्राप्त करी और समाज में बदलाव लाये। वे संविधान निर्माण की समिति के अध्यक्ष रहे। उन्होंने देश के लिए कई महत्वपूर्ण कार्य किए जिसके लिए उन्हें भारतरत्न से विभूषित किया गया। अंत में हमें यह समझ लेना चाहिए की,''छुटपन से ही 'सर्व धर्म समभाव' की भावना पैदा किए बिना सांप्रदायिकता का रोग दूर नहीं

Bhandara
Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.
Scanned with CamScanner

B.Aadhar' International Multidisciplinary Research Journal
Impact Factor - ((SJIF) -7.675,
Special Issue
ISSN : 2278-9308
May 2020

किया जा सकेगा। स्कूल व कॉलेजों की पाठ्य पुस्तकों में सभी मजहबों की सामान्य शिक्षा का समावेश करना नितांत आवश्यक है''२

अब साहित्यकार कवि सुमित्रानंदन पंत को ही ले लीजिए, बचपन में मां का साया नहीं मिला पूरे परिवार से रूठकर बिना खाए पिए जाकर एक पेड़ के नीचे बैठ जाते थे और चिंतन करते थे आस पास की प्रकृति को देखते थे, ऋतुओं का आना जाना, पंछियों का चहचहाना, पहाड़ी झरनों को देखना, यही उनका संसार बन गया और उसी में उन्होंने जीवन बिताया। इसलिए वह प्रकृति को ही अपनी मां समझते है और प्रकृति वर्णन इतना बारीकी से करते है कि कोई दूसरा उनके जैसी रचना नहीं कर सकता। एक जगह वे कहते है ''छोड़ दुमों की छाया, तोड़ प्रकृति से भी माया, बाली तेरे बाल जाल में कैसे उलझा दूं लोचन'' इस तरह वे प्रकृति की लताओं में गुम होना ज्यादा अधिक पसंद करते थे। संघर्षों से जूझ कर, इस तरह से व्यक्तित्व का निर्माण होता है जो बाहर के लोगों से भिन्न होता है, क्योंकि जो लोग कुछ नया करना चाहते है वे किसी सीमित दायरे में नहीं जीते, लकीर के फकीर नहीं होते। उनके द्वारा किए गए कार्यों से नए मूल्यों की स्थापना होती है। बचपन में अवचेतन में उनके विचार गुंफित थे जिसे वे केवल अवलोकन करके देखते थे। बड़े होने पर वे साहित्य के माध्यम से छायावादी काव्य में अपने विचारों को प्रकृति के माध्यम से व्यक्त कर पाये। ''साहित्य हमारे अव्यक्त भाव को व्यक्त करता है, उसमें जीवन के विविध रूप हमारे सामने आते है। साहित्य का आधार, मनुष्य और उसके अपने यथार्थ के बीच जीवित सम्बन्धों में है''३

बात जब बचपन की हो, तो बच्चों से प्यार करने वाले, हमारे भारत देश के पूर्व राष्ट्रपति अब्दुल कलामजी याद आते है। इनका जन्म एक गरीब परिवार में हुआ, वे प्रकृति से प्रभावित रहते थे। जब वे कक्षा में पढ़ते थे तब उड़ती चिड़िया बड़े ध्यान से देखते थे, चिड़िया का नीचे से ऊपर की ओर उड़ान लेना, वे कैसे उड़ान लेती है, ये सोच दिमाग में बैठी और वह बड़े होकर भारत के ''मिसाइलमेन'' के नाम से विज्ञान की दुनिया में जाने गए। आज के दौर में यदि बचपन में विचार यंत्रणा के पंख को नहीं बांधा जाये तो बच्चे 'अग्निपंख' निर्मित कर सकते है। बालपन में सीखने की प्रवृति तेज होती है। उनकी जिज्ञासा को रोका न जाये, और स्वतंत्र सोच को प्रोत्साहन दिया जाये, जिससे उनके कल्पना तत्व का विकास हो।

यह ज्ञातव्य है कि अपने चुने हुए रास्तों पर व्यक्ति को अकेला ही चलना पड़ता है, जरूरी नहीं, कि समाज के सभी लोग उसका साथ दे, कठिन डगर, उसे स्वयं ही पार करनी होती है। इस संदर्भ में याद आती है हरिवंश राय बच्चनजी की कविता 'अग्निपथ'

''एक पत्र छांह भी मांग मत, मांग मत, अग्निपथ, अग्निपथ
तू न थकेगा कभी, तू न रुकेगा कभी, तू न मुड़ेगा कभी,
कर शपथ, कर शपथ, अग्निपथ, अग्निपथ।''

हमारा भारतीय राष्ट्रगान–'जन गण मन' और गीतांजलि लिखने वाले महान कवि रविंद्रनाथ टैगोर ने यह संदेश दिया, कि कोई साथ दे न दे, तुम अपने संकल्प साधना के साथ अकेले चलो और मंजिल तक पहुंच जाओगे 'एकला चलो रे' उनके ही एक गीत की पंक्ति है ।

अपमान और भय व्यक्ति को आगे बढ़ने से रोकते है, लेकिन जो इन बातों से ऊपर उठ जाता है, वह निर्बाध रूप से अपने लक्ष्य तक पहुंच जाता है क्योंकि सत्य के प्रति निष्ठा, लगन, व्यक्ति में आत्मशक्ति निर्मित करती है। संत कबीर कहते है, 'जिन ढूंढा तिन पाइया गहरे पानी पैठ' ''मनुष्य मनुष्य के बीच मस्तिष्कीय संरचना में अंतर नहीं, मात्र उसमें स्थूलता और सूक्ष्मता का अंतर पाया जाता है। वह भी जन्मजात नहीं, परिस्थितिजन्य होता है। जिस प्रकार व्यायाम, भोजन,

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya

Scanned with CamScanner

आदि से शरीर को सुदृढ़ बनाया जा सकता है, उसी प्रकार मस्तिष्कीय प्रखरता को भी अभ्यास द्वारा अभिवृद्धि की जा सकती है।''[७]

सदर्भ :

१. 'महान व्यक्तित्व जिन पर हमें गर्व है', डॉ अरुण विकाश धाष, डॉ श्रीमति प्रवेश सक्सेना, पृष्ठ ६, किताब घर प्रकाशन नयी दिल्ली
२. 'गांधी मार्ग की ओर,' श्रीमान्नारायण, पृष्ठ २०८, गांधी शांति प्रतिष्ठान, नयी दिल्ली १९६९
३. 'भारतीय साहित्य की चिंतन भूमि,' डॉ संताप गिरह, डॉ निम्बिलेण यादव, पृष्ठ २६८ प्रथम संस्करण २०१९ ए.आर. पब्लिशिंग कंपनी , दिल्ली– ११००३२ ISBN 978-93-88130-15-8
४. मस्तिष्क, लेखक श्रीराम शर्मा आचार्य, पृष्ठ ७२, प्रकाशक युग निर्माण योजना विस्तार ट्रस्ट मथुरा, पुनर्वृत्ति सन २०११

Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

B.Aadhar International Multidisciplinary Research Journal
Impact Factor - ((SJIF) -7.675,
Special Issue
ISSN : 2278-9308
March 2020

2019-20

महात्मा गांधी का दृष्टिकोण एवं प्रबन्धकीय कौशल

डॉ. मधुलता व्यास
सहयोगी प्राध्यापक रेवाबेन पटेल कॉलेज, भंडारा

प्रबन्धन को मुख्यत: व्यवसाय, व्यापार, उद्योग का क्षेत्र माना जाता रहा है। परन्तु वर्तमान परिप्रेक्ष्य में देखा जाय तो प्राय: हर क्षेत्र में उसकी आवश्यकता है, चाहे वह कृषि हो या उत्पादन, विज्ञान तकनीक हो या राजनीति, सामाजिक व्यवस्था में प्रबन्धन व्यापक होता जा रहा है।

महात्मा गांधी का प्रबन्धन क्षेत्र स्वयं व्यक्ति के विकास के साथ ग्रामीण और शहरी वातावरण में समन्वय स्थापित करने का रहा है। उनका मानना यही रहा है कि व्यक्ति स्वयं का मालिक और प्रबन्धक है जीवन जीने की कला भी उसके प्रबन्धन का अंग होना चाहिए। गांधीजी के व्यक्तित्व में जो क्षमताएँ है उन्हें शब्दों में बांधना आसान नही है। प्रबन्धकीय नियमों के अतिरिक्त कुछ अन्य विशेषताएँ भी दृष्टिगोचर होती है। प्रबंधन का सामान्य अर्थ, विकास के साथ कार्य को सुचारु रूप से करने वाली प्राविधि है ।

"कौन कहता है की बापू शत्रु थे विज्ञान के
वह तो मनुज से मात्रा बात इतनी कहते थे,
कि रेल मोटर या की पुष्पक यान कुछ भी रचो,
सोच लो पहले कि जाना कहा है" [१]

शिक्षा ज्ञान संपन्न बनाने के साथ कौशल संपन्न बनाने की प्रणाली है।
गांधीजी वेल्यू एजुकेशन यानी मूल्यवान शिक्षा में विश्वास रखते थे।
प्रबंधन प्रक्रिया में नियोजन, संगठन , अभिप्रेरणा तथा नियंत्रण को सम्मिलित किया जाता है।
हॉरल्ड कुन्टज के अनुसार प्रबंधन सम्बन्धी अवधारणा इस प्रकार है —
प्रबंधन औपचारिक रूप से संगठित व्यक्तियों के समूह के साथ उनके द्वारा कार्य करने की कला है । हम इतिहास पर दृष्टिपात करें तो पहले प्राचीन काल में मनुष्यों की आपसी सामाजिक व्यवस्था के लिए आर्थिक व्यवस्था के लिए तथा राजनैतिक व्यवस्था के लिए मनुवादी व्यवस्था थी फिर आज मानवता वादी संवैधानिक तथा प्रजातान्त्रिक रूप विकसित हुआ है।[२]
प्रबंधन का सामान्य रूप से अर्थ एक ऐसा नियमन है जिससे हमारे कार्य की प्राविधि सुचारु रूप से कार्य करती है । यह एक प्रकार की मानसिक व्यवस्था का ही दूसरा रूप है। प्रोफेसर हेमन के अनुसार प्रबंधन में तीन अवधारणाएं होती है
१) प्रबंध अधिकारीयों की अवधारणा— जिसका लक्ष्य लोगों के कार्यों पर नियंत्रण रखना है।
२) प्रबंध विज्ञान— इसके द्वारा व्यावसायिक नियोजन और संगठन होता है।
३) प्रबंध प्रक्रिया— यह वह प्रक्रिया है जिसका उद्देश्य लोगों के साथ मिलजुल कर कार्य करना और उद्देश्य की पूर्ति करना है ।

आकलन व मूल्यांकन

आकलन व मूल्यांकन दो अलग अलग प्रविधियां है। आकलन में मनुष्य सीखता है और मूल्यांकन में उसे व्यवहार सांचे में जांचता है। गांधी जी ये दोनों भूमिका स्वयं में ही निभाते थे, वे ज्ञान का आकलन करते थे और फिर व्यवहार में उसे परखते थे ।

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

कर्मण्येवाधिकारस्ते : गीता के निष्काम कर्मयोग का प्रभाव गांधीजी पर पड़ा उन्होंने जीवन में में के संतुलन को बनाये रखने के लिए गीता शास्त्र का अध्ययन किया, सन धर्भ में जब वे शिक्षार्थी थे तब उन्होंने जिज्ञासु मंडल के नाम से एक छोटा मंडल स्थापित किया, जिसमें सभी नियमित अभ्यास करते थे उन्होंने गीता के श्लोक कंठस्थ किये, धन से लाभ न रखना धन को समाज हित में खर्च करना, ये सीख उन्होंने गीता से ली। गांधीजी कहते है कि "गीता जी के अध्यन के फल स्वरुप "ट्रस्टी" शब्द का अर्थ विशेष रूप से समझ में आया, मुझे दीपक की तरह स्पष्ट दिखाई दिया की अपरिग्रही बनने में ,समभावी होने में हेतु का हृदय का परिवर्तन आवश्यक है।"[3]

कुशल प्रबंधन में आध्यात्मिक चेतना अर्थात आत्मबल : अध्यात्म का अर्थ सीखने की प्रवृत्ति से होता है। विद्या विनयेन शोभते अर्थात विद्या की शोभा विनम्रता से है। आज के युग में किसी भी दृष्टि से आप योग्य बनना चाहते हैं तो आप के पास तीन प्रमाण होने चाहिए, विश्वसनीयता, समर्पण और निरन्तरता। पं. विजय शंकर मेहता ने इस संदर्भ में हनुमान चालीसा की प्रस्तुत चोपाई के बारे में कहा है,

बुद्धिहीन तनु जानिके । सुमरो पवन कुमार
बलबुद्धि विद्या देहु मोहि। हरहु कलेस विकार

"तुलसीदास जी ने हनुमान जी से बल, विद्या और बुद्धि चाही है यहां बल से तात्पर्य पारिवारिक बल से न होकर आत्मबल से है। विद्या ज्ञान है और बुद्धि समयानुसार ज्ञान का प्रयोग, आध्यात्मिक बल, आत्मविश्वास, एकाग्रता, नैतिकता और चरित्रबल प्रदान करता है।"[4]

गांधीजी का मानना था एक सफल व्यक्ति बनने के लिये यह आवश्यक है कि वह स्वंय को आधुनिक तकनीक से जोड़कर रखे और ऐसी परम्पराएं जो पाखंड रुप ले चुकी है उनका खंडन करे। एक कुशल प्रबन्धक में आध्यात्मिक दृष्टिकोण का होना जरूरी है।

नेतृत्व कला का आवश्यक गुण : कथनी करनी में फरक न होना

एक सफल प्रबन्धक के लिये नेतृत्व क्षमता एक अनिवार्य शर्त होती है। एक सफल प्रबन्धक को अपने अधीन कर्मचारियों के साथ बराबरी का व्यवहार करना चाहिए। जिससे वह उन्हे विश्वास के साथ अभिप्रेरित कर सके। समयावधि में अपने आश्वासनों को पूर्ण करना कुशल नेतृत्व का गुण है।

"प्रबंधक को अपने क्रियाकलापों द्वारा ऐसा आदर्श स्थापित करना चाहिए जिसके द्वारा नैतिक मूल्यों की स्थापना हो सके। गांधीजी ने इस दृष्टि से जो कार्य किये वे अपने आप में अनूठे है। उन्होंने हमेशा नैतिक मूल्यों की स्थापना पर बल दिया। वे कहते थे चाहे राजनैतिक क्षेत्र हो या सामाजिक या आर्थिक किसी भी क्षेत्र में नैतिक मूल्यों को नहीं छोड़ना चाहिए। "[5]

किसी भी प्रबन्धक के लिये यह आवश्यक है कि वह जो भी लक्ष्य निर्धारित करना चाहते है उसे स्पष्ट करे, आवश्यक जानकारी प्राप्त करें उसे परिमार्जित करें।

गांधीजी ने अपने आन्दोलनों का गतिमान किया वे निर्धारित लक्ष्यों की ओर बढ़ जनमानस के बीच उनकी विचारयुक्ति प्रभावशाली होती गयी।

चरित्र निर्माण की क्षमता

गांधीजी मानते थे कि चरित्र निर्माण की पहली शर्त आत्मविश्वास है, शिक्षा का उद्देश्य चरित्र निर्माण होना चाहिए। उसके बिना रचनात्मक कार्य व्यर्थ है।

Coordinator
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

CS Scanned with CamScanner

"मै मानता हू और मरा अनक बार का अनुभव है व्यक्ति कितना भी याग्य बन गया हो उसके गुप्त अनीति पूर्ण कृत्य का असर उसके काम पर पड़ता है। याग्यता क अभाव क बावजूद जिसका चरित्र पूर्णत: दोशरहित है उसका काम सफल हुआ है।"[१]

अनुषासन :

अनुषासन मैनेजमेंट की चाभी (जमल) है। कोई भी व्यक्ति अनुषासित हुए बिना सफलता अर्जित नहीं कर सकता। गांधीजी का मानना था कि अनुषासन शारीरिक और मानसिक दो प्रकार का होता है। इस संदर्भ में उनके विचार है।

१. अनुषासन कार्य के प्रति अनुराग से उत्पन्न होता है।
२. अनुशासन मात्र कार्यालया क लिए नहीं, बल्कि हर क्षेत्र के लिए है।
३. जब तक हम अनुषासित नहीं होंगे, हमे दुसरो को अनुषासन मे रखने का अधिकार नहीं।

प्रबन्धक के लिये अनेक गुणों की आवश्यकता होती है जैसे –

१. कार्यक्षेत्र संस्कृति का ज्ञान
२. कर्तव्य के प्रति जागरूकता
३. सकारात्मक दृश्टिकोण
४. सार्वजनिक जीवन मे पारदर्शिता
५. स्वास्थ्य के प्रति सजगता
६. अपनी गलतियो को स्वीकारना
७. काम को व्यवस्थित तरीके से करना
८. कर्म हमारा कर्तव्य है

सफल प्रबन्धक का कौशल गांधी के सिद्धान्तों पर चलकर निखर सकता है।

कार्यक्षेत्र और संस्कृति का ज्ञान

किसी भी आदमी को अपने उद्योग और व्यवसाय को विस्तार देने के लिये सबसे पहले बाजार की सही स्थितियों को जानना आवश्यक है। इस बारे में हमें गांधी के जीवन और विचारों से महत्त्वपूर्ण दिशा मिलती है। जब गांधीजी १९०१ में भारत आये तो उन्होंने अखिल भारतीय कांग्रेस अधिवेशन में भाग लिया और कहा कि, मैं सार्वजनिक जीवन में आने के पहले एक बार पूरे भारत की यात्रा करूंगा। उनका यह दृश्टिकोण यह बताता है कि कोई भी नया मिशन शुरू करने के पहले चाहे वो उद्योग से संबंधित हो या जीवन के किसी भी अन्य पक्ष से, हमें उसकी तह में जाकर बारीकी से उसे पूरी तरह समझ लेना चाहिए। जब तक हम उसकी मूल प्रकृति को नहीं समझेंगे तब तक सही दिशा प्राप्त नहीं हो सकती।

"सफलता का मतलब सिर्फ सफल होना नहीं है, बल्कि सफलता का अर्थ है अपने असली मकसद को पाना, इसका मतलब है पूरा युद्ध जीतना न कि छोटी–मोटी "लड़ाईयां जीतना" जहां तक संस्कृति का प्रश्न है, उद्योगपति या व्यवसायी को वहां की संस्कृति और पहनावे के प्रति ध्यान रखना आवश्यक है जहां उसे अपना व्यवसाय स्थापित करना चाहता है।

गांधीजी का कहना था कि मेरा पहनावा भी उस देश के लोगों जैसा होना चाहिए, उनका यह दृश्टिकोण इस बात का परिचायक है कि सार्वजनिक जीवन में आपका व्यक्तित्व और पहनावा भी आपकी जीवनशैली और आपके दृश्टिकोण को प्रदर्शित करनेवाली महत्त्वपूर्ण बिन्दू है।"[२]

Coordinator
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

सकारात्मक दृष्टिकोण :

हमारी जीवन दृष्टि हमारी सोच और कार्यों का विष्कासित रूप है। हमारी जीवन दृष्टि जिस प्रकार की होगी हमारी सोच भी उसी प्रकार की होगी। गांधीजी ने अपना नजरिया हर समय, हर स्थिति में सकारात्मक रखा। उनका कहना था कि, विचार के मूल में सकारात्मकता होनी चाहिए। परिणाम चाहे जो भी निकले, यदि ईश्वर हमारे पक्ष में परिणाम नहीं देना चाहता उसमें हमारी कुछ भलाई ही होगी, परिणाम को अपने पक्ष में करने के लिये व योजना बद्ध तरीके से पूर्ण शक्ति के साथ कार्य करते थे। साथ ही साथ इस बात के लिये तैयार रहते थे कि असफल होने पर में भी कुछ सकारात्मक ढुंढने की कोशिश करेंगे। इसीलिये उन्होंने अपनी पुस्तक "माय एक्सपेरिमेंट विथ ट्रुथ" में लिखते है, "मैंने अपने अनुभवों से बहुत बार देखा है कि हमने चाहा कुछ और हुआ कुछ ओर ही, पर साथ-साथ मैंने यह अनुभव किया कि जहां सत्य की ही साधना और उपासना है वहा सोचा-चाहा परिणाम भले ही न हुआ हो पर जो अनसोचा परिणाम होता है, वह भी अनिश्ट नहीं होता और कितनी बार तो सोचे हुए परिणाम से अच्छा होता है।"

गांधीजी ने अपनी नीतियों द्वारा केवल सार्वजनिक जीवन पारदर्षिता पर ही बल नहीं दिया, बल्कि आय और व्यय के बीच एक श्रेश्ठ संतुलन पर भी बल दिया, उनका कहना था कि अपने व्यक्तित्व और कार्य करने की पद्धति को पारदर्षी बनाये।

काम को व्यवस्थित तरीके से करना :

गांधीजी के पास काम को व्यवस्थित तरीके से करने की जो कला थी वह बीसवी सदी के कुषल राजनेता और चिन्तक ही नहीं अपितु एक कुषल प्रबन्धक के रूप में मान्यता दिलवाती है। व्यापार क्षेत्र में आज भी प्रत्येक कर्मचारी जो अपने संगठन के उद्देष्य से जुड़ा रहता है। उसे अपनी वाणी और विचारों पर अंकुष रखना पड़ेगा, कार्य को व्यवस्थित रूप से कर अपने उद्देष्य का पालित करना ही कुषल प्रबन्ध है।

सफल प्रबन्धक का कौशल्य ज्ञान गांधीजी के पथ पर चलकर अधिक व्यवहारिक सिद्ध हो सकता है ।

संदर्भ

१. शताब्दी के निबंध, पृष्ठ संख्या तिरेह संपादक डा मुकुंद द्विवेदी प्रकाशन वर्ष २००८ हिंदी अकादमी दिल्ली किशनगंज
2- www.businessmanagementideas.com
३. सत्य के प्रयोग – लेखक मोहनदास करमचंद गाँधी पृष्ठ संख्या ह्यx४ अनुवादक काशीनाथ त्रिवेदी हिंदी अकादमी दिल्ली ११०००७
४. जीवन प्रबन्धन, प. विजय शंकर मेहता, राधा कृष्ण प्रकाशन दिल्ली, प्रथम सस्करण, २००५ ISBN ९७८-८१-२८८-८३६१-४१-८,
५. गांधी और मॅनजमेंट, प्रवीण शुक्ल, खंड ६७, ISBN ९७८-८१-२८८-२४६९-२, प्रथम सस्करण, प्रकाशक डायमंड पॉकेट बुक्स, दिल्ली, २०११, पृ. ४३
६. गांधी और मॅनजमेंट, प्रवीण शुक्ल, खंड ६७ ISBN ९७८-८१-२८८-२४६९-२, प्रथम संस्करण, प्रकाशक डायमंड पॉकेट बुक्स, दिल्ली, २०११, पृ. ३७
७. गांधी और मॅनजमेंट, प्रवीण शुक्ल, खंड ६७ ISBN ९७८-८१-२८८-२४६९-२, प्रथम संस्करण, प्रकाशक डायमंड पॉकेट बुक्स, दिल्ली, २०११, पृ. ४४

Coordinator
Smt. Rewaben ... Patel
Mahila Kala ... Vidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

आत्मावलोकन : विकास की पहली प्रक्रिया

डॉ. मधुलता व्यास
सहयोगी प्राध्यापक, रेवाबेन पटेल कॉलेज, भंडारा

मील के पत्थर लगे है, किन्तु अक्षर मिट गये
कौन से पूछें कि अपना गांव कितनी दूर है
भोर होते ही चले थे, अब दुपहरी हो गयी
कौन से पूछें कि शीतल छाँव कितनी दूर है
धूल मस्तक से लगा मिलती दिशा गंतव्य की
कौन से पूछें कि पावन गांव कितना दूर है

दूसरों को पहचानने से पहले स्वंय को जानना जरूरी है, पर स्वंय को जानना एक ऐसी डगर है, और पहली है। जिसका उत्तर स्वंय के पास नहीं है। पर आत्मविश्लेषण तो किया जा सकता है।

उपरोक्त काव्य की पंक्तियां यही संदेश दे रही है, मील दर्शानिवाला पत्थर ही नहीं है, वहां से मंजिल कितनी दूर है बस चल–चला चल, जीवन की डगर में छूप छांव की चिन्ता छोड़ बस हिम्मत कर धूल मस्तक से लगाकर बढ़ चल गंतव्य और स्वंय पर विश्वास ही आत्मविश्वास की प्रेरणा प्रदान करता है। स्वंय को परीक्षण के लिये तैयार करना, जब स्वंय को जान जायेंगे तो दूसरों को समझना भी सरल हो जायेगा।
स्वंय को जानने के लिये क्या किया जाय, यह आत्मावलोकन कहा जा सकता है। इसके लिये कुछ बातों पर ध्यान देना आवश्यक है।

प्रबन्धन Management में SWOT Analysis होती है –

S	-	Strenght
W	-	Weakness
O	-	Opportunity
T	-	Threats

Strength - शक्ति अर्थात आपकी शक्ति क्या है अपनी शक्तियों को पहचानना, आप क्या हो, क्या करना चाहते हो, क्या किया है, अपने आप को पहचानना भी जरूरी है।

Weakness – कमजोरी अपनी शक्ति के साथ–साथ अपनी कमजोरियों का मूल्यांकन भी करना आवश्यक है। आप किस क्षेत्र में पीछे हो आपकी मानसिक सोच, और व्यवहार में क्या कमी है। अवसर को पहचानना अवसर का लाभ उठाना, अवसर हाथ से न निकलना चाहिए –

ऐसा न हो
आछे दिन पाछे गये, प्रभु से किया न हेत
अबे पछतावे होत क्या, जब चिड़िया चुग गयी खेत

पछतावे का दुःख न हो जीवन में, हार जीत तो लगी रहती है, अगर अवसर मिलता हे तो उसके लिये प्रयत्नशील रहना ही सबसे बड़ा कार्य है।

Threats -
सीमाऐं अपनी सीमाओं का मूल्यांकन बाधाएं उसको पहचानना भी आवश्यक है, खुद की शक्तियों को देखकर और सामने आनेवाली बाधाओं को पहचानकर आगे बढ़ना चाहिए, अवसर बाधाओं के साथ आते है।
आत्मावलोकन में उपरोक्त के साथ निम्न बाते भी ध्यान में रखने योग्य है जिससे जिस क्षेत्र में आप प्रवेश करें उसके प्रत्येक पहलुओं पर आप की दृष्टि हो। प्रतिष्ठा
स्वंय को पहचानला Know Your Self अक्सर हम स्वंय का मूल्यांकन नहीं कर पाते हमारी शक्ति क्या है, हम में आत्मविश्वास की कमी आदि अनेक कारणों से होती है। हम अपने अंदर छिपी किसी प्रतिमा को नहीं पहचान पाते, हर व्यक्ति में कुछ न कुछ प्रतिमा जरूर हो सकती है।

Coordinator
Smt. Rewaben Mahila Kala
Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

B.Aadhar' International Multidisciplinary Research Journal
Impact Factor - ((SJIF) -7.675,
Special Issue
ISSN : 2278-9308
February 2020

हनुमान जी को अपनी विशाल शक्ति का ज्ञान नहीं था। जब जामवंतजी ने उनकी शशशक्तियों से उनका परिचय कराया जो उनके अद्भुत शक्ति आ गयी।

कस्तूरी कुंडल बसे, मृग ढूढें वनमाही
घट–घट राम है दुनिया देखे नाही

जिस प्रकार हिरण के कुंडल में कस्तूरी है वह उसकी सुगंध पाने के लिये दर–दर भटकता है। वैसे ही मनुष्य के अन्दर ही भगवान है, वह उन्हे बाहर खोजता है।
कहने का तात्पर्य हमारे अन्दर की प्रतिमा हम स्वंय पहचाने या जो लोग पहचानते है, उनके माध्यम से उसे परिमार्जित करें।

आत्मप्रतिष्ठा Self Respect :
आत्मप्रतिष्ठा व्यक्ति के चरित्र का आवरण है प्रतिष्ठा अर्जित की जाती है कमाई नहीं जा सकती, यह आपके व्यवहार, बोलचाल, सामाजिक दायरा आदि से आप स्वंय का अवलोकन कर सकते है। बाहरी और परिवार के लोक आपसे किस प्रकार व्यवहार करते है, हम दूसरों को कितना सम्मान देते हैं। जैसा हम देंगे वैसा ही हमारे साथ व्यवहार होगा, आत्मसम्मान प्रतिष्ठा की तरह होता है। Give and Take जैसा दोगे वैसा पाओंगे पर यह भी हर मामले में सही नहीं बैठता हर तरह के लोग रहते है, आप उनका मूल्यांकन कर अपने व्यवहार में उसी प्रकार का परिवर्तन ला सकते है।

प्रतिकार की शक्ति :
प्रतिकार से तात्पर्य बदले की भावना नहीं है लहरों के साथ बह जाना या तैरना बहुत आसान होता है। हिम्मत लगती है लहरों के विपरीत तैरने में, जो गलत है उसकी प्रतिकार करने की शक्ति आवश्यक है।
संघर्ष करना वहां आवश्यक है, आपके प्रतिकार का प्रभाव सकारात्मक है या नकारात्मक इसका निर्णय तो समय करता है।
कुंवरबैचनजी की कविता की पंक्ति याद आ रही है प्रेरणादायी है।

गमों की आंच पर आँसू उबाल कर देखो मिलेंगे रंग कई तुम उछाल कर देखो
वो जिसमें लौ है अंधरो में और दमकेगा किसी दीये पर
अंधेरा उछलकर देखो समय सूचकता : नदी रूकती नहीं लाख चाहे
हथकडियाँ पहना दो ओढ़कर शैवाल वह बहती रहेगी

समय सूचकता अर्थात सब कार्य समय पर हो चाहे वह हमारा कार्यक्षेत्र हो। बाहरी कार्य हो समय का ध्यान हमारे आत्मावलोकन की आत्मा है। सही काम सही समय पर होना अनिवार्य समय आगे निकल गया तो आप पीछे रह जाओंगे।

सोच एवं परिधान :
सोच एवं परिधान यह एक नितांत व्यक्तिगत मामला है, समय परंपरा, रीतिरिवाज यह हमारे व्यक्तित्व का परिचायक है, सामाजिक प्रतिपठा का प्रतीक है, वेषभूशा का चयन जीवन में विशेष प्रकार का स्थान रखता है। सादा जीवन, उच्च विचार।

विश्वसनीयता :
कोई आपकी बातों पर आँख बंदकर विश्वास करे, यह आपकी योग्यता का माप दंड है, यही हमें आगे बढ़ने के अवसर प्रदान करता है, विश्वास चरित्र का हिस्सा है। विश्वास जीत लिया तो समझो जग जीत लिया विश्वास खो दिया चरित्र खो दिया।

आत्मावलोकन, आत्मनिरीक्षण यह एक सतत प्रक्रिया है। जो जीवन के हर मोड़ पर हमारी परीक्षा लेती है। आत्मचिंतन, आत्मावलोकन की पहली प्रक्रिया है।

Coordinator
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

2/25/23, 11:21 AM Gandhiji_aur_Swavlamban-Pg152-155_2019_2020_IF_6.62.pdf

2019-2020

'RESEARCH JOURNEY' International Multidisciplinary E- Research Journal
Impact Factor - (SJIF) - 6.625 (2019)
Special Issue 245
Peer Reviewed-Referred & Indexed Journal
E-ISSN : 2348-7143
February 2020

गांधीजी और स्वावलंबन

डॉ. मधुलता व्यास
सहयोगी प्राध्यापक
रेवाबेन पटेल कॉलेज, भंडारा
मो.नं. ९८२२२०४९११
E-Mail : madhuvyasngp@gmail.com

स्वावलंबन का अगर कोई उदाहरण सामने है तो वह गांधी के आदर्श, समय की पाबंदी समय का सदुपयोग, समय और परिस्थिति की समझ, चरित्र निर्माण की क्षमता, विचार के विस्तार की क्षमता, कर्तव्य के प्रति जागरूकता, श्रम की स्थापना, सकारात्मक दृष्टिकोण, कार्यों को व्यवस्थित तरीके से करना व दूसरों को प्रेरित करना, लक्ष्य बनाना और हासिल करना, निर्णय लेने की क्षमता, उपलब्ध साधनों का श्रेष्ठतम प्रयोग विषम परिस्थितियों में संतुलन, स्वास्थ्य के प्रति सजगता, आदि अनेक बाते हैं जिनका अनुसरण कर मनुष्य स्वावलंबी बन सकता है जरूरत इच्छा शक्ति थी।

शिक्षा के संदर्भ में उनका विश्लेषण है :

जिस शिक्षा से राष्ट्र को लाभ हो और न व्यक्ति को उसका खर्चा भरना अपराध है मेरी राय में व्यक्तिगत लाभ की कोई चीज नहीं होती है। जो राष्ट्र के लिये लाभदायक सिद्ध की जा सके, वर्तमान में उच्चस्तर शिक्षा का, उच्चस्तर शिक्षा का ही क्यों प्राथमिक और माध्यमिक शिक्षा का वास्तविकता से कोई सम्बन्ध नहीं है। अगर बात ऐसी है तो स्पष्ट है, शिक्षा राज्य के लायक भी नहीं। १

शिक्षा का उद्देश्य सर्वांगीण विकास है जो आर्थिक, मानसिक, शारीरिक, सामाजिक सभी उद्देश्यों की पूर्ति करता है, स्वावलंबनकी और यह प्रथम कदम सिद्ध होगा।

शिक्षा, बहुआयामी होती है बौद्धिक विकास के साथ शारिरीक और मानसिक विकास में शिक्षा का योगदान सर्वपरि है। शिक्षा किताबी ज्ञान तक सीमित नहीं है।

गांधीजीने विशेषकर ग्रामीण शिक्षा पर विशेष जोर दिया, कुटीर उद्योगों को बढ़ावा, कृषि को वैज्ञानिक पद्धति से उपजाना, पशुपालन के रोजगार आदि अनेक ज्ञानवर्धक बाते है। जिन्हें अपनाकर शिक्षा को रोजगारन्मुख बनाना है। अत: सामान्य शिक्षा के साथ–साथ व्यावसायिक शिक्षा को भी प्रोत्साहन देने की आवश्यकता है।

शिक्षा ऐसी होनी चाहिए, जो रोजी रोटी कमाना नही जीने का तरीका भी सिखायें

आमजन के साथ सामंजस्य :

एक दूसरे के साथ मिलकर चलना अर्थात आपसी तालमेल बहुत जरूरी है। जीवन का कोई भी क्षेत्र हो, व्यक्ति एक दूसरे का सहयोग चाहता हैं, दूसरों की बातों को ध्यानपूर्वक सुनना, अपनी बातों को सहज रूप से उन तक पहुंचाना, और आपसी सहयोग से क्रियान्वित करना ही सामंजस्य है। स्वयं का मूल्यांकन करना और दूसरों के अनुभवों का लाभ उठाना और उन्हें भी वलाभान्वित करना।

गांधीजीने देश की जनता और नेताओंके साथ सामंजस्य बनाये रखा और एक मत से आजादी के प्रति समर्पित हुए।

व्यक्ति तभी अपने पैरों पर खड़ा हो सकता है। जब वह आमजन के साथ सामंजस्य बनाए रखता है। व्यक्ति समाज का अंग है। स्वयं को पहचानने के लिये मनुष्य को तटस्थ बनकर अपने बाहर निकलकर स्वयं को देखना

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

Scanned with CamScanner

'RESEARCH JOURNEY' International Multidisciplinary E- Research Journal
Impact Factor - (SJIF) - 6.625 (2019)
Special Issue 245
Peer Reviewed-Referred & Indexed Journal
E-ISSN : 2348-7143
February 2020

है, जैसे हमारी पीठ दूसरा आदमी देखता है। हम नही, ऐसे ही हमारे दोष भी हम नहीं देखते है। मनुष्य जब एक नियम तोड़ता है तो दूसरे नियम अपने आप टूट जाते है।[2]

समय की पहचान स्वावलंबन की सीढ़ी है :

सही समय पर गलत निर्णय और गलत समय पर सही निर्णय दोनों ही नुकसान दायक है। समय के साथ चलना ही समय की आवश्यकता है, बाण से निकला हुआ तीर और बीता हुआ समय लौटकर नहीं आता समय की पहचान और समय की पाबंदी स्वावलंबन की दिशा तय करती है। गांधीजी समय के पावन्द थे, किसी से मिलना हो या आयोजन हो, वे समय पहुँचते थे । समय अनुशासन सिखाता हूँ, जीवन में सफल होना है तो समय को पहचानो, कल कभी नही आती –

"काल करे सो आज कर
आज करे सो अब
पल में प्रलय होयगी
और करेंगो कब"

आज का काम आज करो, समय का चक्र तेजी से घूमता है।

अगर समय हाथ से निकल गया तो लौटकर नहीं आता तो है। या "इंतजार करनेवालों को चीजे मिलती तो है। लेकिन सिर्फ वही मिलती है जो संघर्ष करने वाले छोड़ देते है।"

विनम्रता :

ऐसा कहा जाता है कि विनम्र व्यक्ति की वाणी में सरस्वती निवास करती है वाणी का अभ्रतता व्यक्ति चरित्र को धूमिल कर देती है।

ऐसी वाणी बोलिये मन का आपा खोय औरन को शीतल करे, आप हु शीतल होय शीतलवाणी कठोर से कठोर व्यक्ति को पिघला देती है, मनुष्य तो क्या पशु भी वाणी को पहचानते है, और नतमस्तक हो जाते है।

जिसका अपनी जुबान पर नियंत्रण उसका स्वयं पर भी नियंत्रण नहीं होता।

रहीमदासजी ने कहा है–

रहीमन जिव्हा बावरी, करत आकाश पाताल
आप तो कह भीतर घंसी जूते खाये कपाल

अर्थात व्यक्ति की जीभ, बत्तीस
दातों के बीच सुरक्षित तो रहती है जब यही
जीभ कटु बोलने पर उतर आती है
सर पर जूते खाने की स्थिति आ जाती,

अत: शब्दों को तौल–मौल कर बोला जाना चाहिए। विनम्रता व्यक्ति का आभूषण है।

इसी विनम्रता ने बापू को लोगों का चहेता बना दिया था।

गांधीजी को मानना था कि सफल होने के लिये दूसरों के प्रति समर्पित एवं विनम्र भी होगा उन्होंने अपने विरोधियों के प्रति अपने मन में कभी घृणा का भाव नही रखा। उनका मानना था कि किसी व्यक्ति को जब अधिक उपलब्धियाँ प्राप्त होने लोग लगे तो उसे और भी विनम्र हो जाना चाहिए, इसीलिये कहां।

"व्यवहार में हमे आम के पेड़ जैसा होना चाहिए, जो फल आने पर झुक जाता है उसकी सार्थकता विनम्रता ही उसकी शोभा है।"[3]

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

https://f6mail.rediff.com/ajaxprism/doc2html?actualname=Gandhiji_aur_Swavlamban-Pg152-155_2019_2020_IF_6.62.pdf&file_name=1644...

Scanned with CamScanner

2/25/23, 11:22 AM Gandhiji_aur_Swavlamban-Pg152-155_2019_2020_IF_6.62.pdf

'RESEARCH JOURNEY' International Multidisciplinary E- Research Journal
Impact Factor - (SJIF) - 6.625 (2019)
Special Issue 245
Peer Reviewed-Referred & Indexed Journal
E-ISSN : 2348-7143
February 2020

वचन बद्धता "कमिटमेंट" :

कमिटमेंट चरित्र से आता है और विश्वास को बढ़ाता है। अर्थात हमारी कथनी और करनी में अंतर नहीं होना चाहिए।

इस संदर्भ में मुझे रघुकुल की रीत याद आ रही है, रघुकुल की रीत वचन बद्धता की रही है।

रघुकुल रीत सदा चली आयी
प्राण जाये पर वचन न जाई

दशरथजी ने वचन निभाया राम ने वचन निभाया। शब्दो की कीमत कुछ लोग अपनी जान से भी बढ़कर मानते है। वचन निभाना पत्थर की लकीर है।

वचन विश्वास का आकार है कोई अगर अपने कहे हुए शब्दों से भटक जाता है। उसकी न समाज में इज्जत होती है, न परिवार में व्यक्ति दूसरों से नही अपने आपको वचन बद्धता की सीमा में बांध सकता है। खुद से खुद के लिये लिया वचन, और उसको निभाना व्यक्ति में अतिरिक्त उर्जा और विश्वास उत्पन्न करता है।

व्यापार हो, नौकरी हो, या कोई अन्य क्षेत्र हो 'कमिटमैंट' बहुत अधिक महत्त्व रखती है। लोक कहते कि आदमी जुबान का पक्का है । अर्थात जो कह दिया उस पर अमल करना उसके जीवन का उद्देश्य और लक्ष्य बन जाता है।

गांधीजी ने वचन बद्धता के सिद्धान्त पर चले, इनके शब्दों पर विश्वास ही था जो लाखो लोग देश की आजादी के लिये उनके साथ जुड़े।

"छोटों के साथ नरमी, बड़ों के साथ करूणा, संघर्ष करनेवालों के साथ हमदर्दी से और कमजोर और गलती करनेवालों के साथ सहनशीलता से पेश आने की प्रतीज्ञा करें, क्योंकि हम अपने जीवन में कभी न कभी इनमें से किसी न किसी स्थिति में गुजरते है।"[4]

सत्य के प्रति समर्पण सत्य की "शोध के मूल में ऐसी अहिंसा है, मैं प्रतिक्षण यह अनुभव करता रहता है। जब तक यह अहिंसा हाथ में नहीं आती तब तक सत्य नहीं मिल सकता व्यवस्था या पद्धति के विरूद्ध झगड़ना शोभा देता है, पर व्यवस्था व्यवस्थापक से झगड़ा करना तो अपने विरूद्ध झगड़ा करने के समान है। क्योंकि हम सब एक कूची से रंगे गये है और एक ही ब्रह्मा की संतान है।"[5]

अनुशासन :

अनुशासन, जीवन का एक पाठ है स्वयं को स्वयं के साथ जोड़ना अनुशासन की एक प्रक्रिया है। समय की पावंदी अनुशासन का एक अंग जरूर है। अपने कर्तव्यों और दायित्वों का निर्वाह भली प्रकार करना, स्वयं का अनुशासन आपके अधीन कार्य करनेवालों को भी अनुशासित करेगा।

"अनुशासन का पालन तभी संभव है जब मनुष्य का उस काम में अनुराग हो उसके बिना तो अनुशासन अनुकरण मात्र होगा। बाहरी दुनिया की भांति अपने मन और शरीर को भी अनुशासन में रखना होगा। जब कोई व्यक्ति स्वयं अनुशासन के नियम पालन में नहीं बंध जाता। तब तक उसे दूसरे से वैसा करने की आशा नहीं करनी चाहिए।"[6]

स्वावलंबन के विषय में गांधीजीने कहा है –

मेरा तुच्छ काम लोगों को यह सिखाता है कि वे अपनी कठिनाईयों को स्वयं कैसे हलकर सकते है। देश के हर बालक को पहले स्वावलंबी बनने का पाठ पढ़ाना चाहिए। हमें यह गुण पाश्चात्य देशवासियों से सीखना चाहिए।

Coordinator
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara
Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

'RESEARCH JOURNEY' International Multidisciplinary E- Research Journal
Impact Factor - (SJIF) - 6.625 (2019)
Special Issue 245
Peer Reviewed-Referred & Indexed Journal
E-ISSN : 2348-7143
February 2020

३. स्वावलंबन व्यक्ति के लिये उतना ही वांछनीय है जितना समाज और राष्ट्र के लिये "इतिहास में महात्मा गांधी का नाम उसी श्रद्धा के साथ लिया जायेगा जैसे ईसा और बुद्ध का लिया जाता है।"[3]

शिवखेडा :

स्वावलंबन के लिये आशावादी होना जरूरी असफलता सफलता की सीढ़ी होती है। निराशावादी व्यक्ति अपनी कमजोरियों को देखता है। आशावादी कमजोरियों से सीखता है।

"इतने मजबूत बनिये कि आपके मन की शान्ति को कोई भंग न कर सके, हर चीज के केवल उजले पहलू देखें अच्छे से अच्छे नतीजो के लिये काम करे और केवल अच्छे नतीजो की उम्मीद करें बीते दिनों की गलतियों को भूल जायें और आने वाले दिनों में बड़ी कामयाबी हासिल करने के लिये आगे बढ़ें। अपने को बेहतर बनाने के लिये इतना वक्त लगायें कि दूसरों की आलोचना करने के लिये हमारे पास वक्त ही न बचे। इतने बड़े बने कि चिंता छू न सके और इतने अच्छे बने कि गुस्सा आये ही नहीं।"[4]

संदर्भसूची

१. प्रवीण शुक्ल, गांधी और मॅनेजमेंट, **सम्पूर्ण गांधी वाड्मय,** खंड ६७, ISBN ९७८–८१–२८८–२४६९–२, प्रथम संस्करण, प्रकाशक डायमंड पॉकेट बुक्स, दिल्ली, २०११, पृ.२९, २३९

२. प्रवीण शुक्ल, गांधी और मॅनेजमेंट, **सम्पूर्ण गांधी वाड्मय,** खंड ६७, ISBN ९७८–८१–२८८–२४६९–२, प्रथम संस्करण, प्रकाशक डायमंड पॉकेट बुक्स, दिल्ली, २०११, पृ.३४

३. प्रवीण शुक्ल, गांधी और मॅनेजमेंट, **सम्पूर्ण गांधी वाड्मय,** खंड ६७, ISBN ९७८–८१–२८८–२४६९–२, प्रथम संस्करण, प्रकाशक डायमंड पॉकेट बुक्स, दिल्ली, २०११, पृ.४४

४. प्रवीण शुक्ल, गांधी और मॅनेजमेंट, **सम्पूर्ण गांधी वाड्मय,** खंड ६७, ISBN ९७८–८१–२८८–२४६९–२, प्रथम संस्करण, प्रकाशक डायमंड पॉकेट बुक्स, दिल्ली, २०११, पृ.४५

५. सत्य के प्रयोग अथवा आत्मकथा मोहनदास करमचंद गांधी, अनुवादक काशीनाथ त्रिवेदी, हिन्दी अकादमी पहला संस्करण, दिल्ली, पृ. २३३

६. प्रवीण शुक्ल, गांधी और मॅनेजमेंट, **सम्पूर्ण गांधी वाड्मय,** खंड ६७, ISBN ९७८–८१–२८८–२४६९–२, प्रथम संस्करण, प्रकाशक डायमंड पॉकेट बुक्स, दिल्ली, २०११, पृ. ४९

७. प्रवीण शुक्ल, गांधी और मॅनेजमेंट, **सम्पूर्ण गांधी वाड्मय,** खंड ६७, ISBN ९७८–८१–२८८–२४६९–२, प्रथम संस्करण, प्रकाशक डायमंड पॉकेट बुक्स, दिल्ली, २०११, पृ. ६५

८. शिवखेडा, जीत आपकी, प्रकाशक Bloom Sbury Publishing India Pvt. Ltd., ISBN-978-93-82951-84-1] पृ.२०

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

https://f6mail.rediff.com/ajaxprism/doc2html?actualname=Gandhiji_aur_Swavlamban-Pg152-155...

Scanned with CamScanner

Mithak_Alochna_k_Naye_Aayam_2019_2020_IF_5.22.pdf

International Journal of Hindi Research

International Journal of Hindi Research
ISSN: 2455-2232; Impact Factor: RJIF 5.22
Received: 23-04-2020; Accepted: 25-04-2020; Published: 06-05-2020
www.hindijournal.com
Volume 6; Issue 3; 2020; Page No. 03-04

मिथकीय आलोचना के विविध आयाम

डॉ. मधुलता व्यास
सहयोगी प्राध्यापक, रेवाबेन पटेल कॉलेज, भंडारा, महाराष्ट्र, भारत

प्रस्तावना

मिथक शब्द की आलोचना से पूर्व हमें आलोचना को समझना आवश्यक है। आलोचना, समालोचना, अंग्रेजी के "क्रिटिसिज्य, 'रिव्यू ओपिनियन" आदि शब्दों के सिवा संस्कृत की टीका व्याख्या आदि अर्थो में इसका व्यवहार होते देखा गया है। साधारणतः समालोचक का कर्तव्य यह समझा जाता रहा है कि वह कवि और काव्य के दोष एवं गुणों की परीक्षा करे, उत्कर्ष अपकर्ष का निर्णय बताये और उपदेयता या अनुपदेयता के सम्बन्ध में परामर्श दे, पर आलोचक सनातन काल से निम्न लिखित बातों में से एक दो, या तीन कार्य करते आये हैं, विश्लेषण व्याख्या और उत्कर्षापकर्ष विधान।[1]

कुछ नये पंडितों का मत है कि समालोचना में उत्कर्ष या अपकर्ष का निर्णय नही होना चाहिए। वनस्पति शास्त्री बबूल और गुलाब के सौदर्य या गुणों की मात्रा पर विचार नही करता वह केवल उनकी जाति का भेद बताता है। इसी प्रकार आलोचक को भी आलोच्य ग्रंथकार की जाति का निर्णय करना चाहिए। गुण और दोष की मात्रा का नही।[2]

मिथक की व्याख्या एवं परिभाषा अनेक देश–विदेश के विद्वानों ने अपने–अपने तरीके से की है, कोई साहित्य, कोई धर्म संस्कृति, लोककथा विज्ञान से जोड़ता है, तो कई विद्वान इसे ऐतिहासिकता, दैविक भावना आदि से संबधित मानते है, इस प्रकार कहा जा सकता है कि मिथक को एक परिभाषा मे बांधना जटिल कार्य है। मिथकीय आलोचना और व्याख्या का क्षेत्र अत्यन्त व्यापक हो गया है।

मिथक की व्याख्या विद्वानों के अनुसार

"एनसाईक्लोपीडिया ऑफ सोशल साईसिज" में मिथक को लोकसाहित्य के समान जातिगत इच्छा और विचारों का स्पष्ट माध्यम माना गया है। लोकसाहित्य और मिथक का मूलभूत अंतर यह है कि मिथक अलौकिक संसार की कथा है। दोनों में औपन्यासिक कथा उपस्थित रहती है। इस धारणा से दो तत्त्व स्पष्ट होते हैं। इसमें कथा तत्त्व की उपस्थिति उसका धार्मिक परिवेश और उसकी अलौकिक संसार से सम्बद्धता है।

नीश्ते के अनुसार, मिथक उठती हुई सार्वभौम भावना और सत्य का विलक्षण रूप है। श्री. हेरल्ड के शिलिंग के अनुसार मिथक एक साहित्यिक माध्यम है। जो संस्कृति के मूल और गूढ गहन आस्था और विष्वास की अभिव्यक्ति के लिये विशेष रुप से उपलब्ध है। प्रसिद्ध मनोवैज्ञानिक "युंग" ने मिथक को समाज को संगठित करनेवाला तत्त्व माना है और इसके लिये उन्होंने सामुहिक अचेतन का सिद्धान्त प्रस्तुत किया है। यह सामुहिक अचेतन निजी उपलब्धि नहीं है, वरन् मानस में आदिम युग से वर्तमान युग तक सम्पूर्ण मानव में जाति के संस्कार समाविष्ट रहते हैं ये संस्कार बिम्ब के रुप में होते है और इसकी अभिव्यक्ति मिथक के रुप में होती है।

मिथक के संदर्भ में विद्वानों का दृष्टिकोण

1. मिथक और भाषा एक दूसरे के पूरक है
2. भावना और आस्था का अनिवार्य रूप
3. मिथक एक धार्मिक कथा है
4. मिथक साहित्य का माध्यम है
5. मिथक सामाजिक संगठन का माध्यम
6. दैवीय भावना से मानवीय भावना की अभिव्यक्ति
7. जातीय सांस्कृतिक चेतना
8. ऐतिहासिक सत्य को प्रकट करने का माध्यम
9. कला और यर्थात का समन्वय
10. भाषा का मूल रूप
11. मिथक और दर्शन शास्त्र का संबंध है
12. मिथक एक अविष्कार है
13. आत्मनिष्ठा और मनोविज्ञान
14. वास्तविकता की अभिव्यक्ति
15. मन की दमित इच्छा
16. व्यक्ति और समाज के बीच तारतम्य

मिथक और भाषा एक दूसरे के पूरक है : धर्म और मिथक के बीच अंतर करना कठिन है डॉ. रमेश कुंतल मेघ–मिथक से आधुनिकता तक आलोचना मिथक तत्त्व वस्तुतः भाषा का पूरक है। भाषा को समृद्ध करने और भाषा द्वारा समृद्ध होने में वे एक दूसरे के पूरक है। मिथः पूरक एवं मिथक आदि, मानव के चिन्त मे संचित अनेक अनुभूतियाँ मिथक के रूप में प्रकट होने के लिये व्याकुल रहती है। परतु भाषा के माध्यम से जब वह प्रकट होती है तो ऊपर से एकांगी, तर्कहीन और मिथ्या जान पड़ती है। परन्तु गहराई से देखने में वह मनुष्य के अर्न्तगत को अभिव्यक्त करने का एक मात्र साधन है, काव्य चित्र, कथा आदि के रूप मे मनुष्य जो कुछ रचनात्मक प्रयास करता है। मिथक उसे प्रेरित और समृद्ध करते रहते है। भाषा के बिना मनुष्य अपने अस्तित्व को व्यक्त नही कर सकता।

किसी भी संरचना के विभिन्न पद नामों एव धारणाओं के सम्बन्धों के बीच नियम सूत्र गुंथने पर भाषा का विधान होता है। जो मात्र शब्दार्थ ही नहीं है। संबंधता है, संप्रेषण है और ज्ञानानुभव है इस प्रकर्म में भाषा के वाचिक तथा भाषा वैज्ञानिक के रुप में ही, मिथक भी एक भाषा हैं यही नहीं नातेदारी भी, आर्थिकता भी, अधिरचना (कला, धर्म, विज्ञान आदि) भी विशिष्ट प्रकार की भाषाएँ हैं।[3]

मिथक और साहित्य तत्त्व एक है : मिथक और साहित्य तत्त्व एक है साहित्य कला की सजृन प्रक्रिया, मिथक की सृजन प्रक्रिया से अलग, रिचयर्ड चेज ने कहा है कि मिथक ही साहित्य है। रिचर्ड चेज की इन बातो से सहमत न भी हुआ जाय तब भी मिथककार की तरह कलाकार भी अपने में संचित संस्कारों की अभिव्यक्ति प्रदान करता है।

Coordinator. IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Manila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

मिथक साहित्य के निकट है: साहित्य के क्षेत्र मिथकों के अवतरण का एक रुप धार्मिक आस्था से उनका प्रयोग भी है। हिन्दी के मध्ययुगीन काव्य में रामकृष्ण, शिव आदि की कथा इसी प्रकार के उदाहरण है। मिथक जीवन के लिये अपरिहार्य है आदि "एस रिचडर्स" ने कहा है मिथक के बिना मुनष्य आत्मा रहित क्रूर पशु की तरह हो जायेगा यदि मनुष्य द्वारा अर्जित इन मिथकीय परम्पराओं को एकाएक समाप्त कर दिया जाय तब भी मानव नये–नये मिथक गढ़ लेगा।

मिथक एक आविष्कार है : आविष्कार का तात्पर्य किसी प्रस्तुत वास्तविकता में से प्रमुख विचारों की अवधारणा और कल्पना के माध्यम से पुनः अभिव्यक्त करना इस विधि से यर्थातवाद तक पहुंचते है। मिथक किसी एक राष्ट्र या मानवता संस्कृति के लेखे जोखे हैं। मिथक किसी समाज की संस्कृति के आधार पर गठन या संरचना को प्रकट करते है। जिसके ऊपर उसके उपरुपों के कला धर्म, विज्ञान, कानून नैतिकता के विमुख एश्वर्य वाले स्वर्ण युगीन महाप्रसाद खड़े किये गये है।

"मिथक अनुभति और कल्पना पर आधारित होता है। इसलिए मिथक सार्वभौम कल्पना है।" कल्पनाशीलता के फलस्वरूप मिथक सांस्कृतिक एवं धार्मिक चेतना को नये परिप्रेक्ष्य में प्रस्तुत करता है। यथार्थता को भी मिथकीय चेतना बदल देती है। मिथकीय परिकल्पना ऐतिहासिक बोध को तो विस्मृत कर देती है, लेकिन अपनी प्रकृति से सामाजिक चेतना को भी जगाती है। इतिहास में जब–जब विदेशी आक्रमणों और दासता ने हमारी चेतना का पराजय, अपमान और क्रूर प्रतिबन्धों को कुचलने की कोशिश की हैं, तब–तब इन मिथकों ने हमारे राष्ट्रीय चरित्र की सिर्फ अभिव्यक्ति ही नहीं दी, बल्कि उन चरित्रों की जयघोष की है। कवि दिनकर की कुछ पंक्तियां द्रष्टव्य हैं –

"रे रोक युधिष्ठिर को न यहां
जने दे उनको स्वर्ग धीर
पर फिरा हमें गांडीव, गदा
लौटा दे अर्जुन भीम वीर।
कह दे शंकर से आज करें
वे प्रलय नृत्य फिर एक बार
सारे भारत में गूंज उठे
हर–हर बम का फिर महोच्चार।"

श्री. जगदीश प्रसाद श्रीवास्तव के अनुसार – मिथक मानवीय स्वतंत्रता को ठोस शक्ल प्रदान करती है एक ऐसा रुप है जो किसी अन्य माध्यम के द्वारा नहीं किया जा सकता है।

जगदीश प्रसाद श्रीवास्तव – नयी कविता उद्भव और विकास : मिथक मनुष्य की बजाय मानवता के सामुहिक अवकाश से है। मिथको के द्वारा ही हम प्रतीको के माध्यम से मानव जाति के पुरातन ऐतिहासिक एवं आधुनिक अनुगमन करते हैं प्रतीक मिथक नहीं हैं क्योंकि दोनों सांस्कृति उपादान है।[4]

आ) मनुष्य प्रतीक स्थिति की लीलाओं में अगुठित अर्थो को खोजा करते है: डॉ. जगदीश प्रसाद श्रीवास्तव ने मिथक को आदिम मनुष्यों के मानसिक भौतिक जीवन का प्रतीकात्मक कथा संग्रह कहा हैं। प्रतीक स्थिति की लीला में अवगुंठित अर्थो को खोजा करते हैं। मिथक वस्तुतः अन्य आत्मनिष्ठ और मनोवैज्ञानिक होता है :

"मिथक वस्तुतः आत्मनिष्ठ और मनोवैज्ञानिक होता है वह सांसारिक यर्थात का मानवीय अनुभूतियों की शब्दावली में प्रस्तुत करता है।[5]

फ्रायड ने मिथकों की सृष्टि के मूल में दमित यौनवृत्ति की एक विधि को स्वीकार किया है तो युंग ने 'सामुहिक अचेतन' का सिद्धांत प्रस्तुत किया है। फ्रायड ने किसी वृद्ध कुलज्येष्ठ के प्रति पुत्रों के विद्रोह, कुलज्येष्ठ की हत्या और नारियों की मुक्ति जैसी घटनाओं की कल्पना करके मिथक का रहस्य सुलझाना चाहा है लेकिन सार्वभौम मिथकों की यह व्याख्या सर्वत्र ही ग्राह्य नही मानी जा सकती। ऐसे अनेक मिथक हैं जिनका संबंध यौनवृत्ति से नहीं जोड़ा जा सकता।

मिथक में कल्पना और यथार्थ का समन्वय होता है। कल्पना के माध्यम से कवि या कलाकार अपनी अनुभूतियों को कलात्मक रूप देते समय मात्र सर्जनात्मक कल्पना से ही अपनी अभिव्यक्ति का माध्यम बनाता है। सक्रिय कल्पना की प्रक्रिया यथार्थ पर टिकी होती है। मिथक कल्पनाएं भी कला और कार्य में संस्कारित होकर ऐतिहासिक चेतना का आयात्तीकरण करती है। लेखक लालित्य–तत्व में मिथकीय चेतना का तथा मानव तत्व में धार्मिक चेतना का सामंजस्य करते है। अर्थात वे कल्पना में भी धार्मिकता का स्वरूप देखते हैं।[6]

निष्कर्ष के रुप में यही कहा जा सकता है कि मिथक बहुआयामी शब्द है जिसको किसी एक परिभाषा में नही बांधा जा सकता। कुछ विद्वान मिथक को धार्मिक कथा के रूप में स्वीकारते है, उसके आधार पर अनेक ग्रंथ लिखे है, वैदिक–पुराणिक मिथक काव्य, रामायण आश्रित मिथक महाभारत आश्रित मिथक काव्य आदि।

कुछ विद्वान मिथक और भाषा को पूरक मानते है कुछ भाषा की विकृति मानते हैं, कुछ के लिये भावना और आस्था का अभिन्न रूप है, धार्मिक कथा है साहित्य का माध्यम है, सामाजिक संगठन का माध्यम है, देवीय भावना से मानवीय भावों की अभिव्यक्ति है, आम प्रतीकों का गुंठन है, सांस्कृतिक चेतना ऐतिहासिक सत्य को प्रकट करने का माध्यम, मिथक कला ओर यर्थात का समन्वय हे, मिथक आविष्कार है, प्रवचन व भाषण है, आत्मनिष्ठ और मनोविज्ञान है, मानव की दमित इच्छा की अभिव्यक्ति व्यक्ति और समाज के बीच तारतम्य स्थापित करनेवाला जिस प्रकार सागर की व्याख्या नही की जा सकती। उसके गुण–धर्म और गहराई का सही–सही अनुमान नही लगाया जा सकता, वही स्थिति मिथक की है। यह सत्य है, मिथक अभिव्यक्ति का माध्यम है, अभिव्यक्ति का आधार क्या है, यह तर्क का विषय न होकर चिन्तन का विषय है, मिथक की गहराईयों में झांके, जीवन का सत्य शायद वहीं मिलेगा।

संदर्भ सूची

1. हजारी प्रसाद द्विवेदी – पुस्तक साहित्य सहचर लोकभारतीय प्रकाशन इलाहाबाद, ISBN No. 978.81.8031.775.0 पृष्ठ 104
2. हजारी प्रसाद द्विवेदी – पुस्तक साहित्य सहचर लोकभारतीय प्रकाशन इलाहाबाद] ISBN No. 978.81.8031.775.0 पृष्ठ 105
3. रमेश कुंतल मेघ–मिथक से आधुनिकता तक, वाणी प्रकाशन नई दिल्ली ISBN No. 978.81.8143.932.1ए पृष्ठ 10
4. डॉ. जगदीश प्रसाद श्रीवास्तव – पुस्तक नयी कविता उद्भव और विकास
5. रमेश कुंतल मेघ–मिथक से आधुनिकता तक, वाणी प्रकाशन नई दिल्ली ISBN No. 978.81.8143.932.1ए पृष्ठ 18
6. रमेश कुंतल मेघ–मिथक से आधुनिकता तक, वाणी प्रकाशन नई दिल्ली ISBN No. 978.81.8143.932.1ए पृष्ठ 148

Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

https://f6mail.rediff.com/ajaxprism/doc2html?actualname=Mithak_Alochna_k_Nave_Aayam_2019_2020_IF_5.00...

Scanned with CamScanner

3.3.1
20-21

ISSN 2278-3199

Volume - 09, Issue - 01, January - June, 2020

A Half Yearly Peer Reviewed Multidisciplinary
National Research Journal of Social Sciences & Humanities...

National Journal on ...

SOCIAL ISSUES AND PROBLEMS



Gondia Education Society's

SETH NARSINGDAS MOR ARTS, COMMERCE &
SMT. GODAVARI DEVI SARAF SCIENCE COLLEGE

TUMSAR, DIST. BHANDARA - 441912.

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

'Social Issues and Problems'

- CONTENTS –

Sr. No.	Title of Paper	Author Name	Page No.
1.	From Marginalization to Marginalization.....	Dr. Pradeep Meshram	...1
2.	Untouchable: A Mirror to Indian Society	Dr. R. K. Dipte	...6
3.	Educational Thoughts of Dr. Ambedkar	Dr. Hemant Koli, Mr. Hasan Tadvi	...10
4.	The Havoc of Pandemic Covid-19....	Dr. Rajshri Gajghate	...14
5.	Development of Small Scale Industries	Dr. Smita Lade	...17
6.	दूरचित्रवाणी में दिखाई जानेवाली स्त्री प्रतिमा.....	प्रा. किण्णा पासवान	...21
7.	वृद्धाश्रमों में रहने वाले वृद्धों की मानसिक स्वास्थ्य स्थिती	डॉ. राजेंद्र बगाटे	...24
8.	मनोवैज्ञानिक कठोरता और मनोवैज्ञानिक कल्याण में सहसंबंध...	डॉ. दीपा बलखंडे	...28
9.	फुले, शाहू, आंबेडकरांचा समताधिष्ठित विचार.....	डॉ. नारायण कांबळे	...30
10.	कोरोना (कोविड–१९) चा भारतीय समाजवरील परिणाम	डॉ. दिपक पवार	...35
11.	अभ्यासक्रम व शिक्षणपद्धतीतील बदलांची गरज	डॉ. अंजली जोशी	...39
12.	भारतातील महिलांवरील अत्याचार व उपाय	डॉ. अन्सारी एस. जी.	...40
13.	संगीत: मानवी जीवनावस्थेला नवी दिशा....	मुरलीधर तरारे	...42
14.	सांप्रदायिक हिंसाचार : एक अध्ययन	डॉ. जयमाला लाडे	...46
15.	महाराष्ट्रातील शेतकरी चळवळीची सद्यस्थिती.....	डॉ. सुनिल झाडे	...51
16.	गुन्हा, गुन्ह्याच्या उत्पती संबंधीचे सिद्धांत.....	डॉ. महेंद्रकुमार जाधव	...56
17.	स्त्री आणि कौटुंबिक हिंसाचार.....	उर्मिला टोहणे	...58
18.	स्त्रिवादी दृष्टिकोणातून जळीत महिला.....	डॉ. प्रमिला भुजाडे	...62
19.	सायबर गुन्हा	डॉ. राजेंद्र कांबळे	...65
20.	पोषणासाठी आहारात रानभाज्यांचा व फळांचा उपयोग...	डॉ. सोनाली बन्सोड	...67
21.	मानवाधिकार आणि अन्न सुरक्षा कायदा	डॉ. संतोष मेंढेकर	...69
22.	लिंगभेद व जातीवादामध्ये असणारी मतभिन्नता	डॉ. प्रमिला भोयर	...72
23.	शालेय पोषण आहार योजना व महिला स्वयंपाकी...	प्रा. राखी तुरस्कर	...75
24.	कामगार कायदे आणि वर्तमान परिस्थीतीतील आव्हाने....	डॉ. प्रदीप गजभिये	...76
25.	विदर्भातील अल्पभूधारक शेतकऱ्यांच्या विविध समस्या.....	प्रा. लिना गादेवार	...78
26.	ऊसतोड महिला कामगार व शासकिय धोरण	प्रा. महादेव घुंचे	...81
27.	आयुका ग्रंथालयातील ई–स्रोत व्यवस्थापन : एक सर्वेक्षण	आनंद मालेवार, सुनिल कान्होलकर	...83
28.	निरोगी राहण्याकरिता प्राणायाम	प्रा. नरेश बोरकर	...87
29.	कोरोना विषाणू (कोविड–१९) आणि स्थलांतरीत कामगार	डॉ. विलास घोडे	...89
30.	ग्रामीण भागाची विपन्नावस्था आणि त्यातून निर्माण झालेले प्रश्न	प्रा. आर. जी. कुणावत	...92
31.	कोविड–१९: जागतिक महामारी	डॉ. नलिनी बोरकर	...95
32.	अहेरी शहरातील महिलांची अन्नभेराळ विषयक जागरूकता....	प्रा. मंगला बनपोड	...98
33.	कोरोनाची सद्यस्थिती, समस्या व आव्हाने	डॉ. रमेश सोमकुंवर	..100
34.	कोरोनाचे संकट, स्थलांतरीत मजूरांपुढील आव्हाने....	डॉ. सविता चिवंडे	..103
35.	कोरोना व सामाजिक समस्या एक अध्ययन	डॉ. नागसेन मेश्राम	..107
36.	ग्राहक चळवळ : आधुनिक युगाची गरज	डॉ. राहुल भगत	..110
37.	कौटुंबिक हिंसाचारापासून महिलेचे संरक्षण	ओमप्रकाश सहारे	..113

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

निरोगी राहण्याकरिता प्राणायाम

प्रा. नरेश पांडुरंगजी बोरकर, श्रीमती रेवाबेन मनोहरभाई पटेल महिला कला महाविद्यालय, भंडारा. मो. ९४२१७१६५९६

प्रस्तावना :– श्वासाच्या गतीला नियंत्रित करण्याला प्राणायाम म्हणतात. प्राणायाम श्वासाला निश्चित गतित ओढून फुफ्फुसात हवा भरते. तिला एका निश्चित वेळेपर्यंत थांबवून ठेवणे नंतर तिला निश्चित गतीत फफुफ्फुसामधून हवा बाहेर काढून त्याला खाली करणे पुन: निश्चित गतित फुफ्फुसात हवा भरण्याच्या प्रक्रियेला निश्चित वेळेपर्यंत पुन:पुन करण्याच्या क्रियेला प्राणायाम म्हणतात. प्राणवायु वैश्विक जीवन शक्ती होय. तर आयाम म्हणजे तिला नियंत्रित करणे होय. आपल्या शरीराकरिता प्राण शक्तीचे खुप महत्त्व आहे. श्वसनाच्या माध्यमातून प्राणावर निमंत्रण प्राप्त करणे म्हणजे प्राणायाम. ही प्रक्रिया नलिकेव्दारे श्वास घेण्यावर अवलंबून असते. प्राचीन काळात श्वसन प्रक्रियेचे महत्त्व माहीत होते. प्राणायामाच्या सतत सरावामुळे प्राणशकितेच्या प्रमाणात वृद्धी होउन श्वसनाचे अडथळे दुर केले जात होते.

दहयन्ते ध्यायमानाना धातुना हि यथा मला : !
तथेन्द्रियाणा दहयन्ते दोषा : प्राणस्थ निज्यहात !!

मनू ने म्हटले आहे की, जसे अग्नीमध्ये सुवर्णाला घातले तर त्याचे मळ नष्ट होते. त्याचप्रकारे प्राणायाम केल्याने इंद्रियांमधील मळ नष्ट होतो. प्राणायाम संजीवनी शक्ती होय. ज्याने शारीरिक आरोग्य तर सदृढ बनते. त्याचबरोबर मनाची एकाग्रता वाढते. प्राणायामाव्दारे मानसिक शांती आणि आध्यात्मीक विकासाचा मार्ग प्रशस्त होतो. प्राणायाम प्राणाला अनुवासीत करण्याची प्रक्रिया होय. प्राणायाम श्वासक्रियेचा सम्यक नियमन आणि नियोजन होय. प्राणायामच एक मात्र साधन आहे ज्यामुळे व्यक्ती श्वास, मन आणि प्राणाला वशित करून सुप्त चेतना जागृत करतो.

प्राणायाम रोग प्रतिकार शक्ती वाढवितो:– प्राणायाम श्वासाच्या गतीवर नियंत्रण करतो. प्राणायाम रक्तसंचाराला सुनियोजित करतो. तसेच मस्तिष्क, मेरूदण्ड, हृदयाच्या मांसपेशीला तसेच नाडी मंण्डलच्या कार्यक्षमतेला व्यवस्थित करीत असतो. त्यांना अतिरिक्त शक्ती प्रदान करतो. प्राणायामाव्दारे हृदय, फुफ्फुस आणि पोटाच्या मांसपेशिची मालिश होते. त्याचप्रमाणे किडनीची कार्यक्षमता वाढते.

प्राणायाम मध्ये श्वास घेण्याच्या तीन क्रिया आहेत. – १. पुरक :– श्वास आत घेतल्यानंतर फुफ्फुसाच्या कप्प्यात भरून ठेवण्याच्या क्रियेला पुरक असे म्हणतात. २. कुंभक :– कुभंक दोन प्रकारचा असतो. आंत कुभंक व बाहय कुभंक. श्वास आत ओढल्यानंतर श्वासाला आत रोखुन ठेवण्याच्या क्रियेला आत कुंभक म्हणतात. तर श्वासाला बाहेर सोडल्यानंतर बाहेरच काही वेळ रोखुन ठेवण्याच्या क्रियेला बाहय कुभंक असे म्हणतात. ३. रेचक :– फुफ्फुसामधून श्वास हळू–हळू बाहेर काढण्याला रेचक क्रिया म्हणतात.

प्राणायाम साठी आवश्यक परिस्थिती :– १. प्राणायाम अभ्यासापुर्वी मुत्राशय व आतडे रिकामे असावयास पाहीजे. २. प्राणायाम उपाश्यापोटी करावयास पाहीजे. ३. प्राणायाम अभ्यासानंतर अर्ध्या तासानंतरच हलके आहार घ्यावे. ४. प्राणायाम अभ्यास सुर्योदयापुर्वी तसेच सुर्यास्तानंतर करावे. ५. प्राणायाम अभ्यास कमीत–कमी १५ मिनिट प्रतिदिवस केले पाहीजे नंतर सरावाने अर्धा तासपर्यंत करता येते. ६. प्राणायाम हवेशीर व स्वच्छ ठिकाणी करावे. ७. प्राणायाम शीतली व शितकारी प्राणायाम सोडून इतर प्राणायामाचा अभ्यास श्वसनक्रिया केवळ नाकानेच केले पाहीजे. ८. प्राणायाम अभ्यासाकरिता निद्रासन, पदमासन योग्य आहेत. ९. प्राणायाम अभ्यास करतेवेळी मांसपेशिवर कोणतेही ताण नको.

प्राणायामाचे प्रकार:– शास्त्रामध्ये जवळपास पन्नास प्राणायाम प्रकारांचा उल्लेख मिळतो. मुख्य रूपात अनुलोम–विलोम कपालभाती, भ्रामरी, भ्रस्त्रिका, उज्जाई, शितली शितकारी प्राणायाम आहेत.

१. अनुलोम विलोम :– अनुलोम या शब्दाचा अर्थ सरळ व विलोमचा अर्थ उलट होतो. अनुलोम विलोम प्राणायाम करंतानी कोणत्याही एका ज्ञानात्मक आसनात बसून कंबर, मान व डोक्याला सरळ ठेवावे. डाव्या नाकपुडीने पुरक करावे त्यानंतर यथाशक्ती कुभकं करून उजव्या नाकफुडीने रेचक करावे. याच क्रियेला विरूद्ध करावे म्हणजेच उजव्या नाकपुडीने पुरक, कुभंकानंतर डाव्या नाकपुडीने रेचक करावे. याप्रकारे अनुलोम–विलोम एक प्रक्रिया पुर्ण होते. याच क्रियेला पुन:पुन: करावे. यामुळे वायुविकार दुर होतात.

२. कपालभाती प्राणायाम :–कपालभाती शब्दाची उत्पत्ती संस्कुतमधून झाली आहे. याचा अर्थ कांती बरोबर चेहरा चमकतो. कपालभाती प्राणायाम एक अत्याधिक उर्जा देणारा पोटाचा व्यायाम होय. या प्राणायामात जोरात श्वास सोडले जाते व सामान्यरूपात श्वास आंत घेतले जाते. पाठीला सरळ ठेवून आरामदायक आसनात बसावे. पोटाला फुगवत हळू–हळू श्वास नाकाव्दारे आंत घ्यावे नंतर पोटाला आत ओढत श्वासाला बाहेर काढावे फुफ्फुस स्वत: हवेने भरतात १० ते १५ वेळा जोरात श्वास घ्यावे व सोडावे नंतर लांब श्वास घेत सोडावे. या प्राणायामामुळे रक्त शुद्ध होते. शरीराला अतिरिक्त ऑक्सीजनची पुर्तता होते. पाचनतंत्र सुधारते, चितंन व मन शुद्धीकरण करीता मस्तिष्क तयार होते. फुफ्फुस व समस्त श्वसनप्रणालीला उपयुक्त आहे.

३. भस्त्रिका प्राणायाम :– भस्त्रिका प्राणायामचा अर्थ लोहाराच्या धौकनीप्रमाणे दोन्ही नाकपुडयांतून श्वास घ्यावे. श्वास घेतेवेळी पोटाला बाहेर काढावे व श्वास सोडतेवेळी पोट आंतमध्ये घालावे थकवा झाल्यास उजव्या नाकपुडीमधून पुरक करावे नंतर कुभंक करून डाव्या नाकपुडीमधून रेचक करावे या क्रियेला पुन:पुन: करावे. भस्त्रिका प्राणायामाचा सहजरूप कपालभातीची प्रक्रिया होय. कपालभाती मध्ये श्वसन मंद असतो. व उच्छवसन प्रबळ असतो. प्रत्येक उच्छवसानंतर कुभंक सुक्ष्म असतो. जेव्हा नंतरची श्वासनक्रिया जास्त श्वासामध्ये होत असेल तर भस्त्रिकाचा ठिकाणी कपालभातीचे काही चक्र करावे. भस्त्रिका व कपालभाती प्राणायामामुळे यकृत, प्लीहा, पाचनग्रंथी तसेच पोटाचा मांसपेशी क्रियाशील व शक्तीशाली होतात. पाचनशक्तीत बाढ होते. वात–पित्त, कफ इत्यादी रोग ठिक होतात. हृदय चांगले राहते. तसेच हृदयाचा रोग दुर होतो.

४. भ्रामरी प्राणायाम :–कोणत्याही ध्यानात्मक आसनात बसून श्वासा पुर्ण आत भरून मध्यमा बोटाने नाकाच्या मुलात डोक्याजवळच्या दोन्ही बाजुने थोडे दाबावे मनाला आज्ञाचक्रांत केंद्रित करावे. अगांठ्यानी दोन्ही कानांना पुर्ण बंद करून आत भुंग्याप्रमाणे गुजंन करत नाद रूपात ओम चा उच्चार करत श्वास बाहेर सोडावा पुन्हा याच प्रकारे आवृत्ती करावी. ३ ते ५ सेकंदात नादरूपात श्वासा बाहेर सोडावे. एकवेळा भ्रामरी पुर्ण झाल्यावर त्वरीत पुन्हा त्याचप्रकारचा अभ्यास केला पाहीजे. अशा ५ ते ७ आवृत्ती

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

कराव्यात. भ्रमरी करंतानी नाद हा भुंग्याच्या गुंजनाप्रमाणे मधूर आणि सहज ठेवायला पाहीजे तसेच डोक्यावर अधिक दाब देउ नये.

५. उज्जाई प्राणायाम :– सर्वप्रथम पदमासन किंवा आरामदायक आसनात बसावे व सामान्य श्वास घ्यावे. थोडया वेळानंतर आपले लक्ष आपल्या गळयाकडे द्यावे. असे अनुभव करावे की, श्वास आपल्या गळयाकडून जात आहे. यावेळेस पोटाला थोडासा आंतमध्ये ओढून कंठदाराला संकुचित करावे व गळयाव्दारा ५ ते ७ वेळा श्वास घ्यावे काही दिवस याप्रकारे अभ्यास करावे असे केल्याने गळयामधून श्वास घेणे व सोडण्यामध्ये हळू आवाज आला पाहीजे. त्यानंतर श्वास घेणे व सोडण्यामध्ये हळू आवाज आला पाहीजे त्यानंतर श्वास लांब व आतमध्ये हळू आवाज आला पाहीजे. गळयाला थोडासा दाबून खराटे सारखा गळयातून हृदयापर्यंत तसेच हृदयापासून गळयापर्यंत श्वास सोडावे असे १५ ते २० मिनिटापर्यंत करावे. उज्जाई प्राणायामाव्दारे नाक, कान व गळयाचे रोग दुर होतात. सर्दी व खोकला यामध्ये लाभदायक असते.

निष्कर्ष :– १. दैनंदिन जिवनात प्राणायामाचे अंत्यत महत्त्व सांगितले आहे. प्राणायामाने आंतरिक शक्ती वाढविली जाते. २. प्राणायामच्या व्यामाने शरीरातील कॉर्बनडायऑकसाईडची मात्रा कमी होते ऑक्सीजनची मात्रा वाढते. ३. प्राणायाममुळे श्वास उच्छश्वनाच्या क्रियेवर नियंत्रण करून संपूर्ण शरीर निरोगी ठेवण्याचे कार्य केले जाते. ४. प्राणायामाच्या सततच्या अभ्यासामुळे रक्त शुद्ध होते. कुडंली जागृकता साध्य होते. ५. शरीरातील स्थुलता, मधुमेह, गॅस बद्धकोष्टता, आम्लपित, मुत्रपिड, थाईरॉईड, फुफ्फस आणि कंठविकार तसेच सर्व नाडया परिशुद्ध होतात.

समारोप:– प्राणायामाच्या अभ्यासाने संपूर्ण मानवजातीचे कल्याण होउ शकते. प्राणायाम रोगप्रतिकार शक्ती वाढविणे. स्वत करिता रोज वेळ काढून रोज एक तास तरी प्राणायाम करावा आरोग्याचे गुरुमत्र म्हणजे प्राणायाम होय. ऑक्सीजनची मात्र वाढवून अशुद्ध वायू बाहेर पडते. रक्ताभिसरण संस्था सुरळीत चालू राहील. हृदयविकारासारखे आजार बळावणार नाही. याकरीता आष्टाग योगामध्ये प्राणायामाचे महत्व सांगितले आहे. बऱ्याच योग अभ्यासकांनी विविध उपाययोजना सांगुन त्याचे महत्व पटवून दिलेले आहे. प्राणायामाचा अभ्यास करतानी पहिल्यांदा प्रशिक्षकाकडून सराव करावा व समजून घ्यावा नंतर हळूहळू अभ्यास वाढवावा.

संदर्भ सुची

१. डॉ. सुशीलकुमार व्यास – योग शिक्षा,प्रकाशन खेल साहित्य केंद्र ७ असारी रोड दरियागज नई दिल्ली

२. डॉ. उषा गोपाल– प्राणायाम तथा यौगिक व्यायाम प्रकाशन– स्पोर्टस पब्लिकेशन्स ग्राउण्ड फ्लोर अंसारी रोड नई दिल्ली

३. डॉ वी के शर्मा– स्वास्थ एव शारीरिक शिक्षा प्रकाशक–सरस्वती हाउस प्रा लि.–९ दरियागज समीप एल आई नई दिल्ली

४. योग संदेश जुलै–२०१६

५. https://www.jagatta.com

६. http://medium.com

७. http://www.myupicher.com

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Impact Factor – 6.625

E-ISSN – 2348-7143

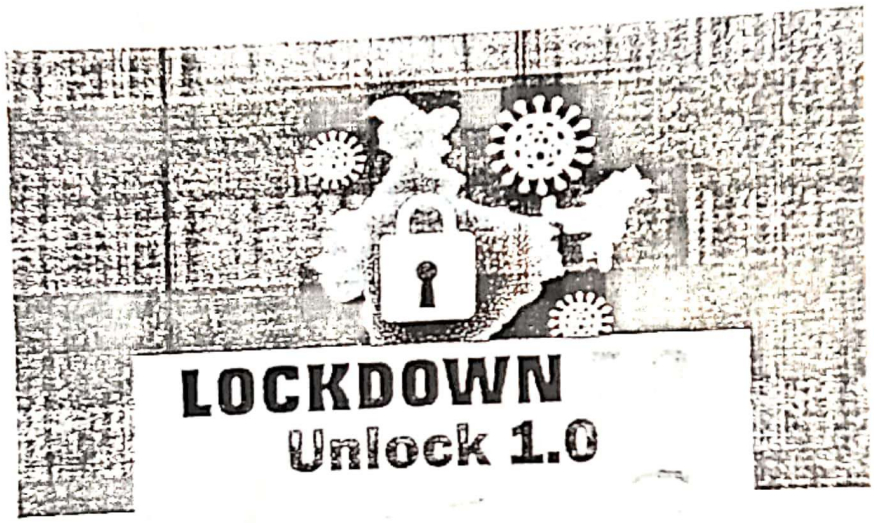
3.3.1
20-21

INTERNATIONAL [illegible] ASSOCIATION'S

[illegible] REVIEWED

[illegible]

MAY 2020



Assist. Prof. (Marathi)
MGV's Arts & Commerce College,
Yeola, Dist – Nashik [M.S.] INDIA

Nashikroad (English)
Kinwat (Hindi)
Bhusawal (Marathi)
Goa (Konkani)

This journal is indexed in :

- Scientific Journal Impact Factor (SJIF)
- [illegible] Factor (GIF)

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

26	कोरोनाग्रस्त भारतीय अर्थव्यवस्था	डॉ. ए. डी. गोस्वामी	120
27	डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर	डॉ. भास्कर शेळके	126
28	प्रौढांच्या गुणवत्तापूर्ण जीवनमानासाठी प्रौढ शिक्षणाचे महत्त्व	डॉ. गणेश लोखंडे	130
29	स्त्रीवादी साहित्यातील स्त्रियांचे अनुभवविश्व	डॉ. ज्योती माने	137
30	विठ्ठल रामजी शिंदे : जीवन आणि कार्य	डॉ. शशिकांत साळवे	142
31	मार्क्सवादाचा एक विश्लेषणात्मक अभ्यास	डॉ. संभाजी पाटील	145
32	जागतिक व्यापार संघटना आणि भारतातील औद्योगिक क्षेत्र	राजेश मायुरकर	151
33	परिपथ प्रशिक्षणाचा खेळाडूंच्या शारीरिक क्षमतेच्या घटकांवर पडणाऱ्या प्रभावाचे अध्ययन	प्रा. नरेश बोरकर	155
34	प्रारंभ ते २००० पर्यंत साहित्य संस्थांच्या नियतकालिकांचे मराठी समीक्षा व मराठी वाङ्मयाला योगदान	डॉ. मच्छिंद्र मालुंजकर	161
35	जागतिक व्यापार संघटना आणि विकसनशील देशांचा शेतीचा प्रश्न	डॉ. विष्णु कुटे	167
36	राष्ट्रवादाचा एक विश्लेषणात्मक अभ्यास	डॉ. संभाजी पाटील	170
37	रामराव झुंजारे यांच्या साहित्याचे वाङ्मयीन मूल्यमापन	प्रा. लालबा ढुमटकर	177
38	नाट्य - माध्यमांतर (रोमियो अँन्ड ज्युलियट संदर्भात)	डॉ.विजय केसकर	180
39	वामन पंडितांची सुधाकाव्ये	डॉ.राजेंद्र वाटाणे	184
40	विनोबांची ग्रामस्वराज्य संकल्पना	डॉ. प्रवीण कारंजकर	195
41	इतिहासातील उत्तर आधुनिकवाद संकल्पना : एक चिंतन	डॉ. मोहन कापगते	199
42	लिंगभाव आणि स्त्रियांची ओवीगीते	डॉ. भा. ना. गाडेकर	206
43	कोरोना नियंत्रणासाठीच्या लॉकडाऊनमुळे झालेल्या मजुरांच्या समस्या	डॉ.जयश्री सरोदे	213
44	युवक व युवतींच्या कौशल्य विकासामध्ये प्रशिक्षण घेणे ही आजच्या काळाची आवश्यकता	डॉ.माया शिरखेडकर	217
45	धडपडणाऱ्या नायकाची कथा : टाकीचे घाव	डॉ. गायत्री गाडेकर	222
46	भारतातील बालशिक्षणाचा उगम - विकास	डॉ. अंजली मस्करेन्हस	229
47	शिक्षणपंढरीचा वारकरी डॉ. कर्मवीर मामासाहेब जगदाळे	डॉ. भास्कर शेळके	234
48	लोकोत्तर गाडगेबाबा : जीवन आणि कार्य	डॉ. शशिकांत साळवे	239

Our Editors have reviewed papers with experts' committee, and they have checked the papers on their level best to stop furtive literature. Except it, the respective authors of the papers are responsible for originality of the papers and intensive thoughts in the papers. Nobody can republish these papers without pre-permission of the publisher.

- Chief & Executive Editor

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

International E- Research Journal E-ISSN : 2348-7143

Impact Factor :

Peer Reviewed & Indexed Journal

पर्यटन प्रशिक्षणाचा छेद्राहुच्या शासकीय धमतेच्या वाढवावा पहाणाच्या दृष्टीचे अध्ययन

डॉ. सौ. नंदा पांडुरंगजी सोरकर

श्रीमती रेवाबेन मनोहरभाई पटेल महिला कला महाविद्यालय भंडारा

Cell no. 9421716590

E-Mail :- nandsjthorkar.2014@gmail.com

प्रस्तावना :-

शासकीयदृष्ट्या भरा-पुरा सांस्कृतिक ऐतिहासिक आर्थिक व्यवस्थेत महत्त्वपूर्ण योगदान देऊ शकतात. जर एक दुर्बल व दोषी व्यवस्थी शक्ती व सेवेचा प्रयोग दबावतंत्रात पडला तर शासकीय सेवा व्यवस्थ व विदेशी व्यवसी आपल्या या साधनाचा प्रयोग करतात. छेद व्यवहार, प्रशिक्षण, शिक्षा व कार्यालयातील व्यवस्थ ऐतिहासिक आर्थिक विकासात शासकीय धमते दृष्टीचा शक्तीत एक दुर्बल व दोषी व्यवसी आपल्या कृतीत व व्यवहारात भरा होते तेव्हे एक बलिष्ठ शासकीय व्यवसी आपल्या कृतीत व व्यवहारी धमता सिद्ध होत. विदेशिका विद्वानांचे हे विचारात ही प्रथम दोषी अमेरी वर्गीय दिलेले आहे. "A Ex Nation is Asset and Weak Nation a Libility". याचे महत्व लक्षात स्वामी विवेकानंद यांनी व्यक्त होते की ऐतिहासी व्यवसी कार्यक्षेत्रात सुरवातीस छेद्रांचे विनीयती दोषी केलेला आहे. कार्यालय कार्यक्षमतेसी दृष्टीचा व्यवसीकरण अधिक शासकीय विभागाचे महत्व स्वातंत्र्यात आधिक व सेवेसुधी व्यवसाने आज व्यवसाय स्वातंत्र्यातील दोषांविरोधात व सिद्धांताचा पालनाची आवश्यकता आहे.

"शासकीय धमतेचे साधारण प्रयोग व्यक्तिगत आधारावर केलेले आहे. म्हणून व्यवसी आपल्या आवश्यकतेनुसार पूर्ती करण्यासाठी पूर्ण रूपात उपलब्धी दोषी व्यवसीच्या दैनिक क्रियांमध्ये व्यवहारिक रूपात धमतेचे अवलोकन प्राप्त आणि अनुभव दोषी स्वरूपा विद्यमान आहे. 'धमता' शब्दाचा प्रयोग हा प्राचीन व्यवहारापासून आधुनिक व्यवहारापर्यंत विस्तार पसरलेला आहे. परंतु 'धमता' शब्दाचे प्रयोगात्मक दृष्टीकोन प्रथमतेवर द्वितीय विश्वयुद्धाच्या पश्चात्तीत मानले जाते. व्यवस्थान व्यवस्थापन, पायक धमता, व्यवहार पायक धमता, व्यवस्थान पायक व्यवहार इत्यादी अनेक अनेक घटक आहेत. त्यांचा प्रयोग विशेष प्रशिक्षणाद्वारी विशेषण केला जाते. यात व्यवसी विविध प्रकारच्या शासकीय क्रियांचा शासकीय अवस्थांचा व्यवस्थापन पूर्ण करून व्यावहारिक परिवेशात व्यवहार, व्यवसी तथा आपल्यावरे आवश्यक व्यवस्थान प्रयत्न करतो.

शासकीय धमता

विदेशिका-विद्वानांचे व्यवहारिक दृष्टीचा ही पूर्ण विद्वानांची एक संशोधन रूप आहे. शासकीय विद्वानांचा दृष्टिकोनात Physical Fitness चे महत्व मुख्य घटक आहे. याचे तात्पर्य हे आहे की व्यवसाय पूर्वक शासकीय विद्वान शासकीय कार्यक्षमतेचा पूर्वाची आहे. या व्यवस्थान या प्रयत्नात आले पूर्ण समृद्धतेचा विकसित करता येत. हे शासकीय क्रिया व परिवर्तन विभागाद्वारा संपन्न होत असतात. या प्रकार विदेशिका विद्वानांचा एक महत्व होत. महत्व याची व्यवस्था व्यवस्थापनाद्वारे आपण हे महत्व कसे पाहतो हे होय. ते व. व्यापारात याची विदेशिका विद्वानांचा तीन घटकांत विभाजित करते आहे

१) शारीरिक, २) शारीरिक परिपक्वता ३) मानस परिपक्वता

Coordinator Website :- www.researchjourney.net Email :- researchjourney2014@gmail.com

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay.
Bhandara

CS Scanned with CamScanner

शारीरिक षिक्षणात प्रवीण होण्याकरिता धावणे, कुदणे, सायकल चालवणे इत्यादींचे गामक कौषल्य (दक्षता) आवष्यक असते. जर चेंडू खेळण्यात एखादा बालक कौषल्य प्राप्त करतो तर त्या क्रीडेत त्याची रूची वाढते. कौषल्यात वृद्धीनुसार रूचीमध्ये पण वाढ होऊ लागते. रिकाम्या वेळी पण त्याचा वेळ या क्रियेत खर्च होतो. हीच स्थिती मुलींच्या बाबतीत टेनिक्वाइट खेळात कौषल्य प्राप्त झाल्यावर उत्पन्न होते. टेनिक्वाइटमध्ये कौषल्य प्राप्त झाल्यास त्यात उत्तरोत्तर रूची वाढते"२

प्रशिक्षण चक्र योजना

खेळ प्रशिक्षणात योजना निर्माण एक महत्त्वपूर्ण पहलु आहे. प्रशिक्षण एक व्यापक व कठीण प्रक्रिया आहे. प्रशिक्षण सुरुचिपुर्ण व संतुलित करण्यासाठी तसेच यांत वेळ व लक्ष्य साध्य करण्यासाठी योजनाबध्द करावे लागते. या योजना तयार करण्यासाठी तीन चक्र योजना आहेत.

१) सुक्ष्म–चक्र योजना (Micro Cycle Plan)

प्रशिक्षणाची ही सर्वात लहान योजना होय. याचा अवधी (वेळ / काळ) अल्पकाळ असतो. अर्थात जवळ–जवळ एका आठवडयाची असते. याचा मुख्य उद्देश मध्यम चक्र योजनेसाठी आधार निर्माण करणे होय. हिचा फारच महत्त्व आहे कारण की ही योजना संपूर्ण योजना–प्रणालीसाठी आधाराचे काम करते. यांत विविध प्रशिक्षण कार्य, प्रशिक्षण भार व व्यायामाचा समावेश केला जातो. मध्यम चक्र योजना ही सुक्ष्म चक्र योजनेवरच आधारीत असते. कारण खेळाडूच्या आत जी खेळासंबंधी प्रतिभा लपलेली असते तिला बाहेर प्रकट करते."३

२) मध्यम चक्र योजना (Meso-Cycle Plan)

" मध्यम चक्र योजनाचा निर्माण विशिष्ट कारकांचा विकासासाठी, उच्च प्रदर्शनसाठी केला जातो. ही योजना परिस्थितीवर अधिक निर्भर राहते. या योजनेचा कालावधी ३ ते ६ आठवडयापर्यंत राहते. यात विविध सुक्ष्म चक्रचा समावेश राहते. याचा संबंध खेळ–प्रशिक्षण चे नियम व नियंत्रणापासुन पण होते. याच्या लक्षाची प्राप्ती सुक्ष्म चक्र व्यवस्थेच्या आधारावर योग्य प्रतिपादनाद्वारे केली जाते. ही वार्षिक योजनेपेक्षा अधिक मजबूत व व्यापक असते. हिचा उपयोग प्रतियोगीतेस (स्पर्धेत) प्रदर्शन पाहण्याकरीता केला जातो कारण की यात काही परिक्षण केले जातात ज्यात लक्ष्य प्राप्तीचा बोध होतो. जर कुठे काही त्रुटया राहतात तर योजनेत फेर–बदल केला जातो. यात तीन काळ असतात. प्रारंभिक (तैयारी) काळ, स्पर्धाकाळ व संक्रमण काळ यानी वेळ (समयविधी) ३ ते ६ आठवडे असते. यात प्रशिक्षणावर जास्त भर दिला जाते. प्रारंभिक काळ (तैयारी) व स्पर्धा काळ मिळुन अनेक मध्यम चक्र बनतात, पण संक्रमण काळ एकच असतो."४

३) बृहत चक्र योजना (Macro Cycle Plan)

बृहत चक्र योजनेला प्रशिक्षणाची योजना पण म्हणतात. जास्त तर प्रतियोगीतापूर्ण योजना यात अंतर्गत येतात. म्हणुन ही स्वत:मध्ये पूर्ण असते ही कालाधिनतेच्या सिध्दांतावर आधारित असते व हो एक वर्षाच्या अवधी (वेळ) करीता प्रशिक्षणाला प्रभावी रूपात बनविण्यासाठी तैयार केली जाते. ही योजना दिर्घकालीन योजनेवर आधारावर तैयार केली जाते

संशोधनाचे उद्देश

संशोधनकर्त्यांने संशोधनासाठी खालील उद्देशाना विचारात घेऊन संशोधन कार्य करण्याचे ठरविले आहे

१. परिपथ प्रशिक्षण कार्यक्रमाचा खेळाडूच्या शारीरिक क्षमता घटकांवर पडणारा प्रभाव पाहणे.

Coordinator
Smt. Rewaben M. Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

२. खेळाडूंची गती, शक्ती, चपळता व सहनशीलता ह्या शारीरिक क्षमतांचे परीक्षण करून दोन समूहांची तुलना करणे.

३. प्रायोगिक समूह व नियंत्रित समूहातील खेळाडूंच्या क्षमतेच्या योग्यतांची तुलना करून श्रेष्ठ कोण हे पडताळून पाहणे.

सीमा :

" आंतरमहाविद्यालयीन खेळाडूंच्या स्वास्थ्यासंबंधी सवयी, जसे– आहार ग्रहण करण्याची वेळ, झोपण्याची वेळ, प्रशिक्षण कार्य स्पर्धा व शारीरिक कार्य इत्यादी प्रस्तुत संशोधनाची सीमा आहे."५

परिसीमा :

१. आंतर महाविद्यालयीन स्पर्धेत भाग घेणाऱ्या खेळाडूंची या अध्ययनाच्या विषयाकरिता निवड केली होती.

२. खेळाडूंची वयोमर्यादा २० ते २५ वर्षे होती.

३. अध्ययनाकरिता एकूण १०० खेळाडूंची निवड केली होती. त्याचे दोन समूह तयार केले. ५० खेळाडूंचा प्रायोगिक समूह व ५० अन्य खेळाडूंचा नियंत्रित समूह तयार करण्यात आला. प्रायोगिक समूहासाठी १२ आठवड्यांचा परिपथ प्रशिक्षणाचा कार्यक्रम राबविण्यात आला.

४. खेळाडूंच्या शारीरिक क्षमतेच्या निवडलेल्या घटकांचा तुलनात्मक अभ्यास केला.

१.गती २.शक्ती ३. चपळता ४. सहनशिलता

खेळाडूंची निवड

" या अध्ययनाकरिता आंतरमहाविद्यालयीन स्पर्धेत भाग घेणाऱ्या १०० खेळाडूंची निवड केली गेली. यात दोन समूह तयार केले गेले. ५० खेळाडू प्रायोगिक समूह व ५० खेळाडू नियंत्रित समूहात होते. प्रायोगिक समूहाला १२ आठवड्याचे परिपथ प्रशिक्षण देण्यात आले आणि नियंत्रित समूहाला कोणतेही प्रशिक्षण देण्यात आले नाही. त्याची वयोमर्यादा २० ते २५ वर्षे होती. सर्व खेळाडू आंतरमहाविद्यालयीन स्पर्धेत भाग घेणारे होते. खेळाडूंचे मापन खालील पद्धतीने घेण्यात आले."६

मापन पद्धती

शारीरिक क्षमता :

१) गती – ५० यार्ड धावणे
२) शक्ती – स्टँडिंग ब्रॉड जम्प
३) चपळता – शटल रन
४) सहनशीलता – ६०० यार्ड रन

परीक्षण प्रशासन

परीक्षण प्रशासनापूर्वी, खेळाडूंना परीक्षणाशी संबंधित सर्व पद्धती विस्तारपूर्वक समजाविल्या गेल्या जेणेकरून त्यांच्या मनात कुठल्याही प्रकारची शंका राहणार नाही.

१) गती (५० यार्ड धावणे) :

उद्देश : खेळाडूच्या त्वरणगती क्षमतेने मापन करणे.

उपकरण : स्टॉपवॉच, दोरी, चुना इत्यादी.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

प्रक्रिया : दोन समांतर रेषा ५० यार्डांच्या अंतरावर आखल्या गेल्या. एक प्रारंभरेषा व दुसरी अंतिम रेषा. खेळाडूं प्रारंभरेषेवर उभे राहतील. तसेच क्लॅपरच्या आवाजावर धावायला प्रारंभ करतील व शक्तीने जास्त तीव्र गतीने धावत ५० यार्डांच्या अंतराला पार करतील. घड्याळाच्या मदतीने खेळाडूंद्वारे ५० यार्डांचे अंतर पार करण्याकरिता पार केलेल्या अंतराची वेळ रेकॉर्ड केली गेली. खेळाडूंना तीन संधी दिल्या गेल्या.

स्कोरिंग : तीन संधीमध्ये घेतल्या गेलेल्या सर्वांत कमी वेळेला एक सेकंदाच्या १/१०० भागात रेकॉर्ड केले गेले.

२) **शक्ती (स्टँडिंग ब्रॉड जम्प)**

उद्देश : खेळाडू विषयांच्या शक्तीचे मापन करणे.

उपकरण : लॉंग जम्प पीट, मेजरिंग टेप, चॉक इत्यादी.

प्रक्रिया : एक प्रारंभरेषा आखली गेली व खेळाडू त्या प्रारंभरेषेवर दोन्ही पाय एक दुसऱ्यांशी समानांतर ठेवत उभे राहिले. खेळाडूंनी आपल्या गुडघ्यांना वाकवत व हातांना हवेत स्थिर करीत समोरच्या दिशेला उडी मारली. प्रत्येक खेळाडूला तीन संधी दिल्या गेल्या.

स्कोरिंग : खेळाडूद्वारे प्रारंभरेषेवरून उडी घेतल्यानंतर निश्चित पार केलेल्या अंतराला मीटर व सेंमी. मध्ये रेकॉर्ड केले गेले. यामध्ये खेळाडूंच्या शरीराचा भाग जो प्रारंभरेषेच्या जवळ असेल त्याला अंकाकरिता ग्राह्य मानले गेले.

३) **चपळता परीक्षण (शटल रन) :**

उद्देश : खेळाडूच्या चपळतेच्या क्षमतेचे मापन करणे.

उपकरण : क्लॅपर, स्टॉप वॉच, चुना, टेप व चार लाकडाचे ठुटके (2 x 2 x 4 inch).

प्रक्रिया : १० मी. च्या अंतरावर दोन रेषा आखल्या गेल्या. एक प्रारंभरेषा व दुसरी स्पर्शरेषा. एक खेळाडूंकरिता स्पर्शरेषेवर दोन लाकडी ठुटके ठेवले गेले. तसेच खेळाडूंना प्रारंभरेषेवर धावण्याच्या स्थितीत आल्यावर क्लॅपरच्या आवाजावर लाकडी ठुटक्यांकडे धावण्याकरिता सांगितले गेले. तसेच पहिल्या ठुटक्याला उचलून तो परत प्रारंभरेषेवर आणून ठेवेल व परत स्पर्शरेषेवर असलेल्या दुसऱ्या ठुटक्याला उचलून प्रारंभरेषेकडे धावून तीव्र गतीने प्रारंभरेषा पार केली.

स्कोरिंग: प्रत्येक खेळाडूला तीन संधी दिल्या गेल्या. या तीव्र संधीमध्ये निश्चित अंतराला पार करण्याकरिता घेतल्या गेलेल्या सर्वांत कमी वेळेची नोंद घेतली गेली.

४) **सहनशीलता (६०० यार्ड रन) :**

उद्देश : खेळाडूंच्या सहनशीलतेचे मापन करणे.

उपकरण : घड्याळ, क्लॅपर, स्कोअरशीट, चुना, टेप इत्यादी

प्रक्रिया : एक प्रारंभरेषा आखली गेली. खेळाडू स्टँडिंग स्टार्ट घेऊन उभे राहिले. क्लॅपरच्या आवाजावर दोन्ही समूहांच्या विद्यार्थ्यांनी धावण्याला सुरुवात केली व ६०० यार्डचे अंतर त्यांना पार करावे लागले. कमी वेळात अंतर पार करण्याचा प्रयत्न करावा लागला.

स्कोरिंग : प्रत्येक खेळाडूची वेळ सेकंद किंवा मिनिटात घेतली गेली. दोन्ही समूहाचे [illegible] केले.

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

निष्कर्ष :

संशोधकर्त्याने परिपथ प्रशिक्षणाना खेळाडूंच्या शारीरिक क्षमतेच्या घटकांवर पडणाऱ्या प्रभावाच्या अध्ययनाचा काय प्रभाव पडतो हे पाहण्याचा प्रयत्न केला. या अध्ययनाद्वारे संग्रहित केलेल्या सर्व तथ्यांचे सांख्यिकीय विश्लेषण करण्यात आले व त्या आधारित गती, शक्ती, चपळता व सहनशीलता तपासण्यासाठी विविध परीक्षणे,तथ्ये एकत्रित केली व त्या आधारावर खालील निष्कर्ष काढले आहेत:

१) गती :

आंतरमहाविद्यालयीन स्पर्धेत भाग घेणाऱ्या प्रायोगिक समुहाच्या खेळाडूंची गती परीक्षण केल्यानंतर असा निष्कर्ष निघतो की, परिपथ प्रशिक्षणाचा खेळाडूंच्या शारीरिक क्षमतेच्या गती या घटकावर सकारात्मक परिणाम दिसून आलेला आहे. प्रायोगिक समुहात प्रशिक्षण पूर्व व प्रशिक्षणानंतरच्या परिक्षणात भिन्नता आढळून आली. प्रायोगिक समूहाचे टी टेशो मूल्य ५.६ हे असून ते सार्थक मूल्यापेक्षा जास्त आहे. तर नियंत्रित समूहाचे टे रेशो मूल्य १.४६ हे असून ते सार्थक मूल्यापेक्षा कमी आहे. यावरून परिपथ प्रशिक्षणाचा प्रायोगिक समुहाच्या खेळाडूवर शारीरिक क्षमता गती या शारीरिक घटकांवर परिणाम जास्त सार्थक आहे व नियंत्रित समुहाच्या खेळाडूंवर शारीरिक क्षमता गती या शारीरिक घटकांवर कोणताही प्रभाव पडलेला नाही.

२) शक्ती :

आंतरमहाविद्यालयीन स्पर्धेत भाग घेणाऱ्या खेळाडूंचे शक्ती परीक्षण केल्यानंतर असा निष्कर्ष निघतो की, परिपथ प्रशिक्षणाचा प्रायोगिक समुहाच्या खेळाडूंवर शारीरिक क्षमता शक्ती या घटकावर सकारात्मक परिणाम दिसून आलेला आहे. प्रायोगिक समूहामध्ये प्रशिक्षण पूर्व व परिक्षणानंतरच्या परीक्षणात भिन्नता आढळून आली. प्रायोगिक समूहाचे टी टेशो मूल्य २.५८ हे असून ते सार्थक मूल्यापेक्षा जास्त आहे. यावरून परिपथ प्रशिक्षणाचा खेळाडूच्या शारीरिक क्षमतेच्या शक्ती या शारीरिक घटकांवर परिणाम जास्त सार्थक आहे व नियंत्रित समुहाच्या खेळाडूंवर शारीरिक क्षमता शक्ती या शारीरिक घटकांवर कोणताही प्रभाव पडलेला नाही.

३) चपळता :

आंतरमहाविद्यालयीन स्पर्धेत भाग घेणाऱ्या खेळाडूंचे चपळता परीक्षण केल्यानंतर असा निष्कर्ष निघतो की, परिपथ प्रशिक्षणाचा प्रायोगिक समुहाच्या खेळाडूंवर शारीरिक क्षमता चपळता या घटकावर सकारात्मक परिणाम दिसून आलेला आहे. प्रायोगिक समूहामध्ये प्रशिक्षण पूर्व व प्रशिक्षणानंतरच्या परिक्षणात भिन्नता आढळून आली. प्रायोगिक समूहाचे टी रेशो मूल्य २.९७ हे असून ते सार्थक मूल्यापेक्षा जास्त आहे. यावरून परिपथ प्रशिक्षणाचा प्रायोगिक समुहाच्या खेळाडूवर शारीरिक क्षमता चपळता या शारीरिक घटकांवर परिणाम जास्त सार्थक आहे व नियंत्रित समुहाच्या खेळाडूंवर शारीरिक क्षमता चपळता या शारीरिक घटकांवर कोणताही प्रभाव पडलेला नाही.

४) सहनशीलता :

आंतरमहाविद्यालयीन स्पर्धेत भाग घेणाऱ्या खेळाडूंचे सहनशीलता परीक्षण केल्यानंतर असा निष्कर्ष निघतो की, परिपथ प्रशिक्षणाचा प्रायोगिक समुहाच्या खेळाडूंवर शारीरिक क्षमता सहनशीलता या घटकावर सकारात्मक परिणाम दिसून आलेला आहे. प्रायोगिक समूहामध्ये प्रशिक्षण पूर्व व प्रशिक्षणानंतरच्या परिक्षणात भिन्नता आढळून आली. प्रायोगिक समूहाचे टी रेशो मूल्य ६.९८ हे असून ते सार्थक मूल्यापेक्षा जास्त आहे. यावरून परिपथ प्रशिक्षणाचा प्रायोगिक समुहाच्या खेळाडूवर शारीरिक क्षमता सहनशीलता या शारीरिक घटकांवर

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

परिणाम जास्त सार्थक आहे व नियंत्रित समुहाच्या खेळाडूंवर शारीरिक क्षमता सहनशिलता या शारीरिक घटकांवर कोणताही प्रभाव पडलेला नाही.

संदर्भ ग्रंथसूची

१. बंसल श्री. नन्दन (१९९९) "शरीर रचना विज्ञान व शरीर क्रिया विज्ञान : केवल नर्सों के लिए", (नई दिल्ली : जे.पी. ब्रदर्स, मेडिकल पब्लिकेशन प्रा.लि.) पृ. ३३९.

२. चौबे, एम., पाठक जितेंद्रकुमार, त्रिवेदी अंबिका प्रसाद, "शारीरिक शिक्षा के मूलाधार",

३. चंद्रशेखर के., (२००४) स्पोर्ट ट्रेनिंग, खेल साहित्य केंद, पृ.क्र. ६२–६९.

४. देवेंद्र, डॉ. बालायण (२०००) खेल प्रशिक्षण, नई दिल्ली खेल साहित्य प्रकाशन, दरियागंज पृष्ठ १.

५. देवेन्द्र बालायण, (२००६) खेल प्रशिक्षण, (नई दिल्ली : खेल साहित्य केन्द्र), पृ.११.

६. फिलीप्स डी.एलन. ॲण्ड जेम्स इ हॉरनेक, (१९७९) मेजरमेंट एड इव्हॅल्युएशन इन फिजिकल एज्युकेशन (न्यूयार्क जान विली ॲण्ड सन्स) पीपी. २६२, २६३.

७. फिलिप्स डी.एलन ॲण्ड जेम्स ई. हॉरनेक, "मेजरमेन्ट इन फिजिकल एज्युकेशन" पी.पी. २६२–२६६.

८. ८ गुप्ता, आर. (२०११) UGC NET/SET शारीरिक शिक्षा (नई दिल्ली : रमेश पब्लिशिंग हाऊस), पृ. २४.

९. राय पारस नाथ (२००८) अनुसन्धान परिचय, (आगरा: लक्ष्मी नारायण अग्रवाल), पृ. १४३.सिंह देवेन्द्र ढुल, (१९९७) "शारीरिक शिक्षा व इतिहास व समस्त खेल मैदान व नियम", फ्रेंडज पब्लिकेशन, प्रथम संस्करण, पृष्ठ क्र. १७,१८.

१०.विरेन्द्रकुमार (२००३–०४) "खो–खो फुटबॉल खेळाडूंच्या विस्फोटक शक्ती, लवचीकता, चपळता, गती व श्वसन क्षमतेचे तुलनात्मक अध्ययन" (नागपूर विद्यापीठामध्ये शारीरिक शिक्षणाची स्नातकोत्तर पदवी परिक्षेच्या आंशिक पूर्तीसाठी लघुप्रबंध).

११. Brown (2004), में इन्होंने "The Effect of Stressed Tempo Music on Perforname Time of Track Athletes"

१२.बालडविन एन्जेला आणि बुक रिचर्डजे, (जाने. २००७) अबस्ट्रॅक पब्लिस्ट इन एन्टरनेशनल जर्नल ऑफ फिटनेस" (व्हा. ३, इशू) पान नं. १५–२१.

१३. Bradshaw (2009), में इन्होंने "The Effect of Biological Movement Variability on the persormance of the Golf Swing in High – and Law Handicapped Players".

१४. सेकमन ए. गेमीर, (१९८४), "क्रीडा विद्यालय आणि सामान्य विद्यालयाच्या विद्यार्थ्यांच्या शारीरिक क्षमतेचे तुलनात्मक अध्ययन" (अप्रकाशित शोधप्रबंध, स्नातकोत्तरची पदवीसाठी एल. एन. सी. पी. ई. ग्वालियर).

१५.चौव्हान मीना, (१९९८) "कॉमेरिझान ऑफ सिलेक्टेड मोटर एबिलिटी कम्पोटेन्स बिटवीन वूमेन वाम्केटबॉल प्लेअर्स", अप्रकाशित शोधप्रबंध, एल.पी.ई. ग्वालीयर.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,

CS Scanned with CamScanner

B.Aadhar International Peer-Reviewed Indexed Research Journal
Impact Factor - (SJIF) -7.675, Issue NO, 278 (CCLXXVIII) C
ISSN : 2278-9308
March, 2021

INDEX

No.	Title of the Paper — Authors' Name	Page No.
1	Fitness and Immunity Important for Corona Virus **Prof.D.P. Girhepuje**	1
2	Spinal Injuries In Athletes And There Rehabilitation **Dr.Digambar Singh**	3
3	Stress Management by Yoga During The Covid-19 Outbreak **Dr.Sharda Lokesh Naidu**	7
4	Yoga For Health In Modern Era **Dr.Archana Madhukar Falke**	10
5	Sports Psychology **Dr. B. A. Sarpate/ Dr. Bavikar Samir**	13
6	Role And Importance Sports Psychologist **Dr. Babulal S. Dhotre /Dr. Aditya Kishor Sarwe**	17
7	Role of Nutrition in Sports Performance and Fitness **Dr. Dnyaneshwari S. Wankhade**	20
8	Study Of The Factors Necessary For The Physical And Mental Fitness Of Human Being **Asst Prof. Dr. Gunaji Pandurang Nalge**	24
9	Leadership in the Organization,Sports Management **Dr.Indrajit Basu**	27
10	Psychological And Sociological Preparation Of Sports Personnel For Performance **Dr. Jitendra Kumar Thakur**	34
11	Significant Role Of Yogic Practices And Physical Activity In Present Era **Asst. Prof. Dr. Jaikumar G. kshirsagar**	40
12	Importance Of Yoga In Modern Life **Dr. Madan Ingle**	45
13	Role of Nutrition in sports **Dr. Manojkumar Varma**	47
14	Significant Impact Of Covid-19 On The Global Sports **Dr. Meenakshi Paluja**	50
15	Nutrition and Sport Performance **Prof. Dr. Naresh P. Borkar**	54
16	Empowerment of Women Through sports: A Social Aspect. **Ms. Nilima Waghmare Sonkamble**	63
17	Effects of Dance Aerobics **Dr.Prashant Bambal**	69
18	Effect of static stretch training on Kabaddi women players in Maharashtra. **Dr. Sheetal Laxman Shendkar**	76
19	Sociological Aspects Of Sports: Society And Sports **Dr. Subhash S. Dadhe**	78
20	The Physical Fitness and its Mental Benefits **Dr. Bhairat Suhas Nivrutti**	83

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

B.Aadhar International Peer-Reviewed Indexed Research Journal
Impact Factor - (SJIF) –7.675,Issue NO, 278 (CCLXXVIII) A
ISSN : 2278-9308
March, 2021

Nutrition and Sport Performance

Prof. Dr. Naresh P. Borkar
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel Mahila Mahavidyalaya, Bhandara

Introduction :-

In 1980, the concept of fitness testing was modified due to inclusion of additional emphasis on health related physical fitness test items. Subsequently, AAHPER, 1976 fitness test, which was developed to measure the general motor ability of young boys and girls was again revised in 1980 and was converted to AAHPER Health Related Physical Fitness Test.

Nutrition plays an essential role in sports performance. That sports person also seeks to achieve an improvement in their personal brands, which can be reached following proper nutritional guidelines. In athlete, nutrient requirements are incremented compared with non-athlete sport person. Nutrition is strongly linked to health, especially when sports are concerned, dueto the increase in energy and nutrient demands. It is necessary to know the physiologyof the exercise in order to know the different metabolic pathways that coexistduring sports practice. The nutritional practices of athletes are multifactorial and depend on the habits,culture, or nutritional knowledge of the athlete. So the work of a sports nutritionistis to advise the athlete and his environment to make the necessary changes in hisintake and thereby improve sports performance nutrition is determinant in achieving an adequate sport person, which is defined bythree variables: training, rest, and feeding. Optimal nutritionprovides the energy necessary to perform physical exercise while reducing injuryrate, a factor that together makes the sports practice increase by itself.Two of the aspects that can limit the sports practice are the state of hydration and the energycontribution. Hypo hydration states produce alterations in homeostasis, decreased blood volume and increased heart rate, lower rate of sweating, increased organismtemperature, and greater perception of effort which translates into Sport Person deterioration.Likewise, low energy consumption accentuates fatigue, immune suppression andpredisposition for injuries, which can interfere in the development of sports practice.In fact most of the athletes use sports supplements withouteven analyzing if their use is really necessary. In addition, other advantages of adequate food intake in sports are related to changes in body composition, reduction of injuries, and prolongation of professional career length.

Keywords :-nutrition, sports performance, intake, nutrients, hydration

Hypothesis :-

"Proper nutrition/dietary intake improves an athlete's fitness and has a positive effect on his/her sport performance".

Objectives :-

The objective of this research is to determine the nutritional requirements of athlete person that allow achieving their sporting goals.

Body Composition :-

The amount of body fat is directly related to the amount of fat distributed just below the skin layer. The body composition of the athletes is related to the sports practice, as it can bemodified throughout the season. There is no single body composition (BC) for each group

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

of athletes;however, it can serve as a guide for athletes and coaches. The season of the athlete will be divided into different phases throughout thecompetitive period. Competitive season can be divided in preseason, competitiveperiod, transition period and in the worst case injury period. Due to differentintensities, timing, and types of training, the BC is normally different in thecompetitive season. Apart from a higher body mass index (BMI), there are several methods for theevaluation of BC. Dual-energy X-ray absorptiometry (DEXA) is considered thegold standard for the assessment of body fat, mainly due to its high reproducibilityand accuracy. Among the most used methods are bioelectrical impedance analysis (BIA)and anthropometry. Impedance is defined as the opposition shown by biologicalmaterials to the passage of an electric flow. The greater the amount of water, the better this electrical flow, will passthrough. Therefore, the hydration sate of the individual is the determinant for theBC measurement by BIA.

Anthropometry allows the evaluation of different body dimensions and theoverall composition of the body. It consists of the measurement of skinfolds,perimeters of the muscles, and bone diameters. This technique must be carriedout by experts qualified by the International Society for the Advancement ofKi-anthropometry (ISAK). It is the most widely used method in the sports field.The most effective way to monitor an athleteusing this technique is performing a sum of six bodyfolds (triceps, subscapular,supraspinal, abdominal, thigh, and medial leg) that gives an absolute value.

We can calculate the Body Mass Index by using following formula :-

$$\text{Body Mass Index (BMI)} = \frac{\text{Weight in Kg.}}{(\text{Height in Meter})^2}$$

Pathways and Exercise :-

Prior to establishing requirements regarding quantity and timing of macro-nutrients,a brief approach about different metabolic pathways that providesenergy during exercise is necessary. The energy systems are integrated by a setof metabolic pathways that come into operation during exercise, depending onthe intensity and duration. In summary, they can be divided into non-oxidativepathways (phosphor-genic and glycolytic pathways) and aerobic pathways (nutrientoxidation).Both pathways aim to generate ATP that will be consumed during the exercise.The non-oxidative pathways occur in the cellular cytosol, do not require oxygen,and are activated during short-time periods. Phosphates route uses ATPand phosphocreatine, lasting between 1 and 10 sec., and is a route that does not needoxygen and does not generate lactate. Glycolytic pathways metabolize glucose,muscle and liver glycogen through glycolysis and occur in high-intensity exercisesup to 3 min. These glycolytic pathways generate lactate and hydrogen bonds, generatingacidity in the muscle cell—this acidity being one of its limitations.The aerobic pathway occurs inside the mitochondria, so it requires the presenceof oxygen to metabolize fuels. It is typical of resistance exercises with medium-lowintensity and long duration. It includes the oxidation of CHOs, fats, and to a lesserextent proteins. This route generates much more ATP than the anaerobic path butmore slowly,speed being the limitation of this path.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

Energy Needs :-

The key to success for any athlete will be to adapt energy intake to energyexpenditure, which allows the correct functioning of the organism while improvingBC. However, it can be complicated due to multiple changes in periodization oftraining and competitions.The energy demands of athletes differ widely depending on the type of sport,duration, intensity, competitive level, and individual variability of each athlete. Themore demanding the competitive levels of the athlete are, the greatest increase inthe intensity of both training and competition occurs, which will result in a significantreduction energy reserves that must be replaced by an adequate diet.The objectives of the athletes' diet are the following: provide the necessaryenergy for exercise, regulate body metabolism, and provide nutrients to maintainand repair tissues. Due to variation among athletes, different available foodoptions, and individual food patterns, there is no single feeding pattern for athletes,so there are a large number of strategies and options to assess.Caloric intakes below the basal metabolic rate (BMR) are not recommendedbecause it can compromise organism functions. Depending on the type of trainingenergy requirement, the following recommendations for athletes can beapproached: moderate training 1.7 × BMR, intense training 2.1 × BMR, extremetraining 3 × BMR, and with the maximum recommended limit being 4 × BMR.Athletes should bear in mind that it is not enough to pay attention to foodonly on the day of competition, but daily.

Macro-Nutrients :-

For macronutrients, it is preferable takinginto account the body weight (BW) of the athlete, instead of giving the typicalpercentages based on the total caloric intake of the diet. For this purpose therecommendations will be provided by grams of nutrient/kg of BW.Main energy substrates used for physical exercise are carbohydrates (CHO)and lipids, while proteins as energy substrate are reserved for extreme conditions.The use of energy substrate varies depending on the intensity and durationof the exercise, level of training of the athlete, and the state of pre-workout CHOstores. The use of CHO as energy substrate is produced mainly during highintensityand short-duration exercises. Meanwhile, less intense and long-termexercises use fats' main energy substrate.

1.Carbohydrate:-

Currently, there are a large number of myths related to nutrition, which causesgreat confusion in general population. One of the most widespread errors is thedemonization suffered by the CHO, which has generated some carbo-phobia in society,including the athlete person. This is a mistake, due to the importance ofCHO as energy substrate for the brain and central nervous system. Moreover, theycan also be used at different intensities both by anaerobic and aerobic pathways.CHO are an energy fuel that provides 4 kcal/g of dry weight. They are storesin liver and muscle in the form of glycogen. The liver can contributeto the replacement of muscle glycogen in the event of depletion, something thatdoes not happen in reverse, which can lead to hypoglycemia and considerably affectSP due to fatigue.

It is vitally important to maintain high levels of glycogen so as not to compromisethe physical demands of physical activity, since low availability can be associatedwith loss of abilities and impaired decision-making and increases risk of injuryand decreases SP. Therefore, it is essential to provide CHO before exercise, as well asduring, in order to

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

improve the SP and delay the onset of fatigue.A good strategy in order to optimize increased glycogen reserves for a competitionis the "CHO overload" in the hours or even days before.

The type of exercise, length, and provisioning are determinant factors for thephysical exercise. Depending on all the variables, the nutritional strategies will beadapted to the athlete as personalized as possible. To summarize, the recommendationsof CHO during the exercise are –

- In an exercise of less than 30 min, CHO intake is not necessary.
- In exercise lasting 45–75 min, it seems that the intake of CHOs is not necessaryand it would be enough to perform mouth rinses. However, ingesting thisliquid can promote hydration.
- In exercises lasting 1–2 h, the intake of 30 g/h seems to be sufficient, increasingCHO intake up to 60 g/h in case of more delayed sports.
- In exercises lasting more than 2.5 h, the intake of CHO should be 90 g/h. HighCHO amounts can cause digestive problems; therefore, a previous intestinetraining is determinant to tolerate such CHO intake.

The rate of glucose oxidation is estimated at 60 g/h. Therefore, the CHO compositionmust be formed by a combination of CHOs that use different transportersand increase the oxidation rate, such as malt-dextrin or sucrose, among others.Consuming 90 g CHOs/h can cause gastrointestinal problems in sports such ascontinuous running. These gastrointestinal problems may be due to the redistributionof blood flow to the muscles during exercise. Therefore, strategies for bowel traininghave been proposed to increase the rate of gastric emptying as well as reduce possiblediscomfort. When it is proposed to reach recommendations, it seems beneficial toalternate different types of drinks, gels, or bars, so that the taste is not monotonous.The reposition of CHO is determinant in approaching the following training orcompetitive sessions. After the completion of physical activity, it is vitally importantto replenish CHO stores after the training and competition sessions.

Proteins :-

The proteins are composed of amino acid (AA) chains. There are 20 typesof AA, divide into nonessential AAs (can be synthetized by the organism) andessential AAs (must be contributed by the diet). Within the essential AAs, thereare three types of AAs called branched (Lucien, saline, and isoleucine). Amongthem, Lucien stands out as a stimulator of the mammalian target of rapamycin(mTOR) pathway, which is related to protein synthesis and hypertrophy.Although proteins can contribute between 5 and 10% to the total energy usedduring physical activity, they are not considered as energy source. Proteins constitutethe base of muscle tissue and of the immune system and are the major componentof muscle enzymes and play a large role in SP.Regarding sedentary person, the estimated consumption rate is 0.8 g/kg BW/day. In the athlete person, these requirements are increased to repairmuscle damage caused by exercise, enhance metabolic adaptations to training,and avoid possible muscle catabolism. The focus of protein consumption is onestimating an adequate protein intake for each given moment.The current recommendations for athlete population range between 1.2 and2.0 g/kg BW/day depending on the type of sports performed. The purpose of thisincrease is to maintain maximum muscle mass integrity.

Although the most important factor in terms of protein consumption is theoverall consumption throughout the day, it may be advisable to divide the proteinintake into several intakes. The optimal timing seems to adjust theintake depending on the moment, type of

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

training, as well as availability of therest of nutrients and energy. It is important to have an adequate energy and CHOconsumption, so that dietary amino acid are used for protein synthesis and notoxidized to obtain energy.

Regarding timing of protein intake along with exercise, it seems that the mostoptimal time is the period after exercise. Better doses ranged between 0.25 and0.3 g/protein/kg BW (approximately 15–25 g protein). However, high proteinintake is discouraged close to physical exercise, due to possible digestive problems asa result of its long time of gastric emptying. However, in very long duration exercise,there is not such limitation.In order to stimulate muscle protein synthesis, the intake of 30–40 g. of caseinis beneficial prior to going to bed, promoting nocturnal recovery due to its slow digestion.

The main protein sources are lean meat products, fish, eggs, dairy products, andlegumes that provide vegetable protein and reduce animal consumption.The use of protein supplements does not seem to be necessary because proteinrequirements are usually reached with diet in Western population. These groups includes: vegetarian athletes, young athletes in the growthphase, and athletes who restrict their diet due to religious or cultural reason can beincluded.

1) **Lipids :-**

Along with the CHO, lipids are major energy substrates during exercise. The difference is that fats are not as profitable per unit of time as CHO and high fatconsumption is not associated with improvements in SP.Lipid consumption is important for both energy intake and essential nutrientssuch as fat-soluble vitamins A, D, E, and K. Both quantity and quality of fats aredeterminant in the diet. The quality is often referred by its content on inflammatoryfatty acids.The recommendation regarding fat consumption in athletes is similar to that of thegeneral population. It is advisable not to make restrictive consumption of fat, as it canlead to deficit of nutrients such as fat-soluble vitamins and omega-3 fatty acids.Fatty acid requirements, according to the American College of Sports Medicine(ACSM), are 20–35% of the total kcal of the diet, where 7–10% should correspondto saturated fatty acids, 10% to polyunsaturated fatty acids, and 10–15% to monounsaturatedfatty acids.Adequate intake of omega-3 fatty acids should be ensured due to its anti-inflammatory effects, improvements in the organism's coagulation, or increase inomega-3/omega-6 ratio.In particular, food as avocado or olive oil is recommended, due to their highcontent on monounsaturated fatty acids, which have less susceptible to oxidation.It is recommended to reduce the consumption of fatty meats, substituting themfor lean meats, fish, and legumes. It is also advisable to eliminate the consumptionof processed products such as sausages.An excess of polyunsaturated fatty acids carries a risk of lipid peroxidation, soa joint intake with vitamin E is recommend. Moreover, the ratio omega-3/omega-6series should be greater as possible, because of the greater pro-inflammatorycharacter of omega-6. The recommendations regarding the omega-6/omega-3 rangeoscillate between 2 and 4/1 in favor of the omega-6, something that is far from theinflammatory level that this entails. In order to reduce the omega-6/omega-3ratio, it is advisable to reduce consumption of meats and increase consumption ofblue fish such as sardines, salmon, tuna, anchovy, and mackerel.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

Hydration :-

During exercise, increments of energy requirements are associated to larger production of metabolic heat. Human organism dissipates that extra heat mainlyby the mechanism of evaporation, which ultimately induces dehydration.One of the greatest limitations of SP is dehydration. It is estimated that each kg. ofbody weight (BW) lost during exercise corresponds to 1 L of sweat. The sensitivity to dehydrationis personal, but generally no losses greater than 2% of the BW are recommendedin order not to compromise the SP. In fact, 1% of BW lost leads to SPdecrease by 10%. Some authors have raised the possibility of training dehydration,but there is some controversy about it.The consumption of water is the only method to prevent dehydration and willbe essential before, during, and after exercise. Losses of electrolytes, especially sodium, occur along with water losses. It hasbeen seen that well-trained athletes "sweat more but swear better," that is, theysweat more water, but the loss of electrolytes is lower. Recent studies have comparedboth the rate of sweating and the concentration of sodium in tattooed peopleversus non-tattooed people, concluding that the most tattooed skin presented lowersweating rate and higher sodium concentration.It seems interesting to perform a sweat test to athletes, in order to know theirrate of sweating (liters/hour). To accomplish it, weighing the athlete before andafter the exercise session is enough. In general, the rate of sweating is usually greater than that of gastric emptying.However athletes can be trained to increase gastric emptying during workouts andthereby reduce dehydration as possible. In conditions of higher temperatureand humidity, this rate of sweating will rise higher. Another simpler way to determinethe state of hydration in athletes is controlling the color of urine

Wherein some cases, athletes must acclimatize to different temperatures theyaccustomed. It has been reported that among all factors, the most important factoris the previous state of hydration.In healthy non-athlete population, the sensation of thirst is an ancestralmechanism that informs of the need to ingest liquid. However, in children, elderlypeople, and athletes, this mechanism is altered and liquid should be ingestedbefore presenting thirst sensation. In the case of athletes, thirst appears whenthere is a deficit of 2% dehydration. However, special care should be takento amateur athletes, who increase their water intake above their needs, whichcan suffer delusionalhypernatremia "leading to serious problems and even lead to death". Regarding the drink to be used for sports, it is advisable to use replacementdrinks instead of water, due to the CHO and sodium content. Both salts and CHOimprove intestinal transport, which facilitates the arrival of fluid in the blood.Moreover, the fructose contentshould not be very high, due to quantities between 20 and 30% can cause intestinal problems.

The hydration guidelines indicated for performing physical exercise are:-

- Ingest between 400 and 600 ml of water along the 4 h. before the start of theexercise.
- Just at the beginning of the activity, ingest 200–400 ml of water with CHO (5–8%).
- During the exercise, ingest 100–200 ml of water every 15–20 min.
- After physical activity consume 150% of the BW lost in the 6 h after.
- In low-intensity training and short-duration, the intake of water alone issufficient
- The ideal temperature of drinks oscillates between 15 and 21°C
- The taste should be pleasant to the palate of the athlete.

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

In a situation where the environment is very hot and has high humidity, therecommendations of intake of liquid and sodium will be higher. A goodstrategy can be to make salted snacks in the hours before the exercise or add moresalt content to the meals before and after the exercise. Such increase of sodium has adouble purpose, on the one hand to increase the intake of liquid through thirst andon the other to favor the retention of that liquid in the organism.Finally, alcohol consumption is discouraged in both athletes and non-athletes.However, there seems to be a high consumption of this substance in team sports andgreater consumption in men than women. Among the harmful effects of alcoholconsumption, the following can be highlighted: reduction of SP due to decreasein strength, power, speed, and resistance; diuretic effect that affects hydration;diminution of sleep quality, mood, and immune system; elevation of cortisolconcentration; and reduction of muscle synthesis up to 24% even when consumedright at the end of the exercise.

Diabetes in sports :-

First, the effect of exercise between insulin-dependent (type 1) and insulindependent(type 2) diabetes should be differentiated. In type 2, you do the exerciseto improve insulin resistance, while in type 1, you should adjust and modify theamount of insulin administered, along with the CHO intake.Physical exercise is one of the most difficult activities to adapt to diabetes, due tothe increase in the frequency of hypoglycemia. People with diabetes who performphysical activity on a regular basis have less need for insulin, but this does notensure adequate glycemic control. The blood glucose value is of multifactorial origin,and one should take into account the CHO intake and types of sports performed as well as adjust the dose of insulin used.In order to avoid hypoglycemia, during the exercise the dose of insulin will bereduced but in no case will be completely eliminated, because the lack of insulinprevents the entry of a sufficient amount of glucose into the cells for obtainingenergy. A greater use of fats as fuel can generate an accumulation of ketone bodiesand cause ketoacidosis. In the presence of glucose values (>250 mg/dL), ketonelevels should be checked, and if elevated (>0.5 mmol/l), postpone the activity.The type of exercise performed by the athlete should be taken into account,since aerobic exercise increases the risk of hypoglycemia during and after exercise,while anaerobes cause hyperglycemia due to counterregulatory hormones (glucagon,cortisol, and catecholamine's).Physical exercise has some ability to introduce glucose into the muscle cell withoutthe need for insulin action. This effect can occur during the 48 h. after exercise, sothere is a certain risk of suffering hypoglycemia in that period depending on thesports performed. This is due to the fact that during the physical exercise, the reservesof the muscle and liver glycogen have been emptied.

Supplements :-

An ergonomic aid is a product that contains a nutrient or a group of nutrientsthat improve the SP without taking into account the harmful effects in athletes,while a supplement is a nutritional aid to complete the diet associated with the practiceof physical exercise.When an athlete seeks to improve in the SP, his ability to tolerate intense workoutsand hard competitions is crucial to avoid falling into injury or chronic fatigue.To achieve this purpose, an adequate supply of nutrients is essential. These supplements must be prescribed individually according to the needs ofeach person (sex, age, fitness, intensity and duration of the exercise, season, etc.),in order to maintain both the state of health and the improvement of the SP.

Coordinator
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

Currently between 40 and 70% of athletes make use of supplements withoutpreviously analyzing if necessary. In addition, a large number of sports supplementshave not shown empirical evidence to improve SP. Likewise; there is a certainlegal vacuum with the labeling of these substances, where 80% of these productsdo not contain the quantities declared on the label. In addition, 10–15% of thesecontain prohibited substances, and this can generate a high risk of committing anoffense involuntarily by the athlete.

According to the Australian Institute of Sport, supplements are classified intofour groups, based on effectiveness and safety:

Group A: based on the evidence: Recommended for athletes.

- Useful and timely source of energy or nutrients in the diet of athlete
- Scientifically proven their evidence for the improvement of the SP.
- Food for athletes (gels, bars, electrolytes, isotonic drinks, maltodextrins, wheyprotein)
- Medical supplements (vitamin D, probiotics, iron/calcium supplements)
- Substances to improve SP (monohydrate, caffeine, beta-alanine, bicarbonate,beet juice)

Group B: more research deserved and advised under research or monitoringprotocol.

- Some benefit in non-athlete persons or have data that suggest possiblebenefit of SP.
- Of particular interest to athletes and coaches

Group C: few tests of beneficial effect are not provided to athletes.

- Notproven improvement RD despite its widespread use.
- Very little or no benefit, and sometimes they even affect the RD in a negativeway.

Group D: should not be used by athletes.

- Thereare prohibited or have risk of contamination with doping or positive substanceby drug.

Conclusions :-

The basis of sports nutrition is a varied diet and individually tailored to therequirements and appetency of each athlete. The athlete should be instructed aboutthe importance of diet, called "invisible training," which is not only important oncompetition day. Prior to establishing nutritional guidelines, it is necessary to knowand adapt the BC of the athlete in the different periods of the season and makerevisions through the sum of six skinfolds.It is necessary to know some physiology to know the different metabolic pathwaysthat interact during the exercise. In this way depending on the type of sportsperformed, duration and intensity adapt dietary intake at expense. Macronutrientrequirements will be established based on g/kg/BW. With respect to CHOs andprotein is very important in proper scale. Regarding to fatty acids,quality will prevail, improving the inflammatory profile with an increase in theconsumption of omega-3 compared to omega-6.It is essential to maintain a state of hydration before, during, and after exercisето avoid compromising SP, so it is necessary to instruct the athlete with properhydration guidelines. It is advisable to train the digestive system during workouts,both for hydration and testing different CHOs doses. It is important not to try newpatterns on the day of competition.

Coordinator
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

References :-

1) Guruvantilogunwar, "Health and Nutrition" Kalchakriya Kendra, New Delhi, 2014
2) Indrendrup A.E., "Modulation of carbohydrate and fat utilization by diet, exercise and environment", Biochemical Society Transactions, 2005
3) Gopalbhadak Gupta Pooja, "Poor Nutrition and Health" S. Chand & Company Ltd., New Delhi, 2011
4) Satyanarayan V., "Sport Nutrition and Weight Management" Sports Publication, New Delhi, 2013
5) Thomas D.T., Erdman K.A., Burke L.M., "Nutrition and athletic performance: Medicine and Science in Sports and Exercise" American College of Sports Medicine Joint Position Statement, 2016

Coordinator, IQAC
Smt. Rajendra Chandrakant Patel
Mahila Kanya Mahavidyalaya,
Bhandara

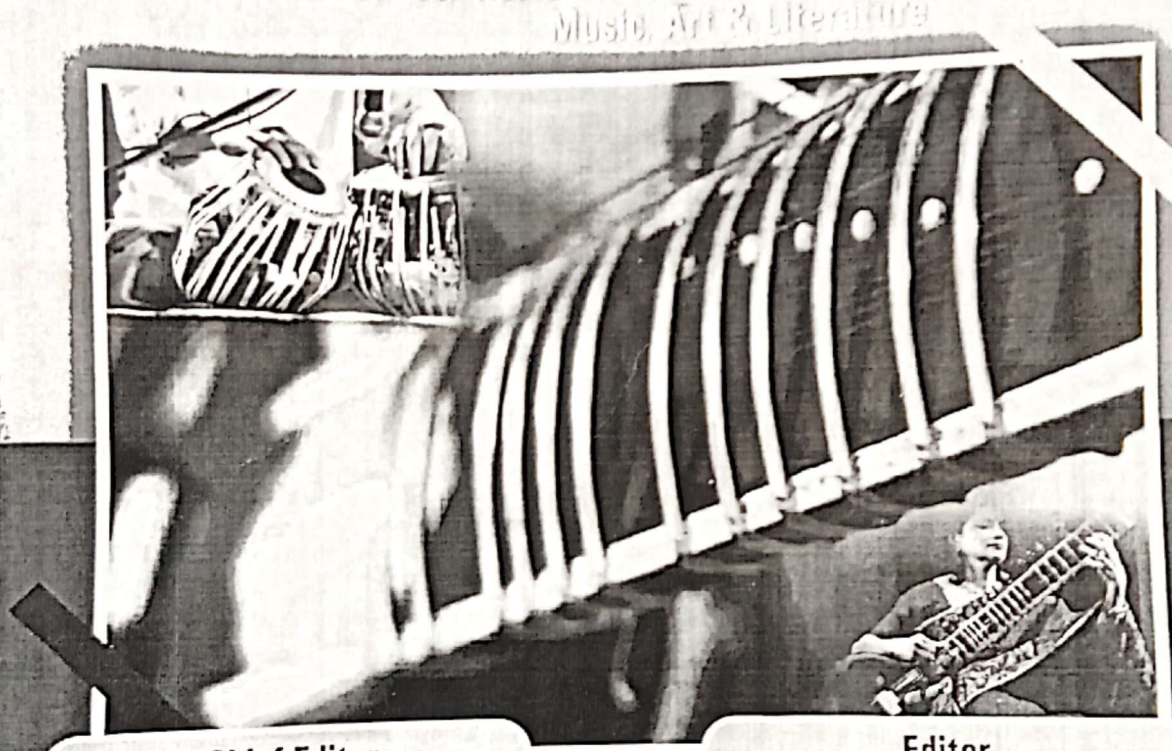
Officiating Principal
Smt. Shri Manoharbhai Patel
Mahavidyalaya

Scanned with CamScanner

Annual Volume No. 9
2020-2021

Kala Drishti

A Peer Reviewed National Research Journal of Music, Art & Literature



Chief Editor
Dr. Shraddha Anilkumar
Principal

Editor
Dr. Monali J. Masih
Asst.Professor

Published By :
DEPARTMENT OF MUSIC
Dayanand Arya Kanya Mahavidyalaya
Jaripatka, Nagpur-440 014.
Ph.: 0712-2631350, E-mail : aryawani.ngp@gmail.com

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CamScanner
Scanned with CamScanner

ISSN 2278 - 5256

Kala Drishti

Volume - 9

Year 2020 - 21

Chief Editor : **Dr. Shraddha Anilkumar**
Principal
Dayanand Arya Kanya Mahavidyalaya, Nagpur.

Editor : **Dr. Monali J. Masih**
Assistant Professor
Dayanand Arya Kanya Mahavidyalaya, Nagpur.

Sub-Editors : **Prof. Anita Sharma (HOD)**
Assistant Professor
Dayanand Arya Kanya Mahavidyalaya, Nagpur.

Prof. Varsha Agarkar
Assistant Professor
Dayanand Arya Kanya Mahavidyalaya, Nagpur.

-:: Advisory Board :: -

Dr. Aparna Agnihotri
H.O.D. (Music),
Vasantrao Naik Institute of Arts
& Soc. Sci., Nagpur.
Chairman (B.O.S.) Sant Gadgebaba
Nagpur University.

Dr. Nilima Chapekar
H.O.D. - Music (Retd.)
Devi Ahilya Vishwavidyalaya,
Indore. (MP)

Dr. Snehashish Das
H.O.D. (Music),
Mahila Mahavidyalaya, Amravati.
Chairman (B.O.S.) Sant Gadgebaba
Amravati University.

Prof. Jiwankumar Masih
H.O.D. (Retd.)of English
Nabira Mahavidyalaya,
Katol.

Dr. Sunilkumar Navin
Principal
Associate Professor in English
Nabira Mahavidyalaya, Katol.

Dr. Deepak Kumar Mittal
Assistant Professor.
(Zoology) (Ph.D in Music)
Shri Satya Sai University of Technology
& Medical Sciences, Bhopal.

- Subscription -
Institutional ₹ 1000/- (Annual)
Individual ₹ 700/- (Annual)

-:: Published By ::-
DEPARTMENT OF MUSIC
Dayanand Arya Kanya Mahavidyalaya,
Jaripatka, Nagpur - 440 014.
Ph. : 0712-2631350
E-mail : aryawani.ngp@gmail.com

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CamScanner

Scanned with CamScanner

१४)	संगीत और मन	– प्रा. डॉ. श्वेता टी. वेगड भंडारा	४१–४४
१५)	हिंदुस्थानी संगीतामध्ये हार्मोनियम : एक लोकप्रिय वाद्य	– डॉ. राहुल भोरे भंडारा	४५–४८
१६)	आकाशवाणी का संक्षिप्त इतिहास	– प्रा. वर्षा आगरकर नागपुर	४९–५१
१७)	कराओके गायन: चुनौती या अवसर	– गिरीश चंद्रिकापुरे नागपुर	५२–५३
१८)	ताल एवं तबला विषयक लेखन में महिला संगीतकारों की भूमिका : एक विश्लेषण	– डॉ. अमित वर्मा पश्चिम बंगाल	५४–५८
१९)	"भारत में महिला सशक्तिकरण की दशा व दिशा"	– डॉ. सुजाता साखरे नागपुर	५९–६०
२०)	Healing Through Music- In Context with Vedic Period	– Dr. Ahinsa A. Tirpude Nagpur	६१–६२
२१)	"आधुनिक काळात संगीत क्षेत्रातील ऐतिहासिक आणि सैद्धान्तीक पक्षाची स्थिती"	– वैखरी वझलवार नागपुर	६३–६५
२२)	भारतीय संगीतात व्हायोलिनवाद्याचे महत्त्व	– वैतसी मांडवगणे मगरूळकर मुंबई	६६–६८
२३)	सौहार्दपूर्ण सामाजिक जीवन के लिये साहित्य एवं संगीत का योगदान	– डॉ. मोनाली मसीह नागपुर	६९–७०
२४)	संगीत का शारीरिक शिक्षा पर प्रभाव	–डॉ. मीना वालपांडे नागपुर.	७१–७५
२५)	"डिजिटल पेंटिंग आर्ट और इसके विविध प्रदर्शन – एक अभ्यास	–डॉ. करिश्मा कांबे नागपुर.	७६–७९

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

हिंदुस्थानी संगीतामध्ये हार्मोनियम : एक लोकप्रिय वाद्य

डॉ. प्रा. राहुल एम. भोरे
(संगीत विभाग प्रमुख)
श्रीमती रेवाबेन मनोहरभाई पटेल
महिला कला महाविद्यालय, भंडारा
Srujan.bhoore3@gmail.com



सुषिर वाद्यांपैकी एक लोकप्रिय वाद्य त्यालाच बाजाची पेटी असेही म्हणतात. ते सुषिर असले तरी त्यामध्ये आवाज पत्तीतुन उत्पन्न होतो आणि पत्तीला कंपीत करण्याचे काम हवा करते. हार्मोनियम एक युरोपिय खंडातुन इंग्रजाच्या आगमना बरोबर भारतात प्रविष्ठ झालेले पाश्चात्य वाद्य आहे. एकोणिसाव्या शतकाच्या पूर्वार्धात जर्मनी व फ्रान्स या देशामध्ये हार्मोनियम बनविण्याचे प्रयोग झाले, इंग्लंडमधील जॉन ग्रीन कंपनीने प्रायोगीक तत्वावर १८३३ मध्ये हे वाद्य बनवीले, त्यानंतर फ्रान्समधील आलेक्सांद्र डेबिन १८०९–७७ याने १८४० मध्ये या वाद्याला मुर्त स्वरूप दिले, पुढे एल.पी.ए. मार्टीन या फ्रेंच संशोधकाने डेबिन याच्या प्रारूपात काही सुधारणा करून १८४३ मध्ये हे वाद्य विकिस आणले व त्याचा प्रचारही केला.

हार्मोनियम मध्ये दोन घटक महत्वाचे असतात स्वराची पत्ती व हवेचा भाता, आवाज निघतो तो पत्तीतून, पत्तीत भरल्या जाणाऱ्या हवेला नियंत्रीत करण्याचे काम भाता करतो, प्रत्येक स्वरासाठी एक लांबट चौकट असते, चौकटीच्या खाचेत पत्ती खाली वर होऊ शकते, हया स्वरचौकटी एका ओळीत एका फळीवर चिकटवितात व ती फळी पेटित अशा रीतीने बसवितात की, भात्यातुन येणारी हवा त्या फळीतुन शिरेल, उच्च प्रतीच्या स्वरचौकटी पूर्वी परदेशातुन विशेषत: जर्मनी व फ्रान्समधुन मागवीत असत पण आता त्या भारतात तयार होऊ लागल्या असून पालिताणा गुजरात येथे मोठया प्रमाणात तयार होतात. भाता दाबला म्हणजे त्यातुन निघालेली हवा स्वरपत्तीच्या खाली बंद असलेल्या चौकटीत कोंडली जाते. या चौकटीत चार पाच मोठी छिद्रे अंतरअंतरावर असतात व ती लोटया लाकडी पट्टयांनी बंद असतात. त्यांना लोखंडी सळया जोडुन त्या सळयानी टोके पेटीच्या बाहेर काढलेली असतात. हार्मोनियम वाजवीतांना हया सळया ओढुन बंद चौकटीतील एक किंवा अधिक छिद्रे उघडतात त्यामुळे भात्यातुन आलेली हवा या छिद्रतुन स्वरपत्तीकेत शिरते, स्वर पत्तिकेच्या वर पेटिच्या बाहेर वरच्या चौकटित प्रत्येक स्वरचौकटिला जोडणारी एक अशा खाचा केलेल्या असतात व त्यावर प्रत्येक स्वरानी एक अशा काळया पांढऱ्या रंगाच्या आणि मागे टणक तारेनेदाबुन धरलेल्या लांब पट्टया असतात एक एक पट्टी बोटाने दाबली की, तिच्या खालची खाच उघडी पडते व तिच्यतून तरेच्या आतल्या स्वरचौकटीतुन आलेली हवा बाहेर पडते. हवेच्या या संचलनामुळे स्वरचौकटीतील पत्ती कंपीत होत नाही. यात साडेतीन सप्तकाचे स्वर मिळतात. हार्मोनियममध्ये स्वर टेंपर्ड स्केलमध्ये लावलेले असतात. टेंपर्डस्केल मध्ये स्वर सप्तकातील कोमल व शुध्द स्वरांचे स्वरूप सप्तकाचे समान बारा भाग करून योजलेले असते कारण सप्तकात प्रमुख स्वर सात म्हणजे शुध्द किंवा तीव्र व उपप्रमुख किंवा कोमल मिळुन बारा, सात पट्टया पांढऱ्या व पाच काळया रंगाच्या असतात. स्वरभरणा आणि हातळण्याची सुलभता

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

CamScanner
Scanned with CamScanner

यामुळे भारतात या वाद्याचा प्रचार व प्रसार झपाट्याने झाला.

हार्मोनियमचा गुणधर्म एकच असला, तरी त्या वाद्याचे विविध प्रकार आढळतात. उदा. सिंगल रिड हातपेटि, डबल रिड हातपेटि, ट्रिपल लाईन्स हातपेटि, पायपेटि इत्यादी.पायपेटिची बांधणी हातपेटि प्रमाणेच असुन भाते पायाने हलीवण्याची सोय असलेली हो पेटी गडी करून मिटवून ठेवता येते. हातपेटि ही छोट्या प्रवासी बॅगप्रमाणे सहज कुठेही नेता येते. शिवाय कपलर, कपलट या प्रकारांत एका सप्तकातील स्वरपट्टीच्या दुसऱ्या सप्तकातील त्याच स्वर पट्टीशी तारेच्या साहयाने संबध जोडल्याने दोन्ही सप्तकातील म्हणजे मुद्र सप्तकातीलव मध्य सप्तकातील स्वर एकाच वेळी वाजू शकतात.यात दोन्ही हाताची वाजवीण्याची किया एक हात करू शकतो. आवाजाचा भरणा हा येथे उद्देश असतो.हार्मोनियममध्ये भारतीय रागसंगीतासाठी आवश्यक असणारे सूक्ष्म श्रुत्यांतरे बसणारे स्वर मिळत नाहीत. त्यामुळे भारतीय संगीतात हे वाद्य अपूर्ण व गैरसोयीचे ठरले आहे.भारतीय अभिजात संगीत श्रूती व गमक यांच्या पायावर उभे आहे. वेगवेगळया रागांत एकाच स्वरांच्या वेगवेगळया श्रूती वापरल्या जातात. उदा., जौनपूरी रागातील धैवताहून भैरव रागातील धैवत वेगळा असतो. हे वेगळेपण त्याच्या श्रुतीभेदामुळे येते मात्र हार्मोनियममध्ये या दोन धैवतासाठी एकच स्वरचौकट असते व तिचा नाद निश्चित असतो. त्यातुन हा श्रुतिभेद निर्माण करता येत नाही. तसेच एका स्वरावरून दुसऱ्यावर सावकाश व बेमालूमपणे आरूढ होणारी मिंडही पेटित वाजवीता येत नाही कारण पेटित त्या स्वराचे दोन स्थिर आवाज असतात. त्यांचा मोड घेता येत नाही. अशा प्रकारे श्रुती, गमक, मींड, आंदोलन वगैरे भारतीय संगीताची प्राणभूत तत्वे हार्मोनियममधुन उमटवीता येत नाहीत. त्यामुळे हे वाद्य भारतिय संगीताला निरूपयोगी असल्याचे संगीततज्ञाचे मत आहे. तथापी स्वरांगधील श्रुत्यांतरे योजून भारतीय रागगायनाला अतिशय उपयुक्त असे या वाद्याचे स्वरूप व्हावे, म्हणून काही कल्पक हार्मोनियम वादकांनी कुशल वाद्यकाराच्या मदतीने अधिक पट्ट्या योजून श्रुतीहार्मोनियम बनविले आहे. त्यामुळे टेपर्ड स्केलमुळे उत्पन्न होणारा दोष कमी झाले. काही कुशल वादक मींड व गमक इ. स्वरालंकारही काही प्रमाणत या वाद्यातुन निर्माण करतात. बाविस श्रुती बोलणारी बाजाची पेटि तयार करण्याचे प्रयत्न झाले आहेत. तसेच वा. द. मोहिते सांगली यांनी ४८ श्रुतीवर आधारलेल्या सप्तकाची बाजाची पेटी तयार करण्यात यशमिळवीले आहे. बाजाच्या पेटिच्या रागातील संगीतविषयक मर्यादा लक्षात घेऊन ही उत्तर भारतात ती लोकप्रिय झाली आहे. खेडयातुन भजन किर्तनातुन तिचा सर्रास वापर होतो. काही गायक अभिजात संगीतासाठी पेटिची साथ घेतांना दिसतात.

संवादिनी –

हार्मोनियम/बाजाची पेटी/ पेटी हिचा शोध पॅरीस शहरातील अलेक्झांडर डिबेन यांनी इ.स. १७७० मध्ये लावला. भारतात हे वाद्य इ.स. १८०० नुतर युरोपीयन लोकांनी आणले. हाताने किंवा पायाने भत्याद्वारेवा भरून पितळी कंपन तयार करणाऱ्या सुर/ शिट्याच्या मार्फत सुरेल ध्वनी निर्माण होतो. या वाद्यात डावीकडील बाजुकडून सुरवात केल्यास प्रथम २ व नंतर ३ असे काळया पट्याचे तीन समुह असतात. भारतीय संगीतात या बाजाच्या पेटीचा गायकाला साथ देण्यासाठी किंवा एकलवादनासाठी उपयोग होतो. कीर्तने, सुगम संगीत इत्यादी ठिकाणी पेटी साथीला असते.

शोध व प्रसार

संवादिनी हे नाव भारतीय वाद्याचे आहे असे वाटते, पण ते तसे नाही. हार्मोनियमया मूळ पाश्चात्य वाद्याचे ते भारतीय नांव आहे. १७७० इ.स. च्या आसपास ऑर्गन या रीडवाल्या वाद्यामध्ये काही नवीन प्रयोग होण्यास सुरवात झाली मुळात ती स्वरांचा मेळ जो पाश्चात्य संगीतात आवश्यक असतो, तो साध्य करण्याचे उद्दिष्ट ज्या वाद्याने साध्य होते, तशा वाद्याची आवश्यकता नव्या रीड्वाद्यामध्ये निर्माण होऊ लागली. त्या प्रयत्नानूनच १८४० मध्ये फ्रान्स

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CamScanner
Scanned with CamScanner

मध्ये अलेक्झांडर दिबेन याने अशा स्वरपट्या असणारे हे हलक्या वजनाचे वाद्य शोधुन काढले. हार्मनी म्हणजे स्वरांच्या मिश्रणाने साधला जाणारा संवाद. यालाच सहज भाषेत स्वरमिश्रण म्हणण्यास हरकत नाही. एकमेकांस पुरक असणाऱ्या स्वरांच्या संवादामुळे भारतीय संगीतकारांनी या वाद्याने नांव संवादिनी ठेवले. हार्मोनियम विदेशातून आलेले हे पहीलेच वाद्य नाही . यापूर्वी क्लॉयोलिन भारतात आले होते, आणि या वाद्याचा प्रवेश पहिल्यांदा दाक्षिणात्य संगीतात झाला, त्यानंतर ते वाद्य हिंदूस्थानी संगीतात आले.

भारतिय संगीतामध्ये प्रथम प्रयोग –

हिंदुस्थानी संगीतासाठी या वाद्याचा प्रथम प्रयोग मराठी संगीत नाटकाच्या माध्यमातुल सुरू झाला तो १८८२ साली. संगीत शाकुंतल या पहिल्या संगीत नाटकाने ऑर्गनचा उपयोग केला. त्यानंतर संगीत सौभद्र हे नाटकही त्यातल्या संगीतसाठी आणि ऑर्गनच्या साहयाने गाजले. मराठी संगीत नाटकांनी शास्त्रीय संगीतातल्या बंदिशींचाही पदांसाठी उपयोग केला आणि त्यातुनच हार्मोनियमने हिंदुस्थानी शास्त्रीय संगीतामधले आपले स्थान बळकट केले. नाटयसंगीताच्या माध्यमातुन एका स्वतंत्र स्वरवाद्याची देणगी भारतीय संगीताला मिळाली आहे.

प्रथम वादक –

दादा मोडक प्रथम हार्मोनियम वादक, किर्लोस्कर नाटक मंडळी. इ.स. १८८२

प्रथम स्वतंत्र वादक

भैया गणपतराव शिंदे, ग्वल्हेर इ.स. १८५२–१९२०

भारतात निर्मिती –

भारतिय संगीत हे मुलत: बैठकिचे असल्यामुळे खाली बसुन वाजविण्यासाठी या वाद्यामध्ये मूलभूत बदल झाले ते बंगालच्या कारागिरांनी बनविलेल्या हातपेटिमूळे. कलकत्त्याच्या द्वारीकानाथ घोष यांनी १८७५ मध्ये सर्वप्रथम भारतीय संगीताला उपयुक्त हार्मोनियमची निर्मिती केली. द्वारीका दास या त्यांच्या फर्मने आधुनिक हातपेटिनी भारतात पहिल्यांदा निर्मिती आणि विकी केली. त्यानंतर टि. एस. रामचंद्र अॅन्ड कंपनीने महाराष्ट्रात यांची निर्मिती केली त्यानंतर गुजरातमध्ये अहमदाबाद येथे गणपतराव बर्वे यांनी हातपेटया बनवल्या. दुसऱ्या महायुध्दानंतर यूरोपमधुन ऑर्गनची आयातही बंद झाली. मग भावनगरमध्ये आणि पालिटाणामध्ये पेट्यासहीत ध्वनीपेटयाचीही निर्मिती सुरू झाली.महाराष्ट्र, गुजरात, बंगाल आणि पंजाब प्रांतात दर्जेदार हार्मोनियम बनविल्या जाऊ लागल्या. बेळगावातही झीलु सुतार आणि रामचंद्र हुदलीकर यानी उत्तम दर्जाचे हार्मोनियम बनविलेल्या. २२ श्रुतियुक्त हार्मोनियम बनविण्यात हुदलीकर यांचा हातखंडा होता.

पश्चात्य सुरावटीप्रमाणे बनविलेले हार्मोनियम हिंदुस्थानी संगीतासाठी कधी उपयोगात आणले जाण्याची शक्यताच नव्हती. परंतु उस्ताद अब्दुल करीमखाँ यांचे शिष्य बाळकृष्णबुआ कपिलेश्वरी यांनी गधार टयुन्ड हार्मोनियम बनवमन ते हिंदुस्थानी गायकीला योग्य बनविले.ग. बा. आचरेकर यानी श्रुती हार्मोनियम बनविले. त्यांचेच चिरंजीव बा. गं. आग्रेकर यानीही ते कार्य पुढे चालवीले. डॉ. विद्याधर ओक यानीही २२ श्रुतींची मेलोडियम बनविली आहे. बेळगावचेच श्री. गोरे यानी पितळेचा रस तयार करून रीइस बनविण्याचा कारखाना सुरू केला. स्वदेशी चळवळीला प्राधन्य देउन त्यांनी संपूर्ण भारतिय बनावटीचे हार्मोनियम बनविले. कलकत्ता, दिल्ली आणि इतर संगीतपेठांत त्यांच्या हार्मोनियला मागणी होती. वाद्यसंगीताला आवश्यक स्वरपेट्याही ते उत्तम बनवीत. म्हैसुरच्या महाराजांनी त्यांच्या या कार्याबद्दल गौरवही केला होता. हरीभाऊ गोरे यांनी चार स्वर असणाऱ्या वाद्यांना षड्ज पंचम मध्यमाचा स्वरपुरवठा करणाऱ्या छोटया तंबोरापेटया ही निर्माण केल्या. पं. पन्नालाल घोष, पं. व्हि. जी. जोग या महान वादक कलाकारांनी या सुलभ तंबोरा पेटयाचा वापर सुरू केला आणि वजनाने हलक्या व प्रवासात सहज नेऊ शकणाऱ्या या वाद्याला प्रतिष्ठा मिळवून दिली.

सुप्रसिध्द पेटीवादक –

पं. विश्वनाथ कान्हेरे, अजस जोगळेकर, अण्णा

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CamScanner
Scanned with CamScanner

जळगावकर पुणे, अरविंद थत्ते, आदित्य ओक, ऐकनाथ ठाकुरदास, केदार नारुडे, गणपतासव पुरोहित, गुलाम रसूल बशीरखाँ बडोदा, बोपेदराव टेंबे, १९८१–१९८३, गोविंदराव पटवर्धन, चिन्मय कोल्हटकर, चैतन्य कुंटे, जयंत बोस, तन्मय देवचक्के, मिलिंद कुलकर्णी, वरद सोहणी, तुळशीदास बोरकर, श्रीराम हसबनिस, दिनकर शर्मा, दीपक मराठे, नन्हेबाबू कुंवर, निर्मला कार्कोडे, डॉ. पाबळकर, रामभाऊ विजापूरे १९१३ –२०१०.

आकाशवाणीवर हार्मोनियम –

संवादीनी हे साथीचे वाद्य म्हणुन एकोणिसाव्या शतकाच्या आरंभापासुन सर्वमान्य झालेले वाद्य आहे. सर्व ख्यालगायकांनी या वाद्याला अगदी खुशीने अंगीकारले. ज्यांचे गायन श्रुतियुक्त असे त्यांनीही हार्मोनियम साथीला घेतले आणि गायकांचे कणसुर सहजपणे सामावून घेऊन त्यांना जोरकसपणा देण्याचे कामही हार्मोनियमने केले. परंतु मींडकाम करता न येणे. गमक न निघणे अशा काही कारणामुळे स्वतंत्र वाद्य म्हणून त्याची मान्यता आकाशवाणीने बाळकृष्ण केसरकरांच्या केंद्रीय मंत्रीपदाच्या कारकीर्दित रद्द केली. बेळगावचे हार्मोनियमवादक रामभाऊ विजापूरे यांनी १९४५ साली हैद्रबाद आकाशवाणीवर स्वतंत्र वादनाचा सर्वात पहिला कार्यक्रम केला. निजाम सरकारचे कायदे कानून इतर परगण्यापेक्षा वेगळे असल्याने हे शक्य झाले. पण इतरत्र कुठेही आकाशवाणीवर हार्मोनियमला मान्यताच नव्हती. पुण्याचे हार्मोनियमवादक डॉ. पाबळकर, बेळगावचे विठ्ठलराव कोरगावकर यांच्या सारख्यांनी स्वतंत्र वादनाच्या मागणीसाठी केंद्र सरकारकडे जोर लावला होता. अनेक वर्षानंतर सुमारे २० वर्षानंतर त्या प्रयत्नांना यश मिळाले व १९७२ मध्ये हार्मोनियमला आकाशवाणीची मान्यता मिळाली. त्यानंतर वरचेवर वादकांचे स्वतंत्र वादनाचे कार्यक्रम आकाशवाणीच्या विविध केंद्रावरुन प्रसारीत झाले.१९७२आणि ७३ मध्ये रामभाऊ विजापूरे आणि वसंत कनकापूरे यांचे धारवाड केंद्रावर अनेकवेळा वादन झाले. त्यानंतर एका वादकाच्या बेसूर वादनामुळे हार्मोनियमवर पुन्हा बंदी आली. त्यानंतर कित्येक वर्षांनी १ एप्रिल २०१८ रोजी बेळगावचे रविंद्र कातोटी यांचा रविवारच्या राष्ट्रीय संगीत प्रसारणात स्वतंत्र संवादिनीवादनाचा कार्यक्रम झाला.

कर्नाटक संगीतमध्ये संवादिनी –

विद्वान वी. अरुणाचलम्, विद्वान टी, चौडय्या, विद्वान नरसिंहय्या, पल्लदम वेंकटरमण राव, आर. परमशिवन, एस. श्रीनिवास, सी. रामदास अशा अनेकांनी कर्नाटक संगीतासाठी संवादिनीचा प्रथीवी उपयोग केला. कर्नाटक संगीत संवादिनीवर सादर करणारे कलाकार आकाशवाणीच्या ग्रेडेशन पासुनही वंचीत नव्हते.

संदर्भ –

१. भारतीय संगीत व संगीतशास्त्र, वा. गं. आचरेकर, महाराष्ट्र राज्य साहित्य संस्कृती मंडळ.

२. विश्व संवादिनी शृंग स्मरणिका ५,६,७, जाने २०१८

३. स्वरऋणी, लेखिका स्मिता सुनिल नाईक

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

CS Scanned with CamScanner

Impact Factor-7.675 (SJIF) ISSN-2278-9308

B.Aadhar

Peer-Reviewed & Refreed Indexed

Multidisciplinary International Research Journal

December-2020







Chief Editor
Prof. Virag S. Gawande
Director
Aadhar Social
Research & Development
Training Institute Amravati

Editor:
Dr.Dinesh W.Nichit
Principal
Sant Gadge Maharaj
Art's Comm,Sci Collage,
Walgaon.Dist. Amravati.

Executive Editor:
Dr.Sanjay J. Kothari
Head, Deptt. of Economics,
G.S.Tompe Arts Comm,Sci Colla
Chandur Bazar Dist. Amravati

This Journal is Indexed in :
- Scientific Journal Impact Factor (SJIF)
- Cosmos Impact Factor (CIF)
- International Impact Factor Services (IIFS)

For Details Visit To : www.aadharsocial.com

Aadhar Publications

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Coordinator. IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

CamScanner
Scanned with CamScanner

INDEX

No.	Title of the Paper — Authors' Name	Page No.
1	बाबा आमटे व आनंदवनाची निर्मिती — डॉ. प्रियंका विपूल जाधव (आवते)	1
2	बुलडाणा जिल्ह्यातील भूमी उपयोजनाचे स्थलकालसापेक्ष अध्ययन — डॉ. संदीप रुपरावजी मसराम	7
3	कोवीड–१९ जागतिक महामारीचा शारीरिक आणि मानसिक आघात — प्रा.डॉ.शिवाजी ज्ञानदेव भिंताडे	15
4	ममता कालिया के साहित्य में नारी की स्थिती — डॉ.स्वर्णलता बागडे	24
5	बाल विवाह अपराध व सामाजिक अभिशाप — डॉ.विशाखा जगन्नाथ डेरे	29
6	करोना आणि ऑनलाईन शिक्षण - एक संधी की पर्याय — डॉ. विजयता एम. बिटनकर	33
7	शेतकरी आत्महत्येचे वास्तव — प्रा. स्वप्निल एस. बोबडे	36
8	भारतातील सामाजिक चळवळी–एक दृष्टिक्षेप — डॉ. बळीराम परशराम अवचार	40
9	इंग्रजी व मराठी माध्यमाच्या माध्यमिक शाळेतील शिक्षकांच्या समायोजनाचा तुलनात्मक अभ्यास — प्रा. डॉ. विद्या श्रीकृष्ण भारंबे	48
10	महाराष्ट्र विधानसभा कामकाज प्रक्रिया आणि सदस्यांसाठी उपलब्ध असलेल्या संसदीय आयुधांचा आढावा — डॉ. विलास आघाव बांगर / आकाश शेषराव	52
11	वैश्विक महामारी आणि मराठी साहित्य — डॉ. सुनील अभिमान अवचार	57
12	कोव्हिड – १९ चा भारतीय समाजावरील परिणाम — सहा. प्रा. दिगंबरकुमार लांडगे	62
13	जागतिकीकरणातील ग्रामीण महिला सबलीकरण — प्रा. एस.व्ही. येवतीकर	64
14	आधुनिक वैश्वीकरण एवं उपभोक्तावादी युग में वृद्धों की समस्याए : एक समाजशास्त्रीय अध्ययन — डॉ. वर्षा भुजबळ	67
15	अंतराळ पर्यटनः भविष्यातील संधी – एक अध्ययन — प्रा. अभिजीत प्र. दोड	72
16	मराठी गझलचे सारथी गझलनवाज़ भीमराव पांचाळे — प्रा. डॉ. राहूल एम. भोरे	76

Coordinator. IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

मराठी गझलचे सारथी गझलनवाज़ भीमराव पांचाळे

प्रा. डॉ. राहूल एम. भोरे
(संगीत विभागप्रमुख)
श्रीमती रेवाबेन मनोहरभाई पटेल महिला कला महाविद्यालय, भंडारा.

सारांश
गझलनवाज़ भीमराव पांचळे यांनी मराठी गझल गायनाला उपशास्त्रीय सांगीतात गझलेला प्रस्थापित करून एक नवा इतिहास निर्माण केल्याचे श्रेय गझलनवाज़ भीमराव पांचळे यांना जाते. कारण भीमरावजी गेल्या चार ते पाच दशकांपासुन एक मिशन म्हणुन काम करतांना दिसतात. गझलेच्या एकुणच आभ्यासामुळे गझल म्हणजे केवळ साकी, शराब नाही, हुस्नेशबाब नाही, हे ठाम आहे. गझलचा एकुण आवाका बघितला तर साकी कमी आहे. शराब तर आणखिनच कमी आहे, अर्थातच, आशिक माशूक यात कमी आहेच. 'सुखन अज माशुक गुफ्तन', म्हणजे 'आपल्या प्रियजनायशी केलेला संवाद', हि गझलची व्याख्याच आहे. म्हणजे प्रेम हा गझलचा स्थायी भाव आहे. पण उच्छृंखलता नाही. जसजशी गझल प्रगल्भ होत गेली तसा सामाजिक आशय येत गेला. या दृष्टिकोणामुळेच मराठी गझलेत सामाजिक आशयाची भरमार आहे. प्रेम हा गझलचा स्थायी भाव आहे.

keynote : Marathi Gazal, Bhimrao Pachale

प्रस्तावना

नवव्या–दहाव्या शतकात 'गझल' हे अरबी संस्कृतीच्या वर्चस्वाखली इराणमध्ये फार्सी भाषेत स्वतंत्रपणे अस्तित्वात येऊन अरबी संस्कृती व इराण संस्कृती ह्या दोहोंचे संमिश्र रंगरूप त्याला प्राप्त झाले. प्रारंभीच्या फारसी ग़झला प्रेम व श्रृंगार ह्या विषयाचे चित्रण करतांना दिसतात. सूफी पंथ अस्तित्वात आल्यानंतर परिस्थितीत बदल होत गेला. सूफी आपल्या प्रार्थनागीतासाठी ग़झलेचा वापर करू लागले. त्यासाठी त्यांनी गझलेमध्ये पूर्वीपासून त्यांनी हातळण्यात येत असलेले प्रेमाचे व सौंदर्याचे संकेतच वापरले. मदिरा म्हणजे प्रेम किंवा भक्ती, मदिरा वाटणारी साकी म्हणजे गुरू, मदिरा गृहातील मंडळी म्हणजे भक्तगण, बुरख्यात असलेली प्रेयसी म्हणजे अगम्य परमेश्वर अशा प्रकारच्या संकेताच्या वापरामुळे ग़झलेची बैठक प्रणय आणि सौंदर्योपासना एवढी मर्यादीत न राहता व्यापक झाली. शिवाय ग़झलेतील रूढ संकेत प्रार्थनासाठी वापरल्यामुळे धार्मिक विषयात आकर्षकपणा निर्माण झाला.

'असा हा गझलगायन प्रकार सूफी संताच्यामुळे भारतात रूजला. ईश्वर व भक्त ह्यांचे नाते प्रियकर–प्रियेसी मधील संबधाच्या परिभाषा स्पष्ट करणाऱ्या ह्या सूफी संतानी आपली प्रार्थनागीते 'गझल' ह्या काव्यप्रकारात गुंफली गाणि त्यांना सांगीतिक आकार देतांना भारतीय रागतालाचा उपयोग केला. थोडक्यात, संगीत निषिध्द मानणाऱ्या इस्लामचा विजय भारतातील संगीतपरंपरा ह्या दोन्हीच्या परिपाकातून गझलगायन आकराला आलेले आहे. म्हणूनच 'इस्लामी संस्कृतीकडून भारतीय संगीतास मिळालेली देणगी' असा गझलगायनाचा उल्लेख केला जातो. ठुमरी व टप्पे ह्या गायनप्रकारासाठी ज्या रागाचा वापर केला जातो, त्याच रागाचा उपयोग बहुधा गझलगायनात केला जातो. गझलगायन हे शब्दप्रधान असल्यामुळे रागविस्तार किंवा रागाची शास्त्रोक्तता ह्यावर भर दिला जात नाही.

गझलचा सर्वात महत्वपुर्ण गुणधर्म म्हणजे ती रसिक सामान्यजनाच्या मनाची चटकन पकड घेऊन, अधिराज्या गाजवते. गझलला जरी अधूनिक गीत प्रकार म्हणून संबोधित केले जात असले तरी ते एक

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

निर्विवाद सर्वसामान्यांचा सर्वात आवडीचा गीत प्रकार आहे. गझलेमध्ये बहुरंगी, बहुढंगी असे स्वरूप आल्यामुळे प्रत्येक बाबातीत गझल अगदी टोकाच्या गोष्टि करतांना दिसते.

१३ व्या शतकात अमिर खुसरो व इतर फारसी गायकांमुळे हिन्दुस्थानी म्हणजेच हिंदी भाषेचा ब्रज, अवधी, मैथिली, भोजपूरी या भाषांचा अवलंब सदारंग–अदारंग इ. च्या काळात झाला. हिंदी भाषेचा प्रभाव भारताच्या बऱ्याच मोठया भूभागावर असल्याने हिंदुस्थानी संगीताची परिभाषा हिंदी हिच ठरली व या संगीताचा प्रचार सर्व इतर भारत, बंगाल, गुजरात, महाराष्ट्र, ओरीसा, इ. भागात झाला. महाराष्ट्रात संगीताचे मराठीकरण करण्याचा प्रयत्न झाला. हिंदी चिजांची भाषांतरे झाली नाहीत परंतू चिजांवर आधारित मराठी नाटयपदे मात्र निर्माण झाली. व या प्रकाराने संगीताचे मराठीकरण झाले. तसे प्रत्येक प्रादेशिक भाषेचे स्वत:चे संगीत पुर्वापारपासून आहेच. संत सर्व भारतभर हिंडत असल्यामुळे संतानी हिंदीत रचना केल्या. पण मराठीमध्ये पारंपारिक ओव्या, भारूडे, विराण्या, गौळणी, पोवाडे, लावण्या, पदे यासारख्या रचना आहेतच. आधुनिक काळात मराठी भावगीत हा नविन प्रकार फोफावला तर आता मराठीत गझल हा प्रकार रूढझाला आहे.

गझलचे आगमन :–

तसे गझलगायन पंधराव्या शतकापासून चालत आलेले आहे. पूर्वी ते राजदरबारात व कोठेवरील नाचगाण्यात आढळे. ही गझल कोठया पासून बैठकीच्या खोलीत आणण्याचे श्रेय ध्वनिमुद्रिका तयार करणाऱ्या कंपण्याना व गायकांमध्ये सैगल ह्याना दिले जाते. मैफलीमध्ये गझल पोहचवण्याची कामगिरी बेगम अख़्तर यांनी केली. मधल्या काळात तलत मेहमुदनेही लोकप्रियता संपादन केली. मेंहदी हसन ह्यांनी शास्त्रीय संगीताच्या आधारावर गझलगायन सादर करून गझलला लोकप्रियता मिळवून दिली. धोडक्यात, गझलगायनामध्ये खुली गझल, बंदिश गझल व कव्वाली गझल अशा तीन पध्दती दिसतात. खुली गझल ही बैठकीच्य वेळी गायली जाते. बेगम अख़्तर, मलीका पुखराज, कमल झुरीया ह्यांनी अशा प्रकारच्या गझलगायनातून खुप लोकप्रियता मिळवलेली दिसते. बंदिश गझलेमध्ये ताल व लय ह्यांना अधिक महत्व दिले जाते. ह्यामध्ये वेगवेगळे गायक वेगवेगळया तालावर गझला गात असतात. जगजित–चित्रा सिंग हे दांपत्या अशा गझलगायनात आग्रेसर आहेत. ह्याच पध्दतीचा उपयोग चित्रपटसंगीतातील गझलगायनामध्ये अधिकप्रमाणात केलेला आढळतो.

मराठी गझलगायनाचे उगम स्थान ठुमरी किंवा लोकसंगीतातून झाले असले तरी ती 'अधिक संस्कारक्षम', भावनिक व विकसीत झाली, ती शास्त्रीय संगीतामुळे. गझल संगीतातील संपन्न स्वरांनी ती अधिक समृध्द ही बनली. आणि म्हणून गुरू परंपरा व गुरूमूखी ज्ञानाची आवश्यकता आहे. पण हे जरी शक्य नसले तरी आधुनिक गायक आपल्या बुध्दीचातुर्याने आणि अनुभवाने गझलगायकीला अधिकाधिक प्रयोगशील करू लागलेत.गझलनवाज़ भीमराव पांचाळे यांची १९७२ मध्ये अकोला येथे गझलगायनाची पहिली जाहिर मैफल सादर झाली. आणि ती यशस्वी झाली. सुरेश भटांच्या गझलसादरीकरणामुळे, गझलपुरस्कारामुळे पुढे १९८० नंतर गझलगायन आढळू लागले आहे.

'गझल म्हणजे भावनांचा उत्कट आविष्कार, हृदयाची भाषा म्हणजे गझल, गझल म्हणजे भावनेच्या सहस्त्र पाकळ्यंचं कमळ, वेदना, वंचना, यांच्या देठावर डोलणारं ताजं, टवटवित पुष्प म्हणजे गझल. असे म्हटल्यास अतिशयोक्ती ठरणार नाही. कारण इतका विश्वास भीमराव पांचाळे यांनी महाराष्ट्राला दिला. गझल ही काळजाची भाषा अन् हृदयातल्या स्पंदनाचं मर्म. ते उत्कटतेने रसिकांपर्यंत पोहचवण्याचं काम भीमराव पांचाळे गेली चार ते पाच दशकांपासुन निरंतर करत आहेत. फारसी, उर्दु या भाषांमध्ये मक्तेदारी असणारी गझल मराठी सारस्वतांच्या प्रांगणात गझलचे खलिफा कविवर्य सुरेश भटांसारख्या गझलसम्राटांचं हात धरून हलकेच उतरली. पुढे अन्य अनेकांनी तिची सोबत केली. या गझलेचं रंग–रूप अधिक खुलवलं ते गझलनवाज़ भीमराव पांचाळे यांच्या सुरांनी.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel,
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Scanned with CamScanner

गझलने सर्व स्तरावर लोकमान्यता मिळवली ही वस्तुस्थिती आहे. नंतरच्या काळातही मध्ये भीमराव पांचाळे यांनी 'गझल'ला सांगीतिक रूपात महाराष्ट्रभर पोहचवली. जवळपास महाराष्ट्रभर तसेच मध्यप्रदेश, उत्तरप्रदेश, ओरीसा, बंगाल, बिहार आदी राज्यात मिळून गझल गझलगायनाचे जवळपास ४०० च्या वर प्रयोग केले. एकाच व्यासपीठावरून मराठी आणि उर्दु गझल सादर करून आपला वेगळा ठसा उमटवीला.

भीमरावांच्या गायकीला अभिजात अशा शास्त्रीय संगीताची या गायनाला भक्कम अशी बैठक आहे. अनेक वर्षाचे चिंतन या कलाकारांनी केले असल्याचे मैफलीतून जाणवते. शब्दप्रधानता म्हणजे नेमके काय, उच्चारातून अर्थ कसा ध्वनित होतो, या बाबत साकल्याने भीमरावजींचे विचारमंथन झालेले आहे. गझल या प्रकारातील शब्दांसारख्या ख्यालातील शब्दाना स्वतंत्र अस्तित्व नसतं. स्वरोच्चारात वैविध्य आणण्यासाठी, स्वरांना भावनिक रंग देण्यासाठी आणि लयीचे विविध प्रकार साधण्यासाठी शब्दांचा, त्यातील अक्षरांच्या नादकृतींचा उपयोग केला जातो. बंदिशीमधील काव्य सोपं, श्रोत्यांपर्यंत सहज पोहचणारं फार आवश्यक असतं.त्यातील आशय ही ठोस यावा लागतो. एखादं काव्य उत्तम आहे म्हणून त्याची बंदिश करणं बरोबर होणार नाही. शब्दाना न्याय मिळणार नाही आणि काव्यालाही न्याय मिळणार नाही. गझलच्या आशयात शब्दानी विरून जाणं हेच अपेक्षित असतं.

निष्कर्ष :—

गझल मध्ये परकायाप्रवेश व आशयप्रधान गायकी या विषयी त्यांचे वैयक्तिक मत आहे. त्यांचा स्वरलगाव, शब्दांच्या लिलया, लयकारी युक्त शब्दफेक, नवरसांचा परिपोष करणारी त्यांची गझल गायकी आहे.

संदर्भग्रंथ :—

१. अंतरसुगंध, कृ.द.दीक्षित, मौज प्रकाशन
२. माझ्या कवितेचा प्रवास, हिंडणारा सुर्य, डॉ. पुरूषोत्तम माळोदे, विजय प्रकाशन नागपूर
३. गझल सागर संमेलन विशेषांक
४. गझलनवाज़ भीमराव पांचाळे: व्यक्तित्व आणि कला—साधना, संजय मोंगे दै. गावकरी, मधुरा पुरवणी नाशिक: दि. ९ मे १९९८
५. गझलनवाज भीमराव पांचाळे: व्यक्तित्व आणि कला—साधना, संदिप माळवी, दै. सांज दिनाक, मुंबई: २ एप्रिल १९९८

.....

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CamScanner
Scanned with CamScanner

2020-21

Peer Reviewed Referred and
UGC Listed Journal
(Journal No. 40776)

ISSN 2277 - 5730

AN INTERNATIONAL
MULTIDISCIPLINARY
QUARTERLY RESEARCH
JOURNAL

JANTA



Volume-IX, Issue-I
January-March-2020
Marathi Part-II

IMPACT FACTOR / INDEXING
2019 - 6.399
www.sjifactor.com

Janta Prakashan

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

291

ISSN 2277 - 5730
INTERNATIONAL MULTIDISCIPLINARY
QUARTERLY RESEARCH JOURNAL

AJANTA

Vol. I January - March - 2020

MARATHI PART - II

Peer Reviewed Referred
and UGC Listed Journal

Journal No. 40776

ज्ञान-विज्ञान विमुक्तये

IMPACT FACTOR / INDEXING
2019 - 6.399
www.sjifactor.com

❖ EDITOR ❖
Asst. Prof. Vinay Shankarrao Hatole
M.Sc (Maths), M.B.A. (Mktg.), M.B.A. (H.R.),
M.Drama (Acting), M.Drama (Prod & Dir.), M.Ed

❖ PUBLISHED BY ❖

Ajanta Prakashan
Aurangabad. (M.S.)

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Pater
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Pater
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Scanned with CamScanner

2019-20

ISSUE - I - JANUARY - MARCH - 2020
ISSN 2277 - 5730 - IMPACT FACTOR - 6.399 (www.sjifactor.com)

CONTENTS OF MARATHI PART - II

लेख आणि लेखकाचे नाव	पृष्ठ क्र.
राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराजांचे राष्ट्रवादासंबंधी विचार **प्रा. डॉ. दिनकर उंबरकर**	१०५-१०१
राष्ट्रसंताच्या विचारातील भारताची जडण घडण : एक शोध व बोध **प्रा. डॉ. हरिदास देविदास आखरे**	१०८-११
राष्ट्रसंताच्या ग्रामगीतेतील समतावाद **प्रा. प्रमोद मारोती नारायणे**	११२-११
राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज यांचे युवकांना आवाहन **शिवाजी सुभाष खिराडे**	११७-१२
ग्रामगीतेतील जीवनमूल्यविषयक विचार **प्रा. डॉ. बिस्मिल्लाह खान सरफराज़खान**	१२२-१२
राष्ट्रसंत तुकडोजी यांचे युवकांना आवाहन, राष्ट्रसंतांच्या ग्रामगीतेतील तत्वविचार **प्रा. डॉ. अपर्णा पाटील**	१२७-१३
राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराजांचे साहित्यिक योगदान आणि त्यांची साहित्य व कलादृष्टी **प्रा. डॉ. विजय रैवतकर**	१३१-१३
वंदनीय राष्ट्रसंतांच्या स्वप्नातील भारताची जडणघडण **डॉ. बी. एस. कव्हर**	१३५-१३
राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराजांची भजन परंपरा **डॉ. राजेश उमाळे**	१३८-१४
राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराजांची साहित्यसृष्टी **डॉ. गणेश भि. मोहोड**	१४२-१४
युवकांनो माणूस बना राष्ट्रसंत तुकडोजींचे आवाहन **डॉ. सिद्धार्थ बुटले**	१४८-१५
ग्रामगीतेतील जीवनमूल्ये विषयक विचार **प्रा. वर्षा एम. मेश्राम**	१५१-१५

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

१८. ग्रामगीतेतील जीवनमूल्ये विषयक विचार

प्रा. वर्षा एम. मेश्राम
ग्रंथपाल, श्रीमती आर. एम. पटेल कॉलेज, भंडारा.

तुकडोजी महाराजांची 'ग्रामगीता' हा एक जीवन मुल्यांचा नित्यनुतन स्फुर्तीचा झरा आहे. [illegible] या मानवी मुलभूत तत्वाची प्रेरणा आहे.

[illegible] तुकडोजीचे चिरस्थायी स्वरूपाचे असे वाङमयीन कार्य आहे. सर्वांगीण जीवन विकासाच्या [illegible] या ग्रथात जाणिव करून दिली आहे.

[illegible] महाराजांनी या ग्रथास 'ग्रामगीता' असे नाव दिले आहे. आणि या ग्रथाचा मुख्य उद्देश [illegible] गावाचा विकास करणे, सर्वधर्माची शिकवण हा एकमेव उदिष्ट आहे.

[illegible] नागरीक जीवनाच्या सर्व अगोपांगावर विशेष प्रकाश टाकलेला असून मधून मौलीक [illegible] रूप घेतले आहे. प्रस्तुत पेपरमध्ये राष्ट्रसंताची विचारधारा हे विशद केले आहे.

[illegible] ग्रामगीता स्वातत्र्य मिळाल्यानतरच्या पहिल्या दशकांत प्रकाशित झाली. स्वतत्र्य भारताच्या [illegible] ग्रामगीतेव्दारे रेखाटले आहे.

[illegible] भारताची विद्यमान स्थिती विचारात घेवून तिच्या विकासाचा आदर्श स्वरूप विस्ताराने चित्रीत [illegible]

[illegible] भारताच्या भवितव्याचे भव्य वास्तववादी चित्र उभे करण्यात आले आहे.

आपुला आपण उध्दारा करावा । संत देवाचा सहारा घ्यावा ।
हाच संतग्रंथाचा गवगवा । चित्ती धरावा सर्वांनी ।।

[illegible] ग्रामविकासासाठीची धडपड त्यांच्या ओवीतुन दिसून येते. यातच सारे भारताचे नियोजन [illegible] ग्रामोध्दाराची प्रेरणा निर्माण करून सुधारीतपणे त्यांना ग्रामसुधारणा करून राष्ट्रउन्नतीचे [illegible] ग्रामगीतेमध्ये तुकडोजी महाराज म्हणतात.

।। गाव हा देशाचा नकाशा
गावावरून देशाची परीक्षा
गावाचि भंगता अवदशा
येईल देशा ।।

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Smt. [illegible] Patel
Mahila [illegible] Mahavidyalaya
Bhandara

२९१

महाराज परीचय

[illegible] महाराज यांचा जन्म अमरावती जिल्हयातील यावली इथे 30 एप्रिल 1909 ला झ [illegible] वडीलाचे नाव बंडोजी बुवा ब्रम्हभट होते. घरात अत्यंत गरीबी, मावानच्या अंध गुलाब [illegible] ठेवले. राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज एक युगद्रष्टे पुरूष होते. त्यांनी अध्यात्माबरो [illegible] समाजाला एक नवीन दिशा दिली. देवळातल्या देवापेक्षा माणसातला देव त्यांनी जागवि [illegible] संपली तर देश जिवंत राहणार नाही हे त्यानी ओळखले. म्हणून त्यांचे काव्य, त्यांचे वि [illegible] त्या अर्थानेच त्यांना ' राष्ट्रसत ' संबोधले जाते. देशाचा संत म्हणून नव्हे, माणस [illegible] त्यांनी प्रयत्न केला.

[illegible] 'ग्रामगीता' स्वातंत्र्य मिळाल्यानंतरच्या पहील्याच दशकात प्रकाशित झाली. स्वतंत्र्य भारत [illegible] ग्रामगीतेव्दारे रेखाटले आहे. आर्थिक, सामाजिक, सांस्कृतीक, धार्मिक, आध्यात्मिक [illegible] स्वंयपूर्ण बनविता येईल, तसेच ग्रामीण जीवनाला अनुसरून आवश्यक अस [illegible] तुकडोजी महाराजानी शास्त्रशुदध पध्दतीने माडली

।। ज्याने केले असेल उन्नत ग्राम
अथवा समुदायाचे आदर्श काम
तोचि बोलण्याचा अधिकारी उत्तम समजतो
आम्ही ।।

[illegible] राष्ट्रसतानी प्रयत्न, प्रतिभा व प्रसार ही त्रिसुत्री वापरली.

।। " पहीले पाया मानव वर्तन
त्यास करावे उत्तम जतन "

[illegible] प्रतिभेतुन कला कौशल्य नवे संशोधन नवी निर्मिती तर प्रसादातुन मनाची [illegible] शीलता अभिप्रेत आहे

[illegible] नसेल तर वाईटाबद्दलही त्याला वाईट वाटणार नाही उलट तो शोषणाच्या [illegible]

[illegible] राष्ट्रसताची ग्रामोन्नतीची योजना सर्व जातीच्या लोकाचे कुटुंब आहे. प्रत्येकजण एक [illegible]

[illegible] स्वराज्याचा ध्यास घेतलेल्या राष्ट्रसतानी स्वातंत्र्यानंतर सुराज्य स्थापण [illegible] राष्ट्रपती भवनापर्यंत परिभ्रमण केले, ते फक्त बोलत बसले नाहीत. तर सुराज्य [illegible] सामताना ते म्हणतात

सुराज्य येण्यासाठी उभे पण [illegible] मथातूनि रूकलाना।
धनिक लोभी पैसा सोडी ना, [illegible] न कामा नेट घरी ।।
शेतीशक्ती वाढेल कशी [illegible] दुखलाना ।।

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Pater
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Coordinator
Smt. Rewaben Manoharbhai Pater
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

[illegible] झालं नाही याच मर्मच सांगितल आहे. पण आज हे मर्म समजायला [illegible] मागे धावत आहे. एअर कंडीशनर मध्ये बसुन गरीबीचं अंदाजपत्रक

[illegible] देशाचा नकाशा । गावावरून देशाची परीक्षा ।
गाव भगता येईल अवदशा। देशामाजी ।।

[illegible] आणि हया देशांच चित्र आणि भवितव्य त्यांनी ग्रामगीतेतील ओवीतून

[illegible] यानंतर हे चित्र आम्ही उघडया डोळयाने बघतो आहो. खेडीची खेडी ओस पडत [illegible] कडे आकर्षिला जात आहे.

[illegible] होळी धुलीवंदनाची अनिष्ठ प्रथा बघून राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराजानी तो बदलायला [illegible] आपल्या 'ग्रामगीता' ग्रथात सणोत्सव अध्यायात लिहीतांना म्हटले आहे.

होळीचा आला शिमगा सण। त्यात मोठी मारहाण
लोक इभ्रतमान सोडून। पळती मार्गी वेडेसे।।

[illegible] सारेच रंग आज पुसुन गेलेले आहेत. अश्लिल गाणे वाजवणे, लाकडे चोरून [illegible] वस्तुची नासधूस करणे, वर्षभराचे वैरहेवदावे या होळीच्या निमित्ताने उफाळून [illegible] माणी परस्पराचरूा अगावर उडवून हा सण साजरा करतात. या वाईट चालीरीतीनी [illegible]

[illegible] सामुदायिक प्रार्थनेला 'गावाचे धन' म्हटले आहे. त्या प्रार्थना पध्दतीत सुदधा आता बदल [illegible] महाराज म्हणतात की.

सर्व धर्माचा समन्वय, विश्वशांतीचा उपाय।
लोक सुधारणेचे विद्यालय, सामुदायिक प्रार्थना।।

[illegible] गुरूदेवजीच्या रूपाने जगात प्रगट झाले मोहक व प्रसन्न वृत्तीरूप मिळीने सर्वांनाच छातीश [illegible] त्याचा अद्वितीय प्रेमबध त्याच्या हालचालीतील विलोभनीय उदबोधन आणि [illegible] सदृरूप करून घेणारा असामान्य वृत्तीचा जिव्हाळा, त्यांच्या मनाची निरागसता यांमु [illegible] लोकाच्या वृत्तीमध्ये निर्माण होई. सत्संगाचे हे 'असिधाव्रत' त्यांनी एकनिष्ठे [illegible] तीव्रतम तितिक्षा, विवेकपूर्ण वैराग्य, निष्काम प्रेम, मनाचा मोकळेपणा त्यांनी शेवटपर्य [illegible] कोंदणातून अभिजात तेज वर्षवित असंख्य लोकांच्या हदयात अवगाहन करण

[illegible] यानी ग्रामगीता लिहली त्या ग्रामगीतेसंबधी तुकडोजी महाराज म्हणतात की.

ग्रामगीता नव्हे पारायणासी। वाचता वाटावी जनासी
समुळ बदली जीवनासी। सत्ती येता ग्रंथ हिस्या।।

Coordinator,
Smt. Rewaben [illegible]
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Pater
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

स्वराज्यांच सुराज्य का झालं नाही याच मर्मच सांयितल आहे. पण आज हे मर्म समज सर्वजन मोहक सुखाच्या मागे धावत आहे. एअर कंडीशनर मध्ये बसुन गरीबीचं अंदाज

'गाव हा देशाचा नकाशा । गावावरून देशाची परीक्षा ।
गाव भंगता येईल अवदशा। देशामाजी ।।

हे ग्रामाच दुःख पाहिल आणि हया देशाच चित्र आणि भवितव्य त्यांनी ग्रामगीतेतील ओ

भारताच्या पन्नास वर्षानंतर हे चित्र आम्ही उघडया डोळयाने बघतो आहो. खेडीची खेड़ी ओस माणूस शहरी करणाकडे आकर्षिला जात आहे.

चालत असलेली होळी धूलीवंदनाची अनिष्ठ प्रथा बघून राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराजांनी तो बदल करण्याचे प्रयत्न केले. आपल्या 'ग्रामगीता' ग्रंथात सणोत्सव अध्यायात लिहीतांना म्हटले आहे.

होळीचा आला शिमगा सण। त्यात मोठी मारहाण
लोक इभ्रतमान सोडून। पळती मार्गी वेडेरो।।

होळी सणाच्या पावित्र्याचे सारेच रंग आज पुसुन गेलेले आहेत. अश्लिल गाणे वाजवणे, लाकडे त्यासाठी सार्वजनिक वस्तुंची नासधूस करणे, वर्षभराचे वैरहेवदावे या होळीच्या निमित्ताने उप व गलिच्छ पाणी परस्परांच्या अगावर उडवून हा सण साजरा करतात. या वाईट चालीर कडून विरोध होता.

राष्ट्रसंतानी आपल्या सामुदायिक प्रार्थनेला 'गावाचे धन' म्हटले आहे. त्या प्रार्थना पध्दतीत सुदधा आता राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज म्हणतात की,

सर्व धर्माचा समन्वय, विश्वशांतीचा उपाय।
लोक सुधारणेचे विद्यालय, सामुदायिक प्रार्थना।।

युगात मानव्यच तुकडोजीच्या रूपाने जगात प्रगट झाले मोहक व प्रसन्न वृत्तीरूप मिळीने सर्वांनाच ध मार्गस्थ करण्याचा त्याचा अद्वितीय प्रेमबंध त्यांच्या हालचालीतील विलोभनीय उदबोधन येण्या–यास तदरूप करून घेणारा असामान्य वृत्तीचा जिव्हाळा, त्यांच्या मनाची निरागसता स्वभावतः प्रेम वारसा लोकांच्या वृत्तीमध्ये निर्माण होई. सत्संगाचे हे 'असिधाव्रत' त्यांनी एकां सर्वस्वाचा त्याग, तीव्रतम तितिक्षा, विवेकपूर्ण वैराग्य, निष्काम प्रेम, मनाचा मोकळेपणा त्यांनी शेवट वाणी हृदयविष्काराच्या कोंदणातून अभिजात तेज वर्षवित असंख्य लोकांच्या हृदयात अवगाहन क

तुकडोजी महाराज यानी ग्रामगीता लिहली त्या ग्रामगीतेसंबधी तुकडोजी महाराज म्हणतात की,

ग्रामगीता नव्हे पारायणासी। वाचता येते दावी जनासी
समुळ बदली जीवनासी। मनी घेतां अर्थ तिचा।।

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

या देशात अनेक ग्रंथाचा विचार फक्त पारायणा पुरता मर्यादित राहिला, पण ग्राम
असून सोप्या भाषेत त्यात मानवीजीवनाची आचारसंहिता राष्ट्रसंतानी सांगितली आहे. सहज
सर्वसामान्यांना होतो. तेथे कोणत्या विद्वान पंडिताचा अर्थ सागण्यासाठी गरज नाही. ग्रामगी
प्रयत्न जर केला तर निश्चित प्रत्येक माणसाचे जीवन आदर्श होईल.

सामाजिक विचार

समानतेचा विचार सामाजिक लोकशाहीतील मुख्य प्रमुख अंगात्मक दृष्टीने महत्वाचा ठरत
समान आहे. असे बोलल्या जाते पण प्रत्यक्ष समाजात असमानता – विषंमता जी दिसुन येते त
अज्ञान आहे. समाजातील लोकांनी समता, न्याय, आणि मानवता यावर आधारीत समा
व्यक्तीवाद व आंधळा समुहवादातील धोक बाजुला सारून स्वातंत्र्य आणि सामाजिक
अंतरी सदैव जागृत ठेऊन आचरण केल्यास समाजाच सत्य सामाजिक दृष्टीने सर्व समान
जायला पाहिजे.

देव एक असोनि अनंत झाला। नाना रूपे धरोनि नटला।
परि तो पाहता एकचि दिसला। तैसे व्हावे जनामाजी
भेद का मग कोरडा। जाळा जशी जळते चिता।।

मानव समाजाचा अभ्यास केल्यावर तो अनेक गुणानी भरलेला आहे. समाजाच्या प्रगतीसाठी उ
उपकारक ठरत असतात. परस्परांना पोषक व उपकारक ठरतात. तेव्हा संसाराच चक्र सु
राहते.

ज्यापाशी उत्तम गुण। त्यानेच त्याचे चालावे जीवन
व्हावे समाजाचे धारण, पोषण। हीच योजना चातुवर्णी
म्हणोनि गुणावरचि लक्ष द्यावे। जो ज्या गुणी तो म्हणावे त्या वर्णी
सर्व गुणांचा आदर स्वभावे। सर्वांकरीता असावा।

गुणांचा आदर व्हायला लागला आणि व्यक्तीने समाजाविषयीचे आपले कर्तव्य व जबाबदारी नीट पार

वैश्विक विचार

मातेच्या पोटी आलेल्या मुलांनी मातेच्या दूधातून आदर्शत्वाचे गुण घेऊन राष्ट्राच्या उन्नतीसा
आहे या थोर परंपरेचा वारसा जितक्या मोठया प्रमाणात भारतीय संस्कृतीला आणि समाजाल
राष्ट्र समाज आजही जिवंत व प्रगत असून आपल्या संस्कृतीला चिकटून आहे.

श्रेष्ठत्वाबद्दल बोलताना म्हणतात

'मातेच्या स्वभावे पुत्राची घडण। त्यास उत्तम ठेवी तिचे वर्तन।
स्त्रीच्या तेजावरी पुरूषाचे मोठेपण। ऐसे आहे।

इतिहास मातृत्वाबद्दल अत्यंत बोलका आहे. भा हे नाव ज्या महापुरूषामुळे लाभले त्य
घडवणारी माता शकुतला होय।

Coordinator
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

गाव गुणे 'मातृदेवी भव। वेदाने आरंभीच केला गौरव।
नररत्नाची खाण अपूर्व। मातृजाती म्हणोनिया।
प्रल्हादाची कयाधू आई। छत्रपतीची जिजाबाई।
कौशल्या, देवकी आदि सर्वांहि। वंदिल्या ग्रंथी।

मुलांचे त्यांचे पालन पोषन करण्याची जबाबदारी मातेवर असते. त्यांच्यावर उचित संस्कार करणे, चांगले वळण लावणे, हे सर्व कार्य पुरूषापेक्षाही कितीतरी उत्तम रीतीने त्यांनी स्वीकारले पाहिजे लागते. मुलांचे संगोपन करणे, पतीच्या कार्याची व उन्नतीची काळजी वाहणे व घरी येणाऱ्या जाणाऱ्यावरोबर घर आदर्श ठेवणे हे कार्य तीला अविरत करावे लागते.

समाजी जो पुरूषाचा आदर। तैसाचि महिलासी असावा व्यवहार।
विचारना अधिक त्याचा विचार। झाला पाहिजे समाजी।

शिक्षणात स्वरूपात सुव्यवस्थित होऊन पुढे चालावी असे वाटत असेल तर मुलाप्रमाणे मुलीचे शिक्षण आवश्यक आहे. आजपर्यंत समाजाने पुरूषाचा विचार केला पण स्त्रियांच्या शिक्षणाचा विचार मागे समाज विस्कळीत झाला आहे

महिलांचे उच्चतम शिक्षण। शिक्षणात असावे जीवनाचे स्थान
जीवनांत असावे स्वास्थ्यपूर्ण। शांति, दयाही भावनांची।
तैसीच शिकवावी टापटीप। गाणे, बोलणे, वागणे अनुरूप
घर पाहताची कळावे आपोआप। कैसी येथील महिला.
म्हणतात.
ही नव्हे फुले टाकण्यासाठी। ही ग्रामाची उध्दार दृष्टी।
आजच्या युगाची सजावनी बुटी। मानतो आम्ही ग्रामगीता।

ग्रामगीता नाही हे सांगणारे राष्ट्रसत त्याही पुढे जाऊन सांगतात. की मी लिहलेली ग्रामगीता मानून त्यावर फुले वाहण्यासाठी नाही. तर त्यात ग्रामोध्दाराची दृष्टी आहे.

प्रथम श्रद्धेचे वाचन करावे। अर्थ सर्व लक्षात घ्यावे।
उठता बसता कार्यास लागावे। ग्रामाच्या आपुल्या।।
यातचि माझे समाधान। सुधारेल ग्रामाचे जीवन।
पाखंड जाईल वितळोनी। मतलबियांचे।।
सापोनि जातील भेद – वाद। नादेल गावी प्रेम शुद्ध।
लाभेल आनंदी आनंद। सर्वजना सर्वभावे।।
मानवातील असुरत्व – पशुत्व। संनोनि उजळेल देवत्व।
जीवनी संचरेल शुद्ध तत्व। निरन्त रिसे सर्वाच्या।।
ग्रामगीता साध्य दे वेळच्यावेळी। वृक्षवेली बहरती फुले

Coordinator
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

जलपूर्ण होतील नदया तळी। आपुली मर्यादा न सोडता।।
आरोग्य होइल सर्वांचे भुषण। लोपेल दारिद्रय, उणिव।।
सुख कोणीच न राहतील हीन दीन। खळ – दुर्जन कोठेही।।
समानतेची समाजरचना। शांती देईल जीवजना।
प्रगतीची नवीनवी प्रेरणा। करील भुवना उन्नत।।
शोषण अथवा शासन। याच गळोनी पडेल बंधन।
नाही शत्रुचे आक्रमण। स्वयंपूर्ण गाव होता।।
नाश होतील त्रिविध ताप। नुरेल, वैताग वैर – पाप।
गाव झालीया स्वर्गरूप। शांती लाभेल विश्वासी।

ही आधुनिक महाभारत घडविणारे हे राष्ट्रसंताचे कार्य असुन त्याला दिव्यज्ञान दृष्टी दे
ग्रामगीता आहे.

गाव करी ते राव न करी। ऐसे सांगुनि ठेविले चतुरी।
जरी दाद न घेतील अधिकारी। तरी गाव त्या सुधारू शके।
जनतंत्राचा हा काळ। शक्ती लोकाअंगीच सकळ।
जनतेच्या निश्चयाचे बळ। साम्राज्यारही नमवू शके "।।
आहे जनशक्ती केवढी महान। जोती आणेल संघटोन।
ती स्वर्गावरही लावेल निशान। तेथे कोणाचीच न चाले हुशारी।
आमुचे आम्ही सर्वतोपरी।

महाराज यानी ग्रामगीतेतून युगपरीवर्तनासाठी ग्रामस्थाना मोठया तळमळीने अप्र
आहे

गीता बोधीली अर्जुनाला। ग्रामगीता ही सर्व ग्रामाला
साहू नये कोणी मागासला। म्हणोनि बोलील देव माझा।।

म्हणता येइल की राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज याची ग्रामगीता ही समस्त मानव समा
लोकाना जागवण्याचा कार्य ग्रामगीतेतून झालेला आहे
आणि देशोन्नती त्यांच्या ग्रामगीतेतून झाला आहे
महाराजांचे कार्य एवढे महान आहेत की त्यांना थोडक्यात स्पष्ट करता येतच नाही

राष्ट्रसंताची विचारधारा श्री. मंगेश प्रकाशन पहिली आवृत्ती 2009
राष्ट्रसंताची जनचेतना, मराठी जनसाहित्य परीषद 2004 अमरावती
राष्ट्रसंत तुकडोजह महाराज जीवनदर्शन मध्यमा प्रकाशन नागपूर 2007
सुदामजी सावरकर आशा प्रकाशन नागपूर

Coordinator
Smt. Revaben...
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.
Officiating Principal
Smt. Revaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

2020-20 - 2020-21

AH/MUL/ 03051/2012 ISSN :2319 9318

विद्यावार्ता

Special Issue-01, February 2020

Maharshi Late Bhaskarrao Shingne
Arogya And Shikshan Prasarak Mandal's
Maharshi Late Bhaskarrao Shingne Arts College,
Khamgaon, Dist.Buldhana

Organizes
Day Interdisciplinary National Conference On
Humanities, Culture and Society

Editor
Dr. Bapu g. Gholap
(M.A. Mar & Pol.Sci.,B.Ed.Ph.D.NET.)

Harshwardhan Publication Pvt.Ltd. Published by Ghodke Archana
published at Harshwardhan Publication Pvt.Ltd.,At.Post.
(Maharashtra) and Editor Dr. Gholap Bapu Ganpat.

Reg.No.U74120 MH2013 PTC 251205
Harshwardhan Publication Pvt.Ltd.
At Post Limbaganesh,Tq.Dist.Beed
(Maharashtra) Cell 07588057695,09850203295
vidyawarta@gmail.com
Distributors www.vidyawarta.com

Coordinator
Smt. Rewaben
Mahila Kala Mahavidyalaya
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavid

Index

[illegible] and Advantage [illegible]	||15
[illegible] Unheard Voices [illegible] Dhondiba, Jalna	||18
[illegible] [illegible] Yavatmal	||21
[illegible] History [illegible] Barwani	||24
[illegible] [illegible] Buldhana	||27
[illegible] in Current Scenario [illegible]	||30
[illegible] [illegible] Akola	||33
[illegible] Libraries [illegible]	||36
[illegible] of the Voiceless [illegible], Khamgaon	||39
[illegible] in academic Library [illegible]	||41
[illegible] [illegible] Khode, Amravati	||44
[illegible] Systems [illegible]	||48
[illegible] Endurance of Age Groups [illegible]	||52

Coordinator [illegible]
Smt. Rewaben [illegible]
Mahila Kala Mahavidyalaya
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

...ulture on Language (English)
...Gulabrao Jawanjal, Amravati ||54

...ce of QR Code Technology in Academic Libraries: A Case ...
...ant M. Satpute, Dr. Pradip H. Barad, (M.S.) ||57

... — राजा राममोहन रॉय
..., मूर्तिजापुर ||62

... (प्रबोधनकाळ) स्त्री जीवन आणि भारतीय स्त्री
..., वर्धा, यवतमाळ ||64

...कतराचे कार्य
..., यवतमाळ ||69

...दृष्टीकोन
..., पुणे ||71

... भारतीयांच्या प्रक्रिया
... ||74

... ||75

... ||76

... ||80

... ||82

... ||85

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

[illegible] कांचा पौवाडे व लावणीतील मानवतावादी दृष्टिकोन [illegible]	||87
[illegible]	||89
[illegible] सांसदीय लोकशाहीसंबंधी विचार [illegible] (अद्याप)	||91
[illegible] शोषणाचे धोरण व त्यांच्या अवस्था [illegible]	||93
[illegible]	||95
[illegible] प्रभाव [illegible]	||97
[illegible] व्यापारीकरणावरील आर्थिक प्रभाव [illegible]	||100
[illegible] आर्थिक प्रभाव [illegible]	||103
[illegible] प्रवाहाचे महत्त्व [illegible], अमरावती	||105
[illegible] सामाजिक सुधारणाचा प्रारंभ [illegible], अकोला.	||109
[illegible] देशमुख ग्रंथालयाचे योगदान [illegible], अकोला	||111
[illegible] इतिहास [illegible]	||113

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

||116

||119

||123

||125

||128

||131

||133

||138

||140

Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

10

Knowledge Management system in academic Library

Varsha M. Meshram
Librarian,
Smt. R. M. Patel College, Bhandara

Protest and Change,
Movements, New Dwlhi, 1990,

Prabhati, Beyond the Four

B R "Who Were the
they come to be the Fourth
Aryan Society", in Dr.
Writings and Speeches,
Moon, Government of
1990 pp.1-227

the Scheduled Castes in
New Delhi, 1985

Dalit Literature: A
Research paper from
Literature, edited by

Untouchables Story,
Introduction, p xii

p 370

Dalit Literature and
Prestige Books,

Dalitanchi
Swarup, Swarup
10

ABSTRACT

The paper highlight the changing dimension of library services due to the role of academic libraries in knowledge society. 21st century has brought changes to the libraries working environment and acquisition of information resources that in turn presupposes principles. In the modern information society libraries have a new role and there are various types of library models. In the modern information society where the use of electronic services and web-based information sources constantly increases, libraries are managed in more democratic way, have more flexible communication system and work organization, and their service development is based on the quality and user orientation services. To be successful, the libraries should pay more attention to the development trends of information society that would enable to adjust their development strategies to social information needs. For that reason it is important to see library as a part of society.

Keywords :- Knowledge management, Objectives, Tools, Academic Libraries

INTRODUCTION:-

The cycle of knowledge creation is a never ending process in which data transforms into information, information transform into knowledge. Data acts as a raw material for become knowledge once it is processed in the mind of an individual.

Data → Information → Knowledge

Knowledge is a product of human experience and it can be defined as the

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

[illegible] of creating, sustaining, applying, [illegible] knowledge resources of an [illegible] including its relationship with [illegible] services provider knowledge can be [illegible] into types. Tact knowledge and [illegible]

[illegible] to shrinivasam, "Knowledge [illegible] refers to a collection of process. [illegible] and principles that services to [illegible] environment supportive of [illegible] goal."

[illegible] management is the process [illegible] value Knowledge and [illegible] corporate information using IT [illegible] to maintain re-use and re-[illegible]

[illegible] and information profession [illegible] themselves as a [illegible] the management of [illegible] part of libraries and [illegible]

[illegible] to be expert in [illegible] searching, selecting, [illegible] preserving, repackaging [illegible]

[illegible] management in [illegible]

[illegible] collection, processing, [illegible] of knowledge. [illegible] research. [illegible] between library [illegible]

[illegible] property right. [illegible] repositories and [illegible] as an asset. [illegible] of knowledge and [illegible]

[illegible] related tools are [illegible] managing and [illegible] and thereby [illegible] organization [illegible]

5. Mapping Tools
6. Maching learning
7. Groupware
8. Portals
9. Agent Technologies
10. Ontology's computer based

Libraries have to develop in integrated OPAC with both internal and external formats of knowledge should be developed organized and maintained. Useful website links and knowledge resource should be regularly searched, acquired and included in OPAC. Libraries should various means to capture tacit knowledge that is important to the organization and their users. Libraries have to develop a website portal for all the tacit and explicit knowledge, whether inside or outside of the organization in all the formats.

In the age of digital and networked based knowledge management the size of knowledge resources on the web are growing, surprisingly, nobody knows how many web pages are on the internet add every second still information on the internet are useful only when we can information on the internet are useful only when we can employ advance artificial intelligence tools to automatic surf the internet and automatically select, search, classify and automatically deliver to the needy one based on their search criteria or their interest.

Human resource management is the most important for knowledge management. The inside and outside library staff and its users possess a great amount of expert knowledge. The term human resources itself explains that the knowledge, skill, abilities, talents of organizational workforce as well as the value, attitudes approaches and beliefs of the individuals working in the organization.

It is the sum total of the inherited abilities acquired knowledge and skills which they have learned inside or outside of the organization the human resource development is a never ending process and collect the knowledge of working individuals at one place that help organization to achieve goals and increase capabilities.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Coordinator [illegible]
Smt. Rewaben [illegible]
Mahila Kala [illegible]
Bhandara

Polanyi made the
and classified.
can be considered
knowledge what it is that

knowledge which
in a book or other
form like codified and
documents, reports white
papers
management?
management makes the
active, more effective
management
collaboration to
and encourage
with information
the essentials.
Customer is the
services of the
only Hence, the
users with a
to improve
creation of

and applied
principles in the
reference
services are
scholarly
amount of
education.
view and the
intended
work to

hub
supporting
academic
and
nature of
computers
Multilingual Refereed Journal

retrieve and disseminate information.

In the age of digital and networked based knowledge management the size of knowledge resources on the web are growing, surprisingly, nobody knows how many web pages are on the internet add every second still information on the internet are useful only when we can employ advance artificial intelligence tools to automatic surf the internet and automatically select, search classify, and automatically deliver to the needy one based on their search criteria or their interest. Now technology is changing to fast and knowledge has the power to rule. The new knowledge professionals are technically skilled, very determined, highly innovative, goal oriented, the network-based libraries and library professionals serve their users and they adopt much high level of technical knowledge.

Conclusion

However due to the complicated nature of knowledge per se and its management. It is often difficult to estimate or demonstrate the value knowledge management. In spite of the fact that there are many knowledge base products in the market. None of them is suited for libraries or flexible with dynamically changing environment in the IT era. libraries, with limited budget and human resources, should utilize the current management structure and technology to implement knowledge management either bottom-up of top down. With a concerted efforts. Use of information technology in knowledge management will help to increases libraries operation efficiency and cater to the never ever increasing needs of client use.

Reference

1. American Library Association(1998) Library advocacy and supports online. http// www.ala/org/advocacy Accessed 23 Dec. 1998 SSS.

2. Clark, D. (2004). Knowledge, Retrieval http://www.nwlink.com.donclark/knowledge.html

3. Malhotra, Yogesh (2001) Knowledge management and business model innovation. Harshey: Idea Group Publishing.

4. Verma, N. use and impact of Knowledge Management in present Era: An overviewed prasad Librarianship in 21st century 2016. ESS publication New Delhi P. 337- 349.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

279

CS Scanned with CamScanner

Scanned with CamScanner

ISSN 2278-

Volume - 09, Special Issue - 01, Covid-19, July-

A Half Yearly Peer Reviewed Multidisciplinary

National Research Journal of Social Sciences & Humanities

National Journal on ...

SOCIAL ISSUES AND PROBLEMS

Smt. Re... Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

2019-20

[illegible] और कोरोना महामारी	देवेन्द्र कुमार	...83
[illegible] और [illegible] हिंसा	अमिता कृ. महातळे	...85
[illegible] और [illegible]	जयश्री बाथम	...87
[illegible] का खेलोंपर प्रभाव	मोहम्मद ऐजाज शेख	...89
[illegible] का वर्तमान एव	सौरभ मौर्या	...92
[illegible] का [illegible] प्रभाव	प्रदिप एच. गजभिये	...95
[illegible] का सामाजिक प्रभाव	सुधाकर माटे	...96
[illegible] सामाजिक एव आर्थिक प्रभाव	शुभा नीखरा	...98
[illegible] का सामाजिक प्रभाव	गीता सिह / सुधीर शर्मा	...101
[illegible]	अनिलकुमार हनुमानदास गुप्ता	...103
[illegible] प्रवाह व परिणाम	दीपक कृष्णराव पवार	...106
[illegible] प्रभाव व पंचायत राज	पढरीनाथ दत्तात्रय पाटील	...109
[illegible] स्थलांतरीत मजुरांच्या समस्या	रमजान मुजावर / शैलजा माने	...113
[illegible] भूमिका	वर्षा एम. मेश्राम	...116
[illegible] आणि ज्ञानाचे महत्त्व	शकर बागडे	...118
[illegible] मानवी जिवन	माया बा मसराम	...121
[illegible] परिणाम	राखी श्रीराम तुरस्कर	...124
[illegible] क्षेत्रावर परिणाम	राजेद्र बी. कापसे	...125
[illegible] परिणाम	राजकुमार भगत	...128
[illegible] सामाजिक परिणाम	सजय हिंदूराव शिटे	...130
[illegible] आणि भारतीय लोकशाहीची स्थिती	कल्पना निबार्ते	...132
[illegible] परराष्ट्र धोरणावर प्रभाव	स्मिता दिलीप जोशी	...134
[illegible] स्थलांतरीत कामगारावर परिणाम	प्रमोद चद्रभान शेंडे	...136
[illegible] आणि ऑनलाईन शिक्षण	निशा अशोक कळबे	...138
[illegible] समाज व अर्थव्यवस्थेवर होणारा परिणाम	राजेश सं. बहूरुपी	...140
[illegible] आणि भारतातील टाळेबंदीचा प्रवास	नलिनी आय. बोरकर	...143
[illegible] विषयी औरंगाबाद शहरातील नागरिकांच्या	मजुषा मोतीराम नळगीरकर	...147
[illegible] विविध क्षेत्रावरील परिणाम	विजय आनंदराव दरवडे	...152
[illegible] डायरी	अजली जोशी–टेभुर्णीकर	...154
[illegible] आणि मानसिक आरोग्य	सुनिता अर्जुनराव राठोड	...157
[illegible] आणि बदलणारी जीवनशैली	साधना डी. वाघाडे	...160
[illegible] आर्थिक व सामाजिक परिणाम	वर्षा गंगणे	...163
[illegible] ग्रामीण विद्यार्थ्यांसमोरील समस्या	डॉ. मिनाक्षी एस. बेसेकर	...165
[illegible] स्थलांतरीत कामगारांच्या व्यथा आणि कथा	डॉ. राहुल भगत	...167
[illegible] योगा काळाची गरज	स्नेहप्रभा आर. गावडे	...169

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

2.67

Editorial ...

[illegible] not highly elated by the [illegible] to the 'Special Issue on [illegible] National Journal on [illegible] Problems' with ISSN No. [illegible] C. L. S's S. N. Mor [illegible] Commerce & Smt. G. D. Saraf [illegible] Tumsar Dist Bhandara. We [illegible] papers from all corners of the [illegible] papers from various authors [illegible] and affiliated Colleges of [illegible] Indore, J. N. U. Delhi, [illegible] Dr. Babasaheb Marathwada University [illegible] Nagpur University Nagpur, [illegible] S. N. D. T. Women's [illegible] Shivaji University, Kolhapur, [illegible] College Khandwa M. P., Awadh [illegible] Gondwana University [illegible] Govt. College Ujjain, [illegible] Ayurveda Medical [illegible] Babasaheb Tule University [illegible], Bidar, Om Ayurveda [illegible] Betul to name a few.

[illegible] did not anticipate such an [illegible] from all directions. In the [illegible] current year, the Volume - [illegible] June 2020 has been [illegible] herculean task even to think of [illegible] special volume. My colleagues [illegible] the need for special volume [illegible] social problem' to cope up the pandemic situation of Covid-19. Especially, since the journal is dedicated to give voice to the social problems, and committed to social cause, it is imperative to offer a platform for all to give vent to their ideas and feelings about the problem imperiling the very existence of human race. The College's department of Sociology under Head of Department, Dr. Rahul J. Bhagat has been regularly putting untiring efforts for publishing the journal since June, 2012. The journal has been appreciated for its quality and standard. I am sure that the 'Special Volume' will be welcomed and appreciated by all.

We are glad to say that the volume touches several of aspects that were affected by the pandemic. It shows deep concern for humanity as a whole. The scholarly articles will provide profound knowledge which definitely helps us to cope up the pandemic situation of Covid - 19, and give impetus for further writing and research. We must say that without cooperation of editorial board and staff members, the rigorous task of editing and bringing out a volume in such a short span & crucial time would have been impossible. I thank all for cooperative hands and support. Thank you very much all scholars for such a high quality input. We humbly anticipate your response for all academic activities our college undertakes in future. Please visit our journals website for previous issues'- www.journalsnmcsip.org.in

[illegible] Editor
[illegible] Bhagat
[illegible] of Sociology

Chief Editor
Dr. Chetankumar B. Masram
Principal

Please writes us freely
Dr. Chetankumar Masram / Dr. Rahul Bhagat
[illegible] Mor College of Arts & Commerce & Smt. G. D. Saraf Science College,
Tumsar Dist. Bhandara (Maharashtra) Pin-441912
Email – rjbhagat1968@yahoo.co.in
Mobile – 09420359657, 09834988337

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara.

संदर्भ :-
1. वृत्तपत्र लोकमत, दि. ४ जुलै २०२० (मुंबई सह सर्व राज्य आवृत्ती)
2. वृत्तपत्र लोकमत, दि. ५ जुलै २०२०, (विशेष मुलाखतची सर्व राज्य आवृत्ती)
3. वृत्तपत्र सकाळ (मुंबई सह सर्व राज्य आवृत्ती) दि. २३ जून ते ४ जुलै २०२०
4. वृत्तपत्र मटा (Times Now) दि. ४ जुलै २०२०
5. लोकमत मुंबई दि. ४ जुलै २०२०
6. www.google.com
7. www.youtube.com

कोविड–१९ मध्ये शैक्षणिक ग्रंथालयाची भूमिका

* डॉ. [illegible] बेलाग ग्रंथपाल, आर. एच. पटेल, महिला कला महाविद्यालय भंडारा मो. [illegible]

[illegible] ग्रंथालयाची भूमिका ही खूप महत्वाची आहे परंतु आज संपूर्ण विश्व हे कोरोनाच्या आजाराने [illegible] कार्य हे आहेत सर्वांकडे सर्वाबद्दी (लॉकडाऊन) असल्यामुळे लोक आपला घरात बसून विचार पडले आहे [illegible] काही भविष्याचा खूप मोठा प्रश्न पडला आहे जसा कोरोनामुळे लाखात मृत्यू आहे सर्व लोक या [illegible] शिक्षणाची आणि पालक पाल्य त्यांच्या परीक्षा आणि शिक्षणाचा प्रश्न निर्माण झाला आहे परंतु हया जगात [illegible] राहण्यासाठी पोलीस, डॉक्टर्स कर्मचारी प्रमाणे शिक्षक सुद्धा तसेच महत्व आहे. ग्रंथालयाचे ग्रंथालय हे एक [illegible] आहे. ग्रंथ म्हणजेच ज्ञानाचे स्त्रोत व सुविधा देणारा संस्था असल्याचे शिक्षण करीत आहे आधुनिक [illegible] कार्यक्रम स्वीय तंत्रविज्ञानाविषयी माहिती देणे, याचा हया अनुभवी माहिती इतरांच्या माहितीचे [illegible] करून शकते या संशोधन ग्रंथालय ज्ञानकार माध्यम कलाकृतीचा करून देणे याचा अभ्यास केला [illegible] आणि माहिती सामाजिकविषयी ई शिक्षणाचा उपयोग करणे आणि विद्यार्थांना कलाकृतीचा सेवा व सुविधा देणे [illegible]

कीवर्ड : [illegible] ई-शिक्षण

[illegible] महाविद्यालयाचे ग्रंथ [illegible] ग्रंथालयाचे डिजिटल [illegible] या सुविधा व सेवा [illegible] समाधान करणे असते [illegible]

[illegible] वाचकांना इंटरनेटच्या [illegible] माहिती संसाधन उपलब्ध करून [illegible] ग्रंथालयाची खूप मोठी भूमिका आहे [illegible] ग्रंथालयाच्या माध्यमातून जगातील [illegible] उपलब्ध करणे कार्य [illegible] आज अनेक शैक्षणिक [illegible] परंतु देवघेवाकरिता ऑनलाईन [illegible] करीत आहे झूम ॲप, टेलीग्राम [illegible] मार्गदर्शन करीत आहे, व्हॉटस [illegible] वर्ग क्लास रूम, च्या माध्यमातून [illegible] जाणून घेवून त्याना ऑनलाईन [illegible] नवनवे तंत्रविज्ञानाची (ICT) खूप मोठे

बदलती संकल्पना :– आधुनिक काळात [illegible] पद्धतीचे चालविली जात होती तो [illegible] आहे आता ग्रंथालय हे डीजीटल [illegible] जाते ग्रंथालयाचे संगणकीकरण होवून [illegible] माध्यमाने सेवा व सुविधा हया [illegible] माहितीचा विस्फोट झाल्यामुळे संपूर्ण [illegible] भूमिका निर्माण झाली आहे ICT च्या [illegible] प्रमाणात झालेली माहिती वाचकाच्या [illegible] कमी वेळात त्याना ती सेवा टिली [illegible] आधुनिक तंत्रविज्ञानाचे ज्ञान असणे [illegible] आता व्हर्चयल लायब्ररी, इन्फॉरमेशन [illegible] डीजीटल लायब्ररी, डिजिटल [illegible] ग्रंथालय आहे. ग्रंथालय म्हणजे ई-शिक्षण

ग्रंथपालाची भूमिका – आज कोरोनाच्या प्रभावाने ग्रंथालयाचे एक आधारस्तंभ व महत्वाची भूमिका पार पाडत आहे की त्यामुळे विद्यार्थांना शिक्षकाचा ऑनलाईनच्या माध्यमातून मार्गदर्शन केल जात आहे त्याना ऑनलाईन सेवा सुविधा व माहितीचे माहिती व मार्गदर्शन करणे ही ग्रंथपालाची महत्वाची भूमिका आहे विद्यार्थांना ऑनलाईन वाचन [illegible] वर्तमानपत्रे, मासिके, स्पर्धात्मक परीक्षाचे मार्गदर्शन वसेच [illegible] पाहिजेत इत्यादी आधुनिक तंत्रविज्ञानाच्या माध्यमाने मार्गदर्शन करून त्याचे शंकाचे समाधान करण्यात ग्रंथपालाची खूप मोठी भूमिका आहे कारण कोरोनाच्या काळात सर्व आपल्या घरी शांत बसले असताना काहीच्या मनात नैराश्याची भावना भविष्याची चिंता यातून ग्रंथपालच त्याना आधुनिक सेवा व सुविधा देवून शैक्षणिक साहित्य याचे मार्गदर्शन मौल्याचे आहे. कारण विद्यार्थ्यांना कुठले E-resourses, websites, apps ऑनलाईन शैक्षणिक अभ्यासक्रम याबद्दलची माहिती हे ग्रंथपालच देऊ शकतात.

ग्रंथपालाद्वारे देण्यात येणाऱ्या सेवा व सुविधा :– ग्रंथपालाद्वारे सर्वात प्रथम त्याना सामाजिक माध्यमे याचे मार्गदर्शन केले जाते ज्याद्वारे त्याना विविध (Social Media) ची माहिती देवून त्याना कोरोनाच्या काळात खूप मोठा फायदा आहे.

ई–सामाजिक माध्यमे :– १. फेसबुक, २. ट्विटर, ३. लींकेडीन, ४. पिंटरेस्ट, ५. [illegible], ६. फ्लीकर, ७. गुगल डॉक्स, ८. रीसर्च गेट, ९. व्हॉटसॲप, १०. यु–ट्युब, ११. स्लाइड शेअर, १२. [illegible], १३. ब्लॉग, १४. विकी

Coordinator
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

[illegible] लर्निंग अप्लीकेशन :– १ गुगल क्लासरूम, २ [illegible] ३ झुम ॲप, ४ टेलीग्रॅम ॲप, ५ व्हिडीओ [illegible], ६ मुडल, ७ ई–मेल

[illegible] आधुनिक तंत्रविज्ञानाच्या नवीन माध्यमाचा उपयोग [illegible] ग्रंथपालांनी कोरोनाच्या काळात त्यांच्याशी मोबाईलच्या [illegible] मार्गदर्शन केले आहे. त्यांनी हया माध्यमातून विद्यार्थ्यांना [illegible] मार्गदर्शन केले आहे. त्यांना हया माध्यमाच्या [illegible] त्याचे समस्या जाणून घेऊन त्यांना शैक्षणिक वाचन [illegible] ऑनलाईन, वर्तमानपत्रे, पीडीएफ बुक्स, जर्नलस, [illegible] ॲपच्या माध्यमातून दिल्या आहेत. विद्यार्थ्यांना [illegible] कोणत्याही वाचन साहित्याची आवश्यकता असल्यास [illegible] अनेक समाजमाध्यमे व सर्च इंजिनची माहिती करून दिली.

[illegible] सर्च इंजिन : १ गुगल, २ याहू, ३ Google [illegible] गुगल स्कॉलर, ४ Mamma ममा, ५ अल्टा विस्टा, [illegible] लायकॉस, ७ Dogpile डॉपाईल, ८ Hot-Bot [illegible], ९ गुगल बुक्स, १० गुगल अलर्टस, ११ गुगल [illegible] पब मेड, १३ वर्ल्ड कॅट

[illegible] अनेक प्रकारच्या आधुनिक सर्व इंजिनच्या माध्यमातून [illegible] आपले वाचन साहित्य, संशोधनात्मक माहिती, जर्नल [illegible] असलेली माहिती ते कशा प्रकार या माध्यमातून घरी [illegible] शोध घेवून ते आपली माहितीची गरज पूर्ण करू [illegible] तसेच या ग्रंथपालाच्या सेवाभावी वृत्तीमुळे वाचकांना [illegible] साहित्याची गरज अत्यंत सोप्या पद्धतीने पूर्ण करता [illegible] काळामध्ये अनेक अशा [illegible] लर्निंग सिस्टमची [illegible] माहिती करून दिली. ज्यामुळे अनेक ऑनलाईन [illegible] ते घरी बसल्या पूर्ण करून ते आपल्या [illegible] पात्रता वाढवू शकतात. मानव संसाधन, आय [illegible] ई एल. युजीसी यांच्या संयुक्त विद्यमाने [illegible] ऑनलाईन कोर्स घरूनच करता येतात ते पुढीलप्रमाणे –

१ Swayam स्वयम,

२ Moocs मुक्स इथे अनेक असंख्य कोर्स उपलब्ध आहेत [illegible] पूर्ण करून नवीन ज्ञान कौशल्यात भर [illegible] तसेच अनेक E-resources ई रिसोर्सेस उपलब्ध [illegible] मानव संसाधन व भारत सरकार यांच्यातर्फे [illegible] उपलब्ध करून दिली आहेत ते पुढीलप्रमाणे

१ नॅशनल डीजीटल लायब्ररी

२ INFLIBNET इन्फीलीबनेट

३ ई पी जी पाठशाला,

४ शोधगंगा,

५ [illegible],

६ [illegible],

७ [illegible]

[illegible] सर्व [illegible] सर्व ऑनलाईन वाचन साहित्य [illegible] तुमच्या गरजेनुसार उपयोगात आणता येते [illegible] प्रमाणात माहितीचा साठी उपलब्ध आहे की, वाचक [illegible] त्यांना त्याची माहितीची गरज पूर्ण करता येते [illegible] केला जाऊ शकतो म्हणजे घरच्या घरी त्याचे [illegible] कार्य पूर्ण करता येते. तसेच ग्रंथपालाद्वारे त्यांना [illegible] मदतीने सेवा दिल्या जातात. जसे १ [illegible] सदर्भ सेवा, २ कंस सेवा प्रचलित जागृकता [illegible] निवडक माहिती प्रसरण सेवा, ८ इंटरनेटद्वारे [illegible] पाठविणे

ई रीसोर्सेस ई–बुक्स – १. ई–बुक्स, २ ई–जर्नल, ३ ई–नकाशे ४. ई–थेसीस, ५ ई–न्युज पेपर, ६ ई–ऑडीओ, ७ ई–व्हीडीओ, ८ ई–कॉन्फरन्स, ९ ई–लर्निंग सिस्टम.

महाविद्यालयामध्ये INFLIBNET N-LIST सर्व ग्रंथालयामध्ये असतेच त्यामुळे विद्यार्थ्यांना त्याचा ई–मेल आयडी व पासवर्ड दिलेला असतो. ते त्याच्या मोबाईलवर N-List मध्ये उपलब्ध असलेल्या वाचन साहीत्याचा उपयोग करू शकतात. त्यामुळे त्यांना माहितीची कमतरता भासूच शकत नाही. N-List मध्ये संपूर्ण साहित्य e-resources उपलब्ध आहेत. तसेच शोधगंगा, शोधगंगोत्रीचा उपयोग करून तुम्ही तुमच्या संशोधनाचे कार्य पूर्ण करू शकता. त्यामुळे N-list, UGC Infonet, Delnet, NDL यामुळे विद्यार्थ्यांच्या अभ्यासाच्या अडचणी आरामात सोडविल्या जातात. म्हणून ग्रंथपाल आणि ग्रंथालय याची फार मोठी भुमिका आहे. N-List मध्ये ६५००१ ई–जर्नल आणि २००००० ई बुक्स उपलब्ध आहे.

युजीसे ने पुढील काही महत्वपूर्ण लींक विद्यार्थ्यांसाठी घरी राहून अभ्यास करण्याकरिता उपलब्ध करून दिल्या आहेत. उदा.

Swayam.gov.in,
Rtmnu-eshiksha.in/content/document/,
https://swayamprabha.gov.in,
https://www.youtube.com/

पुस्तके, नियतकालिके ही ई–स्वरूपात प्रकाशित होत असल्यामुळे विद्यार्थ्यांना त्यांना हवी माहिती ती कमीत कमी वेळेत इंटरनेटच्या साहाय्याने मिळविता येते. परंतु त्याकरिता आपल्याला website, लींक याची माहिती असणे आवश्यक असते. हे फार महत्वाचे कार्य आहे. ज्ञानाच्या अथांग सागरातून नेमकी माहिती शोधणे याकरिता ग्रंथपाल हे महत्वाची भूमिका करीत असतात. आपल्या विद्यार्थ्यांना कशा प्रकारची माहिती उपयोगात येऊ शकते तसेच विद्यार्थ्यांच्या आवश्यक अशा माहिती संसाधनांना ते विद्यार्थ्यांना whats app, email, website ची माहिती त्याच्या mobile वर पाठवून त्यांना अद्यावत माहिती व माहितीची गरज जाणून घेवून पूर्तता करता येते. किंवा ग्रंथालयाचा लायब्ररी व्हॉटसॲप ग्रूप बनवून दररोज त्यांना वेगवेगळया ई–रिसोर्सेसची माहिती पाठविता येते. व ग्रंथपाल वर्क फार्म होम च्या निमित्ताने अत्यंत कौशल्याने ते काम करीत आहे.

ओपन ॲक्सेस रीसोर्सेस:–

१ नॅशनल डीजीटल लायब्ररी http://sndl/iitkgp.ac.in
२ शोधगंगा https://shodhganga.inflibnet.ac.in
३ ई–पी जी पाठशाला https://epgp.inflibnet.ac.in
४ डोज DOAJ https://www.doaj.org
५ www.doabooks.org
६ पबमेड (Pubmed) https://www.ncbi.nlm.nih.gov/
७ Open access thesis/distertation https://oatd.org
8 Open knowledge https://openknowledge.org.
10 Agris https://agris.fao/agris-search/indexdo
11. The open foundation https://www.open.org/

तसेच काही वेबसाईट आहेत ज्याद्वारे आपण लॉकडाऊनच्या काळात ऑनलाईन शिक्षण घेऊ शकतो.

१ Swayam - स्वयंम Swayam.gov.in
२ एन पी टी एल https://onlinecourses.nptel.ac.in
३ Mooc-https://mooc.org/
४ खान ॲकेडमी https://www.khanacademy.org
५ udemy-https://udemy.com
६ Open learn-https://www.open.edu/openlearn/

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Pater
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Pater
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

310

[illegible] संपूर्ण माहितीचा आढावा घेतला [illegible] वाचकाना, शिक्षकाना घरी [illegible] माहिती त्याना अनेक ऑनलाईन [illegible] त्याना माहितीची गरज पूर्ण करीता [illegible] साधन, कथा कादंबरी, [illegible] वापरून आपले ज्ञानाचा [illegible] होता ग्रंथपालाशी संपर्कात राहुन [illegible] विद्यार्थ्याना दिली जाते ग्रंथपाल हा [illegible] दुवा आहे त्यामुळे ग्रंथपालाची [illegible] जबाबदारी आहे जे आपले कार्य [illegible] पूर्णपणे पार पाडीत आहे व [illegible] सर्व ई-जर्नल, ई-रीसोर्सेसची [illegible] त्यामुळे ज्ञानात २४×७ तास द्वार anytime-anywhere use of e- [illegible] ची उपलब्धता होत आहेत विद्यार्थ्यांना [illegible] ची उपलब्धता भासू न देता व्हीडीओ [illegible] conference) तसेच What's app व्हॉटस अॅपच्या माध्यमातुन त्यांना दैनदिन येणाऱ्या समस्याचे तसेच शैक्षणिक मार्गदर्शन करीत आहेत त्यामुळे भविष्यात हया सर्व गोष्टी किती महत्वाच्या आहेत ज्याद्वारे ई–संसाधनेचा उपयोग करून वेळेची बचत आणि कमीत कमी नेमकी माहिती प्राप्त होते त्यामुळे आधुनिक तंत्रविज्ञानाची खूप मोठी भूमिका आहे त्यामुळे आधुनिक तत्रविज्ञान+लायब्ररीयन+ई–रीसोर्सेस+युजर हे सर्व घटक महत्वाची भूमिका बजावतात

संदर्भ :–

१ वाहेनी, एम आर (२००३), बदलत्या काळात डिजीटल ग्रंथालयाचे स्वरूप आणि महत्व, ग्रंथपरिचय

२ luteshbnywasi blogspot com/2020/04/blog

३ फडके, ह ना ग्रंथालय संगणकीकरण आणि आधुनिकीकरण, पुणे युनिव्हर्सल प्रकाशन, २०१० पे न ३०४ ते ३१२

४ विकास, सत्यप्रकाश आधुनिक ग्रंथालयाची व्यवस्थापकता, ग्रंथमंदिर प्रज्ञा प्रकाशन, नागपूर, २००७

५ www swayam gov in

६ www inflibnet ac in

७ युजीसी पत्राद्वारे प्राप्त झालेल्या links

वर्तमान सामाजिक परिस्थिती आणि ज्ञानाचे महत्त्व

प्रा. डॉ शंकर बागडे, [illegible] पाटील कॉलेज साकोली मोबाईल न ९३७०६३२४६१

[illegible] समस्या निर्माण [illegible] दरम्यान आपल्या [illegible] व [illegible] पार्श्वभूमीवर त्याना [illegible] मार्फत च शिक्षण, [illegible] आणि [illegible], रोजगार, [illegible] झाले आहे आज [illegible] सोशल-नाक्यावर प्रश्न उभा [illegible] प्रश्न करीत आहे [illegible] झाले कोरोनाची [illegible] परिस्थितीत आले या कोरोना [illegible] परंतु संपूर्ण जगण्यावर [illegible]

[illegible] माणसाला [illegible] या समाज जीवनात एक [illegible] सर्वसामान्य माणसाची [illegible] आणि मानसिक ताण निर्माण झालेला [illegible] पुढारला आलेला आहे परिवाचे जीवन व [illegible]

[illegible] पुढारला आलेला आहे कोरोनाचा [illegible] परिणाम झालेला आहे औद्योगिक, [illegible] शैक्षणिक, सांस्कृतिक अशा सर्वच [illegible] परिणाम झालेली समाज जीवनावर व [illegible] दूरगामी परिणाम [illegible] कोरोनाच्या काळात सर्वसामान्य [illegible] समाजाने दशकांमध्ये दु:ख [illegible] पडलेल्या अनेक घटना व [illegible] पडेल कोरोनामुळे अनेक [illegible] कोरोनाचा लाख बळजणार झाले [illegible] कोरोनामुळे मानवी [illegible] मानवी जीवनमूल्याचा प्रश्न [illegible] व विस्कळीत दुभंगलेले आहे समाज जीवनात नैतिकतेचा प्रश्न निर्माण झाला कोरोनामुळे मानवी समाजाचा चेहरा मोहरा बदलेलेला आहे कोरोनाने मानवी जीवनाला जो रूप आणली तो नष्ट करण्यासाठी वर्षानुवर्षे वृध्दाची करुणा माणसानी अधिकारणे काळाच्या गरज आहे उद्याच्या समाजाचे सुदर रूप पाहण्यासाठी मैत्री व बधुता आणण्याची आवश्यक आहे याकरीता " भारत माझा देश आहे सर्व भारतीय माझे बाधव आहेत " या प्रतिज्ञेचे नित्य स्मरण व पालन आपण केले पाहिजे

मानव प्राणी हा सर्व प्राण्यात श्रेष्ठ मानला जातो इतर सजीव प्राणी जगत असतात परंतु मानव हा आपल्या बुद्धीमुळे पृथ्वीतलावावरील सर्व प्राण्यावर सत्ता गाजवू शकतो त्यामुळे तो श्रेष्ठ ठरला आहे

"विद्येविना मति गेली, मतीविना नीति गेली,
नीतीविना गति गेली / गतीविना वित्त गेले,
वित्ताविना शूद्र खचले, इतके अनर्थ एका अविद्येने केले"

या सुत्रवचनात अविद्येमुळे कितीतरी अनर्थ होतील हे महात्मा जोतीराव फुले यानी सागितले आहे चातुर्वर्ण्यप्रधान समाज व्यवस्थेत शूद्रातिशूद्र व समग्र स्त्रिया याना शिक्षणापासून वंचित ठेवण्यात आले त्यामुळे बहुसख्य जनता अज्ञानाच्या खाईत हजारो वर्षे खितपत पडून होती त्यामुळे त्याना व्यक्तिगत व सामाजिक दृष्ट्या विकास होऊ शकला नाही ज्या राष्ट्रातील बहुसख्य जनता अज्ञानी असते ते राष्ट्र प्रगत असू शकत नाही याउलट ते राष्ट्र पंगू बनते तसेच आपल्या भारतातील शूद्रातिशूद्र व स्त्रिया याची अवस्था दयनीय झाली याला मुख्य कारण म्हणजे अविद्या, अज्ञान हे होय विद्येविना माणसाचे जीवन पशूवत बनते याबाबत जोतीराव फुले म्हणतात

"भटा येत नाही विद्येविण पशू।।
नाही तो जिज्ञासू।। भूमीभार।।
तुम्हा मागतो बहुता परी ।।
गोष्ट ही खरी ।। शूद्रहितार्थ ।।
दुर्दशा ती अविद्येपायी ।।

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

211

ISSN 2277 - 5730

AN INTERNATIONAL MULTIDISCIPLINARY
QUARTERLY RESEARCH JOURNAL

AJANTA

Volume - IX Issue - III July - September - 2020

ENGLISH PART - III

Peer Reviewed Referred and UGC Listed Journal

Journal No. 40776

ज्ञान-विज्ञान विमुक्तये

IMPACT FACTOR / INDEXING
2019 - 6.399
www.sjifactor.com

❖ EDITOR ❖
Asst. Prof. Vinay Shankarrao Hatole
M.Sc. (Maths) M.B.A. (Mktg.) M.B.A. (H.R.)
M.Drama (Acting) M.Drama (Prod. & Dir.) M.Ed

❖ PUBLISHED BY ❖
Ajanta Prakashan
Aurangabad. (M.S.)

Coordinator. IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CONTENTS OF ENGLISH PART - III

Title & Author	Page No.
[illegible] of Intellectual Property Rights among the Naga Youths S. Temsusenla Ao Khrutalu Dozo	1-11
[illegible] and Knowledge on E-Waste Management among [illegible] Students R. Sivannatham Dr. K. Govindarajan	12-20
[illegible] Participation in Panchayat Raj System Mr. Naresh W. Patil	21-31
[illegible] Health Status and Malnutrition Problem in the Tribal Communities Prof. Meghavee G. Meshram	30-37
[illegible] Inhomogeneous Frictional Ratchet Dipak Nath	38-47
[illegible] and Role of Judiciary Dr. (Smt.) Abha Sinha	48-55
[illegible] and Opportunities in Commerce and Management [illegible] India 21st Century Mrs. Chanchalakshi Dr. Parameshwara	56-64
[illegible] with GST Dr. Bina Madhukar Moon	65-71
[illegible] Traditional Knowledge of Uttarakhand Ringal Craft through [illegible] Prospects & Challenges Dr. Deepali kanwal	72-77
[illegible] Women in Gram Panchayat [illegible] District of Maharashtra) Prof. Naresh W. Patil	78-86
[illegible] Academic Libraries Varsha M. Meshram	87-92
[illegible] Economy Challenges and Issue Pratibha Pathak	93-97

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben [illegible] Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

283

Scanned with CamScanner

11. ICT Applications in Academic Libraries

Varsha M. Meshram
Librarian R. M. Patel College, Bhandara

Abstract

Information Technology is rapidly changing the whole world and creating new challenges and new opportunities. The global changes particularly in digital environment ICT have an impact on the functioning of academic libraries. The development in ICT has changed the user expectations from the libraries in many ways. The library and information services of higher education institutions play a central role in enhance the quality of academic in research environment. The digital environment has changed of academic in research environment. The digital environment has changed the functions and duties of the librarian. They are not only to extend assistance to users in searching information in a place called library but also to provide services and instruction regardless of place, time or format. Now librarian is an information provider, website designer, database developer, service provider and many more. The paper highlights the changing technological scenario and issue of extreme concern for the library professionals and the beneficiaries of these libraries.

Keywords:- ICT, **Academic libraries**, Digital libraries, Library automation

Introduction

The growth of information and communication technology during the last few years has been phenomenal. It has been implementing on every sort of human life. During this year of growth and popularity of ICT, numerous different features and facilities have been developed and marketed. Due to the growth of information explosion, its use become so wide spread, there is a great need of applying certain technology to information works and activities to accelerate its use. It enables the storage, processing retrieval and dissemination of information quickly and easily. The earlier libraries were open to their clientele for consultation within their premises. They have undergone radical changes and expanded their services over the year application of ICT has changed the traditional activities of libraries.

Rapid advances in computer and communication technologies enable us to share process and transmit huge amount of information easily, quickly and in expensively. Development in

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

are directly affecting the knowledge, competencies and skill professionals to do their job effectively. These changes are day new skills and approaches are required to handle the The changing perception of users and the technological and information professionals to enhance their knowledge skills and develop themselves in accordance to the new data and outdated

computer based technology and the internet to make wide range of users. The term is used mobile telephones and emerging technology the mechanism for transporting data in a

in the users

digital formats and accessible via electronically via computer networks

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Pater
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Pater
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

... Digital library

... Digital Libraries

... are created today for different communities and in the different fields like ... development, health, governance and so on and so forth. Not only in ... all over the world. Digital libraries has a great influence in the field of

... of ICT

... to deploy innovative methodologies and to deploy more interesting ... that creates an interest in the librarians.

... better management of library a librarian thereby improving the productivity ... as well as the taught

... optimum utilization and sharing of resources among institutions thereby ... the cost of implementing ICT solutions.

... communication infrastructure

... information repositories

... retrieval skill by Internet through

... information

... storage and retrieval problem has become progressively more serious in ... especially in the areas of science and technology

... computer performance

... Information Technology

... software

... is needed today library and information ... in the ICT era to ... information to all types of the user community. The library automation has ... for reach and every library, hence all library ... need to have ... library automation. Library automation software en... library

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Smt. Rewaben ... Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

CS Scanned with CamScanner

[illegible] Librarian

[illegible] library is often developed not only to serve the purpose of an online [illegible] as an integrated unified system. The librarian shall have to examine [illegible] aspects of information technology and not merely know its work. There is [illegible] adaptable environment and right perception regarding use and benefits of [illegible] staff member by proper training and demonstration

[illegible] technology is installed or adopted in a library it changes the way operation [illegible] of the staff and relationship between the library and external units staff [illegible] ones it is operational, need to know about it and how it will impact [illegible] library user will expect the library staff to be familiar with it. Hence [illegible] about the latest technological trends and offer alternative opportunities

[illegible]

[illegible] provider

[illegible]

[illegible] which has not been influenced the IT. ICT mainly helps to have [illegible] facilitate real time access to remote database. The importance of [illegible] and utilization by users for productivity and decision making. [illegible] with all the challenges the librarian is facing. The success of IT depends [illegible] skilled manpower. IT is not difficult to learn the basics of computer [illegible] would not only make existing library collections available to all as [illegible] would also enable Indian libraries to participate actively in global [illegible] information and sharing resources. But the most important as felt is the [illegible] into the library automation.

[illegible] Application on ICT skill for LIS professionals [illegible] overview. In [illegible] Librarianship 21st century(pp 31-37) ESS publication New Delhi.

[illegible] Edited ICT Applications In library information centers. Issue &

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben [illegible]
Mahila Kala [illegible]
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

K L (2011) Challenges and opportunities of electronic Librarianship ... of academic libraries In R.K. Mahapatra (Ed), electronic librarianship issue ... pp 61-72) New Delhi SSDN Publishers & Distributors

P (2011) abstract in I T era for LIS practices Goa (page 204-206), Mirat ... Goa

P (2005) Academic Libraries in India a present – Day scenario

... Emerging Technologies Digital Libraries in 21st century p. 151

... (2013) Digital libraries in the making ESSESS publications, New Delhi

... org/wiki Digital Library

... Emerging Technologies & Digital Libraries in 21st century ESSESS ... New Delhi 151-165

... survival of academic libraries in IT era p. 266-267

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

2-89

Scanned with CamScanner

Impact Factor-7.675 (SJIF) ISSN-2278-9308

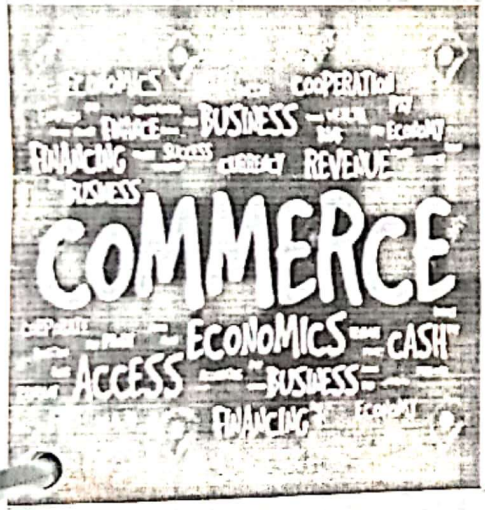
B.Aadhar

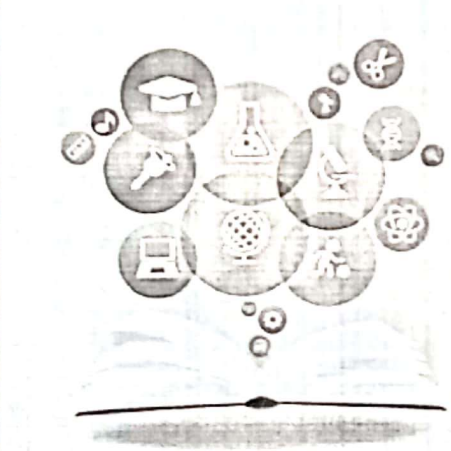
Peer-Reviewed & Refreed Indexed

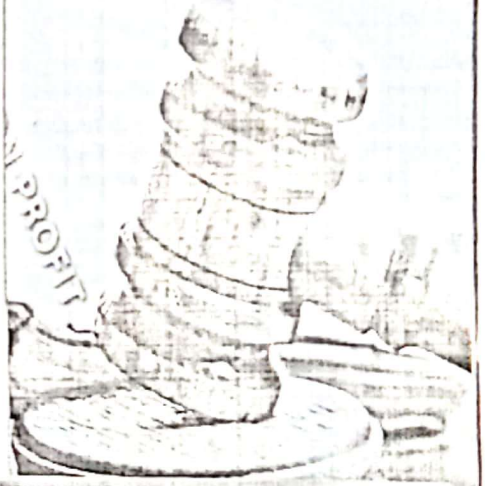
Multidisciplinary International Research Journal

February -2021

ISSUE No- (CCLXXI) 271- B







Chief Editor
Prof. Virag S. Gawande
Director
Aadhar Social
Research & Development
Training Institute Amravati

Editor:
Dr.Dinesh W.Nichit
Principal
Sant Gadge Maharaj
Art's Comm,Sci Collage,
Walgaon.Dist. Amravati.

Executive Editor:
Dr.Sanjay J. Kothari
Head, Deptt. of Economics,
G.S.Tompe Arts Comm,Sci Collage
Chandur Bazar Dist. Amravati

This Journal is Indexed in :
Scientific Journal Impact Factor (SJIF)
Cosmos Impact Factor (CIF)
International Impact Factor Services (IIFS)

For Details Visit : www.aadharsocial.com

Aadhar Publications

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

INDEX

No	Title of the Paper	Authors' Name	Page No.
1	Use of Internet by Students of Sambhajirao Kendre Mahavidyalaya Jalna: A Study	Dr. Dagdu Tukaram Ghatkar	1
2	Effect Of Legs And Pull Up On Throwing Ability For Distance Of Baseball Players	Dr. Vikrant J. Gautam	7
3	Women's War Poetry	Dr.Sanjay L. Khandel	10
4	Study on effect of Eco Tourism on wildlife in urban areas	Dr. Anil Kumar Gopi Prasad	15
5	New Social Media And Rural Development	Dr. Sou. Parvati Bhagwan Patil	19
6	The Educational Advantages Of Using Internet	Dr.Patil Bhagwan Shankar	23
7	Farmers Suicide in India-Causes and Remedies	Dr.S.T.Sangale	29
8	Food Technology & Food Processing	Dr. Mrs. Mrunal R. Waloskar	33
9	Work of Ravindranath Tagore	Asst. Prof. Archana P. Tiwari	36
10	Entrepreneurship in Rural Maharashtra	Mrs. Chetna Sinha Gala. / Vasundhara Dattaram Salunkhe	38
11	Overall water splitting by PtIg-C3N4 photo catalysts	Prof. Maggie Jomon John	45
12	Reinvestigation of Angiospermic Petrified flower from the Deccan Intertrappean Beds of India	Mesbram S. M1, Mohture V.M2 , Nandeshwar M.S., Pandey L.J4.,	50
13	The Performance Of Major Initial Public Offers In Indian Markets During Covid-19 Scenario	Dr. Harleen J. Pordevi	55
14	Effect Of Fenugreek, Bitter Gourd Powder And Need Of Physical Activity For Diabetes Patients In Chandrapur District	Dr. Vijay F. Somkuwar	62
15	सुलभा का दाह	डॉ (श्रीमती) अर्चना भोंडेकर	69
16	[illegible]	डॉ. किशन कुमार हर्षे	75
17	कर्दम शिखा	किरण कुमारी / डॉ. शिवपाल यादव	87
18	[illegible]	प्र. रघुनाथ खांडे	94
19	[illegible]	डॉ. मनोहर नाईक	97
20	कस्तूरा हवेत का विलयन	प्रा. एच. आर. खाखरे	103
21	[illegible]	प्रा एच. जी. बोपुलवे पिंपरीकर	106
22	[illegible]	डॉ. सुनयना एम. ढाकोरे.	115
23	[illegible]	प्रा. डॉ. अविनाश बोकारे	122
24	[illegible]	डॉ. हिरामणी कलमुकर	128
25	[illegible]	प्रा. सविता नागनाथराव कानोडा	132
26	[illegible]	प्रा. डॉ. रमेश दौलत वेताळ	137
27	[illegible]	भोगेश्वर लक्ष्मण पवार / डॉ आशोक पाटेकर	142
28	[illegible]	डॉ वैजयंती पेंडसे	147
29	[illegible]	प्रा. डॉ. जगन्नाथ के. इंगोले	152
30	[illegible]	प्रा. [illegible]	155
31	[illegible]	प्रा. डॉ. पंकज प्र. कानडे	160
32	[illegible]	डॉ सुनिल वीरकर पाटे	164
33	[illegible]	प्रा. अनुराधा प्र. देवेकर	167
34	[illegible]	Mohammad Asra	172
35	[illegible]	Dr. Ashar Abrar	177
36	[illegible]	Dr.Feroz S.Khan	181

B.Aadhar International Peer Reviewed Indexed Research Journal | ISSN 2278-9308
Impact Factor - (SJIF) - 2.675, Issue NO. 271 (CCLXXI)B | February, 2021

Coordinator, IQAC
Smt. Revaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Revaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

B.Aadhar International Peer-Reviewed Indexed Research Journal
Impact Factor - ((SJIF) -7.675, Issue NO, 271(CCLXXI) B
ISSN : 2278-9308
Fabruary, 2021

ब्रज का भक्ति संगीत

प्रा. डॉ. श्वेता दीपक वेगड
सहायक प्राध्यापक संगीत विभाग श्रीमती रेवाबेन मनोहरभाई पटेल महिला कला महाविद्यालय, भंडारा

प्रस्तावना :

भारतीय कला एवं संस्कृति हमेशा से ही आध्यात्मिकता की पूट लिए रहा है तथा संगीत उस आध्यात्म से जुडने का सर्वोत्तम साधन के रूप में अपनी उपस्थिति दर्शाता रहा है। भगवान कृष्ण की ब्रजभूमि का कण कण संगीत से ओतप्रोत रहा है। धार्मिक संस्कृति से परिपूर्ण ऐसी ब्रज संस्कृति हमारे भारत वर्ष की पहचान है। ब्रज के भक्त संगीतज्ञ, कवी तथा संतों का हमेशा से ही हमारी भारतीय संस्कृति के संभालने में अपना महत्वपूर्ण स्थान रहा है जिन्होंने संगीत के विकास तथा प्रचार प्रसार में अपना संपूर्ण योगदान दिया है। ब्रज की संस्कृति तथा संगीत मंदीरमय है। इस परंपरा पर दृष्टिपात करते ही भक्तिपूर्ण, आस्थामय ब्रजभुमि, वृंदावन में श्री राधाकृष्ण तथा उनकी सखियों के परस्पर अलौकिक दिव्य प्रेम तथा श्री कृष्ण की मूरली की ध्वनि में निहित नादसौंदर्य का आभास हमें सहज रूप से होने लगता है। ब्रज के देवालयों में भक्ति संगीत की परंपरा अपने आप में ब्रज की एक ऐसी कलात्मक अमूल्य धरोहर है जो पूर्ण रूप से ब्रज में विकसित होकर भी अनेक संप्रदायों के माध्यम से संपूर्ण विश्व में प्रवाहीत होते रही तथा राधा कृष्ण के युगल स्वरूप को इष्ट के रूप में प्रधानता प्राप्त हुई।

ऐतिहासिक पृष्ठभुमि

मुगल काल में मुसलीम शासकों के रूचि अनुसार श्रृंगारिक रचनाओं का प्रचार अधिक था परंतु जैसे ही भक्ति आंदोलन के परिणामस्वरूप अन्य शैलियों के भी आध्यात्मिक धरातल की पुष्टि मिली, १४वी १५वी तथा १६वी शताब्दि मध्यकालीन भक्ति आंदोलन ने पृष्टि मार्ग रूपी भारतीय संस्कृति इतिहास के स्वर्णिम अध्याय के पृष्ठों पर ब्रज काव्य को उदय का अवसर मिला। ब्रज में शास्त्रीय संगीत के अंतर्गत कीर्तन, संकिर्तन, समाज गायन तथा लोक संगीत के अंतर्गत लोकनाटय तथा लोकगीत जिसके अंतर्गत रास, भगत तथा लोकगीत के अंतर्गत रसिया, लांगुरिया, टेसु के गीत, सांझी के गीत इत्यादि ऐसी दो धाराओं में संगीत प्रवाहमान रहा।

ब्रज भूमि की पांच मुख्य भक्ति सरिता है।

१. निम्बार्क संप्रदाय
२. गौडीय संप्रदाय
३. वल्लभ संप्रदाय
४. राधावल्लभ संप्रदाय
५. स्वामी हरीदास का सखी संप्रदाय

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

वैष्णव संप्रदायों की प्रचलित सभी गायन शैलियां तत्कालीन समय में दो भागों में विभाजित थी। शास्त्रीय तथा सरल अथवा लोकसंगीत। निम्बार्क संप्रदाय, वल्लभ संप्रदाय,

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

राधावल्लभ संप्रदाय में शास्त्रीय संगीत के अंतर्गत आते है तथा गौडीय संप्रदाय के अंतर्गत विशेषत: नाम संकिर्तन लोकशैली की प्रधानता होती है।

निम्बार्क संप्रदाय

निम्बार्क संप्रदाय को ब्रज के संप्रदायों में प्राचीन माना जाता है। इसके प्रवर्तक जगत्गुरू निम्बार्काचार्य की परंपरा में संस्कृत और हिंदी के अनेक आचार्य कवि प्रसिद्ध है। निम्बार्क संप्रदाय मे राधाष्टमी उत्सव पर विशेष रूप से समाज गान होता है। इस संप्रदाय के संगीतज्ञों द्वारा प्रारंभ में विलंबीत लय तत्पश्चात दृत गति में धृपद धमार के माध्यम से इष्ट प्रभु की आराधना तथा सेवा होती है। श्रृंगार और वात्सल्य से परिपूर्ण भक्तिपूर्ण चरण समाजगान के विभिन्न महोत्सवों यथा होली, दिपावली, वसंत तथा आचार्यों के प्रादुर्भाव तिथियों पर उनसे संबंधित पदों पर प्राचीन रागों में किया जाता है। हाल परिस्थिति में समाज गायन में राग गायन का बंधन नहीं दिखाई देता।

राधावल्लभ संप्रदाय

राधावल्लभ संप्रदाय यह एक अनोखा भक्ति संप्रदाय है जिसके प्रवर्तक गोस्वामी श्री हित हरीवंश चंद्र महाप्रभु थे। इस संप्रदाय में श्री राधाकृष्ण की सेवा संगीत के माध्यम से की जाती थी। इस संप्रदाय में समाजगान विलंबित लय में होने के कारण अक्षरों का सरलतापूर्वक व स्पष्ट रूप से उच्चारण किया जाता है। पद के अंतिम तुक को द्रुत लय में गाते है। जो कि इसका अक्षर प्रधान होने की ओर अंकित करता है। इन पदों के माध्यम से श्री राधाकृष्ण की लिलाओं का वर्णन किया जाता है। पद को परंपरागत धुन में गाया जाता है। इस संप्रदाय में धमार अधिक गाया जाता है। आचार्य हित हरीवंश जी ने रास के पदों में श्री लाडली जी की विभिन्न नृत्य भंगिमाओं के माध्यम से अपने नृत्य ज्ञान का परिचय दिया है। इस तरह इस संप्रदाय ने गायन, वादन तथा नृत्य तीनों ही अंगों को प्रधानता दी है।इस संप्रदाय के प्रमुख राग जैताश्री, धनाश्री, चैतीगौरी, धुलिया मल्हार तथा झिंझोटी आदि है। उत्सवों को ध्यान में रखते हुए गायन की परंपरा है। झुलनोत्सव पर धुलिया मल्हार राग गाते है। तालों में चौताल, झपताल, चर्चरी, दीपचंदी, रूपक, कहरवा, धमार, सुलफाक्ता आदि का प्रयोग किया जाता है। श्री लाडिली जी की जन्म बधाईयां आदि के उत्सवों पर [illegible] ताल से ही समाज गान के पदों की संगत किया जाता है।

वल्लभ संप्रदाय

श्री वल्लभाचार्य जी ने भक्ति के क्षेत्र में वल्लभ संप्रदाय का सुत्रपात किया जो को पुष्टि मार्ग या पुष्टि संप्रदाय के नाम से भी जाना जाता है। आचार्य जी को इस नाम की प्रेरणा श्रीमदभागवत से प्राप्त हुई थी। वल्लभ संप्रदाय में पृष्ट का अर्थ श्रीमदभागवत के पोषण तदगुरू सुत्र पर आधारीत है जिसका अर्थ है कि भगवान का अनुग्रह ही पोषक या पुष्टि है।

हवेली संगीत

किसी भी सुंदर व आरामदायक भवन को जिसमें पर्याप्त मात्रा में स्थान हो उसे हवेली कहते है। ब्रज में भी यह शब्द इसी अर्थ में प्रयुक्त करते है। किंतु इस संप्रदाय में मंदिरों को गुजरात में हवेली कहा जाता है। ब्रज में इस संप्रदाय के मंदिर उत्तांग शिखर वाले और भव्य होते थे किंतु आगे औरंगजेब ने अपने शासनकाल में इन मंदिरों को तोडकर मस्जिद बनाना आरंभ किया तब इस संप्रदाय के प्रमुख सेव्य स्वरूपों को छिपाकर

Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara
Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

ब्रज से बाहर राजस्थान ले जाया गया। वहां इनकी सेवा साधारण गृहों में की जाने लगी। अतः इन मंदिरों को गुजरात में धार्मिक भावना से हवेली कहा जाता है।

वल्लभ संप्रदाय में श्रीकृष्ण की लिलाओं से संबंधित पदों की गायन पद्धति को किर्तन नाम दिया गया है। कीर्तन नामक गायन पद्धति को आज भी किर्तनियां कीर्तन समाज अथवा कीर्तनिया समाज ही कहा जाता है। पुष्टिमार्गीय वैष्णव देवालय संगीत जिसे पुष्टिमार्गीय संगीत अथवा पुष्टिमार्गीय कीर्तन कहा जाता है, कि गायन शैली ध्रुपद धमार शैली थी। वल्लभ संप्रदाय के भक्तों ने ध्रुपद गान में आराध्य भाव की प्रधानता के लिए लय योजना पर ध्यान नहीं दिया। ध्रुपद के साथ पखावज, मृदंग आदि वाद्यों का प्रयोग होता है। वल्लभ संप्रदाय के एक कीर्तनीय के अनुसार ध्रुपद एक छंद का नाम है। ध्रुव शब्द का अर्थ शांति, पवित्रता अमरत्व आदि को प्रकट करना है। इस संप्रदाय में सभी रागों में बद्ध पद प्राप्त होते है किंतु कुछ रागों का जैसे बिलावल, सारंग, धनाश्री, मलार, गौरी, नट, कान्हरा, बिहाग तथा केदार आदि का इस संप्रदाय में विशिष्ट स्थान था।

इस संप्रदाय में प्रमुख गायक के साथ अन्य गायक का वादक खडे होकर विग्रह के सामने गायन करते है। यदि किर्तनियां न हो तो सेवा का कार्य अपूर्ण ही रहता है। पुष्टिमार्ग में कीर्तन ही है जिसमें अष्टछाप आदि के पद गाते है। यथा अन्य मंदिरों में सेवा या पुजा के कम मंत्रोच्चारण करके पूर्ण करते है। किंतु इस संप्रदाय में मंत्रोच्चारण के स्थान पर पद गाये है। श्री वल्लभाचार्यजी ने श्रीनाथ जी की सेवाप्रारंभ करते हुए श्री कुंभनदास, सूरदास, परमानंद दास, कृष्णदास को किर्तनियां नियुक्त किया था। इन चारों किर्तनियों उनके पिता के शिष्य थे और गोविंद स्वामी, छीत स्वामी, चर्तुभुजदास, नंददास उनके अपने शिष्य थे। अतः इस संप्रदाय में किर्तन का स्वरूप परंपरानुगत रूप से मौलिक है इसकी अपनी पुष्टि परंपरा है।

हरिदासी या सखी संप्रदाय

हरिदास संप्रदाय का मंदिर बिहारी पुरा वृंदावन में स्थित है इस मंदिर को श्री बांके बिहारी जी का मंदिर कहते है। स्वामी हरीदास जी ने विरक्तों के अनुसार सं. १५६२ में आसुधिर जी से दिक्षा ली तथा आजीवन वृंदावन में ही रहे। स्वामी हरीदास जी की वृंदावन में साधना भुमि विधिवन है। इस संप्रदाय में वाणियों पूज्य मानी जाती है। हरिदास जी की महत्वपूर्ण गददी टट्टी स्थान है इसे बाबा मौनीदास की टटिया या टट्टी भी कहते है। इस संप्रदाय का महत्वपूर्ण स्थान वृंदावन में अटल्ला की चुंगी के पास हरिदास नगर में हरिदास सेवा संस्थान है। इस संप्रदाय ने ही प्राचीन ध्रुपद शैली को पुनः स्थापित किया। इसमें रागों का स्वरूप प्राचीन ग्रंथों में वर्णीत रागों के स्वरूपों पर ही आधारित है। हरीदास जी ने समाज का प्रचलन सखी भाव की रसोपासना के अंग के रूप में प्रारंभ किया था। इस संप्रदाय में गायक दो टोलियों में विभाजित होकर गायन करते है। प्रथम टोली में प्रमुख द्वारा गायन का प्रथम भाग गाया जाता है। और दुसरी टोली के गायकों द्वारा उसे दुहराया जाता है। टोलियां पंक्तिबद्ध होकर एक दुसरे के सामने मुंह कर के बैठती है और पखावज वादक मध्य स्थान पर ताल प्रदान करता है। इसके साथ ही गायकों के हाथों में मंजिरें होते है। इन मंजिरों का प्रयोग ताल के अनुसार करते है। गायन के बिच में पद के अनुकुल है। हो अरी, इत्यादी का प्रयोग संगीत के स्वर के साथ होता है। इस संप्रदाय का समाजगान अक्षर प्रधान होता है। पद विभिन्न राग रागीनीयां बद्ध तथा सभी तालों में गाये जाते है। अक्षरों का

Smt. Rewaben Manoharbhai Patel Mahila Kala Mahavidyalay, Bhandara
Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.
Scanned with CamScanner

सुस्पष्ट उच्चारण इस गान की विशेषता है। इस परंपरा के साहित्य में लोकतांत्रिक आधार पर गाये जाने वाले पदों के नाम भी सुनने में प्रचलित है। अतः झुमका पद में वृंदावन का माधुर्य और श्यामाश्याम व सखी का वर्णन है। सुहेलरा पद में प्रेम गीत का वर्णन है। इनकी गायन पद्धति भिन्न है इन पद के अंतिम जोडे सूलताल की द्रुत लय में गाते है। इनके पद विशिष्ट धुन और लय में आबद्ध होते है। इस संप्रदाय के समाज गान में प्राचीन ध्रुपद तथा धमार को विशेष रूप से गाने की परंपरा है।इसकी गायन पद्धति शास्त्र के नियमानुसार सीमाबद्ध होते हुए प्राचीनता को बनाए रखा है। इसमें गुरू को बहुत उंचा स्थान दिया जाता है। आज भी स्वामी हरीदास जी का नाम बहुत आदर से लिया जाता है। आज भी वृंदावन में राधाष्टमी होली आदि अवसरों पर आठ दिनों तक समाज गान होता है। यह गान देवालय में न होते हुए इसके लिए अलग स्थान बनें हैयथा हरिदासी संगीत संस्थान, टटिया स्थान आदि।

गौडीय संप्रदाय

गौडीय संप्रदाय के प्रचारक महाप्रभु चैतन्य का नाम संकिर्तन संगीत की दृष्टि से अत्यंत महत्वपूर्ण है। उन्होंने संपूर्ण बंगाल में तथा उसके पश्चात वृंदावन आकर हरिनाम संकिर्तन का प्रचार किया। समाज पद्धति का विकास हित हरिवंश तथा स्वामी हरीदास के संप्रदायों ने किया था। यह संप्रदाय राधाकृष्णोपासक है। बंगाल से उत्पन्न होने के कारण चैतन्य का संप्रदाय गौडीय संप्रदाय कहलाया। चैतन्य के अनुयायों ने ब्रज को अपना क्षेत्र बनाया और ब्रज में ही इसका विकास हुआ। इस संप्रदाय में चैतन्य से पूर्व पदों के रचियताओं में जयदेव औा विद्यापती आदि के नाम अधिक महत्वपूर्ण है। चैतन्य ने जयदेव के गीत गोविंद, विद्यापती आदि को शास्त्र की मर्यादा प्रदान की है। उनके शिष्य गीत गोविंद का गान करते थे। इसी परंपरा से लीला कीर्तन अथवा पदावली कीर्तन का जन्म हुआ। इन पदावली के सभी पद राग तथा तालबद्ध होते है।आज भी गौडीय संप्रदाय में मिश्र रागों में कीर्तन किया जाता है। गौडीय संप्रदाय के समाज गायन का स्वरूप भी एक निश्चित रूप में व्यवस्थित न होकर परिस्थिति के अनुसार चलता है। इसमें गायन खोल लेकर गाते है तथा साथ में नृत्य भी करते है।

निष्कर्ष :

भारत वर्ष के सारे तिर्थस्थल अपना महत्वपूर्ण स्थान रखते है। यहां निरंतर ही सांस्कृतिक आदान प्रदान होते रहा है। संगीत का विकास संतों के द्वारा गायी हुई रचनाओं के माध्यम से प्रचार प्रसार हो सांस्कृतिक धरोहर को आगे हस्तांतरित करने का मुख्य कार्य हुआ है। मंदिरों की परंपरा में गाये जाने वाले ध्रुपद धमार के पद जिसमें शास्त्रीय पुट का संगोपन होता रहा। निष्कर्षतः हम कह सकते है कि भारतीय संस्कृति की आध्यात्मिक निंव को सुदृढ बनाने में ततकालीन समाज में नैतीक मार्ग पर अग्रसर करने में वैष्णव भक्त संगीताचार्यों ने जिस सौंदर्ययुक्त भक्तिमार्ग का आश्रय लिया तथा प्राचित सांस्कृतिक धरोहर को समृद्धशाली बनाया है।आज इन पदों को मात्र मंदिर की उपासना के रूप में ही गाया जा रहा है। उसकी शास्त्रीय पहचान और शुद्धता, राग ताल के सौंदर्य, मंदिर के गायक वादकों को उचित साधन तथा प्रोत्साहन में कमी आई है। परीवर्तन सृष्टि का नियम है तथा हर क्षेत्र में उतार चढाव निश्चित होता है तथा इन्ही चढ उतार ही प्रगति का द्योतक है।

Coordinator
Smt. Rewaben Mahila Kala Mahavidyalaya Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Mahila Kala Mahavidyalaya, Bhandara.

Scanned with CamScanner

B.Aadhar' International Peer-Reviewed Indexed Research Journal
Impact Factor - ((SJIF) - 7.675, Issue NO. 271(CCLXXI) B
ISSN : 2278-9308
February, 2021

संदर्भ
संगीत का तपोभूमि उत्तर प्रदेश – डॉ. मधुमिता भट्टाचार्य
ब्रज के देवालयों में संगीत परंपरा – डॉ. एकेश बाला सक्सेना
भजपुरी लोक संस्कृति एवं हिंदुस्तानी संगीत – डॉ. संजय कुमार सिंह

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

Aayushi International Interdisciplinary Research Journal (AIIRJ)
VOL- VIII ISSUE- VII JULY 2021 PEER REVIEW e-JOURNAL IMPACT FACTOR 7.149 ISSN 2349-638x

घरानों के बदलते आयाम

डॉ. श्वेता दीपक वेगड़
सहायक प्राध्यापक,
संगीत विभाग,
श्रीमती रेवाबेन मनाहरभाई पटेल महिला कला महाविद्यालय,
भंडारा.

प्रस्तावना

भारतीय शास्त्रीय संगीत के प्रगति एवं उत्थान में घरानों का अद्वितीय तथा अनन्य साधारण महत्व रहा है। घरानों ने भारतीय संगीत को उसके कठीन समय में संजोया, संवारा, एक नया आयाम दिया जिस कारण संगीत जगत में घरानों का नाम तथा अस्तित्व अजरामर हो गया। विभिन्न घरानों ने ख्याल शैली को विकसीत करने में, समृद्ध करने में वहुत ही महत्वपूर्ण भुमिका निभाई है। आज समय की मांग को देखते हुए या परिवर्तन की लहर ने घरानों पर काफी सकारात्मक प्रभाव डाला है। अनेक प्रयोगों, विशाल हृदय के साथ परिवर्तन को अपनाना आदि बातों के समावेश के साथ घरानों के अस्तित्व को वचाते हुए घरानों के स्वरूप में स्वीकारात्मक वदलावों ने घरानों को नवीन तथा स्वभाविक रूप प्रदान किया है।

घरानों का स्वरूप

घराना अर्थात परिवार या परंपरा, परंपरा अर्थात संस्कृति जो कि परिवार के सदस्यों द्वारा आगे निर्वाहित की जाती है। संगीत के विश्व में घराना यह तत्कालीन परिस्थिती में एक वरदान साबित हुआ है। घरानों ने संगीत के अस्तित्व के लिए एक वहुत ही महत्वपूर्ण किरदार निभाया है। विभिन्न विशेषताओं को केंद्र विंदु रखते हुए प्रत्येक घरानों ने अपनी निंव को सुदृढ वनाया है। तत्कालीन घराना परंपरा में विधिवत शिक्षा, विशुद्ध गायकी, गुरू द्वारा शिष्य को गायकी के रूप में संस्कारीत करना, परंपरा, अनुशासन तथा ढांचे में वंधी कठोरता यह मुख्य पहलु होते थे। इसके अलावा कई सक्त नियम भी रहा करते थे जो कि शिष्यों को अन्य घरानों के कलाकारों को सुनने की भी अनुमति नही देता था तो अन्य गायकीयों का चिंतन मनन तो असंभव ही रहा। घरानों के यही पहलु, नियम तथा सिद्धांतों ने ही घरानों को तटस्थ वनाता है, अडीग वनाता है, परिपक्व वनाता है।

संगीत को जिवित रखने के लिए नई गायकी अथवा नवीन प्रयोग आवश्यक भी है। परिवर्तन हर विषय वस्तु में सदा होते रहेगा और तभी तक वह विषय वस्तु जीवीत होने का प्रमाण भी देती रहेगी। यदि परिवर्तन नहीं हुआ तो वह आगे नही वढ सकती वह मृतवत हो जाएगी। जो समय की कसौटि पर खरा उतरे वही शास्त्रीय संगीत है। इस कला में परंपरा है, अनुशासन है, पर साथ ही इतनी गुंजाईश भी है कि वो अपने में नई चिजों को समाहित कर आगे वढ जाऐगी। पर इसका यह मतलव भी नही की शास्त्रीयत्व को छोडकर राग के नियम की ओर ध्यान दिए वगैर मनमाने ढंग से किए गए प्रयोग पर आधारित संगीत टिकेगा भी और आगे भी जाएगा।

Smt. Rewaben Manoharbhai Patel Mahila Kala Mahavidyalay, Bhandara
Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.
Scanned with CamScanner

घरानों में परिवर्तन की लहर

कई परिवर्तनों का सामना करने के बाद अब भी घरानों का अस्तित्व बनाए रखा है। घरानेदार शिक्षा से पल्लवित हो अनेक शिष्यों तथा प्रशिष्यों ने घरानों को समृद्ध किया है। यद्यपि समयानुसार निरंतर परिवर्तन यह प्रगति का द्योतक है। परंतु इसका अर्थ यह नहीं कि परिवर्तन से उसकी गरिमा में कुछ अंतर आ जाएगा। परिवर्तन यह उसके समृद्धता को विकसीत करने का सशक्त माध्यम है अन्यथा नवीनता की कमी महसुस हो उसकी गरिमा कम होते जाएगी। अतः समयानुसार अनेक कल्पनाशील कलाकारों तथा शिष्यों द्वारा घराना पेद्धतियों की मूल विशेषताओं, तत्वों में परिवर्तन ना करते हुए, ना छेडते हुए, अपनी गायकी में सौंदर्यवृद्धि कर अनेक परिवर्तन लाए, सरलता का समावेश कर घरानों के प्रति विशेष योगदान दिया। घरानेदार शिक्षा में यह परिवर्तन लाना यह मतभेद से सामना करना पडा। शुरूआत में घरंदाज शिष्यों तथा कलाकारों ने दो विभिन्न घरानों की गायकी का संमिश्रण कर अपनी गायकी को एक नवीन रूप प्रदान कर आकर्षक बनाने कर प्रयास किया। यह जिज्ञासा पूर्ण प्रयास भी उतना सरल नही रहा, जिन दो घरानों की गायकी का सम्मीश्रण करना था उसकी पूर्ण तालीम तथा पुरा ज्ञान शिष्य को होना भी आवश्यक था। क्योंकि विना संपूर्ण ज्ञान के हम किसी भी विषय में वदलाव नही ला सकते।

कोई भी कला हो या संगीत हो उसकी प्रगति के लिए उसका शास्त्राधारित होने के साथ साथ परंपरानिष्ठ तथा अपने आप में कालानुरूप परिवर्तन का समावेश होना यह उस कला को सुगठित करने के लिए भी आवश्यक हो जाता है। ऐसे सभी घटक आत्मसात करने के लिए चतुरस्त्र गले की तैयारी के साथ साथ बहुमुखी बुद्धिवैभव की आवश्यकता होती है। कभी कभी कलाकार को अपने गले की मर्यादा, अपनी क्षमता को समझते हुए तथा बुद्धि की चर्तुदिश व्याप्ति इन घटकों में से कुछ को अपनी गायकी में स्थान देना होता है। ख्याल गायकी के विस्तार क्षेत्र में जो तीन महत्पूर्ण विंदु आते है। आरंभ विंदु कमशः रंगत वढाने वाले आलाप, मध्य विंदु लय के प्रवाह तथा बोलों की सहायता से तथा कृतियों का सृजन तथा चैतन्यपूर्ण तान अंग विविध आकर्षक पैटर्नस तथा दिशा को ध्यान में रखकर रची हुई तान, जो राग के नियमों के अनुसार ही विलंबित ख्याल के विचारों से सुत्र की तरह जुडा हो किंतु उसकी अभिव्यक्ति पूरी तरह से ऐसी हो कि वह एक स्वतंत्र विधा वन जाये।

संगीत के प्रति समर्पित अध्ययनरत कुछ कलाकारों ने संगीत की प्रवाहधारा में एक की अपेक्षा अन्य घरानों से भी शिक्षा प्राप्त करने का सौभाग्य एवं सुअवसर प्राप्त किया तथा घरानेदार परंपरा में नवीनता लाई। घरानों में परिवर्तन लाने का योगदान आमतौर पर ग्वालीयर, आगरा, किराना, जयपुर, दिल्ली तथा पटीयाला घरानों को दिया जाता है। गायक हमेशा से ही घरानों की चौकट से आगे असीम राग विस्तार को अन्वेषण करने के लिए उत्सुक रहे है। उन्हें जिस भी घराने के गुरू प्राप्त हुए वे सभी उदार दुष्टिकोण रखने वाले साधक थे जिनके सुसंस्कारों के कारण गायकी समृद्ध, चतुर्मुखी और समग्रता का जतन करने वाले रही।

इस प्रकार एक से अधिक घरानों से शिक्षा प्राप्त कर अथवा प्रभाव के परिणामस्वरूप शास्त्रीय संगीत जगत के अनेक प्रसिद्ध एवं प्रमुख कलाकारों ने प्रखर बुद्धिवादी, संगीत की विवेकपूर्ण दृष्टि एवं गायकी के संस्कार पर आधारित रस एवं

Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Dhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya
Scanned with CamScanner

सौंदर्य से परिपूर्ण मिश्रित अथवा समन्वित गायकी द्वारा न केवल शास्त्रीय संगीत जगत को नवीनता प्रदान की अपितु शास्त्रीय गायकी के क्षेत्र की समृद्धता में वृद्धि भी की है।

यदि एक घराने की शुद्ध गायकी की बात की जाए तो प्राचिन समय में घराना शिक्षण प्रणाली के अंर्तगत एक परंपरा अथवा घराने की शुद्धता गायकी की विधिवत शिक्षा प्राप्त कर तैयार निपुण कलाकारों की गायकी में मूल तत्व समान होते हुए भी कुछ भिन्नता अवश्य दिखाई देती है। उसका मूल एवं स्वभाविक कारण यह है कि प्रत्येक व्यक्ति एवं कलाकार की प्रकृति, स्वभाव, प्रवृति अथवा मिजाज अलग होता है।, अतः उसकी बौद्धीक दृष्टि, स्वभाव, संस्कार, रूची, विचार एवं भावाभीव्यक्ति में भी भिन्नता स्वाभाविक है।

प्राचीन समय की अपेक्षा आज किसी एक घराने की शुद्ध गायकी के कडे नियम नहीं रहे। आज संगीत सुनने के इतने माध्यम है कि गायक श्रोताओं पर उसका प्रभाव न पडे, यह असंभव आहे। जब कोई कलाकार एक घराने की गायकी की शिक्षा लेता है तो वह पूर्ण अभ्यास द्वारा उस गायकी को प्रस्तुत करने में निपूर्ण व सक्षम होना चाहिए। किसी भी एक या एक से अधिक घरानों से जब कोई कलाकार शिक्षा लेता है। तो प्रत्येक गायकी की विधिवत शिक्षा अर्थात व्याकरण शास्त्र मूल तत्व संस्कार इत्यादि आत्मसात करें। चिंतन, पूर्ण अभ्यास व विश्लेपण पर आधारित उचित एवं स्वभावीक समन्वय के पश्चात ही वह उस नवीन एवं समन्वित गायकी को प्रस्तुत करने का अधिकारी होता है।

विभिन्न घरानों के समिकरण में ध्यान देने योग्य तथ्य

दो या दो से अधिक गुरूजनों से प्राप्त शिक्षा आशिर्वाद शिष्य के समर्पण व संगीत की कडी साधना के प्रदान शास्त्र पर आधारित सौंदर्य एवं भावपूर्ण समन्वित गायकी की संगीत के विद्वान एवं दिग्गज कलाकारों ने भी सदैव प्रशंसा व सराहना की है। एक सृजनशिल एवं बुद्धिमान कलाकारों ने भी सदैव प्रशंसा व सराहना की है। एक सृजनशिल एवं बुद्धिमान कलाकार वही है जो अन्य गायकियों को सुनकर, उनसे प्रभावित होकर अपनी गायकी में संगीत की विवेक दृष्टि का प्रयोग कर केवल उन तत्वों का समावेश करे जिनका मिश्रण स्वभाविक लगे, गायकी में सौदर्य की वृद्धि करना अथ्वा वढाना एक बुद्धिमान, प्रतिभावंत, गुणी व सच्चे कलाकार की पहचान है, अतः किसी भी घराने की गायकी की परंपरा अनुशासन मूल तत्व शास्त्र एवं मूल रूप को बनाए रखते हुए उसमें नवीनता एवं समृद्धता लाना कला व शास्त्रीय संगीत के लिए हितकर है।

घरानों की गायकियों को समाकलित करते समय भी ध्यान रखने जैसी बाते है जैसे की गायकी का उचित समन्वय होना चाहिए ना की अनुसरण या ज्यों की त्यों अनुकरण। अन्यथा हमारी खुद की पहचान वहां धुमिल हो जाएगी और वह केवल किसी विशिष्ट की नकल मात्र कहलाएगी। हमारी प्रतिकृति पर आंच आ सकती है। आवाज का गुणधर्म, विशेषता, कल्पनाशिलता आदि को हमें बरकरार रखते हुए अन्य गायकियों की खुबियों को आवाज की काबिलियत के अनुसार ढालना जरूरी है। गायकियों में मिश्रण के उपरांत चिंतन, मनन, विश्लेषण तथा स्वयं अभ्यास भी उतना ही आवश्यक होता है। वह समंश्रिण गायकी की समृद्धता में अपना योगदान दे पाना चाहिए। वह प्रभावपूर्ण तथा असरदार होना चाहिए। किसी भी गायकी का समावेश करने से पूर्व उस गायकी की विधिवत शिक्षा, व्याकरण शास्त्र व संस्कार आत्मसात करने भी अत्यावश्यक है। अन्यथा गहनता का अभाव

Coordinator
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay
Bhandara

Offiriating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.
Scanned with CamScanner
Scanned with CamScanner

परिलक्षित होता नजर आयेगा। शास्त्रीय संगीत में गायकी के मूल रूप को बिना बिगाडे उसमें सौंदर्य तत्वों का समावेष कर सृजनात्मक व नवीनता लाना ही सराहनीय है।

निष्कर्ष

घरानों की गायकियों में उचित परिवर्तन जोकि अपने आप में ताजगी, विविध रंगों से परिपूर्ण तथा सुगंध अपने आप में समेटे हुए होता है ऐसी गायकी को हमेशा ही सराहा गया है। यह संगीत की संपन्नता तथा समृद्धता की परिचायक है। संगीत के क्षेत्र में घरानों का अस्तित्व अपना अद्वितीय, असामान्य, विरला तथा अनुठा स्थान रखता है। यह संगीत को एक स्थिरता, गहराई प्रदान करता है।

संदर्भः

1. वामनराव हरी देशपांडे,घरानेदार गायकी, ३३,राजकमल प्रकाशन,१ जनवरी २०२०
2. सुशिल कुमार चौबे, घरानों की चर्चा, ८६, उत्तरप्रदेश हिंदी संस्थान, लखनउ २०१८
3. शंभुनाथ मिश्रा, हिंदुस्तानी शास्त्रीय संगीत की घराना परंपरा,२०८ पब्लिकेशन डीवीशन भारत सरकार, २०१४
4. https://hi.m.wikipedia.org
5. https://indiancart.com
6. https://bharatdiscovery.org
7. https://culturalindia.net

ISSN 2349-638X
www.aiirjournal.com

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

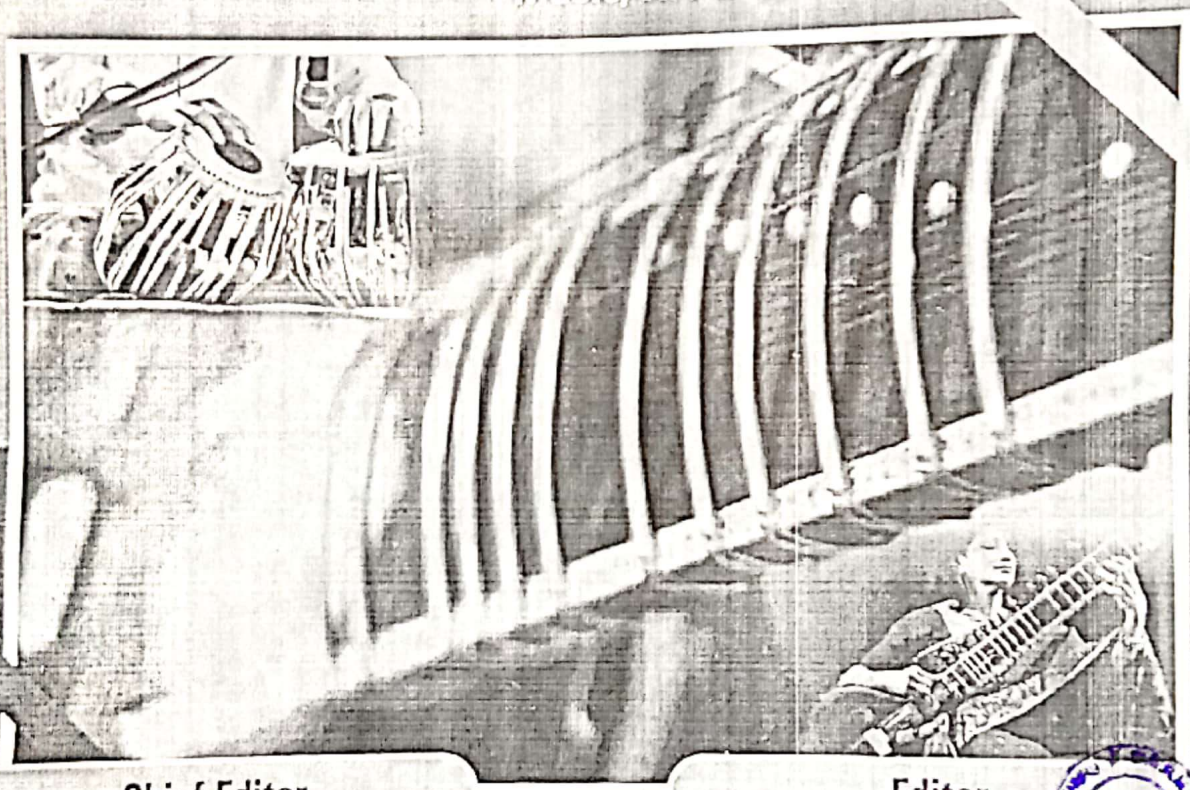
Scanned with CamScanner
Scanned with CamScanner

ISSN 2278-525

Annual Volume No. 9
2020-2021

Kala Drishti

A Peer Reviewed National Research Journal of
Music, Art & Literature



Chief Editor
Dr. Shraddha Anilkumar
Principal

Editor
Dr. Monali J. Masih
Asst.Professor

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Published By :
DEPARTMENT OF MUSIC
Dayanand Arya Kanya Mahavidyalaya
Jaripatka, Nagpur-440 014.
Ph.: 0712-2631350, E-mail : aryawani.ngp@gmail.com

CS Scanned with CamScanner

१४)	संगीत और मन	– प्रा. डॉ. श्वेता दी. वेगड भंडारा	४१–४४
१५)	हिंदुस्थानी संगीतामध्ये हार्मोनियम : एक लोकप्रिय वाद्य	– डॉ. राहुल भोरे भंडारा	४५–४८
१६)	आकाशवाणी का संक्षिप्त इतिहास	– प्रा. वर्षा आगरकर नागपुर	४९–५२
१७)	कराओके गायन: चुनौती या अवसर	– गिरीश चंद्रिकापुरे नागपुर	५२–५३
१८)	ताल एवं तबला विषयक लेखन में महिला संगीतकारों की भूमिका : एक विश्लेषण	– डॉ. अमित वर्मा पश्चिम बंगाल	५४–५८
१९)	"भारत में महिला सशक्तिकरण की दशा व दिशा"	– डॉ. सुजाता साखरे नागपुर	५९–६०
२०)	Healing Through Music- In Context with Vedic Period	– Dr. Ahinsa A. Tirpude Nagpur	६१–६२
२१)	"आधुनिक काळात संगीत क्षेत्रातील ऐतिहासिक आणि सैद्धान्तीक पक्षाची स्थिती"	– वैखरी वझलवार नागपुर	६३–६५
२२)	भारतीय संगीतात व्हायोलिनवाद्याचे महत्त्व	– वैतसी मांडवगणे मंगरूळकर मुंबई	६६–६८
२३)	सौहार्दपूर्ण सामाजिक जीवन के लिये साहित्य एवं संगीत का योगदान	– डॉ. मोनाली मसीह नागपुर	६९–७०
२४)	संगीत का शारीरिक शिक्षा पर प्रभाव	–डॉ. मीना वालपांडे नागपुर.	७१–७५
२५)	"डिजिटल पेंटिंग आर्ट और इसके विविध प्रदर्शन – एक अभ्यास	–डॉ. करिश्मा कांबे नागपुर.	७६–७९

Coordinator, IQAC
Smt. Revaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

संगीत और मन

प्रा. डॉ. श्वेता दी. वेगड
संगीत विभाग,
श्रीमती रेवाबेन मनोहरभाई पटेल
महिला महाविद्यालय,
भंडारा, महाराष्ट्र
ashwetavegad@gmail.com



प्रस्तावना

संगीत यह मानवीय जीवन में प्राचीनतम मनोरंजनात्मक स्रोत रहा है। अब उसका मनोरंजनात्मक रूप यह सर्वसमावेशक स्वरूप के साथ उभर रहा है। मानव मन में ध्वनि, भाव, लय, भावना, प्रस्तुति आदि का प्रभाव किस तरह से हमारे सामाजिक, व्यवहारिक, प्रायोगिक व आध्यात्मिक पक्षों से जोड़ा रखा है, हम इससे अज्ञात नहीं है। प्राचीन शिलाओं तथा कलाकृतियों में हमेशा से ही संगीत का पुट हमें दिखाई पड़ता है। इसमें कोई संदेह नहीं कि हमेशा ही संगीत यह मानवीय भावनाओं तथा संवेदनाओं को व्यक्त करने का सशक्त माध्यम माना जाता रहा है। यह पाया गया है कि संगीत के विभिन्न प्रकारों के प्रति उसकी रूचि तथा अरूचि उसके शारीरिक कंपन पर बहुत हद तक निर्भर करता है। अधिक गहराई में सोचने से हम जान सकते है संगीत की शुरूआत वास्तव में भाषा की शुरूआत से ही मानी जानी चाहिए। हमारी आत्मा संगीत से इतनी अधिक प्रभावित रहती है कि कुशल तथा रचनाकार हमें आंसुओं से सराबोर कर या फिर हमें अकल्पनीय उंचाईयों में अपनी सांगीतिक कलाकृति के माध्यम से ले जाते है।

संगीत और मन :–

मानव मन में चलने वाले विचारों, भावों का उसके स्वास्थ पर बहुत बड़ा प्रभाव पड़ता है। ऐसा कहा जाता है कि शारीरिक व्याधियों में ८० प्रतिशत व्याधियाँ मनोशारीरिक विकृति के कारणों (Psychosomatic disorder) से होती है। नकारात्मक भावनाओं तथा विचारों से मानसिक तनाव, अनिद्रा, भ्रमित होना आदि अनेक मानसिक विकार जन्म लेते है। तनाव के कारण होने वाले संवेगों का स्वास्थ पर होने वाला विपरीत परिणाम सहज ही दृष्टिगोचर होने लगता है, जैसे, चेहरे के भावों में बदलाव, मुख पर लालिमा आ जाना, आंखें लाल हो जाना, स्वर में परिवर्तन, उठने बैठने के तौर–तरीके में परिवर्तन, आचरण में परिवर्तन इत्यादि। इसी प्रकार बड़े आवेगों या संवेगों से या मानसिक तनावों में अधिक समय तक रहने पर आंतरिक परिवर्तन होने लगते है, जिसका मानसिक तथा शारीरिक स्वास्थ पर विपरीत असर पड़ता है, जैसे हृदय की गति बढ़ जाती है, नसों में तनाव आ जाता है, रक्तचाप बढ़ जाता है, श्वसनक्रिया तेज हो जाती है, पाचनक्रिया बिगड़ जाती है, त्वचा में परिवर्तन होता है, मस्तिष्क की तरंगों में परिवर्तन होता है, ग्रंथियों के स्वाव में परिवर्तन दिखलाई पड़ता है आदि। Adrenal glands, Salivary glands, Tear glands, Sweat glands आदि में परिवर्तन जान पड़ता है। मांसपेशियों में बदलाव दिखता है, डर की स्थिति में कंपन होने लगता है। रक्त में रासायनिक परिवर्तन होते है, लाल और श्वेत रक्त कणों में परिवर्तन होता है। रक्तशर्करा का प्रमाण बढ़ जाता है एवं त्वचा की छोटी–छोटी रक्त नलिकाएं सिकुड़ जाती हैं।

वैज्ञानिक दृष्टिकोण से विश्लेषण करने पर यह ज्ञात होता है कि ध्वनि के विभिन्न स्तरों पर होने वाले कम्पनों द्वारा उत्पन्न तरंगों का प्रभाव, वातावरण के माध्यम से मानव मन तथा शरीर को लगातार प्रभावित करता रहता है। भारतीय शास्त्रीय संगीत में उत्पन्न स्वर पोषक एवं चिकित्सकीय गुणों का भंडार समेटे है। प्रत्येक राग अपने स्वभाव के अनुसार प्रत्येक मानवीय भावनाओं और उद्वेगों से हर्ष, क्रोध, प्रेम,

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

घृणा, आवेश, मानसिक शांति, समर्पण और विरह आदि को प्रभावित करता है। इनकी अद्भुत अनुभूति प्रदान करने और विचारों के प्रदर्शन की क्षमता रखने के कारण भारतीय शास्त्रीय संगीत के राग एक महत्त्वपूर्ण चिकित्सकीय शस्त्र माने जाते हैं।

संगीत यह भावनाओं की भाषा है और इसका मुख्य उद्देश्य भावनाओं का आविष्कार करना है। भावनाएं हैं, इसलिये जीवन व इसके अनुभवों को महत्व है। मन की आंदोलित स्थिति अर्थात् भावना, इससे मानसिक संतुलन परिवर्तित होता है, कभी मन में खलबली मचती है, हलचल होती है तथा कभी इसके विपरीत मन शांत होता है, आनंद प्राप्त होता है।

मानव को भावनाएं दो तरह से प्रभावित करती हैं,

१. मानसिक जिसमें प्रेम, आनंद, क्रोध, ग्लानि, द्वेष, अहं आदि रखे जा सकते हैं।

२. शारीरिक जिसके अंतर्गत रक्तचाप में परिवर्तन, साँस में परिवर्तन, गला सूखना, पाचन शक्ति में परिवर्तन, शरीर में कंपन, पसीना आना, शरीर के तापमान में परिवर्तन हृदयगति अनियंत्रित होना आदि होता है।

मानस शास्त्र में भावनाओं की 'अभिव्यक्ति को आवेग' कहा जाता है, परंतु संगीत में उसे 'कला' कहा जाता है। जहाँ व्यक्ति शब्दों के माध्यम से खुल (स्वयं को व्यक्त नहीं कर पाता) नहीं पाता, वहां पर कला प्रगट होती है। 'Mind and Music' के ग्रंथकार लिखते है कि "संगीत मानव के स्वभाव का एक पाया है और उसका आविष्कार केवल शब्दों से करना असंभव है।"

जब शब्द और स्वर सामूहिक रूप में आते है, तब भावनाएं संगीत के माध्यम से उत्पन्न होती हैं। मानसिक दृष्टि से संगीत मनुष्य की उन्नति में सकारात्मक साधन है। निरोगी और सुसंस्कृत मन तैयार करने के लिये संगीत विशेष रूप से उपयोगी होता है। मनोव्यापार [illegible] धर्म भी आधारित होता है। कलाकार की कलाकृति जैसे मनोनिर्देशक होती है, उसी प्रकार कलाकृति ही श्रोताओं के मन को आकर्षित करने का कार्य भी करती है। हम कह सकते हैं कि संगीत यह पूर्णत: मानवीय भावनाओं एवं संवेदनाओं को स्वरों द्वारा अभिव्यक्त तथा नियंत्रित करने की सफल एवं प्रभावशाली, अन्तर्वैयक्तिक प्रक्रिया की अविरल धारा है।

सांगीतिक भाव के प्रति जिज्ञासा ने मानव को शोध करने के लिए प्रवृत्त किया। फलस्वरुप मूर्त रूप समक्ष आया, उसका संगीत से परिचय हुआ और आगे चल कर मानव की प्रत्येक संवेदनाओं को व्यक्त करने के लिये शुद्ध स्वरुप के रूप में विभिन्न रागों की रचना हुई, जिसके द्वारा उपयुक्त समय पर उन मनोभावों का समूचा प्रयोग करने पर उसके विभिन्न समय पर प्रभाव ज्ञात हुए और क्रमश: विकास होता गया। समय के साथ चिकित्सकीय प्रभाव भी परिलक्षित हुआ, अंतत: हम संगीत चिकित्सा से परिचित हो पाए। वैज्ञानिक शोध द्वारा हम आज कह सकते हैं कि संगीत चिकित्सा यह प्रमाणों पर आधारित वैज्ञानिक पद्धति है। संगीत के हस्तक्षेप द्वारा व्यक्तिगत लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए प्रमाणित चिकित्सा व्यवसाय से संलग्न चिकित्सकों द्वारा सफलता पूर्वक उपयोग में लाई जाने वाली पद्धति है। मानव की कोमल भावनाओं को स्वर लहरियों की तरंगों से झंकृत कर जीवन को सरस बनाने में संगीत का महत्वपूर्ण योगदान है। संगीत में आनंद प्रदान करने की चमत्कारिक ऊर्जा, शक्ति श्रोता एवं प्रस्तुतकर्ता, दोनों को सांसारिक बंधनों से मुक्त कर आध्यात्मिकता के मार्ग पर अग्रसर कर आत्मीय शांति प्रदान करता है। "इसी प्रकार मन और मस्तिष्क पर चेतन, अचेतन तथा अवचेतन का प्रभाव पड़ता रहता है, जिसमें भी अवचेतन मन की भूमिका सर्वाधिक महत्वपूर्ण है। यह हमारे सारे क्रियाकलापों को संचालित करते रहते हैं। भावनाओं का असंतुलन ही मानसिक विकार का कारण होता है। संगीत भावना प्रधान होने के कारण सहज ही अवचेतन पर अपना आधिपत्य स्थापित [illegible] मानव को सहज एवं

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

ऊर्ध्वोन्मुखी बनाने की क्षमता रखता है। मानसिक अस्वस्थता की स्थिति में संगीत सुन कर या संगीत सीख कर लाभ उठाया जा सकता है। वैज्ञानिक दृष्टिकोण से इस ओर लक्ष्य करने पर ज्ञात होता है कि स्वस्थ जीवन के लिये यह अत्यंत महत्वपूर्ण और लाभदायक सिद्ध हो सकता है।''

संगीत का बाह्य तथा आंतरिक प्रभाव :–

मानव यह सृष्टि का ईश्वरनिर्मित सर्वश्रेष्ठ प्राणी है। संवेदनशीलता तथा विचारशीलता, उसका जातीय गुणधर्म है। ब्रम्हाण्ड में उपस्थित समस्त ध्वनियों ने मानव मन की भावनाओं को अपने संवेदनशील परिणाम से किसी न किसी रुप में उत्तेजित एवं प्रभावित किया है, जिस पर मन ने प्रतिक्रिया भी व्यक्त की है, जो कि प्राकृतिक एवं स्वाभाविक भी है। भावनारहित जीवन नीरस सा प्रतीत होता है। भावनाओं द्वारा ही संगीत में रसोत्पत्ति होती है, जीवन में रंग भरे जाते हैं।

संगीत कभी तो हमें रोमांचित करता है और कभी भावुकता से सराबोर कर देता है। अर्थात् संगीत जीवन के विभिन्न रसों द्वारा हमेशा ही व्यक्तिगत एवं सामूहिक मनोवैज्ञानिक प्रक्रिया के रूप में प्रभावित करता रहता है। बहुधा इसके प्रभाव से हमारे दुखद भाव, तनाव आदि की स्मृति कहीं विलीन हो जाती है, कभी भावावेश में हमारे छिपे हुए विकार आसुंओं के रुप में बह जाते हैं, कुल मिलाकर यह कहा जा सकता है कि मानव की भावनाओं, संवेदनाओं का संगीत के साथ कहीं न कहीं, कुछ न कुछ ताल–मेल अवश्य है।

संवेदना की अनुभूति यह मानव जीवन का महत्वपूर्ण अनुभव है, बाह्य जगत की पाँच प्रकार की (दृश्य, श्रवण, गंध, स्वाद, स्पर्श) संवेदनाओं की अनुभूति के लिये प्राकृतिक रुप से आंख, कान, नाक, जीभ, त्वचा, आदि ज्ञानेंद्रियों के साथ ही स्नायुओं का प्रावधान प्रकृति ने प्रदान किया है। इनसे वेदना, गति, [illegible] के आपसी संबंध, उनका [illegible] संवेदना होती है। प्रारंभ से ही संगीत हमारी भावनाओं को, अपने संवेदनशील स्वर के द्वारा प्रभावित करता रहा है, जिसका उपयोग उपचार पद्धति में हम सदियों से करते आ रहे हैं। सुर, नाद, और लय का समन्वय हमारी जीवन शैली का अभिन्न अंग रहा है। परंपरागत रुप से भारतीय शास्त्रीय संगीत यह स्वरसहिता (Melody) पर आधारित है और पाश्चात्य संगीत स्वरसंवाद (Harmony) पर। जबकि आधुनिक भारतीय संगीत में दोनों का समावेश है। वर्तमानकालीन सुगम संगीत हो या युवावर्ग में प्रचलित कोलाहल युक्त पॉप संगीत हो, संगीत हमारी रग–रग में रचा बसा है।

इसी प्रकार हम संगीत के आंतरिक प्रभावों को भी अनदेखा नहीं कर सकते है। मनुष्य में उपस्थित समस्त तत्वों को, अनगिनत कोशिकाओं तथा नाड़ी तंत्रों को तरंगीय अनुभूति और गति देने में, चिंतन एवं विचारधारा में तारतम्य लाने में संगीत महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। संगीत मानस पटल पर एक उद्दीपक का कार्य करता है। वह समस्त अंग, कारकों एवं प्रवृत्तियों को संतोष प्रदान कर भावनाओं को सकारात्मकता की ओर आकर्षित करने की क्षमता से परिपूर्ण है।

इसी विषय में डॉ. सौ. अर्चना अंभोरे ने भावनाओं का आंतरिक एवं बाह्य स्वास्थ पर पड़ने वाले प्रभाव को निम्नलिखित रूप से वर्णित किया है –

Effects of the Emotions on the health. भावनाओं का स्वास्थ पर पड़ने वाला प्रभाव के अंतर्गत कहा है कि 'संगीत यह मानव जाति का सबसे प्राचीन मनोरंजन का स्वरूप है। संगीत यह बुनियादी रूप में मनुष्य अपनी भावनाएं अपने वातावरण तथा अपने साथियों में व्यक्त करता है। संगीत की पसंद तथा नापसंद यह मानव की शारीरिक कंपन पर निर्भर होती है।

सांगीतिक समझ के साथ संगीत सुनना [illegible] कलाकार या संगीत के जानकार हो कर सकते है। भारतीय शास्त्रीय संगीत से लेकर अन्य किसी भी प्रकार के संगीत का प्रभाव व्यक्ति के अवचेतन मन तक पहुंचता है और मन को [illegible] अमृत तत्व की छुअन महसूस होती है। संगीत परब्रम्ह है ऐसा कहा

Coordinator
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

जाता है। बडे दिग्गज कहते पाये जाते है कि जब डमरू है तब यह अविनाशी है और जो अविनाशी है, वह सतत प्रवाहमान है। अविनाशी सुरों की कल्पना ही कितनी सुंदर है, मधुर है, ऐसा स्वर जो नित बजता रहता है और मन के तारों को झंकृत करने की शक्ति रखता हो। मन और संगीत का अटूट बंधन है। मन के भीतर प्रिरिकॉर्डेड है जैसे संगीत के सुर और मन के विभिन्न तहों के बीच लुकाछुपी का खेल वर्षों से चला आ रहा हो। सुर मन के भीतरी तहों तक जाते हैं वहां आनंद फैलाते हैं और अपनी प्रतिकृति वहां छोड वापस आ जाते हैं और फिर नई धुन नए सुर वहां पहुंच जाते हैं और मन को आनंदित और द्विगुणित करते हैं। यह आनंद उस अविनाशी का प्रदान किया है, जिसने मन भी दिया है। संगीत मधुरता का परिचायक है पर साथ ही मन का एक ऐसा साथी है, जो हरदम साथ निभाने के लिए ललायित रहता है। संगीत मन की अवस्था के अनुरूप अपने आप को ढालने की क्षमता रखता है। इस कारण संगीत सभी परिस्थितियों और घटनाओं के अनुरूप अपने आप को ढाल लेता है। संगीत मन की अवस्थाओं और स्थिति को समझता है और सुरों को उसी अनुसार चुनने और गुनने का कार्य करता है, जिसका सीधा असर मन पर पड़ता है। संगीत की किसी भी विधा को लेकर तुलना करना ठीक नही। संगीत संगीत होता है, संगीत एक है, सुर एक है यह हमारे दिमाग की उपज है कई बार कोई लोकसंगीत ही हमारे दिल को छू जाता है तो कई बार कोई फिल्मी गीत या भजन। परंतु सभी में संगीत है और यह संगीत की विशेषता है कि वह सभी को भीतर तक भिगो देने की क्षमता रखता है।

निष्कर्ष :

संगीत यह आत्मा की भाषा होती है। जो अच्छे संगीत का परिचायक होती है। संगीत की स्वर यात्रा से मन की शांति का अनुभव होता है। लौकिक हो या अलौकिक दोनों जगत संगीत के सूत्र से एक हो जाता है। संगीत के स्वरों के माध्यम से मन प्राण चेतना, और मानस से अमृत रस निर्झर बहने लगता है। मन की सारी चिंताएँ और चंचलताएँ कुछ पलों के लिए ही सही किंतु ठहर जाती हैं। ऐसा ईश्वरीय वरदान प्राप्त संगीत कला ऐसी साधना है जो साधक को अपने साध्य से मिलाने का अभुतपूर्व कार्य करती है। प्रकृति के हर आकृति के साथ संगीत का रिश्ता जुडा हुआ है। संगीत की अंतरंगता भुला देने से ही तनावों में वृद्धि हुई है। वर्तमान में मानव गर संगीत और कला से जुडे तो वह तन से स्वस्थ, मन से प्रसन्न और आत्मा से आनंदित जीवन जगता है।

संदर्भ :–

१. भारतीय संगीत एवं मनोविज्ञान : डॉ. वसुधा कुलकर्णी
२. संगीत एवं मनोविज्ञान : डॉ. किरन तिवारी
३. www.thehealthsite.com

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

(SJIF) Impact Factor-7.675 ISSN-2278-9308

B.Aadhar

Peer-Reviewed Indexed

Multidisciplinary International Research Journal

June -2020

ISSUE No - CCXXXIIII (234)

'Current Issues Being Discussed in Humanities'

Chief Editor
Prof. Virag S. Gawande
Director
Aadhar Social
Research & Development
Training Institute Amravati

Editor:
Dr. Uttam B. Parekar
Principal
Shri Saibab atLokPrabodhan Arts College,
Wadner Dist.Vardha (M.S.)

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

The Journal is indexed in:

Scientific Journal Impact Factor (SJIF)

Cosmos Impact Factor (CIF)

International Impact Factor Services (IIFS)

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

INDEX

No.	Title of the Paper — Authors' Name	Page No.
1	English Language Teaching: A Historical Perspective, Present Problems and Remedies — Dr. Uttam.B. Parekar	1
2	Current Issue Being Discussed In Humanities — Dr. Vaishali Pradhan	7
3	Effect of Corona Virus Pandemic on Indian Economy — Engr. Siddharth M. Deshmukh	10
4	Covid - 19 Attack Reopens The Discourse On Women's Subjugation: A Review — Rohini k Potti	18
5	Plagiarism: A Bug To Educational Field — Dr. Sarika Choudhari	23
6	Awareness of First Aid in Sports Activity — Dr.Naresh A. Bhoyar	28
7	Emerging Trends In Literature And Language — Anand T Chahande	30
8	Effect of Coronavirus Pandemic on Indian Economy — Dr. Sunil S. Bidwaik	33
9	Classroom Discourse and Gender Identity – A Case Study — Milind Mane /Amol Padwad	38
10	The importance of Yoga in the contemporary Era. — Rajendra Sheshrao Deshmukh	43
11	COVID-19 & Economic Slowdown in India — Prof. Gopal Eknath Ghumatkar /Prof. Pratiksha Narayan Tikar	45
12	Themes in The Bluest Eye by Toni Morrison — Dr.Hemant Sudhakar Dalal	47
13	Effect Of Corona Virus Pandemic On Indian Economy — Dr D.S.Shambharkar	50
14	The Awareness Of First Aid — Dr. Ranjana A. Shringarpure	55
15	Apartheid Perspective in the Writings of Andre Brink — Nitesh Nilkanthrao Telhande	58
16	Library Knowledge Through Technological Innovations In Digital Age — Dr. Sarika G. Choudhari	65
17	Need of Self-employment in Present Time — Sunil M. Kawade	69
18	Identity Crisis And Poverty In English Literature — Dr.Hitendra B. Dhote	72
19	Delnet: Developing Library Network — Dr. Rajendra A. Pahade	76

Officiating Principal
Smt. Rewaben Mahonadbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

B.Aadhar International Peer-Reviewed Indexed Research Journal

ISSN : 2278-9308

Impact Factor - ((SJIF) -7.675

June 2020

Issue No, 234

The Awareness Of First Aid

Dr. Ranjana A. Shringarpure

Smt. Rewaben Manoharbhai Patel Mahila Kala Mahavidyalaya, Bhandara-441904 (M.S)

Awareness is the ability to directly know and perceive to feel or to be cognizant of events. It is state of being conscious of something it is a state where in a subject is aware of some information when that information is directly available to bring to bear in the direction of a wide range of behavior actions. 1) Awareness are also associated with the states of experience so that the structure represented in awareness is mirrored in the structure of experience. The concept is often synonymous to consciousness and is also understood as being consciousness.

Awareness is also associated with consciousness in the case this concept denotes a fundamental experience such as feeling or intuition that accompanies the experience of phenomena. 2) Awareness is a relative concept it may be focused on an internal state. Such as visceral feeling or an external events by way of sensory perception. Awareness is commonly used in reference to public knowledge or understanding of social or political issues. It is synonymous with public involvement and advocacy in support of a certain cause or movement. 3) Awareness is the spiritual sense is hard to describe by the intellect.

Awareness is a social activity in that we take cues from around us which can influence our awareness and lead to a greater shared awareness. Awareness as feature of practical action which is systematically accomplished within developing course of everyday activities. The Purpose of awareness offers more than just hope through. It can to lead to action. To be effective in our efforts. We need to make sure we helps others translate that awareness into actionable items. This can be through helping to change behavior or acting upon beliefs.

Awareness of people's differences from you as well as your own unique characteristics, strength and weakness allows you to be more open minded and lets judgmental. By being aware of others and your own strengths and weakness, you can build confidence and realized that your differences.

FIRST AID

Introduction:

First aid is the provision of initial immediate and in the spot treatment to victim of an accident or sudden illness. It is usually preformed by a non expert person to a sick or injured person until to take care of medical treatment for medical personnel 4) First aid has been practiced since ancient period (1823-1908) by German surgeon general Esmarch, but in 1877, st. John ambulance association of England after great apostle of St. John the utility of first aid, universal need has been increased in modern mechanical civilization.

First aid is the initial help provided to a victim of an injury of sudden illness. First aid usually includes simple procedures carried out by a member of the public with basic awareness. The Procedures work primarily as a stop gap until the time professional medical

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

personnel arrive and start treatment of affected individual. The first aid steps are guided by the Three P S Which are 5) Preservation of life. 6) Providing injury aggravation.7) Promoting Recovery. It is designed to reduce the initial distress caused by traumatic wants and preserve the life for further treatment to faster short and long term adaptive functioning.

World FIRST AID DAY is celebrated on the second Saturday of the month of September to spread awareness about the practice and importance of First Aid

First Aid is a measure to save the life of the person. Every individual should train with potentially life saving techniques and to perform with minimal equipment because in india increasing numbers of accidental emergencies in the society, increase the ned for first aid management and preventive services. Each and every one must know the first aid measures because it have fulfill the goals of health and also hope the people.

First aid training is very important for everybody. By learning first aid a person can provide the necessary care while waiting for the ambulance to arrive first aider must have the qualities to provide First Aid in emergency situation such as, they should have ability to gain central and apply rational thinking to a situation. First aid skills improving through knowledge training and experience for first cure health. They Should Follow rule and regulation, principle and priciest of first aid. They have to keep the mind to a avoid the harm of the patient.

Golden rules of First Aid such as to provide care very calm and in quick manner, care should be provided patiently practically to find out major injuries and wounds are treat them suitably. The significance of training health care professionals in first aid and basic life support is now acknowledged worldwide.

First aid is the first and immediate assistance given to any person suffering from either a miner or serious issues or injury with care provided to preserve life. 7) First aid is emerging care given immediately to an injured person. The Purpose of first aid is to minimize injury and future disability. In serious cases first aid may be necessary to kept the victim alive. 8) First aid is the irivitial assistance given to a victim of injury or illeseness Basic fundamental aid knowledge is comprised of relatively simple techniques and procedure that can be performed with limited equipment and is typically carried out until professional medical assistance arrives.

9) First aid is a simple step that done outside the hospital setting to save someone's life or prevent condition from worsening until arrival of health care providers. First aid is the treatment for the purpose of preserving life and minimizing the consequences of injury and illness until getting help from medical practitioners.

First aid is the provision of initial immediate and on the spot treatment to victim of an accident or sudden illness. It is usually performed by a non- expert person to a sick or injured person. until to take care of medical treatment for medical personnel. First aid is the immediate treatment given to a patient for an injury or an illness before the arrival of someone medically trained e.g. A doctor, Emergency Services.

First aid knowledge is immovable for sloth you as the individual and for your community it enables you to assist person who become injured in the event of an accident or emergency situation unable help arrives. First aid skills can be applied in the home. The workplace or in public locations. therefore the more first aid certified people there are in a

BHANDARA
Officiating Principal
Smt. Rewaben Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.
Scanned with CamScanner

community the Sager that community becomes. The main aims of learning first aid is preserve life prevent further harm promote recovery. Every individual should train with potentially life saving techniques and to perform with minimum equipment. Each of every one must know the first aid measures because it have fulfill the goals of health and also help the people first aid is an important part of everyday life at home, work on at play. Everyone should learn first aid and be willing to administer basic care until emergency assistance arrives. Not every incident requiring first aid is a life and death liquation.

Basic Principles Of First Aid:

Safe response to emergencies for the benefit of casualties by standers and reserves securing the emergency slate to reduce further harm to the casualty. Taking immediate action is the essential principles in first aid. If person is sick or injured then they need hest and they need it immediately. Permit attend first aid gives the causality a much hater chance of good recovery. Careful and deliberate. Action immediately without too much delay is most beneficial to the causality. Basic Principles of first aid include.

- Safe response to emergencies for the benefit of casualties, by standers and rescuers.
- Securely the emergency sate to reduce further harm to the casualty.
- Using appropriate first aid procedures & techniques.
- Safely moving the casualty minimizing pain and helping stabilize the condition.
- Providing reassurance and guidance to casualty.
- Communication as with by standers and emergency services personnel.
- Acting in accord as with first aid protocol and workplace guidelines

First Aider:

Is based and knowledge of first aid training of first aid and experience to be applied in the suitable situation for accident or emergency situation . First aiders must have the qualities to provide first aid in emergency situation such as they should have ability to gain control and apply rational thinking to a situation. they should be a good observer able to act quickly depends upon the situation. They should not get fear anxiety or excitement. they should have ability to lead & control the crowd they should have self confidence and ability to judge injuries. First aider has various responsibilities when dealing with an emergency situation.

Refrence:

1) En.m Wikipedia.org
2) En.m Wikipedia.org
3) Https://www.one with now.com
4) Https://www.one with now.com
5) https://en.m.wikipedia.org
6) Https://www.ccolls.com
7) Hpps://en.m.Wikipedia.org

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Impact Factor-7.675 (SJIF)

ISSN-2278-9308

B.Aadhar

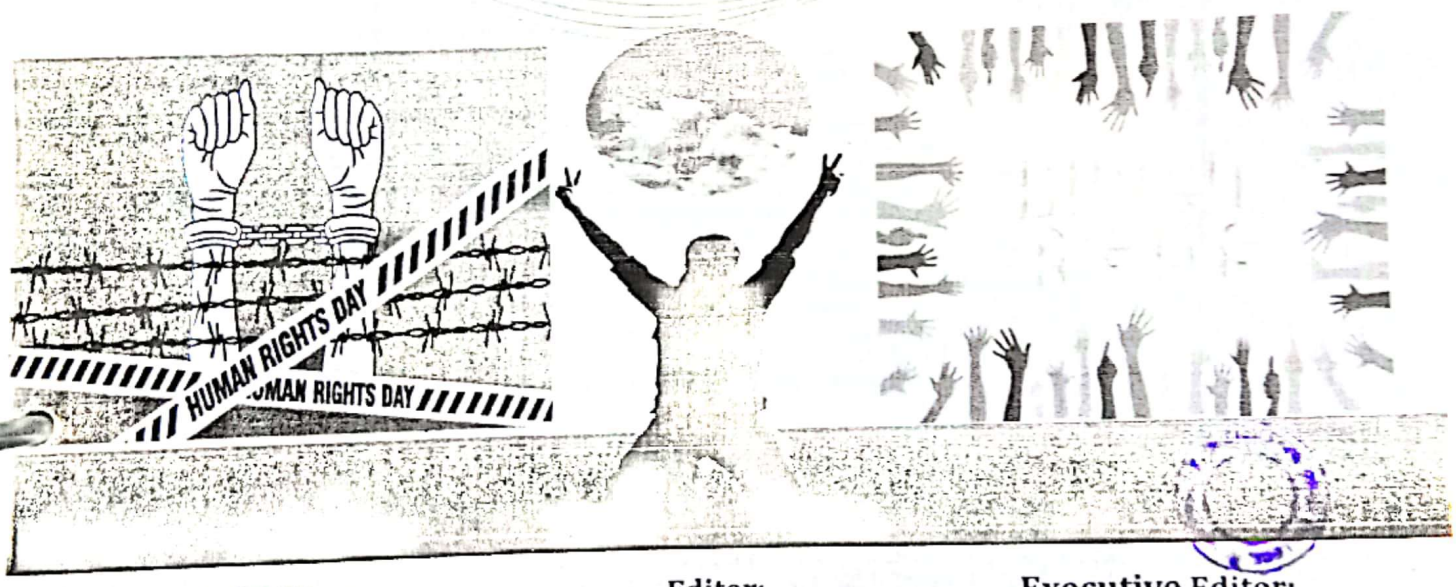
Peer-Reviewed & Refreed Indexed

Multidisciplinary International Research Journal

Human Rights : Reality & Challanges

SPECIAL ISSUE

December-2020



Chief Editor
Prof. Virag S. Gawande
Director
Aadhar Social
Research & Development
Training Institute Amravati

Editor:
Dr. Sandip B. Kale
Coordinator
HOD. Dept. Of Political Science
Yeshwant Mahavidyalaya Seloo
Dist. Wardha

Executive Editor:
Dr. Archana S. Dahane
Officiating Principal
Yeshwant Mahavidyalaya Seloo
Dist. Wardha

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara.

This Journal is Indexed in :
Scientific Journal Impact Factor (SJIF)
Cosmos Impact Factor (CIF)
International Impact Factor Services (IIFS)

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara.

For Details Visit To : www.aadharsocial.com

Aadhar PUBLICATIONS

43	The women's nude Pandit Manoranjan Sitaram	164
44	The role of globalization in women's development and empowerment Pandit Manoranjan Sitaram	166
45	Right To Education And Human Rights Prof.Ganesh B.Kadam	169
46	The Human Right The Highest Attainable Standard Of Health Prof. Parag Ramade	174
47	Understanding Human Right Issues in the Context of Person With Mental Illness Prof. Dr. Siddharth K. Gangale	178
48	Role of NGO and Human Rights Prof. Dr. Ranjana Shringarpure	183
49	Develop Highway Leadership Points to Succeed Prof. Vinay Devidas Kawade	187
50	Analysis Of Human Rights And Dalit A Post Independence Scenario Pramod J. Hiremath	191
51	Healthy Environment and Fundamental Human Rights: A Review Dr. V. G. Thakre	195
52	Right To Education And Human Rights In India Dr.Bharti Sawalia	199
53	Status of Human Rights in India and Need of Human Rights Education Dr. Prof. Prathibha Tauri	203
54	Child Labour & Human Rights Dr.Smrita R. Vishwakarma	207
55	Women & Human Rights Dr. Vilas Aghav	210
56	Human Rights Challenges During COVID-19 Pandemic Dr. Ramesh G. Sarvalkar	212
57	Human Rights in the Constitution of India Dr. A. D. Jadhao	216
58	Child Labour In India: Violation Of Fundamental Human Rights Dr. Sanjay V. Kudale / Dr. Sanjay R. Choudhari	220
59	Right To Health: Developing Physical And Mental Health Dr. Sanjay R. Choudhari	227
60	Right To Play Dr. Shirish V. Tojare	232
61	Honor Killings in India: Violation of Women's Human Rights Dr. Manisha S. Araj	235
62	A study on status of Child Labour in Textile Industries in Surat District Ravindra T Borkar & . Pramod Nandardhane	239
63	Transgender: Fight for Human Rights Rina Joshi / Dr.Akhilesh Peshwe	246
64	The Veil, The Subjugation, The Muted Gender: IsmatChughtai as an empowered voice of Female Rights Ms. Swati Mishra	250

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

B.Aadhar International Peer-Reviewed Indexed Research Journal | ISSN : 2278-9308
Impact Factor - ((SJIF) -7.675, Issue NO, 256 | December,2020

Role of NGO and Human Rights

Prof. Dr. Ranjana Shringarpure
Dept. Of Political Science Smt. Rewaben Manoharbhai Patel Mahila Kala Mahavidyalaya, Bhandara

What is an NGO – Organization which are independent of government involvement are known as non government organization. A nongovernmental organization NGO is a non profit group that functions independently of any government. NGO's sometimes called civil societies are organized on community, national, International levels to serve a social or political goal such as humanitarian causes or the environment. Though the voluntary associations of citizens have been plentiful throughout history, the NGO's seen on the international stage today have mostly formed within the past two centuries. One of the first such organizations the International committee of Red Cross was formed in 1863.

The Phrase non governmental organization came into use with establishment of the United Nations in 1945 with provisions in Article 71 of Chapter 10 of the united Nations character for a consultative role for organizations that neither are governments nor member states. NGOs have no fixed or formal definition they are generally defined as nonprofit entities independent of governmental influence. NGO are the subgroup of organization founded by citizens which includes clubs and association that provide services to their members and others. NGO's are nonprofit organization independent of state and international government organization are usually founded by donations and may rely heavily on volunteers for their operation. Highly divers, NGO are engage in a wide range of activities and take different forms globally. NGO's exist for variety of purposes usually to further the political or social goals of their members. Examples include improving the state of the natural environment encouraging the observance of human rights, improving the welfare of the disadvantage or representating a corporate agenda. However there are huge members of such organizations and there goals cover a broad range of political and philosophical position.

At the UN, virtually all types of private bodies can be recognized as NGO's They only have to be independent from government control, not seeking to challenge governments either as a political party or by a narrow focus on Human Rights, non profit making and non criminal. NGO's enable citizens to work together voluntarily to promote social values and civic goals, which are important to them. They promote local initiative and problem solving. Although NGOs themselves are not new their activities were largely invisible in International development discourses until the middle of the 1980's. At this level they were discovered and courted by two interests different groups. First one those who disillusioned with the lack of results obtained from mainstream development organization and projects around the developing world. Second were the ascendant neoliberals, who began celebrating NGO's as private, non state actors that could play useful rules within the privatization agendas that were now being rolled out around the world.

The term as non governmental or non profit is normally used to cover the range of organization which go to make up civil society, such organization are characterized in general by having as the purpose of their existence something other than financial profit. However this leaves a huge multitude of reasons for existence and a wide variety of enterprises and activities. NGO play a crucial role in fighting individual violations of human rights either directly or by supporting particular test cases through relevant courts] promoting knowledge of and respects for human rights among the populations and helping to develop the substance of those laws. NGO's are in a very direct sense tools that are available to be used by individuals and group throughout the world. They are managed and coordinated as many organization are by private individuals, but they also draw a large part of their

Coordinator
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

ISSN : 2278-93
December

strength from other members of the community offering voluntary support to their cause. NGOs may attempt to engage in the protection of Human Rights at various different stages or levels and the strategies they employ will vary according to the nature of their objectives their generality, their long or short term nature, their local, regional national or International scope and so on.

NGO activities include but are not limited to environmental, social, advocacy and human rights work. They can work to promote social or political change on a broad scale. NGO play a critical part in developing society, improving communities and promoting citizens participation. The overall analysis of the study several that NGO's are very prominent in effective implementation of government programmes towards sustainable rural development, energy environment and waste, moral upbringing. NGO's enable citizens to work together voluntarily to promote social values and civic goals which are important to them. NGO's have a clear link to guiding purpose the greater good. They actually take up the responsibility of fulfilling moral and social needs that ought to be taken by the government.

Role of NGO's in Development

- NGO's have played an immense role in bringing social change and development.
- They play an important role in educating and motivating people to fight for their right.
- They play an vital role in Environmental awareness. Human is facing a threat due to environment pollution and depletion of natural resources
- The Contribution of NGO's to human rights and public awareness is significant in many nations. The recognition of the rights of homosexuals and transgender people etc.

NGO's play a vital role in our society. They look for the issues, problems, causes and help people in need, such as prevention of HIV/AIDS to educate to teach and train vulnerable group, child care, child exploitation bonded labor and providing counseling on no of matters including domestic disputes, subjects relating to rights of women and children and so on . They are support system of the people in need, you know team work yields a better results when compared to individual] so we can define NGO's as a team who to individual, so we can define NGO's as a team who will work on social evils. They mobilize public opinion, they contribute a lot to the society. Many NGO's around the world to dedicate their efforts to protecting human rights and ending human rights] citizenship and civil society ideas.

In the last one or two decades the role of NGO's have become proactive in the social sector development education, health etc. NGO's have played a crucial role in sending the school dropouts back to the school especially in rural areas thus upholding the right to education and also the h sector development programmes like eliminating TB, Malaria improving water and sanitizatior facilities by NGO's have met with huge success. The NGO play important role to become a concrete expression of local] regional, national, international level voice to assist and stand up for those who can't speak themselves.

In today's society NGO's play a significant role specially in picking up short falls in socia protection for citizens, typically picking up the government deflects in services and social protectio for citizens via the philanthropy of donors and the socially aware. IT is rewarding to able to contribut to society knowing that people working in the NGO sector have a common goal to educate and upli the members of their society and to invest in future generation.

Human Rights

Human Rights are basic rights and freedom for every person. Human rights are born wi certain inalienable fundamental rights. The right to equality and peaceful existence are basic a inseparable rights of human beings. The united nation convention was held on December 10 1948 formalize the universal declaration on human rights [UDHR], which identify the human rights fundamental to achievement of peace an progress. The declaration has been taken as a prima

SMT. R.M.PATEL MAHILA MAHAVIDYALAYA BHANDARA

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

Scanned with CamScanner

document to define the birth right of human being, to certain innate and inalienable rights. Since then 10th December is celebrated as a worlds Human right day.

Human Right as the right relating to the liberty, equality and dignity of individuals guaranteed by the constitution in international covenants and enforceable by the courts in India. Such organization are characterized in general, by having as the purpose of their existence something other than financial profit. Everyone has the right individually and in the association with the others, to promote and to strive for the protection and realization of human rights and fundamental freedoms at national and international levels. Human right group of organization is non governmental meaning that it is established by private initiative as free from governmental influence and does not perform public functions. Human rights organization has an aim that is not for profit and has a formal existence with the salute and a democratic and representative structure and does normally. A human Rights group is a non governmental organization which advocated for human rights through identification through violation, collecting incident data, ots analysis and publication, promotion of public awareness while conducting institutional advocacy and lobbying to halt this violations.

Many organization around the world dedicates their efforts to protecting human rights and ending human rights abuses, public support and condemnation of abuses is important to their success, as human right organization are most effective when their call for reform are back by strong public advocacy. NGO has played an important rolr in protection of human rights. The NGO help the victims of human rights by violation by providing them assistance and advice , the NGO has file cases, writ petitions and public interest litigation on behalf of victims and public at large for protection of Human rights. In every part of the Globe there are NGO's working every hours of the day to document the injustice heaped upon women, children and the underclass standings beneath the bottom rim of the societies. By their active campaigning, they remind governments to keep their promises in order to give practical shape to goals set by various national and international conventions on human rights.

In particular nongovernmental organization have play primary role in focusing the international community on human rights issues. NGO monitor the action of governments and pressure them to act according to human rights principles. The proliferation of NGOs is one of the striking futures of contemprory of international politics. While state remains the major protectors and abuses of human rights. NGO such as amnesty international have immersed as central players in the promotion of human rights around the world. As advocacy organization human right NGO's work with or against government in developing agendas for action. Through treaty negotiations with governments, they seek to establish international standards for state behavior. To mobilize public opinion, they investigate and report human rights and abuses and offer direct assistance to victims of those abuses. As their numbers increases so their range of activities continues to expand. Today's NGO's are increasingly involved in providing services, such as holding training programmes for upholding the rules of law and providing humanitarian assistance in disaster areas.

NGO's plays a crucial role in the preservation and promotion of human rights especially in the areas of developing countries where there is less knowledge of importance of human rights. NGO's practice in promoting public awareness while conducting institutional advocacy and lobbying to stop any kind of violation. It not only assist in developing society and improving communities but also work in the promotion of citizens participation. The 21st century will be an era of NGO. There are few things that NO's should always focus on while performing their responsibilities along with the practice of human rights.

Conclusion

The development of state institution to promote and protect human right is a critical safeguard to ensure that people can obtain recourses and redress in the face of injustice. IT is important for NGO's and maintain a high degree of transparency in not just their work but also their financials. NGO should keep their income and expenditure open to public scrutiny. Also the government must

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Manila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

realize that seamless sharing of ideas and resourced across national boundaries is essential to the functioning of global community

Reference

www.srn.com
www.where-ngo.org
www.humanrights.com
www.hrw.org
NGO's and human rights – M.L. Warasaiah

SMT. R.M.PATEL MAHILA MAHAVIDYALAYA BHANDARA

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

Impact Factor-7.675 (SJIF)

ISSN-2278-9308

B.Aadhar

Peer-Reviewed & Refreed Indexed

Multidisciplinary International Research Journal

December-2020

ISSUE No- (CCLXVI) 266







Chief Editor
Prof. Virag S. Gawande
Director
Aadhar Social
Research & Development
Training Institute Amravati

Editor:
Dr.Dinesh W.Nichit
Principal
Sant Gadge Maharaj
Art's Comm,Sci Collage,
Walgaon.Dist. Amravati.

Executive Editor:
Dr.Sanjay J. Kothari
Head, Deptt. of Economics.
G.S.Tompe Arts Comm,Sci Col
Chandur Bazar Dist. Amrava

This Journal is indexed in :
- Scientific Journal Impact Factor (SJIF)
- Cosmos Impact Factor (CIF)
- International Impact Factor Services (IIFS)

For Details Visit To : www.aadharsocial.com

Aadhar PUBLICATIONS

B.Aadhar
Coordinator

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

B.Aadhar' International Peer-Reviewed Indexed Research Journal

Impact Factor - ((SJIF) -7.675, Issue NO, 266 (CCLXVI)

ISSN : 2278-9308 December, 2020

20	Role of English in Modern Era **Dr. Ram P. Savanekar**	72
21	Health and Human Rights **Dr. Ranjana A. Shringarpure**	75
22	Covid 19 And Its Impact On Agriculture In India **Dr. Shashikant V. Adsod**	79
23	Food Management Problems and Satisfactions of Selected Middle Class Homemakers in Nagpur City **Dr. Shubhangi Kukekar**	84
24	Impact Of Coronavirus (Covid -19) On Indian Economy **Dr. Sou. Parvati Bhagwan Patil**	86
25	A Woman's Subjugation in Tendulkar's ' Silence! The Court is in Session' and Dattani's' Bravely Fought the Queen' **Assi. Prof. Sandeep B. Agrawal**	92
26	Pronunciation study of under graduate students **Dr. Amar L Powar**	95
27	Post-Colonial Approach In Raja Rao's Kanthapura **Dr. C. R. Chougule**	98
28	.Relationship between Population Density and Altitude, Tehsil wise analysis of Purna river Basin,Maharashtra **Anand Rameshrao Dhote**	100
29	The study of the contribution of films in the development of sports **Dr. G. Ramchandra Rao**	106
30	Psychological Capital among Youth **Mrs. Chitra Nimbalkar.**	112
31	Role of Bibliography in Research **Dr. Kavita M. Ingale**	118
32	The Performing Art and Social Media in India A Qualitative Study **Prof. Pravin R. Alshi.**	120
33	Study of Crop productivity in the command area of Bor Reservoir in Wardha District (2009-2018) **Dr. SadhanaS. Deshpande / Mr. Irfan I.Sheikh**	126

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

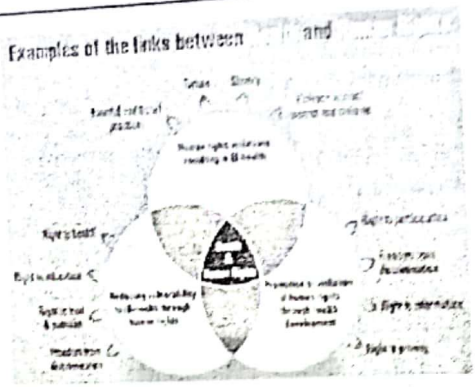
Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

B.Aadhar International Peer-Reviewed Indexed Research Journal
Impact Factor - ((SJIF) -7.675, Issue NO, 266 (CCLXVI)
ISSN : 2278-9308
December, 2020

Health and Human Rights

Dr. Ranjana A. Shringarpure
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel Mahila Kala Mahavidyalaya, Bhandara



As Human beings , our health and the health of those we care about is a matter of daily concern. Regardless of our age, gender, socio-economic background, we consider our health to be our most basic and essential asset. The right to health is a fundamental part of our human rights and of our understanding of a life in dignity. The immense value of health to human life has been universally acknowledged. As declared in 1948 inArticle 25 of universal declaration of Human rights. The Constitution of the World Health Organization which came into force on April 7, 1948 defined health 'as a state of complete physical, mental,social well being'.

The right to health for all people means that every one should have access to the health service need. When and where they need them, without suffering financial hardship. Everyone has the right to the highest attainable standards of physical and mental health. We must consider the impact of availability, acceptability, accessbility and quality of care in health outcomes, as well as asses the quality of health service for diverse population in the community.

The enjoyment of highest attainable standards of health is one of the fundamental right of every human bieng without distinction of race, religion, political belief, economics and social conditions. No one should get sick and die just because they are poor or because they cannot asses the health service they need. In many cases the right to health has been adopted into domestic law or constitutional law.

Today three type of definition of health seen to be possible and are used. The first is that health is the absence of any diseases or impairment. The second is that health is a state that allows the individual to adequately cope with all demands of life. The third definition states that the health is a state of balance an equilibrium that an individual has established within himself and between himself and his social and physical environment.

Types

Mental and Physical health are probably the two most frequently discussed types of health. Spiritual, Emotional and financial health also contribute to overall health. Medical experts have linked these to lower stress level and improved mental and physical wellbeing. People with better financial health may worry less about finances and have the means to buy fresh food more regularly. Those with good spiritual health may feel a sense of calm and purpose that fuels good mental health.

Mental health refers to a person emotional, social and psychological well being. Mental health is as important as physical health as part of a full active lifestyle. It is harder to define mental health than physical

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.
Scanned with CamScanner

health because many psychological diagnoses depends on an individuals perception of their experience. Good mental health is not only categorized by the absence of depression, anxiety or another disorder. It also depends on a person ability to

- Enjoy life
- Balance different elements of life such as family and finances
- Feel safe and secure
- Achieve their full potential.

Physical health

A person who has good physical health is likely to have bodily functions and processes working at their peak. This is not only due not only to an absence of disease. Regular exercise balanced nutrition and adequate rest all contribute to good health. People receive medical treatment to maintain the balance when necessary looking after physical health and well being also involves reducing the risk of an injury or health issue such as

Avoiding the use of tobacco, alcohol or illegal drugs

Practicing effective hygiene

Minimizing hazards in the workplace.

Physical and Mental health have strong connections. If a chronic illness affects a person ability to complete their regular tasks it may lead to depression and stress. These feelings could be due to financial problems or mobility issues. A mental illness such as depression can affect body weight and overall function. It is important to approach health as a whole rather than as a series of separate factors. All types of health are linked and people should aim for overall well being and balance as the keys to good health.

Good nutrition is an important part of leading a healthy life style, combined with physical activity. Your diet can help to reach and maintain a healthy weight, reduce your risk to chronic dieseases and promote your overall health, its only good health that can keep us freash, motivated and constantly going forward towards happiness and success. So ultimate our health is the centrew of lives.

I believe that health should be a human right because it provides quality of life, encourage equality, provide prevention and awareness and eliminate discrimination among people undoubtedly. Health provides quality of life and freedom for everyone. Health is a very vital component in childrens life as it provides proper growth and development to their mind and body.

Health is a universal desire of human being. No matter how healthy or powerfull one is health, after is the most precious things. The right to health does not meen the right to be healthy, nor does it mean that poor government must put in place expensive health service for which they have no resources. But it does require government and public authority to put in place policies and action plans which will lead to available and accessible health care for all in shortest possible time.

Human rights and Health

Health is a fundamental human rights indispensable for the exercise of other human rights. Every is entitled to the enjoyment of the highest attainable of the health conducive to living a life in dignity. The right to the enjoyment of the highest attainable standards of physical and mental health is not a new concept. Internationally it was first articulated in the 1946 constitution of the WHO, whose preamble defines ' Health is a state of complete, physical, mental, social, well being and not ,erely the absence of disease or infironity' the preamble further states tht the enjoyment of the highest attainable standards of health is one of the fundamental rights of every human being without distinction of race, religion, political belief, economic and social condition.

The right of health has been enshrined in numerous internal and regional human rights treaties as well as national constitutions all over the world. All countries which are preamble of the UN may become members of WHO by accepting its constitution. The Right to health is relevant to all states has ratified at least one International Human Rights treaty recognising the right to health.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara.
Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

The realization of the right to health may be pursued through numerous, complementary approaches such as the formulation of health policies or the implementation of health programmes development by the world H. O. WHO. Moreover the right to health includes certain components which are legally inforceble [ICESCR General Comments 14, the Right to Highest Attainable Standard of Health [Article 12]

In the Human rights discourse and practice the right to health has been and continues to be a contentious arena, primarily located within legal frameworks that focus on civil and political rights, the rights to health is more frequently being used to challenge abuses of healthy by invoking social and economic rights, even though this places the right to health on slippery terrain that is not as internationally accepted as civil and political rights.

In 1948 the UN general assembly adopted the Universal Declaration of Human Rights and fundamental freedom of all individuals which serve as ' The foundation of freedom, justice and peace in the world' Health is included in the right to an adequate standard of living. This was followed by national regional and international health related human right declaration.

Human right to health means that every one has the right to the highest attainable standard of physical and mental health which include asses to all medical services, sanitation, nutrious food, adequate housing, education and safe working condition, health related information and education and gender equality, clean environment.

Human right provide a unifying framework for global health governance expanding number of international organisation are now addressing human rights in a multisectoral array of global health, threats, reflecting the interconnection across health related human rights. The constitution of the world health organisation states that ' The enjoyment of the highest attainable standard of health is one of the fundamental rights of every human bieng.

WHO has served as primary specialised for health, many other international organisation have long had authority to develop independent, institutional policies and programmes to address health within their respective spheres of influence as seen in UN Childrens fund [UNICEF] work on child health, UN development Fund [UNDP] work on health in development and UN population fund [UNFPA] work on reproductive health. Such functional decentralization within the UN system has created 9 fragmented governance system for public health with international organisation.

WHO has made a commitment to main stream human rights into health are programmes and policies on national and regional levels by looking at underlying determinates of health as part of a comprehensive approach to health and human rights.

Human rights obligations are defined and guaranteed by internayional customary and International Human Rights treaties creating binding obligation on the states that have retified them to give effect to these right. The committee on ICESCR has underlined that states should at a minimum adopt a national strategy to ensure to all the enjoyment of the right to health, based on human right principles.

A human right based approach to health provides a set of clear principles for setting and evaluating healthy policy and service delivery, forgetting discriminary practices and unjust power relations that are the heart of inequitable health outcomes. In pursuing a rights based approach health policy, strategies and programmes should be designed explicity to improve the enjoyment of all people to the right of health with a focus on the furthest behind first.

So how might a human right approach to health to concieved? The most common conception of a rights approach would be one where the human rights framework is used to hold government accountable.

Conclusion

Human rights obligations are defined an gauranted by International customary law and international human rights treaties, creating binding obligations on the state that have retified them to give effect to tese rights. Where the development of WHO and UDHR gave birth to revolution in global governance for public health bindings the world together arround share rights base values the populist counter revolution threatens

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

to under decades progress and returns us to a far less healthy world. Reflecting on the progress of human rights at this critical time, there is a need for health professional associations to support the rights based public health work force necessary to realize the highest attainable standard of health.

References

https://www.hrw.org
https://www.who.int
https://www.onhr.org
https://www.ohchr.org
https://www.nesri.org
https://www.lifejournal.org
https://www.ncbi.nim.gov
https://www.wma.net
https://www.thelancet.com

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

Impact Factor-7.675 (SJIF) ISSN-2278-9308

B.Aadhar

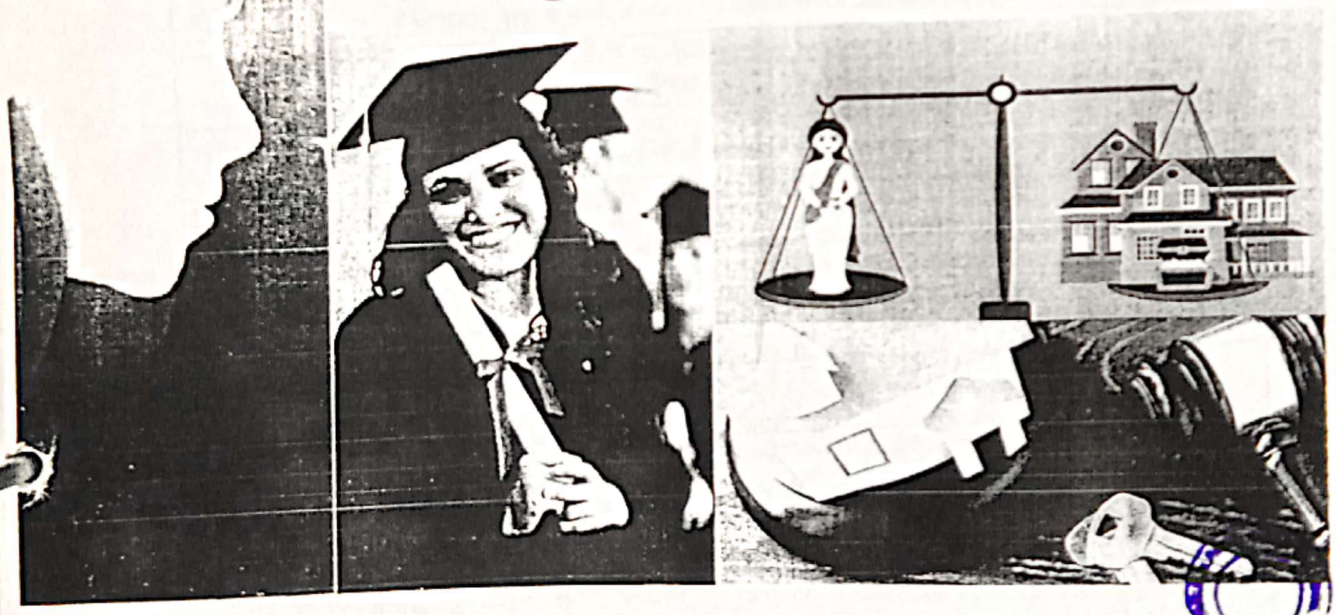
Peer-Reviewed & Refreed Indexed

Multidisciplinary International Research Journal

March -2021

ISSUE No- (CCLXXVI) 276 - D

Women's Rights : Status & Goal



Chief Editor
Prof. Virag S. Gawande
Director
Aadhar Social
Research & Development
Training Institute Amravati

Executive Editor:
Dr.Virendra K.Jumde
Principal
Dr.Haribhau Admane Arts &
Commerce College Saoner
Dist-Nagpur

Editor:
Dr.Archana D.Patil
Head, Dept. of Pol. Sci,
Dr.Haribhau Admane Arts &
Commerce College Saoner
Dist-Nagpur

This Journal is indexed in :
- Scientific Journal Impact Factor (SJIF)
- Cosmos Impact Factor (CIF)
- International Impact Factor Services (IIFS)

For Details Visit To : www.aadharsocial.com

Aadhar PUBLICATIONS

Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

B.Aadhar International Peer-Reviewed Indexed Research Journal
Impact Factor - ((SJIF) -7.675, Issue NO, 276 (CCLXXVI) D
ISSN : 2278-9308
March, 2021

INDEX

No.	Title of the Paper — Authors' Name	Page No.
1	Amendment to Section 6 of Hindu Succession Act,1956- a step towards women's economic empowerment — **Aejaz Shaikh**	1
2	Rights of Women Prisoners in India — **Dr Aparajita Dutta**	8
3	Empowerment Of Women Through Gender Equality — **Dr. Alka Bharatrao Deshmukh**	13
4	International Convention, Covenantsand Treaties on Human Rights of Women. — **Dr Vijay Nagnath Mhamane**	17
5	Violence againstWomen via Cyberspace — **Dr. Abhay Butle**	21
6	Women Entrepreneurship in India: Problems and Prospects — **Dr. Anil R. Bansod**	24
7	Use of Internet by Students of Sambhajirao Kendre Mahavidyalaya Jalkot : A Study — **Dr. Dagdu Tukaram Ghatkar**	29
8	Women's participation and status in Indian national politics. — **Dr. Kailash Vitthal Bisandre**	36
9	Status Of Scheduled Tribes Girl's Studing In Ashram School — **Dr. Manish P. Mude**	41
10	Role Of Women In The Beedi Industry — **Dr. Manoj H. Hole**	47
11	Women's Human Rights — **Dr. Satish R. Mahalle**	53
12	The Evil of Dowry System as Stigma to Indian Society: A Critical Glance — **Dr. Suwarna Sachin Mangrulkar**	57
13	lack of readers of Indian Constitution and women's rights — **Dr. Swati S. Shambharkar**	61
14	The Role of media in women empowerment — **Dr. Vijayata Vitankar**	65
15	Recent Trends in Women Entrepreneurship in India — **Dr. Vivek V. Nagbhidkar**	70
16	Women's Human Rights — **Dr. Vrushali Vishwasrao Patil**	74
17	The Role of Women in the Political Party of India — **Dr.Manik D. Savandkar**	78
18	Women's reservation and local self-government — **Dr.Omprakash D. Kashyap**	82
19	Contribution of ngo's in the development of women — **Dr.Ranjana A. Shringarpure**	88
20	Status of woman in the changing Era of Human civilization — **Dr.S.S.Sasane**	91

SMT. R.M.PATEL MAHILA MAHAVIDYALAYA BHANDARA

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

B.Aadhar International Peer-Reviewed Indexed Research Journal | ISSN : 2278-9308
Impact Factor - ((SJIF) -7.675, Issue NO, 276 (CCLXXVI) D | March, 2021

Contribution Of Ngo's In The Development Of Women

Dr.Ranjana A. Shringarpure
Hod Political Science
Smt.Rewaben M.Patel Mahila College ,Bhandara

What is an NGO Organization which are independent of government involvement are known as nongovernmental organization . A nongovernmental organization (NGO) is a nonprofit group that function independently of any government . The phrase nongovernmental organization come into use with establishment of United Nations in 1945 with provision in Article 71 of chapter 10 of the United Nations Charter 1 for a consultative role for organization that neither are governments nor member states. NGO are a subgroup of organization founded by citizens which includes clubs and association that provide services to their members and others . Such organization are characterized in general, by having as the purpose of their existence and a wide variety of enterprises and activities . NGO play a critical part in developing society , improving communities and promoting citizens participation . NGO with the support given by the government has been accelerating its development activities by taking up specific issues like poverty, alleviation, child rights, caste, stigma and .discriminations, women rights, child labor, rural development, water and sanitation, environment issue etc.

NGO's play a vital role in our society. They look for issues, problem, causes, and help people to resolve it . They are support system of the people in need, so we can define NGO's as a team who will work on social evils. Many NGO's around the world dedicate their efforts to protecting human rights and ending human right abuses. The NGO play important role to become a concrete expression of local, regional, national, international level voice to assist and stand up for those who can't speak themselves . NGO has played an important role in the protection of human being. NGO's have evolved emphasize humanitarian issues ,development aid, and sustainable development In the last few decades the role of NGO's have become proactive in the social sector, education, health, and development of women.

NGO's with the support given by the government has been accelerating its development activities by taking up specific issues like Poverty, alleviation, child right, women rights etc . IN the last two decades the participation of women in NGO's gave them an opportunity to foray into the social and political spheres which were not easily granted by the for profit and public sectors . These have brought important changes in the lives of women .

Contribution Of NGOs In The Development Of Women

Women development includes the lives of women in multiple levels ,family, community, market and the state .The question surrounding women development ,the condition and position of women have now become critical to human right based approaches to development. Women development can achieved through political power, education, employment, NGO .Among these, NGO dominate and fruitful

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,

Scanned with CamScanner

success of the women development needs to occur along multiple dimensions including economics, legal , political, psychological. Since these dimensions cover a broad range of factors women may be developed within one of these sub-domains . Development does not only mean economics development but also includes promoting social equality, gender equality, improving quality of life etc, It is not possible for government alone to effectively undertaking such complex development activities, so there is essentiality paved way for the emergence of civil society . NGOs being major arm of civil society thus have a crucial role in the country's development process . IN the last few decades the role of NGOs have become proactive in the social sector development education, health etc. Non Government Organization are playing imperative role in the empowerment of. women. They adopt multiple strategies to improve the condition of the women. NGOs are training women in various aspects to make them to come out of their inhibitions and to involve fruitful activity. NGO's are working with the institutions without analyzing their role in gender equality, If NGO's working in male dominant society don't take account of the decision making process and the times in male dominant society women are use as a source to collect the resources from NGO's by man to fulfill their own needs . NGOs have immense role in bringing about social change and development. Development as we have read earlier is a multi involves the aggressive participation of the people that would not be possible unless they are educated, awakened and motivated. The NGOs are active to promote education particularly among that section of population which has remained un benefited by the measures adopted by the government.

NGOs also play a significant and meaningful role towards promoting self employment of women. In developing countries NGOs are busy with programs like women development, care for children, fight against poverty .It is a general believe that NGOs are a backbone to support poor of the society, especially, women and marginalized people .Development of women programs subordinate the preference of women . NGOs encourage the programs which can be supported by the mainstream institutions and the traditions in the society. Mostly these preexisting norms in traditional societies abandon the priorities of women. Apparently NGOs are supposed to work independently then government policies to ensure women development and gender equality. There are few programs which have played a vital role in empowerment such as women in development has help women to deal with market affairs .Such programs change the role of women from food maker at a home to the food buyer for the family and give her power over decision making in investment project over the quite long span of time . But such type of programs is lacking behind due to fail to appreciate the complex social and economics relation of gender in society. Only empowering women economically without noticing their social position in society also cause problem for women .Therefore ,NGOs need to consider not only the problems of individuals but they also need to consider the larger picture of society too.

Women are the other vulnerable section of society. Gender discriminated in the upbringing pattern in the family . Retention of girls in school is much less as compared to boys. Women are forced to work as housewife and denied participation

SMT. R.M.PATEL MAHILA MAHAVIDYALAYA BHANDARA
Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.
Scanned with CamScanner

in gainful economics activities outside homes . NGOs also play a significant and meaningful role towards promoting self employment of women by the following waysTraining and Skill Development, Legal Awareness and Property Rights, Education the Rural Women, Promoting Rural Development, Representing the Rural Women

NGOs should increase working on women empowerment and decision making through different training. Training helps women to bring a remarkable change in a given time as an intervention on its own. Development of women through decision making has emerged as an important issue in recent times women have attained a great deal in the past few years but there are still areas of discrimination which exists. It is believed that providing programs from NGOs to women has a multiple effect for women development through decision making

Reference

www.socialworkfootprints .org
www.researchget.net
www.advancedjournal.com

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

Impact Factor-7.675 (SJIF) ISSN-2278-9308

B.Aadhar

Peer-Reviewed & Refreed Indexed

Multidisciplinary International Research Journal

January - 2021

ISSUE No - CCLXXIII (273) A

Directive Principles of State & Policy Making –Expectations & Reality



Chief Editor
Prof. Virag S. Gawande
Director
Aadhar Social
Research & Development
Training Institute Amravati

Executive Editor :
Dr D. R. Gawande
Principal,
Smt. Salunkabai Raut
Arts and Commerce College,
Wanoja District. Washim

Editor :
Dr.Mamta V.Pathrikar
Associate Professor ,
Smt. Salunkabai Raut
Arts and Commerce College,
Wanoja District. Washim

Coordinator. IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay
Bhandara

This Journal is indexed in :
- Scientific Journal Impact Factor (SJIF)
- Cosmos Impact Factor (CIF)
- International Impact Factor Services (IIFS)

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

	The Contribution of Savitribai Phule in Women's Education **Prof. Dr. Shirish S Nakhate**	
21	International Relations Terrorism: Causes For Terrorism **Prof. Sidharth A. Patil**	86
22	Uniform Civil Code: A Step Towards Balancing Between Equality And Religious Diversification **Miss. Yogita S. Hutke**	92
23	Contribution of Women In Sports **Dr. Sangita Mangesh Khadse**	98
24	A Comparative Study of Selected Health Related Physical Fitness of Middle- Aged Adults and Old Adults **Mr Sachin.I.patil Dr.Kishor P.Pathak**	100
25	Fundamental Rights And Duties Of Indian Citizen: Directive Principles Of State Policy **Dr. Ganesh Katakdeore**	104
26	Women Empowerment & Directive Principles Of State Policy **Dr. Ranjana Shringarpure**	110
25	Directive Principles of State Policy: Value & Importance **Dr.Shriram Yerankar**	114
26	लोककल्याणकारी राज्य की निर्म्ति में राजनिती के निर्देशक सिद्धांतों का महत्व **डॉ.विभा प्र.देशपांडे**	118
27	महिला सबलीकरण **गायकवाड निशा मच्छिंद्र**	121
28	नितीनिर्देशक सिध्दांतो का क्रियान्वयन एवमं वास्तविकता **प्रा. डॉ. विनोद जे. राठोड**	128
29	राजकीय क्षेत्र आणि महिला सबलीकरण **प्रा.डॉ. साधना देशमख**	132
30	राज्यनितीची मार्गदर्शक तत्वे आणि सामाजि न्याय–एक अभ्यास **प्रा.डॉ.इकबाल खान गफार खान**	135
31	महिला सशक्तिकरण में भारतीय संविधान का योगदान **प्रा.मनिषा मधुसुदन किर्तने**	139
32	कोवीड – १९ मध्ये जनसमुदायाचे आरोग्य **प्रा. दिपाली [illegible]खंबकराव देशमुख**	142
33	आंतरराष्ट्रीय संबंध – दहशतवाद **प्रा. पुंडे सोनाली सयाजी**	145
34	भारतीय लोकशाहीच्या विकासात नीतिनिर्देशक तत्त्वांची भूमिका **प्रा. डॉ. प्रविण ज. गुल्हाने**	149
35	कल्याणकारी राज्याच्या स्थापनेत राज्यनीतीच्या मार्गदर्शक तत्वांची भूमिका **डॉ.प्रा.प्रतिभा टावरी**	151
36	मार्गदर्शक तत्वे व सामाजिक न्याय **प्रा. डॉ. अलका काशिराव जाधव**	158
37	Directive Principles of State Policy and Constitutional Amendments **Dr. Vinod B. Khaire**	164
38	A Study on Issues and Challenges of Women Empowerment in India **Prof. Rahul G. Mahure.**	167

Scanned with CamScanner

B.Aadhar' International Peer-Reviewed Indexed Research Journal | ISSN : 2278-9308
Impact Factor - ((SJIF) -7.675, Issue NO, CCLXXIII (273)A | January, 2021

Women Empowerment & Directive Principles Of State Policy

Dr. Ranjana Shringarpure
Assistant Professor
Dept. of Political Science Smt. RewabenManoharbhai Patel Mahila Kala Mahavidyalaya,Bhandara

Women Empowerment is the most crucial point for the overall development of a country. Women Empowerment is the process that create power in women to live a happy and respectable life in a society. Women empowerment cannot be successful if the women in the lower rung of the society are not empowered. Women in India now participate in areas such as education, sports, politics,media art and culture, service sector, science and technology. But due to deep rooted patriarchal mentality in the Indian society, women are still victimized, humiliated, tortured and exploited, Even after almost seven decades of independence, women are still subjected to discrimination in the social, economic and educational field. India is positioned at the 32nd rank Among 146 countries across the globe on the basis of gender inequality index.

Women empowerment starts with the basic steps of granting women the right to live. Till today thousands of female babies are killed either in the basic steps of granting women the right to live. Till today thousands of female babies are killed either in the womb or right after their birth. To make sure women are empowered to live their lives freely, females infanticide and fortified were made punishable by law. In addition this women must be educated and given equal opportunities in professional and economics Empowerment- The word empower comes from the old French prefix 'en' meaning 'in,into' and the ability, strength, Might. Though the word empower has been used in the past in literary works, its modern usage dates from around 1980. Empowerment is a multi-dimensional process which should enable individuals or a group of individuals to realize their full identity and power in all sphere of life. Empowerment indicates the situation of authority or to be authorized or to be powerful. Empowerment is a process that gives a person freedom in decision making. The word was first used in the 17th century and has meaning like 'authorize', 'delegate', or enable. The term empowerment as a result is a complicated idea. Empowerment is the degree of autonomy and self-determination in people and in communities. This enables them to represents their interest in responsible and self-determine way, acting on their own authority. It is process of becoming stronger and more confident, especially in controlling once life and claiming once rights. Empowerment as actions refers both to the process of self-empowerment and to professional support of people, which enables them to overcome their sense of powerlessness and lack of influence, and to recognize and use their resources.

In Almost Every society and in every sphere of life women assume unequal position and status, does it is necessary to empower them by providing equal opportunities. The term empowerment is a multidimensional social process and it help people gain control over their own life. "Empowerment refers to increasing the spiritual, political, social or economic strength of individuals and communities.

Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

B.Aadhar' International Peer-Reviewed Indexed Research Journal | ISSN : 2278-9308
Impact Factor - ((SJIF) -7.675, Issue NO, CCLXXIII (273)A | January, 2021

Women Empowerment – In almost every society and in every sphere of life women assume unequal position and status, thus it is necessary to empower them by providing gain control over their own lives. Women Empowerment is basically giving power to women in space of society where they didn't have it. Women empowerment is realized to the concept of gender. Gender is the ensemble of the characteristics form by the society that construct the role for men, women and other gender.

Women Empowerment is made of two words women and empowerment. Empowerment means to give power or authority to someone. So women Empowerment means power in the hands of women. It signifies that women should be given equal opportunities in every field, irrespective of any discrimination. Women Empowerment is the process that creates power in women to live happy and respectable life in society. Women were empowered when they are able to success. Opportunities in variety of field such as in education, profession, lifestyle without any limitations and restrictions, it includes rising their status through education, awareness, literacy and training.

Our Society comprises men and women. In earlier times, men were considering to be leading member of family. They were responsible for earning the livelihood and their decisions takers of the family of the other hand women were responsible for doing household works. Out of the total populations 50% of the populations should consist of women. However, due to female feticides practices, girl child numbers are decreasing sharply in India. It has also impacted the sex ratio in India. The literacy rate in girls is very low. Most of the girls are not even provided with primary education. Moreover, they are married early and made to rise children and shoulder and household work. The history of women empowerment does not start from an exact date, it is cumulative process. In ancient days and even in the recent past, women in hundreds of countries were not allow to vote. More and more women come together and made their voices heard. Giving voting rights significantly lifted the position of women in the society. Empowerment of women is a necessity for the every development of a society, since it enhance both the quality and quantity of human recourses available for development. Women Empowerment and achieving gender equality is essential for our society to ensure the sustainable development of country.

Women Empowerment can be defined to promoting women sense of self-worth, their ability to determine their own choices and their right to influence social changes for themselves and others. Women empowerment and promoting women's rights have emerged as a part of global moment and is continuing to break new ground in recent years. International women's empowerment day are also gaining momentum. But despite a great deal of progress, women and girls continue to face discrimination and violence in every part of the world. Women Empowerment pivotal part in any society, state or country. It is a woman who plays a dominant role in the basic life of a child. Women are an important section of our society Education as means of empowerment of women's can bring about a positive attitudinal change. Education significantly makes differences in the lives of women.

Education is milestone of women empowerment because it enables them to respond to the challenges, to confront their traditional role and change their life. So we can't neglect the important of education in reference to women empowerment. To see the development in women education. India is Supposed to upcoming super power of the world in recent years.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

Women can now enjoy unhindered work life and education. After the onset of the 21st century women belonging to the grass roots level have found many vocational works, labors that were only reserved for men. Today there are many female masons, bus drivers, farmer etc. All these women are doing their job extremely well. Empowerment of women is not only imperative but also crucial for all round development of society and also crucial for all round development of society and the nation as a whole. Over the past few decades the Indian governments has introduced numerous constitutional and legal protection to eradicate unethical practices and sexual discrimination against women. Modern society is more conscious of women rights contributing to the increasing number of self-help groups, NGOs. Women are more open minded and break the barriers to society to achieve their rights in all dimensions women is to give women the right. Women can have equal right to participate in education, society economy and politically women can involve in society as they are glad to choose their religious, language, work and other activities.

The principles of gender equality in enshrined in the Indian constitution in its preamble, fundamental rights, duties and directive principles.The Constitution not only grants equality to women, but also empowers the state to adopt measures of positive discrimination in favor of women. The constitution of India not only grants equality to women but also empowers the state to adopt measures of positive discrimination in favor of women for neutralizing the cumulative socio, economics, education, and political disadvantages faced by them. Fundamental Rights among others, ensure equality before the law and equal protection of law, prohibits, discrimination against any citizens on grounds of religion, rare, caste, sex place of birth, and guarantee equality of opportunity to all citizens in matters relating to employment. Article 14, 15, 15(3)16,39(a)39(b),39(c) & 42 of the constitution are of specific importance in this regard.

The process of Empowerment does not happen overnight. People have been protesting against discrimination on the basis of sex since 18th century, and they have come a long way presently we live in society where women have the right to vote, equal representation in political forums, and the right to education. There is long way to go before we achieve equality, but we must acknowledge and celebrate our little victories.

As women were not allowed to make decision for them, women empowerment came in like a breath of fresh air. It made them aware of their rights and how they must make their own place in society rather than depending on a man woman from all over the world have been rebellious to reach the status they have today, while the western countries are still making progress, third world countries like India still lack behind in women Empowerment. Education for girls must be made compulsory so that women can become illiterate to make a life for themselves. No women can be empowered if she is not financially independent. From the 20th century onwards women got more opportunities to join the workplace. Women's Empowerment is the most crucial point for the overall development of a country. When a woman makes a crucial decision, she feels empowered.

The directive principle plays an ideal before the legislator of India which shows that light while they frame the policies and laws. They are basically a code conduct for the legislature and administrators of the country. They show the path to the leaders of the country which takes the country to achieve the ideal of the constitution embodied in the preamble" Justice, Social, economic, Political, Liberty, Equality and Fraternity. Prostitutes cannot be

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara
Scanned with CamScanner

seen as individuals with half rights or no rights as are available to all other citizens of the country, the crowning glory of them all being the "right to self-determination."

Reference ;

Empowerment of women in India – Karne Padmavathi
Empowerment of women – P. ThavithaThulasi
Women Empowerment and Sustainable Development – Bipin Kumar
Women & Empowerment – Jaya K. Pillai
http://www.empowermentillustated.com

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

Impact Factor-7.675 (SJIF) ISSN-2278-9308

B.Aadhar

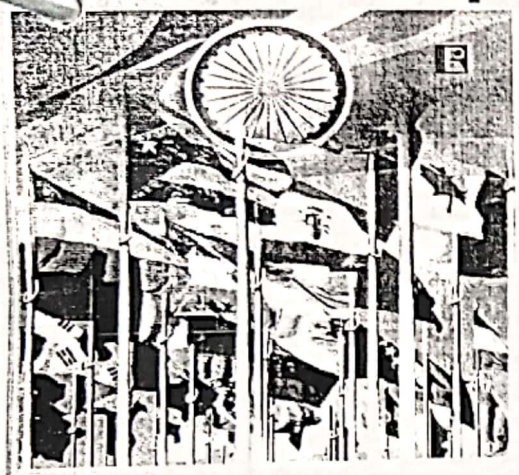
Peer-Reviewed & Refreed Indexed

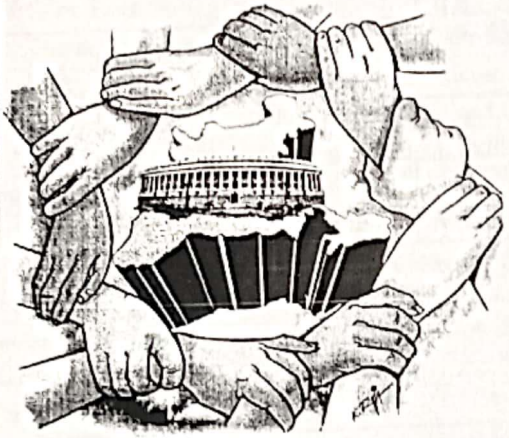
Multidisciplinary International Research Journal

ISSUE No- (CCLXXXIII) 283 (B)

April -2021

Contemporary India's Foreign Policy







Chief Editor
Prof. Virag S. Gawande
Director
Aadhar Social
Research & Development
Training Institute Amravati

Executive Editor
Dr. R. D. Sikchi
Principal
Sitabai Arts, Commerce &
Science College, Akola

Editor
Dr. Balasaheb G. Jogdand
Dept.of Political Science
Sitabai Arts, Commerce & Science
College, Akola

Co-Editor
Dr. Sandip B. Kale
Head, Dept. of Political Sci.
Yeshwant Mahavidyalaya, Seloo
Dist. Wardha

Guest-Editor
Dr. Dipali S. Ghogare
Head, Dept. of Political Sci.
Dr. H. N. Sinha College,
Patur, Dist. Akola

This Journal is indexed in :
- Scientific Journal Impact Factor (SJIF)
- Cosmos Impact Factor (CIF)
- International Impact Factor Services (IIFS)

For Details Visit To : www.aadharsocial.com

Aadhar Publications

Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

INDEX -A

No.	Title of the Paper — Authors' Name	Page No.
1	मोदी कालखंडातील परराष्ट्र व संरक्षण धोरण : उपलब्धी विपुल आणि आव्हाने बाकी — डॉ. शैलेंद्र देवळाणकर	1
2	डॉ. रतन व्ही. राठोड – एक स्थितप्रज्ञ व्यक्तिमत्व — डॉ. संदीप भिमराव काळे	11
3	सहृदय व्यक्तिमत्त्व - डॉ. रतन राठोड — डॉ. अलका विनायक देशमुख	16
4	सच्चा जीवनसाथी : डॉ. रतन राठोड — सौ. सुनिता रतन राठोड	18
5	माझ्या जीवनातील दीपस्तंभ : डॉ. रतन व्ही. राठोड — डॉ. संदीप बी. काळे	20
6	उमदं व्यक्तिमत्त्व : डॉ. रतन राठोड — डॉ. संदीप तुंडुरवार, / डॉ. शरद सांबारे, /डॉ. वकील शेख	24
7	आदरणीय गुरूवर्य : डॉ. रतन राठोड — डॉ. दिपाली श्रीराम घोगरे	26
8	कर्तव्यदक्ष आणि विद्यार्थीप्रिय शिक्षक : डॉ. रतन व्ही. राठोड — प्रा. विजया नारायणराव शिरसाट	29
9	माझ्या जिवनाचे आधार स्तंभ — डॉ. अर्चना ज्ञा. पाटील	31
10	डॉ. राठोड सर - एक अजातशत्रु व्यक्तीमत्व — प्रा. गोपालकृष्ण श्री. राखोंडे	33
11	प्रा.डॉ.रतन राठोड : ज्ञानदानाचा अखंड नंदादीप — डॉ.अनंत मदन आवटी	35
12	Study of Foreign Policy of Indian Perspective — Dr.Vilas Aghav	36
13	India – China Sports Exchanges and a Case Study of Chinese Table Tennis Team's Visit to Calcutta in 1975 — Dr. Anirban Ghosh	40
14	India's Contemporary Foreign Policy Concerns with United States Latin America and Spain — Dr. Ravi Kumar	45
15	Role Of India In The United Nagions — Dr. Sunita Ramdhan Gawai	49
16	India's Act East Policy — Dr.Ranjana Arvind Shringarpure	55
17	Evolution of Indian Nuclear Policy from 1947 to 2021 And Contemporary Debate — Mr. Akash M.Tawar	59
18	भारत आणि श्रीलंका संबंध — प्रा. रमेश जगन्नाथ निकम	63
19	संयुक्त राष्ट्र संघात भारताची भूमिका — प्रा.डॉ.अरुण मुकुंदराव शेळके	66
20	पंडित नेहरू आणि भारताचे परराष्ट्र धोरण — प्रा. डॉ. अतुल हणमंत कदम	70

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

B.Aadhar International Peer-Reviewed Indexed Research Journal | ISSN : 2278-9308

Impact Factor - (SJIF) -7.675, Issue NO, 283 (CCLXXXIII) B | April, 2021

India's Act East Policy

DR.Ranjana Arvind Shringarpure

Smt.R.M.Patel Mahila Kala Mahavidyalaya, Bhandara . (M.S.)

Look East Policy To Act East Policy

The "Look East Policy "of India was initiated by the former prime minister P.V.Narasimha Rao in 1991. The main focus of this policy was to shift the country's trading focus from the west and neighbors to the booming South East Asian Countries , and has continued to enjoy energetic support from the successive administrations of prime minister Inder Kumar Gujral (1997 – 1998), Atal Bihari Vajpayee (1998 – 2004), Manmohan Singh (2004—2014) and this policy continued till the formation of NDA government in 2014 after which the newly formed government under Prime Minister Narendra Modi upgraded it to " **ACT EAST POLICY".** The Act East Policy was launched at the East Asia Summit in Myanmar in November 2014. The act east policy under Prime minister Modi includes within its ambit a wider geographical expanse. When in 2014, Prime Minister Modi launched the AEP India's economy was relatively robust and its global profile was higher than it was in the decades prior. The AEP has explained the operational scope of India's earlier look east policy beyond one that is merely focused on economics to one that integrates matter of security in the Indo –Pacific region geostrategies, resulting in a convergence of security aims and a subsequently emerging security cooperation. Security is an important dimension of India's Act East Policy. In the concept of growing Chinese assertiveness in the south china sea and the Indian ocean, **securing freedom of navigation and India's own role in the Indian ocean** , is a key feature of AEP . In pursuance of this, India has been engaged under the narrative of Indo pacific and informal grouping called **Quad.**

Why Act East :

India and the countries of southeast asia have significant strategic and economic interests in building closer relations with one another. This realization has triggred India's switch from a "Look East Policy" to an "Act East Policy" in order to deepen its engagement with southeast asia to counter Chinees influence. India's act east policy is a diplomatic initiative to promote economic, strategic, and cultural relation with the vast Asia –Pacific region at different levels. The country's east ward drive since 1992 has under scored the importance of this region in its contemporary international relation. Act east and its early avatar "Look East" are not different, rather they are two sides of the same coin, representing two different but continuing phase in the evolution of India's policy towards the Asia – pacific region. When India launched LEP in 1991, its own economic strength, its global status and the external environment were not what they are at present. At the time of its launch, India was struggling to transition from a state controlled economic regime to a more liberalized one. It took many years for the country to get adjusted to the newly emerging economic environment, when in 2014, PM Naredra Modi launched the Act East Policy. Modi gave a new thrust to intensity, economic strategic, and diplomatic relation with countries that share common concerns with India on china's growing economics and military strength and its implications for the evolving regional order.

Smt. Rewaben Manoharbhai Patel Mahila Kala Mahavidyalaya, Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

India's AEP is closely connected with its long term vision of developing its North Eastern region (NER) which is considered as a gateway to south east asia. Since Japan's intrests in the NER are deeply rooted in history there is a broad bilateral consencus cooperate for the development of the region. Under the AEP THE India, Japan strategic partnership has been lifted to an entirely new level, underscoring the importance of Indo –pacific that is free , open and inclusive, and one that is founded upon a cooperative and collaborative rules based order. India has placed the "Indo – pacific" at the heart of its engagement with the countries of south, southeast and East Asia . Further local insurgencies, disorder and even external interference considerably came in the way of the region's progress. The act east policy serves two purposes for the government, stronger trade and business ties with other South East Asian countries and development opportunities to the North –East states, and development is the best anecdote to insurgency, a senior home ministry official said requesting anonymity. It has been established by several experts that while "Look East" policy was primarily ASEAN specific. "Act East" policy was primarily ASEAN specific. "Act East" policy has covered abroad range of countries located eastward to India.

The act east policy, with a focus on an extended neighbourhood in the Asia – pacific region has been the cornerstone of India's diplomacy in the current decade while it was originally conceived as an economic initiative, in recent years, it has gained political, strategic and cultural dimensions, including the establishment of institutional mechanisms for dialogue and co-operation. India has upgraded its relations to a strategic partnership with Indonesia, Vietnam, Malaysia, Japan, Republic Korea, Australia, Singapore, and has thus forged closed ties with all countries in the Asia – Pacific. The act east policy has laid emphasis on India – ASEAN co-operation for our domestic agenda on infrastructure, manufacturing, trade, skill India, urban renewal, Smart cities, Make in India and other initiatives.

Under the AEP, New Delhi has purposefully intensified its engagement in the Asia – Pacific region. India and countries in the region have come together on a number of issues, ranging from joint military exercise to high level visits, which illustrate the increasing strength of political and military ties. Having secured support from the US and some countries in the region. India is now looking to expand its presence in the South China Sea. The Asia Pacific region has come to have more strategic importance for international society, in part because of China's rise and US rebalance to Asia. The India's AEP is relying on the 4C's that is **Culture, Commerce, Connectivity, Capacity building** to develop better relations with ASEAN nations. The AEP along with several initiatives launched by New Delhi for rapid economic development of the country **"Digital India", "Make in India", promoting energy security, creating infrastructure,** can be considered with the increasing confidence in the region. As described by prime minister Modi India's vision for the region is **SAGAR- - Security for All and Growth for All.**

North East in India's AEP has emphaised infrastructure development in the NER, including rail and road network with timeline for compietion of connectivity projects : Trilateral Highway, multilateralization of ASEAN, Japan and other players are being obtained for infrastructure development. The objective of Act East Policy is

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

B.Aadhar International Peer-Reviewed Indexed Research Journal | ISSN : 2278-9308
Impact Factor - (SJIF) -7.675, Issue NO, 283 (CCLXXXIII) B | April, 2021

Objective of "Act East Policy"

- The objective of act east policy is to promote economic cooperation, cultural ties and develop strategic relationship with countries in the Asia – Pacific region.
- The North East of India has been a priority in the Act East Policy.
- Closer cooperation in combating terrorism, collaborating for peace and stability in the region.
- AEP provides an interface between North East and ASEAN region.

Evaluation of Act East Policy

- **AEPhas imparted greater vigor to India's** ties with ASEAN.
- **India's partnership** with Japan, Australia, Pacific Island nations, South Korea, and Mongolia.
- By aligning India's AEP with the U.S. pivot to Asia, India seeks to expand its geo-strategic space to contend with china's growing assertiveness and foster balanced relations.
- India's AEP has also impacted relations with the United States.

Road Connectivity And Trade

- India helped Myanmar in completing 160 km of the Tamu- Kalewa- Kalemyo sector of the proposed Trilateral Highway that seeks tolink India, Myanmar, and Thailand.
- Access to sea port in Bangladesh that would link the North East to South East Asian countries, and also to mainland India.
- By pursuing the Mekong- India Economic Corridor project, India seeks to get access to Laos, Cambodia, and Vietnam .

Concerns and Challenges :

- Better connectivity can promote not only legal trade, but also prop up illegal trade in drugs, small arms, and human trafficking.
- Trade and business , not connected to the lives and to the day- to –day needs of the people, may prove to be counterproductive.
- One of the few mega biodiversity regions in the world might be impacted by pollution and fragmentation of habitat.
- All countries of the region, except China are dependent on external funding or are required to allocate significant proportion of their budgets for these projects, which is a tough task.

Conclusion :

India has embarked on a period of radical change in its foreign and economics policies. The changes in the international affairs have been perhaps less dramatic but in numerous cases little less sweeping. The causes are also influenced by China's BRI. In today's multi-polar world, countries have to be imaginative in building new constituencies and seeking new partnership. India's AEP must continue to focus on strengthening collaboration with the ASEAN, Partnership must aim at promoting economic revival through implementation of India- ASEAN FTA in services and investment ,strategic cooperation to fight terrorism, freedom of navigation, maritime security and defense cooperation. India has embarked on a period of radical changes in its foreign and economic policies. The changes in the international affairs has been perhaps less dramatic but in numerous cases little less sweeping. As China is expanding its trade and soft power with the help of initiatives such as One Belt One Road it is imperative for India to seek a global alliance to mitigate the Chinese

Coordinator
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

risk. The global world order and trade environment have been changing dramatically specially after the spread of COVID 19 pandemic a long term outlook is required which will be mandatory for ensuring global peace stability and fostering trade.

Reference –

Look East to Act East policy – Gurudas Das, C. Joshna Thomas
Look East Policy and AEP - Hemanta Saikia
https://www.orfonline.org
https://aage.ris.org.in
https://www.drishtilas.com

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

SMT. R.M. PATEL MAHILA MAHAVIDYALAYA BHANDARA

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

Impact Factor-7.675 (SJIF) ISSN-2278-9308

B.Aadhar

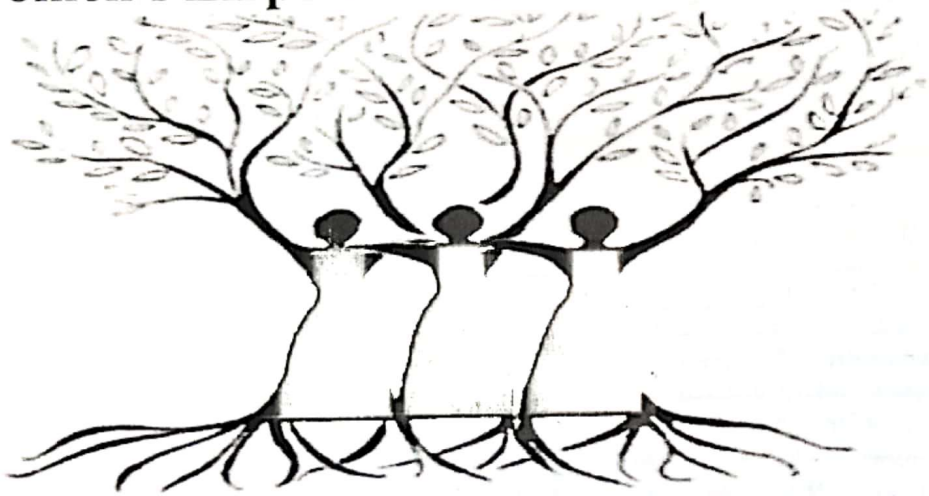
Peer-Reviewed & Refereed Indexed

Multidisciplinary International Research Journal

ISSUE No- (CCXCI)291(E)

April -2021

Women's Empowerment Issues and Challenges



Chief Editor
Prof. Virag S. Gawande
Director
Aadhar Social
Research & Development
Training Institute Amravati

Editor
Dr. A. T. Shinde,
Professor & Head,
Department of Sociology,
Indira Gandhi
(Sr) College, CIDCO, Nanded

Editor
Asst. Prof. Baliram Pawar
Head, Department of Sociology
Mahatma Phule Mahavidyalaya
Kingaon Latur Maharashtra

This Journal is indexed in :
- Scientific Journal Impact Factor (SJIF)
- Cosmos Impact Factor (CIF)
- International Impact Factor Services (IIFS)

Aadhar Publication

For Details Visit To : www.aadharsocial.com

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

	Judicial Perspective — Ms. Kavita Narendra Hedaoo	
24	Women Empowerment – Ambedkar's View — Dr. Sudipta Sil	105
25	Empowerment Of Women In Nilgiris District — Mrs.Kathsiyal /Dr.Mercy Anandaraj	110
26	An Analysis On Women's Human Rights — Sneha Das	114
27	Women Empowerment And Government Scheme — Dr. Ranjana Arvind Shringarpure	119
28	Parsi's literary Contribution To Indian Writing With Special Reference To Dina Mehta — Mangala V. Ambadkar	123
29	Women Empowerment: Indian Economy — Dr. Navlata	127
30	A Study of Women Labour Force Participation in India Economy — Dr.Rekha Janshal	131
31	Astudyon The Government's Schemes And Subsidies Introduced For Women Entrepreneurs And Start-Ups In India — R. Nikitha Yadav	135
32	Women Entrepreneurship And Ways To Overcome The Challenges — Ravula Asmitha yadav	142
33	Women Entrepreneurship: A Road Towards Women Empowerment — A.A.Kotnis-Patel	146
34	Role Of Women In Environmental Movements — Dr. Jyoti Selukar	151
35	A Kdugolla Women : Cultural Study — Dr. H. R Renuka	157
36	महिला सबलीकरणात बचत गटाची भूमिक — प्रा.डॉ.साहेबराव भानुदासराव शिंदे	161
37	पंचायतराज आणि महिला नेतृत्व — प्रा.डॉ.केशव दत्तराव तिडके	165
38	फुले आंबेडकरांचे महिला सक्षमीकरणातील योगदान — डॉ. संगिता पाठराबे	168
39	फुले – आंबेडकरांचे सामाजिक परिवर्तनातील योगदान — डॉ. खुशाल मेले	171
40	महाराष्ट्र राज्य मार्ग परिवहन महामंडळ क्षेत्रातील वाहक महिलांची स्थिती — सहा. प्रा. डॉ अल्का बाबाराव सोमवंशी	175
41	महिला सबलीकरन विषयक कल्याणकारी मूल्य — डॉ. एस. टी. सामाले	179
42	जलस्वराज्य योजना व महिला सक्षमीकरण — प्रा.डॉ.सौ.ऋतुजा हेमंत कुलकर्णी	182
43	महिलाओं की सामाजिक समस्या — डॉ.रुमी जायसवाल / किशोरी रमण	186
44	मानव अधिकार और महिलाएं — डॉ.भारती साहू	189
45	लॉकडाउन मधील कौटुंबिक लैंगिक हिंसाचाराचा समाजशास्त्रीय अभ्यास — Dr.Sneha Ramraoji Wasnik	193
46	समकालीन हिंदी कविता में महिलाओं का योगदान — Mrs.Ritu	198

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

B.Aadhar' International Peer-Reviewed Indexed Research Journal

Impact Factor - (SJIF) -7.675, Issue NO, 291 (CCXCI) E

ISSN : 2278-9308

April, 2021

Women Empowerment And Government Scheme

Dr. Ranjana Arvind Shringarpure

Smt. R. M. Patel Mahila Kala Mahavidyalaya, Bhandara . (M. S .)

Email – shringarpure104@gmail.com Mobile – 9822696674

Women empowerment is made up of two wards women and empowerment . Empowerment means to give power or authority to someone. So women empowerment means power in the hands of women. It signifies that women should be given equal opportunity in every field irrespective of any discrimination. Women empowerment is the process that creates power in women to live a happy and respectable life in a society. Women empowerment is the most crucial point for the overall development of a country. Women are empowered when they are able to access opportunities in a variety of fields such as in education, profession, lifestyle etc. , without any limitations and restrictions. Women empowerment is really needed in the societies. It's so important for women self esteem and also for societies. Women empowerment is a part to encourage women to feel strong by telling them that can do everything that they want to do. Women can be empowered in various ways. It includes raising their status through education, awareness, literacy and training. It can be done through government schemes as well as on individual basis.

Women empowerment refers to increasing the spiritual, political, social, educational, gender, economic strength of individuals and communities of women. As far as their social status is concerned, they are not treated as equal to men in all the places. Gender disabilities and discriminations are found in India even today. The need of women empowerment arose because of the gender discrimination and male domination in the Indian society since ancient time. In the ancient Indian society there was a custom of sati pratha, dowry, parda pratha, devdashi pratha, domestic violence etc. All such type of ill practices is because of male superiority complex and patriarchal system of the society. The paradoxical situations has such that she was sometimes concerned as goddess and at other times merely as slave. In India, to empower the women, first it needs to kill all the demons killing women's rights and values in the society.

Women empowerment as a concept was introduced at the international women conference in 1985 at Nairobi, which defined it as redistribution of social power and control of resources in favour of women. The need of women empowerment arose because of the gender discrimination and male domination. They have been targeted for many types of violence discriminatory practices by the male members in the family and society. We should start respecting women and start giving equal opportunities equal to men .We should promote and encourage them for jobs, higher education, business activities etc. These small steps will change the situation of women in society and make them feel empowered.

WAYS TO EMPOWER WOMEN : _

- Providing education in every field
- Providing equal rights
- Providing equal property rights
- Self employment and self help group
- Change in women's control over decision making
- Society should change the mentality towards the ward women
- Providing separate hospitals for their checkup
- Providing women police station for their complaints
- Providing separate transport system

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

GOVERNMENT SCHEMES FOR WOMEN EMPOWERMENT :

Government of India implemented various poverty allevation and rural development programmes . These programmes have special components for women empowerment . At present the government of India has over 37 schemes for women operated by different department and ministries.The implementation of these programmes or schemes is monitored specifically with reference to coverage of women. The government has come up with various schemes such as

A. Beti Bachao Beti Padhao : The ' Save the Girl Child ' movement was launched on 22 January 2015, it is joint initiative run by the Ministry of women and child development , Ministry of Health and family welfare and the Ministry of Human Resources Development to bridge the growing gap between the birth of girl and boy infants, the government of India has taken up an initiative to promote Beti Bachao Beti Padhao .

B. Mahila E – haat : It is a direct online marketing platform launched by Ministry of women and child development to support women entrepreneurs, Self Help Group (SHGs) and NGOs to showcase products made and service rendered by them . This is a part of the 'Digital India ' Initiative.

C. One Stop Centre Scheme : Popularly known as 'SAKHI ' it was implemented on 1 st April 2015 with the 'NIRBHAYA ' fund. The one stop centers are established at various locations in India for providing shelter, police desk , legal , medical ,and councelling services to victims of violence under one roof integrated with 24 hrs. Helpline. The Toll Free Helpline no. is **181**

D. Working women Hostels : The objective of the scheme is to promote the availability of state and conveniently located accommodation for working women , with daycare facility for their children where employment opportunity for women exist.

E. Swadhar Greh : The swadhar scheme was launched by the Union Ministry of women and child Development in 2001 for rehabilitation of women in difficult circumstances. The scheme provides shelter, food, clothing and care to the marginalized women and girl's who are in need.

F. STEP : The support to training and employment programme for women scheme aims to provide skills that give employability to women and to provide competencies and skill that enable women to become self employed.

G. Pradhan Mantri Mahila Shakti Kendra Scheme : The government launched the **Mahila Shakti Kendra** in 2017 to empower rural women with opportunities for skill development, employment ,digital literacy, health and nutrition. The Mahila Shakti Kendras will work through community engagement through student volunteers in the 115 most backward districts.

H. Sukanya Samriddhi Yojana : Falling under the ambit of the Beti Bachao Beti Padhao schemes, the sukanya samriddhi yojana is a government - backed savings schemes for girl children. The account can be an opened at any India Post office or a branch of an authorized commercial bank anytime between the birth of the girl child and till the age of 10 by a parent or guardian.

I. Narishakti Puruskar : The Narishakti puruskar are national level awards recognizing the efforts made by women and institutions rendering distinguished services for the cause of women. This schemes was launched in 1999

J. Rajiv Gandhi National Creche Schemes This schemes is for the children of working mothers to take care of the children. Thus the children of these women who were earlier getting support from relatives and friends while their mothers were working now in need of day care services which provides quality care and protection for the children. This scheme launched in **2012**

K. Pradhan Mantri Matru Vandana Yojana : This scheme is ensure safe delivery and good nutrition for mothers having their first child . This scheme is launched in **2010** as Indira Gandhi Matritva Sahyog yojana. It was renamed as Matritva Sahyog Yojana in **2014** and again as Pradhan Mantri Matru Vandana Yojana in **2017** The cash incentive provided would lead to improved health seeking behavior amongst the pregnant women .

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben M... Mahavidyalay,
Mahila Kala ... Bhandara.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

L. National Mission For Empowerment Of Women : It is an initiative of the government of India for empowering women holistically. This scheme is launched in **15 August 2011** To strength the conceptual and programmatic basis of women centric scheme implemented . Training and capacity building to enhance and strengthen understanding of gender issues .

M. Mahila Police Volunteers The role of police is pivotal in ensuring the safety and security of citizens in general and women in participation . To increase the number of women in the police force,and Mahila Police Volunteers will serve as a public – police interface in order to fight crime against women . She will act as a role model for the community.

N. Rastriya Mahila Kosh : To provide micro credit to poor women for various livelihood support and income generating activities at concessional terms in a client – friendly procedure to bring about their socio –economic development . This scheme is launched in March **1993** . To promote and support the expansion of entrepreneurship skills among women. To do all such lawful acts and then as may be necessary or conducive for furthering the objects of the kosh.

O. Nand Ghar Yojana : To enhance the learning environment through an e –iearning module and skill enhancement programme for women . This scheme is launched in **24 June 2015** To make Anganwadis as a community center for children and mothers . To provide solar power system to make them stand alone and television for teaching purpose. To provide supplementary nutrition to children in the age group of 0 – 6 years and to pregnant or lactating mothers with main objective to fight the problem of malnutrition.

P.Maternity Benefit Programme : To provide partial compensation for wage loss to women during their pregnancy and offers a cash incentive of Rs. 6000/ to mothers for the birth of their first child . This scheme is launched in **2017**. To providing cash incentives for improved health and nutrition to pregnant and lactating mothers. Encouraging the women to follow nutrition and feeding practices , including early and exclusive breast feeding for the first six months .

Women empowerment has the power to change many things in the society and country. Empowering women may easily help to grow each and every member of the family without any extra effort. Empowerment of the women would automatically bring empowerment of everyone. They are much better than men to deal with certain problems in the society. Last few decades the advantages of women empowerment are coming out in front of us. Women's are being more conscious about their health, education, career, responsibilities towards family and country. All round development and harmonious growth of a nation would be possible only when women are considered as equal partners in progress with men. Finally, after long years of hard struggle they are getting their rights to go ahead on the right track, in this way the Government of India started so many schemes for empowerment of women.

The present scenario the condition of the Indian women is not as good as it should be and there is a need to accomplish such steps which will help to accommodate the right and the basic needs of women population. The women empowerment has become one of the most important concerns of 21 st century not Only at national level but also at the International level .Society must take initiative to create a climate in which they can get the proper benefit from the schemes made by government for the women development. There should be no gender discrimination and women have full opportunities of self decision making and participating in social, political, and economic life of country with sense of equality.

Empowerment helps to reduce in domestic violence due people promote and give the values to women. These day women are achieving high level job just as man do. Some women are promoted to become a President, Prime Minister, leader, chief of commune and other high level positions. Women empowerment involves the building up of a society. Women constitute almost 50% of the world's population but India has shown disproportionate sex ratio whereby female' populations has been comparatively lower than males. Women should put in the country'

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Pater
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

development ultimately becomes a process of empowerment. This ensure their full participation in every aspects of social and national development. Government of India took so many initiatives to empower the women in India. But women are discriminated marginalized at every level of the society whether its social, political, economic participation. The government of India has taken the safety and empowerment of women and children into serious consideration .The growing injustice towards women had to be minimized and these schemes are the solutions to the major problems related to women in India.

References :

Women Empowerment - Dr. Meenal Kaushal
Women Welfare and Empowerment in India - Rameshwari Pandya
Women Empowerment -- Gopal Y.M.
https://www.journaliijdr.com
https://wcd.nic.in

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben M. Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

Impact Factor-7.675 (SJIF) ISSN-2278-9308

B.Aadhar

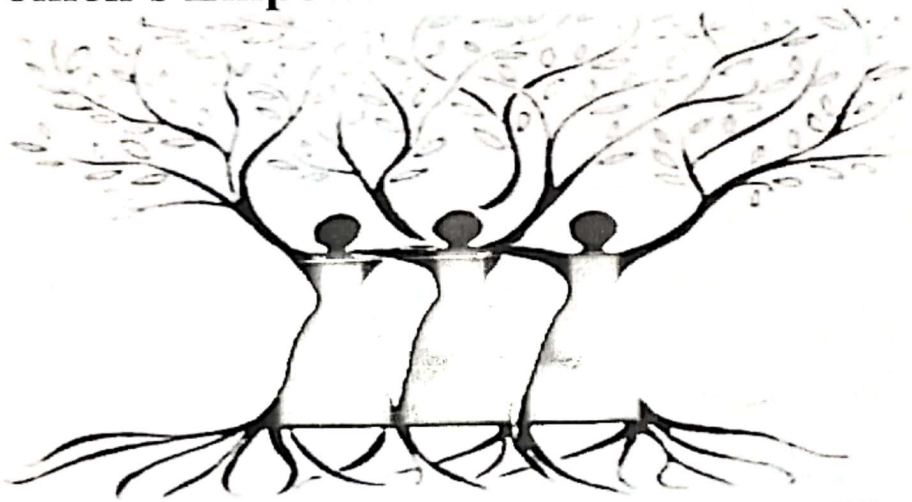
Peer-Reviewed & Refereed Indexed

Multidisciplinary International Research Journal

ISSUE No- (CCXCI)291(G)

April -2021

Women's Empowerment Issues and Challenges



Chief Editor
Prof. Virag S. Gawande
Director
Aadhar Social
Research & Development
Training Institute Amravati

Editor
Asst. Prof. Baliram Pawar
Head, Department of Sociology
Mahatma Phule Mahavidyalaya
Kingaon Latur Maharashtra

Editor
Dr. Manashi Gogoi Borgohain
Head, Department of Education
NandalalBorgohain City College
Dibrugarh, Assam

This Journal is indexed in :
- Scientific Journal Impact Factor (SJIF)
- Cosmos Impact Factor (CIF)
- International Impact Factor Services (IIFS)

Aadhar Publication

For Details Visit To : www.aadharsocial.com

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

INDEX

Sl.NO.	Title Of The Papers	Authors' Name	Page No.
1	ग्रामीण भागातील शासकीय कार्यालयातील स्त्री-शोषण	डॉ. श्रावण बाबासाहेब भदाणे	1
2	Media A Telltale For Women Role Of Media In Women Empowerment	Dr. Sindhu Varghese	4
3	Performance Analysis Of Health Insurance Companies In India	Dr R.Sathya/ Dr.P.Rengarajan	8
4	Impact Of Mass Media On Women Empowerment A Discussion The Path From Dreams To Success Does Exist May You Have The Vision To Find It, The Courage To Get Onto It, And The Perseverance To Follow It - "Kalpana Chawla	Dr Y Vinodhini/Dr .Atiya Mahboob	14
5	Nutritional Status Of Adolescent Girls In Rural Areas Special Reference To Phulambri Taluka)	Dr.Manjusha Motiram Nalgirkar	18
6	The Contribution Of Indian Women Writers In Indian Fiction In English	Smt. Dipali S. Suryawanshi	23
7	Domestic Violence In India Legislative Measures and Strategies Of Prevention A Study	Bijumoni Dutta	26
8	Women's Movements In India	Dr. Sunita S. Dhopte	31
9	Empowerment Of Womens	Dr. Ranjana A. Shringarpure	35
10	Women's Education In India Need And Challenges	Dr. Y .S .Vaggi	38
11	Studies Of The Physicochemical Parameters Of Soil Samples	Dr. A. S. Shinde	42
12	Rights Of Tribal Women - With Specific Reference To The Matrilineal Descent System Of The Khasi Tribe Of Meghalaya	Ms. Seema Kaur	44
13	Reinventing Women Through Social Work Intervention For Empowerment (Empowering Society By Empowering Themselves)	Dr. Nagaraja Masagani Prof. (Dr) D. M. Khandare	47
14	Empowerment Of Women Through Sports	Dr. S. Saruja	50
15	Study The Effect Of Forgiveness On Happiness Among Elderly Women	Hema Kumari Mehar	53
16	Gender Equality For Prevention Of Violent Conflict Against Women	Rekhamani Baruah	57
17	A Socio Study On Employed Females And Their Problems	Dr. Bharati Hosatti	62
18	Women Empowerment Through Women Entrepreneurship	Syeda Wajeda Husaini	67

Officiating Principal
Smt. Indirabai Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

B.Aadhar International Peer-Reviewed Indexed Research Journal

Impact Factor - (SJIF) -7.675, Issue NO, 291 (CCXCI) G

ISSN : 2278-9308

April, 2021

Empowerment Of Womens

Dr. Ranjana A. Shringarpure

Smt. R.M.Patel Mahila Kala Mahavidyalaya, Bhandara. (M.S.)

Email shringarpure104@gmail.com, Mobile : 9822696674

The concept of empowerment flows from the power. It is vesting where it does not exist or exist inadequately. Empowerment of women would mean equipping women to be economically independent. Women's Empowerment means that women are free to make and own their choices. They are not bound by conforming to what society, customs, protocol, or individuals feel, but driven by what each women defines for herself at every stage of her life. If the women of a nation are developed then the development of that nation is must. Women's Empowerment is the process that creates power in individuals over their own lives , society and in their communities. People are empowered when they are able to access the opportunities available to them without limitation and restrictions. Empowerment includes the action of raising the status of women through education, raising awareness, literacy and training. Women's Empowerment is all about equipping and allowing women to make life determining decision through different problems in society. Empowering women socially, economically, educationally, politically and legally is going to be a Herculean task. It will not be easy changing the deep – rooted perception that women are inferior, dependent, dispensable, resulting in a culture of disregard for women in Indian society.

Women's Empowerment can be defined to promoting women's sense of self worth their ability own choices and their right to influence social change for themselves and others. It is so important for women self esteem and also for societies. Empowering women is to give women right. Women can have equal right to participate in education, society, economy and politically. Women can involve in society as they are glad to choose their religious, language, work and other activities. Empowerment of women's means developing them as more aware individuals, who are to make intelligent discussion in matters that affect them. Women's Empowerment as a concept was introduced at the international women conference in 1985 at Nairobi, which defined it is redistribution of social power and control of resources in favour of women. There is main reason for the empowerment of women because in India women's are discriminated and marginalized at every level of the society whether it is social participation, economic, political participation and also reproductive healthcare. Women's Empowerment and promoting women's rights have emerged as a part of a major global movement and its continuing to break new ground in recent years. Day's like International Women's Empowerment Day are also gaining momentum.

Empowerment is an active process of enabling women to realize their identity, potentiality and power in all spheres of their lives. Empowerment of women also means equal status to women. Here the balance of power between men and women is equal and neither party has dominance over the other. Empowerment includes higher literacy level and education for women, better healthcare for women and children, increased participation in economics, and responsibilities, improved standards of living, self- esteem, self confidence. Gender equality is, first and foremost, a human right. A women is entitled to live in dignity and freedom. Empowering women is also an indispensable tool for advancing development and reducing poverty. Empowered women contribute to the health and productivity of whole families and communities and improved prospects for the next generation.

A key part of this empowerment is through education. Girl's who are educated can pursue meaningful work and contribute to their country's economy later in life. They are also four time less likely to get married young when they have eight years of education, meaning that they and their families are healthier. There are various ways in how one can empower women. The individuals and

Smt. Rewaben M. Patel Mahila Kala Mahavidyalaya, Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Pa
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

government must both come together to make it happen. Education for girls must be made compulsory so that women can become illiterate to make a life for themselves. Women must be given equal opportunities in every field, irrespective of gender. We can empower women by abolishing child marriage. Various programs must be held where they can be taught skills to fend for themselves in case they face financial crisis. Many women stay in abusive relationship because of the fear of society. Parents must be teach their daughters it is okay to come home divorced rather than in a coffin.

Women empowerment in India is heavily dependent, on many different variables that include geographical location, educational status, social status, and age. Empowerment of women surely has advantages. It gives them equal status compared to men which creates a frictionless environment for women, secondly it makes women financially independent which is very important in this era. Moreover her empowerment helps her to get rid of social violence and atrocities against her. It can help to fight for her rights.

NEED FOR WOMEN EMPOWERMENT : Empowerment of women is a necessity for the very development of a society, since it enhance both the quality and quantity of human resources, available for national development. Women from all over the world have been rebellious to reach the status they have today. While the western countries are still making progress, third world countries like India still lack behind in women empowerment. In India, women empowerment is needed more than ever. India is amongst the countries which are not safe for women. There are various reason for this. Firstly women in India are in danger of honor killings. Many world leaders have argued that sustainable development is impossible without women's empowerment, without the equal inclusion of women in development women would not be able to benefit or contribute to the development of the country. A strong patriarchal society with deep rooted socio – cultural values continues to affect the progress of Women's Empowerment in the country. The need of the hour is an egalitarian society, where there should be to identity and eliminate forces that are directed towards keeping the tradition of male dominate over its female counterpart alive. Women constitute roughly 50% of nation's population and a majority of them remain economically dependent, without employment.

Women Empowerment in its actuality is synonymous with complete development of the society .An educated women, with knowledge about health, hygiene, cleanliness is capable of creating a better disease –free environment for the family women aware of their legal rights are less likely to be victims of domestic violence or other forms of exploitations. The 73 rd and 74 th Amendments (1993) to the constitution of India have provided some special powers to women reservation of seats(33%) and the 'New Panchayat Raj' to empower women at least at the villege level. In major parts India as well as the world, women are still denied basic education and are never allowed to pursue higher education despite processing the acumen needed. Women's Empowerment and achieving gender equality is essential for our society to ensure the sustainable development of the country.

Women today stand shoulder to shoulder with men in every field, there is no area left from the ground to the sky where women have not spread their victory. Empowerment of women in the right way is possible only when we ensure the safety and education of women and at the same time given priority to their thinking as much as society has given to the men. "Empowerment of women does not come from laws, it comes from the heart ". Women's empowerment is the need for these times. It is true that in present times, women are enjoying freedom more than ever. We all should respect women and give them a chance to move forward. The 21 st century a century of pleasant possibilities in women's life. Women are now coming forward in every field, today's women has become alert and active. Women's Empowerment in the truest sense will be achieved only when there is an attitudinal change in society with regard to fairness and equality. They need to be strong, aware, and alert every time for their growth and development. The most common challenges are related to

Principal
Smt. Rewaben Mandbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

the education , health, safety of women, after the independence of the country. But today the situation is much better than in previous decades, and all this is the result of educating women.

Women are the other vulnerable section of society. Gender discriminated in the upbringing pattern in the family. Retention of girls in school is much less as compared to boys. Women are forced to work as housewife and denied participation in gainful economics activities outside homes. NGOs also play a significant and meaningful role towards promoting self employment of women by the following ways Training and Skill Development, Legal Awareness and Property Rights, Education the Rural Women, Promoting Rural Development, Representing the Rural Women

NGOs should increase working on women empowerment and decision making through different training. Training helps women to bring a remarkable change in a given time as an intervention on its own. Development of women through decision making has emerged as an important issue in recent times women have attained a great deal in the past few years but there are still areas of discrimination which exists It is believed that providing programs from NGOs to women has a multiple effect for women development through decision making

Reference

www.socialworkfootprints.org
www.researchget.net
www.advancedjournal.com

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

Impact Factor–7.675(SJIF) ISSN-2278-9308

B.Aadhar

Peer-Reviewed & Refreed Indexed

Multidisciplinary International Research Journal

April-2021, ISSUE No - (CCLXXXIII) 283

"Review of India's Education Policy"

Jointly Published By

Shri Saibaba Lok Prabodhan Arts College, Wadner. Dist – Wardha. &
Aadhar Social Research & Development Training Institute, Amravati.



Chief Editor
Prof. Virag S. Gawande
Director
Aadhar Social Research & Development Training Institute, Amravati.

Editor
Dr. Vinod M. Mude
HOD, Dept. of Pol. Sci.
Shri Saibaba Lok Prabodhan Arts College, Wadner. Dist – Wardha.

Executive Editor
Dr. Uttam B. Parekar
Principal
Shri Saibaba Lok Prabodhan Arts College, Wadner. Dist – Wardha.

For Details Visit To: www.aadharsocial.com

Aadhar Publications

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

B.Aadhar' International Peer-Reviewed Indexed Research Journal
Impact Factor - (SJIF) –7.675, Issue NO, 283 (CCLXXXIII)
ISSN : 2278-9308
April 2021

INDEX

No.	Title of the Paper — Authors' Name	Page No.
1	Review of India's Higher Education Policy. **Dr. Uttam B. Parekar**	1
2	COVID-19 and Emergency E- Learning in Higher Education: Implications and Response. **Dr. Bibhabari Bal/ Dr. Narottam Bal**	9
3	New Education Policy: Significance of Sports and Physical Education in Curriculum **Sunil Kawade**	15
4	Role of Library And Funding Agencies Having Relevence to Higher Education: An Overview. **Dr. Sarika Chaudhari**	19
5	Virtual Education System: Reality and Futures. **Dr. Narendra K.Patil**	24
6	E-learning Resources in Rural Development: Current Scenario. **Dr. Shashank G. Nikam**	27
7	Indian Education Policies: Merits & Demerits **Dr. Ranjana A. Shringarpure**	34
8	Igniting critical thinking through experiential learning in school education as recommended by the NEP 2020. **Susmita Mazumdar**	37
9	Role of Physical Education and Sports in Education: New National Education Policy **Dr. Naresh Bhoyar**	42
10	Significant Role of Library for Children: Goals and Technology. **Prof. Siddharth A. Patil**	46
11	Importance of Technology in Education. **Sanjay A. Diwekar**	50
12	Importance of Sports in School Curriculum: Sports Enhancing Development in Children. **Dr. Vijay N. Wankhede**	53
13	Impact of Covid-19 Pandemic on Educational System. **Nitesh N.Telhande**	57
14	A Brief Review of Education of Masses in India. **Mr. Pradip Gunderao Kolhe**	61
15	Significance of Physical Education and Sports in Education Curriculum **Manjusha J. Deshmukh**	66
16	National Education Policy & Role of the Library **Mr. Siddhartha Narayan Wakude**	70
17	Impact of Covid-19 Pandemic on Education System: Challenges and Opportunities **Dr. Sunil S. Bidwaik**	74
18	शिक्षण संस्थाओं में पुस्तकालय स्टाफ के प्रतिपाठकों का व्यवहार: हिंदि फिल्मों पर आधारित एक अध्ययन. डॉ.अनिलकुमार धीमन /डॉ. सचिन कौशिक	79

SMT. R. M. PATEL MAHILA MAHAVIDYALAYA BHANDARA
Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben M. Patel
Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

B.Aadhar International Peer-Reviewed Indexed Research Journal | ISSN : 2278-9308
Impact Factor - (SJIF) –7.675, Issue NO, 283 (CCLXXXIII) | April, 2021

Indian Education Policies : Merits & Demerits

Dr.Rangana A. Shringarpure
HOD- Political Science
Smt. R.M. Patel Mahila Kala Mahavidyalaya, Bhandara (M.S.)
Email :- Shirngarpure104@gmail.comMobile No. 9822696674

Educational Policy consist of the principles as the collection of laws and rules that govern the operation of education system Education Policy analysis is the shorter study of education policy. Education is fundamental for achieving fully human potential developing an equitable and just society and premoting national development. Providing universal access to quality education is the key to India's continued ascent and leadership on the global stage in terms of economic growth social justice and equality. Scientific advancement. Cultural preservation , Universal high-quality education is the best way forward for developing and maximizing our country's rich talents and resources for the good of the individual, society, the country and the world. Education must build character, enable learner to be ethical , rational , compassionate, while at the same time prepare them for gainful, fulfilling employment.

The new education policy 2020 has been approved on 29th July 2020 by the union cabinet and has renamed the Human Resource Development as Education Ministry. The policy is holistic, Comprehensive, so hawk-eyed and can definitely play a significant role within the nation's future growth and development. The most deserving credit for drafting the National Education policy must go to the TSR Subramanan Committee, established in 2016 and the K. Kastrurirangan committee for having done a stellar job. Newly drafted National Education policy isa revolutionary document that is expected to change the fate of the coming generation of students and ultimately our nation. During the announcement of the NCP minister Prakash Javadekar informed that the main agenda behind introducing the same is the need of the hour and it will prepare the students to face the challenges of the new world. NEP gives a special focus on the National Research foundation because innovation is one of the most important parts for a country to progress. The policy Signifies a huge milestone for India's Education system. Which will certainly make India on attractive destination for higher education. The purpose of the education system is to develop good human being capable of rational through and action, possessing compassion and expathy, resilience, scientific temper and creative imagination with sound ethical moorings and values.

The NEP 2020 is bold attempt by the central government to change how education is imported from KG to university. After 34 years, there is a change in the education policy in India with the introduction of the NEP 2020. This NEP aims at universalization of education in India with a 100% gross enrolment ration by 2030 for school education and 50% by 2025 for higher education. NEP 2020 emp0hasises systemic and institutional improvements to regulation, governance and promotion of multidisciplinary academics and research in India HEIs. The policy is based on the p9illars of "Access, Equity, Quality, Affordability, Accountability and will transform India into a vibrant knowledge hub.

The NEP 2020 is the first education policy of the 21st century and aims to address the many growing development imperative of our country. The NEP must provide to all students, irrespective of their place of residence, a quality education system with particular focus on historically marginalized. Disadvantaged and underrepresented groups. The NEP must help recruit the very best and brightest to enter the teaching profession at all levels by ensuring livelihood, respect, dignity, while also instilling

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

in the system basic methods of quality control and accountability, The NEP gives a special focus on the National Research Foundation because innovation is one of the most important parts for a country to progress. Only when research and innovation are strong enough we will be able to and innovation are strong enough we will be able to progress in the competitive world. Education policy lays particular emphasis on the development of the creative potential of each individual. It is based on the principle that education must develop not only cognitive capacities both the foundation capacities of literacy and numeracy and ' higher order' cognitive capacities, such as critical thinking and problem solving but also social ethical and emotional capacities and dispositions.

Merits and Demerits of NEP :-

Like all other policies, the NEP 2020 we will discuss the merits of the education policy, Which has been implemented by the ministry of education in 2020.

Merits of NEP :-

- The new education structure will include 12 years of schooling and three years of Anganwadi and Preschooling.
- All School and Colleges will have same subject and same syllabus across whole country.
- Local Language or Mother Tongue is to be th medium of teaching in all school upto class-5.
- The Sanskrit language will be mainstreamed in this NEP.
- Now Students can join internships from class 6th. The internships will be given to students and this will help students to get practical knowledge.
- New education to get practical knowledge.
- New education policy will promote value-based education.
- In NEP, the assessment is going to be done by not only the teachers, but the students will also self evaluate themselves and say how they performed within the entire year.
- Approximately two crore school students will be able to back to educational institute through this new approach.
- NEP 2020 is the formation of National Book Promotion policy in India.
- This new plan focuses on setting up a gender inclusion fund. Special education zones for disadvantaged regions and groups is also in the focused list.
- Special daytime boarding school 'Bal Bhavans' to be established in every district in India. This boarding school will be used for participations in activities related to play, career, art.
- In NEP , an academic Bank of credit will be established. The credit earned by the student our stored and where the final degree gets completed those can be counted.
- NEP has proposed to redesign the exam pattern in such a way through which actual and true knowledge of a student could be tested. But how exactly this will be a achieved is not clearly mentioned in the NEP draft.
- In NEP, the assessment is going to be done by not only the teachers, but the students will also self evaluate themselves and say how they performed within the entire year.
- Not only will there be self evaluation but eh remaining other student of the category also will evaluate and say how specific students has performed. The final report will consist of the attitude of the remaining classmate.
- NEP will promote our Indian ethnic culture and hence unity in diversity will be promoted.
- We can choose any subject from any academic streams as per the interest.
- Board exam is made less important thus reducing pressure on students reducing exam phobia.
- For making the students prepared for future pandemic situations, online academic will be promoted on a large scale.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Demerits of NEP :-

- Implementation of this policy is not easy and it with take some time for fully implementation of this policy.
- Regional and local languages will be promoted that somehow. English will take a back seat.
- English is the languages of the world, Indian local language will not help that much at informational level.
- NEP 2020 will furtuer increase that difference between the sections of the society. While the students in the government school will be fought intheir respective regional language, The students in private institutions will be introduced to English from the early classes.
- Language seems to be negative factor in the NEP 2020.The Indian government wanted to follow in steps of other countries like. China, Germany, France where the foreign students need to learn the language of the country to understand the country better, but in India has 22 active languages and not one national language like in the other countries.
- Mother tongue is to be the medium of teaching in all school upto class 5th , suppose you riside in Panjab and your child has studied until class 4th in Panjab, thereupon you shift to Gujrath. How will the child cape up with eh change of learning environment the child cape up with the change of learning environment because most of the faculties would teach in Gujrathi and therefore the child wouldn't be able to adjust?
- Under the NEP, obne has to study for 4 years to complete their graduation. However the question arises as to why the student will continue with the program if he / she can get the diploma in two years? Of he / she left the program midway after 2 years, then he / she could easily have two years of experience of work which will be valuable in the long run.

Conclusion :-

The scenario of education which how is totally different from the seenorio which was a few years back. At that time modern education was not considered good and today traditional education is not considered enough. As the needs of the people are changing should be accepted by the people. Earlier the people used teach their children how to fulfill their needs. This was the basic aim behind education. And the aim now is skill the same. The only thing which has changed is the need of people. As the needs grew, the education had to grow of the education did not evolve, then it would be difficult fulfill the need of today.

Our old education policy is often associated with our culture. And it is good or we can say it is important to learn about own culture. In the same way , it is equally important to catch up with world in terms of the modern developments which are occurring today. NEP is required to stay in touch with the whole world and to see what is happening in the world.

Reference :

1) **NEP-2020 Dr. Dheeraj Mehrotrq**
2) **Future of the Indian Education system: - Nerendra Jadhav**
3) https://www.education.gov.in
4) https://www.drishtiias.com
5) https://www.edten.com
6) https://sstudhyhub.com

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

Impact Factor-7.675 (SJIF) ISSN-2278-9308

B.Aadhar

Peer-Reviewed & Refreed Indexed

Multidisciplinary International Research Journal

January - 2021

ISSUE No - CCLXXIII (273) A

Directive Principles of State & Policy Making –Expectations & Reality



Chief Editor
Prof. Virag S. Gawande
Director
Aadhar Social Research & Development Training Institute

Executive Editor :
Dr D. R. Gawande
Principal,
Smt. Salunkabai Raut Arts and Commerce College, Wanoja Distrlct. Washim

Editor :
Dr.MamtaV.Pathrikar
Associate Professor
Smt. Salunkabai Raut Arts and Commerce Colle
District. Washin

This Journal is indexed in:
Scientific Journal Impact Factor (SJIF)
Cosmos Impact Factor (CIF)
International Impact Factor Services (IIFS)

Smt. Rewaben Manoharbhai Pate
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

INDEX A

No.	Title of the Paper — Authors' Name	Page No.
1	Women Empowerment: A Brief Review In The Line Of Social Justice. **Dr D. R. Gawande**	1
2	Constructive Programme of Mahatma Gandhiji **Dr Vijay M. Gawande**	4
3	Right to Education under Directive Principles of State Policy vis-à-vis National Education Policy and Its Implementation for Social Welfare **Dr. Bhagayashree A. Deshpande**	9
4	Directive principles of State Policy in the Indian Constitution: Nature and Implementation **Dr. Dhoble D. B.**	14
5	Judicial Approach on Uniform Civil Code in the light of Directive Principles of state policy under the Constitution of India **Dr. Kalpana V. Jawale**	19
6	Locus of Control: Nature and concept **Dr. N.M. Palwade /Shri. Mahendra k. Chavan**	23
7	Relevance of Daltan Teaching Plan in India **Dr. Ninad Narayan Kashikar**	26
8	Woman Empowerment In India: Government Policies And Schemes **Dr. Sangita N. Lohakpure**	30
9	Environmental Education for Saving Environment **Dr. Savita M. Kene**	36
10	Woman empowerment in india: directive principles of state policy **Dr. Seema v. Deshmukh**	39
11	Directive Principles of State Policy for Human Rights, Health and Environmental Protection **Dr. Uday N. Manjre / Dr. Vijay V. Pande**	45
12	Directive Principles of State Policy- Most important Guiding Principle Uniform Civil Code- Article 44 Dr. Vinod B. Khaire	47
13	Environment Protection under Constitutional Framework of India **Dr.Sachin S. Jaisswal**	51
14	Directive Principles of State Policy: Value & Importance **Dr.Shriram Yerankar**	54
15	Women Empowerment & Constitution **Ku. J.M.Bhagat**	59
16	Directive Principles Of State Policy: Child Labour In India **Manjusha J Deshmukh**	63
17	Study of Post-COVID-19 Economic Revival in India. **Mr. Chandrakant B. Dhumale.**	68
18	MODERN ERA: RFID IN LIBRARY **Prof .Sangita V Dhandar**	73
19	Women empowerment and directive principles of state policy. **Prof. Ankita D. Kale**	76
20	The Contribution of Women in Fabric of India	81

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Manila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

	The Contribution of Savitribai Phule in Women's Education **Prof. Dr. Shirish S Nakhate**	
21	International Relations Terrorism: Causes For Terrorism **Prof. Sidharth A. Patil**	86
22	Uniform Civil Code: A Step Towards Balancing Between Equality And Religious Diversification **Miss. Yogita S. Hutke**	92
23	Contribution of Women In Sports **Dr. Sangita Mangesh Khadse**	98
24	A Comparative Study of Selected Health Related Physical Fitness of Middle- Aged Adults and Old Adults **Mr Sachin.I.patil Dr.Kishor P.Pathak**	100
25	Fundamental Rights And Duties Of Indian Citizen: Directive Principles Of State Policy **Dr. Ganesh Katakdeore**	104
26	Women Empowerment & Directive Principles Of State Policy **Dr. Ranjana Shringarpure**	110
25	Directive Principles of State Policy: Value & Importance **Dr.Shriram Yerankar**	114
26	लोककल्याणकारी राज्य की निर्म्ती में राजनिती के निर्देशक सिद्धांतों का महत्व **डॉ.विभा प्र.देशपांडे**	118
27	महिला सबलीकरण **गायकवाड निशा मच्छिंद्र**	121
28	नितीनिर्देशक सिध्दांतो का क्रियान्वयन एवमं वास्तविकता **प्रा. डॉ. विनोद जे. राठोड**	128
29	राजकीय क्षेत्र आणि महिला सबलीकरण **प्रा.डॉ. साधना देशमख**	132
30	राज्यनितीची मार्गदर्शक तत्वे आणि सामाजि न्याय—एक अभ्यास **प्रा.डॉ.इकबाल खान गफार खान**	135
31	महिला सशक्तिकरण में भारतीय संविधान का योगदान **प्रा.मनिषा मधुसुदन किर्तने**	139
32	कोवीड — १९ मध्ये जनसमुदायाचे आरोग्य **प्रा. दिपाली [illegible]यंबकराव देशमुख**	142
33	आंतरराष्ट्रीय संबंध — दहशतवाद **प्रा. पुंडे सोनाली सयाजी**	145
34	भारतीय लोकशाहीच्या विकासात नीतिनिर्देशक तत्त्वांची भूमिका **प्रा. डॉ. प्रविण ज. गुल्हाने**	149
35	कल्याणकारी राज्याच्या स्थापनेत राज्यनीतीच्या मार्गदर्शक तत्वांची भूमिका **डॉ.प्रा.प्रतिभा टावरी**	151
36	मार्गदर्शक तत्वे व सामाजिक न्याय **प्रा. डॉ. अलका काशिराव जाधव**	158
37	Directive Principles of State Policy and Constitutional Amendments **Dr. Vinod B. Khaire**	164
38	A Study on Issues and Challenges of Women Empowerment in India **Prof. Rahul G. Mahure.**	167

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

Scanned with CamScanner

B.Aadhar International Peer-Reviewed Indexed Research Journal
Impact Factor - ((SJIF) –7.675, Issue NO, CCLXXIII (273)A
ISSN : 2278-9308
January, 2021

The Contribution of Women in Fabric of India
The Contribution of Savitribai Phule in Women's Education

Prof. Dr. Shirish S Nakhate
Associate Professor Head of Department Economics
Smt. R. M Patel Mahila College, Bhandara

- **Abstract**

Savitribai Jyotirao Phule was a prominent Indian social reformer, educationist and poet who played an instrumental role in women education and empowerment during the nineteenth century. Counted among few literate women of those times, Savitribai is credited for founding the first girl's school in Pune in Bhide Wada with her husband Jyotirao Phule. She took great effort towards educating and emancipating child widows, campaigned against child marriage and sati pratha, and advocated for widow remarriage. A leading figure of Maharashtra's social reform movement, she is considered an icon of Dalit Mang caste along with likes of B. R. Ambedkar and Annabhau Sathe. She campaigned against untouchability and worked actively in abolishing caste and gender-based discrimination.

- **Introduction**

Savitribai was born on January 3, 1831, in Naigaon (presently in Satara district) in British India in a farming family to Khandoji Neveshe Patil and Lakshmi as their eldest daughter. Girls in those days were married off early, so following the prevalent customs, the nine-year-old Savitribai was wedded to 12 years old Jyotirao Phule in 1840. Jyotirao went on to become a thinker, writer, social activist and anti-caste social reformer. He is counted among the leading figures of Maharashtra's social reform movement. Savitribai's education started after her marriage. It was her husband who taught her to read and write after he saw her eagerness to learn and educate herself. She cleared third- and fourth-year examination from a normal school and became passionate about teaching. She took training at Ms Farar's Institution in Ahmednagar. Jyotirao stood firmly by the side of Savitribai in all her social endeavours.

- **Role in Women Education and Empowerment**

The first indigenously-run school for girls in Pune (at that time Poona) was started by Jyotirao and Savitribai in 1848 when the latter was still in her teens. Although they were ostracized by both family and community for this step, the resolute couple was given shelter by a friend Usman Sheikh and his sister Fatima Sheikh, who also gave the Phule couple place in their premises to start the school. Savitribai became the first teacher of the school. Jyotirao and Savitribai later started schools for children from the Mang and Mahar castes, who were regarded as untouchables. Three Phule schools were in operation in 1852. On November 16 that year, the British government honoured the Phule family for their contributions in the field of education while Savitribai was named the best teacher. That year she also started the Mahila Seva Mandal with the objective of creating awareness among women regarding their rights, dignity and other social issues. She was successful in organising a barber strike in Mumbai and Pune to oppose the prevailing custom of shaving heads of widows.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

All the three schools run by the Phule's were closed by 1858. There were many reasons for this, including drying up of private European donations post the Indian Rebellion of 1857, resignation of Jyotirao from the school management committee due to difference of opinion on curriculum, and withdrawal of support from the government. Undeterred by the circumstances Jyotirao and Savitribai along with Fatima Sheikh, took charge of educating people from the oppressed communities as well. Over the years, Savitribai opened 18 schools and taught children from different castes. Savitribai and Fatima Sheikh began teaching women as well as other people from downtrodden castes. This was not taken well by many, particularly the upper caste of Pune, who were against Dalits education. Savitribai and Fatima Sheikh were threatened by the locals and were also harassed and humiliated socially. Cow dung, mud and stones were thrown at Savitribai when she walked towards the school. However, such atrocities could not discourage the determined Savitribai from her goal and she would carry two saris. Savitribai and Fatima Sheikh were later joined by Saguna Bai who also eventually became a leader in the education movement. Meanwhile, a night school was also opened by the Phule couple in 1855 for agriculturist and labourers so that they can work in daytime and attend school at night. To check the school dropout rate, Savitribai started the practice of giving stipends to children for attending school. She remained an inspiration for the young girls she taught. She encouraged them to take up activities like writing and painting. One of the essays written by a student of Savitribai called Mukta Salve became the face of Dalit feminism and literature during that period. She conducted parent-teacher meetings at regular intervals to create awareness among parents on the significance of education so that they send their children to school regularly. In 1863, Jyotirao and Savitribai also started a care centre called 'Balhatya Pratibandhak Griha,' possibly the first ever infanticide prohibition home founded in India. It was set up so that pregnant Brahmin widows and rape victims can deliver their children in a safe and secure place thus preventing the killing of widows as well as reducing the rate of infanticide. In 1874, Jyotirao and Savitribai, who were otherwise issueless, went on toadopt a child from a Brahmin widow called Kashibai thus sending a strong message to the progressive people of the society. The adopted son, Yashavantrao, grew up to become a doctor. While Jyotirao advocated widow remarriage, Savitribai worked tirelessly against social evils like child marriage and sati pratha, two of the most sensitive social issues that were gradually weakening the very existence of women. She also made effort in bringing the child widows into mainstream by educating and empowering them and advocated for their re-marriage. Such pursuits also met with strong resistance from the conservative upper caste society.

- **Struggles**

Savitribai's struggle was fraught with many difficulties and despite that she continued her work peacefully. Men would purposely wait in the streets and pass lewd remarks. They sometimes pelted stones and threw cow dung or mud. Savitribai would carry two saris when she went to school, changing out of the soiled sari once she reached school, which would again be soiled on her way back, and yet, she did not give up. The guard who was then appointed for her, wrote in his memoirs about what she would say to those men, "As I do the sacred task of teaching my fellow sisters, the stones or cow dung that you throw seem like flowers to me. May God bless you!"

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

In July 1887, when Jyotirao paralysed his right side due to a heart attack, Savitribai nursed him night and day because of which he managed to recover and write again. During the same time, their financial crisis was at its peak. A political sage and well-wisher Mama Paramanand tried hard to get them financial help. In a letter to the King of Baroda, Sayajirao Gaekwad, Paramanand recorded the historic work that the couple was engaged in and said the following about Savitribai, "More than Jyotirao, his wife deserves praise. No matter how much we praise her, it would not be enough. How can one describe her stature? She cooperated with her husband completely and along with him, faced all the trials and tribulations that came their way. It is difficult to find such a sacrificing woman even among the highly educated women from upper castes. The couple has spent their entire life working for people."

When Jyotirao passed away, Savitribai was present there. Due to the lack of permission from municipality, he could not be buried with salt covering his body as he had wished. He was burnt on the pyre and it was Savitribai who courageously came forward and held the earthen pot (it is supposed to be carried by the successor of the deceased). She led the final journey of Jyotirao and consigned his body to the flames. In the history of India, this was probably the first time a woman had performed death rites. She also erected a 'Tulsi Vrindavan' with his ashes on the spot where Jyotirao wanted to be buried. After Jyotirao's demise, Savitribai led the Satyashodhak movement till the very end. She was the chairperson of the Satyashodhak Conference held in 1893 at Saswad, Pune.

- **Her Writing and Valuable Contribution**

Savitribai Phule's poems and other writings continue to be an inspiration for many and remain pioneering in the struggle against India's caste system. She has put together some very valuable writing.

1. Kavyaphule- Collection of poems, 1854
2. Jyotirao's Speeches, Edited by Savitribai Phule, 25 December 1856
3. Savitribai's Letters to Jyotirao
4. Speeches of Matoshree Savitribai, 1892
5. Bavankashi Subodh Ratnakar, 1892

These works have been collected together in a 194-page volume 'The Complete Works of Savitribai Phule' edited by Dr M. G. Mali. The volume has an introduction by the famous thinker and philosopher Dr Surendra Barlinge. 'Kavyaphule', published in 1854, was the first anthology of Savitribai's poems. It has a total of 41 poems on the themes such as nature, social issues, instructive poems and historical poems. 'Jyotirao's Speeches' is a volume edited by Savitribai and the transcription has been done by Charles Joshi. This book was published in 1856 and contains four speeches by Jyotirao. 'Savitribai's Letters to Jyotirao' has a total of three letters written from Otur and Naigaon. 'Speeches of Matoshree Savitribai' contains Savitribai's speeches on varied topics such as enterprise, imparting education, good conduct, addictions and loans, among others. They have been edited by Shastri Naro Babaji Mahadhat Pansare Patil and were published by Vatsal Press, Baroda in 1892. 'Bavankashi Subodh Ratnakar' is collection of poems that narrates the history of India, including Jyotirao's work in prose. It has 52 compositions. This poetry was composed in 1891, after Jyotirao's death and published as a book in 1892.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

Scanned with CamScanner

The support, cooperation and companionship that Savitribai gave Jyotirao throughout his life is extraordinary. The ideal of equality between men and women and peaceful companionship that they have set, transcends the limits of time and space. The path-breaking work that they did in the fields of education, social justice, eradication of caste and the eradication of priestly power illuminates not only the past but also the present. It is a contribution without parallels even in the present times. This legacy of Savitribai will continue to enrich our lives forever.

- **Death**

Her adopted son Yashwantrao served the people of his area as a doctor. When the worldwide Third Pandemic of the bubonic plague badly affected the area around Nallaspora, Maharashtra in 1897, the courageous Savitribai and Yashwantrao opened a clinic at outskirts of Pune to treat the patients infected by the disease. She brought the patients to the clinic where her son treated them while she took care of them. In course of time, she contracted the disease while serving the patients and succumbed to it on March 10, 1897.

- **Legacy**

The relentless efforts of Savitribai in curbing the age-old evils of society and the rich legacy of good reforms left behind by her continues to inspire generations. Her reformative works have been recognised over the years. A memorial was created in her honour by the Pune City Corporation in 1983. India Post released a stamp in her honour on March 10, 1998. The University of Pune was renamed after her in 2015 as Savitribai Phule Pune University. Search engine Google commemorated her 186th birth anniversary on January 3, 2017, with a Google doodle. The Savitribai Phule award is awarded to women social reformers in Maharashtra. Savitribai Phule (3 January 1831 – 10 March 1897) was an Indian social reformer, educationalist, and poet from Maharashtra. She is regarded as the first female teacher of India. Along with her husband, Jyotirao Phule, she played an important role in improving women's rights in India during British rule. Phule and her husband founded the first Indian run girls' school in Pune, at Bhidewada in 1848. [a] She worked to abolish the discrimination and unfair treatment of people based on caste and gender. She is regarded as an important figure of the social reform movement in Maharashtra. A philanthropist and an educationist, Phule was also a prolific Marathi writer She opened the first school for girls in pune.

Conclusion

Thus, the attainment in the field of income / employment and in educational front, the scenario of women empowerment seems to be comparatively poor. The need of the hour is to identify those loopholes or limitations which are observing the realization of empowerment of women and this initiative must be started from the women folk itself as well as more importantly policy initiative taken by the state and society. Let us take the oath that we want an egalitarian society where everybody whether men or women get the equal opportunity to express and uplift one's well being and well being of the society as whole. Women's empowerment is not a Northern concept women all over the world, including countries in South, have been challenging and changing gender inequalities since the beginning of the history. These struggles have also been supported by many men who have been outraged at injustice against women. Women represent half the world's population and gender inequality exists in every nation on the planet. Until women are given the same opportunities that men

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Mahabharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Mahabharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

Scanned with CamScanner

are, entire societies will be destined to perform below their true potentials. The greatest need of the hour is change of social attitude to women. "When women move forward the family moves, the village moves and the nation moves". It is essential as their thought and their value systems lead the development of a good family, good society and ultimately a good nation. The best way of empowerment is perhaps through inducting women in the mainstream of development. Women empowerment will be real and effective only when they are endowed income and property so that they may stand on their feet and build up their identity in the society. The Empowerment of Women has become one of the most important concerns of 21st century not only at national level but also at the international level. Government initiatives alone would not be sufficient to achieve this goal. Society must take initiative to create a climate in which there is no gender discrimination and women have full opportunities of self decision making and participating in social, political and economic life of the country with a sense of equality.

- **References**

1. Jump up to: a b c d e f g Sundararaman, T. (2009). Savitribai Phule first memorial lecture, [2008].National Council of Educational Research and Training. ISBN 9788174509499. OCLC 693108733.
2. O'Hanlon (2002), pp. 105–106
3. Jump up to: a b c d e f g h i Kandukuri, Divya (11 January 2019). "The life and times of SavitribaiPhule". Mint. Retrieved 28 Jan. 21
4. Rege, Sharmila (2009). Savitribai Phule Second Memorial Lecture, [2009]. National Council ofEducational Research and Training. ISBN 978-8-17450-931-4.
5. Jump up to: a b O'Hanlon, Rosalind (2002). Caste, Conflict and Ideology: Mahatma Jotirao Phuleand Low Caste Protest in Nineteenth-Century Western India (Revised ed.). Cambridge UniversityPress. p. 135. ISBN 978-0-521-52308-0.

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

IJCRT.ORG ISSN : 2320-2882

INTERNATIONAL JOURNAL OF CREATIVE RESEARCH THOUGHTS (IJCRT)

An International Open Access, Peer-reviewed, Refereed Journal

शिक्षा का वैचारिक पक्ष और वास्तविकता: एक विवेचन

¹Dr. Madhulata Vyas
¹Associate Professor
¹R.T.M. Nagpur University

सारांश: शिक्षा का अर्थ ज्ञानार्जन होता है। शिक्षा दो तरफा होती है जिसमे आदान प्रदान की क्रिया सम्मिलित होती है। मेरी नजर में विद्या वह है जो समय के परिवर्तन के बावजूद भी किसी न किसी रूप में अप्रत्यक्ष रूप से अपने अतीत के प्रवाह को लेकर वर्तमान से जुड़ती है और भविष्य के लिए नए स्रोत तैयार करती है। हमें पौराणिकता, प्राचीनता, एतिहासिक पृष्ठभूमि को सार्थक करते हुए वर्तमान में भी प्रासंगिकता के सूत्र पिरोती है।

शिक्षा का प्रारम्भ किसी भी विद्यार्थी को साक्षर, सभ्य नागरिक बनाने के लक्ष्य से हुआ है। जिसमे शिष्टाचार, सभ्यता, समाजिकता, और आत्मनिर्भरता निर्मित करने के गुण होते है। आज समाज शिक्षित हो चुका है पर उस समाज को क्या आज हम सभ्य समाज की श्रेणी मे रख सकते है? क्या हम किसी व्यक्ति को एक अच्छा नागरिक कह सकते है? उसका प्रमुख कारण यह नजर आता है कि सबसे बड़ी चीज है सभ्य आचरण और सवेदना का विकास । जिसमे एक मनुष्य दूसरे मनुष्य के प्रति आस्था रखता हो, एक दूसरे के दुख सुख मे जुड़ता हो, चाहे वो अमीर हो या गरीब। विपरीत परिस्थितियो मे जिसे कोई अभाव हो उसमे उसका साथ देना उससे सहानभूति रखना और अपने नैतिक कर्तव्य का पालन करना, ये सोच हमे सबसे पहले एक सभ्य मनुष्य, और फिर एक अच्छे नागरिक होने की सतुष्टि प्रदान करती है ।

'प्रबुद्ध राष्ट्र जीवन की पद्धति मे शिक्षा क्षेत्र का उत्तरदायित्व विद्वानो, चिंतको और आचार्यकुलम पर रहता है। शिक्षा अपने सीमित अर्थ में जीवन के लिए तैयार मानी जा सकती है परंतु व्यापक अर्थ मे वह जीवन का चरम उद्देश्य ही रहेगी इन असीमित और व्यापक अर्थों मे कोई अतर्विरोध संभव नही सीमित व्यापक अर्थ मे अंतरभूत रहता है। शिक्षा मे विसंगति तब उत्पन्न होती है जब शिक्षा निर्देशित हैवारी मात्र रह जाती है, क्योंकि वह परिणामहिन क्रियाशीलता है। शिक्षा का उद्देश्य भावी नागरिक के व्यक्तित्व का ऐसा विकास है जिसमे उसका स्वाभिमान राष्ट्र भावना अन्याय के विरुद्ध संघर्ष की इच्छा आदि विशेषताए विकसित हो सके स्वतत्र देश के लिए उपयोगी हल हो सकता है'1

जिस तरह देश काल परिवर्तन होता है उसिके अनुरूप शिक्षा में भी परिवर्तन होते रहना आवश्यक है, क्योंकि शिक्षा का अर्थ सीमित नहीं है वह परिस्थिति, वातावरण और सामाजिक तथा देश के स्थितियों के आवश्यकता के अनुसार रूप लेते रहती है। शिक्षा केवल निरक्षरता ही दूर नहीं करती वह हमे कठिन समय में निर्णय लेना भी सिखाती है। इसलिए वर्तमान मे जिस शिक्षा की आवशयकता है वह है जीवन के विकास के लिए मूल्य शिक्षा। 'शिक्षा तो वर्तमान का वह अक्षर है जिस पर सारे परिवर्तन का पहिया घूमता है शिक्षा तो वह विंदु है हमारे भीतर जहा रोज ही नया कुछ घटता है शिक्षा प्रयोग है शास्त्र नहीं प्रयोग भविष्यमुखी होते हैं यात्रा करते है अंधेरे से उजाल की ओर।'2

इसलिए हम यह कह सकते है की शिक्षा का मूल तत्व आन्तरिक विकास के साथ बाहा निर्भरताओं को पूर्ण करने के परिप्रेक्ष्य मे समाहित है। शिक्षा हमें स्वयं अनुशासन सिखाती है। वह हमे जिम्मेदारियो और देश के प्रति उत्तर दायित्व को सभालने का निर्देश भी देती है । यहाँ हम यह कह सकते है की शिक्षा द्वारा हम में कर्तव्य परायणता जागृत होती है । 'शिक्षा का उद्देश्य संस्कृति के विकास क्रम मे प्राप्त मूल्य नैतिक, सामाजिक, आध्यात्मिक, राजनीतिक आदि विविध क्षेत्रों मे विभाजित होकर भी व्यक्ति और समष्टि की दृष्टि से एक व्यापक प्रभाव उत्पन्न करते है'3 पृष्ठ 223

साहित्यकार रामधारी सिंह 'दिनकर' की रचना 'रश्मिरथी' मे गुरु शिष्य सवाद में गुरु परशुराम और कर्ण मे ये बताया गया है की परशुराम कर्ण को श्राप देते है की 'तूने छल से जो विद्या प्राप्त की है वह तू युद्ध मे अंतिम समय मे भूल जाएगा । वह सबसे बड़ी शक्ति थी, ब्रह्मास्त्र चलाना जिसे उसने आश्रम में रहकर बड़ी मेहनत से, लगन से सीखा था, विद्या प्राप्त की थी। जब गुरु के सामने कर्ण बोहत रोने लगता है की 'जब मैंने अर्जुन से मुकाबला करने के लिए यह ब्रह्मास्त्र चलाना सीखा था जो मेरे जीवन का लक्ष्य था। जब विद्या काम ही नहीं आएगी तो मैं जी कर क्या करूँ।' उसे जीना भी व्यर्थ लगने लगता है । उसकी इस वेदना को देख कर ये कहते है 'क्या तूने इस आश्रम मे केवल स्वार्थ पूर्ण करने के लिए ही विद्या सीखी है इसके सिवा कुछ और नहीं सीखा यहां । तेरे पास भी अपनी शक्ति है, विचार है नयी कल्पना है। तू मन से मत हार समय पर तुझे नए विचार नयी कल्पनाएँ याद आएगी और तू एक नयी शक्ति का अर्जन कर सकेगा। तु जीवन से नही हार।'

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

महाभारत की इस कथा से अतीत की कहानी हमें आज भी प्रेरणा देती है की हम शिक्षक से मात्र कक्षा में बैठकर पुस्तक पढ़ना ही नहीं सीखते बल्कि उनके व्यक्तित्व का उनके अन्य शिक्षाओं का विचारों का प्रभाव भी हम पर पड़ता है। इसलिए हमने आज जो शिक्षा विद्यार्थियों को देनी है, जो ज्ञान देना है, वो इस प्रकार का हो जो कागज सैद्धांतिक न होकर व्यवहारिक भी हो । उनमें आकलन की शक्ति पैदा की जाये। निरीक्षण की क्रिया के प्रति सचेत किया जाय, स्वाध्याय सिखाया जाए। हमें उन्हें केवल रोटा पढ़ाई नहीं करवानी है, रटटा ज्ञान नहीं देना है बल्कि उनमें स्वयं में एक कौशल्य प्राप्त करने की जिज्ञासा होनी चाहिए। क्यों? कब? कौन? इत्यादि । शिक्षण की परिभाषा सायवर्न के अनुसार "शिक्षण एक सक्रिय है जो बालक को अपनी समस्त शक्तियों को विकसित करने में सहायता करता है। 4

अच्छे शिक्षण की विशेषताएं

1। जिसमें आवश्यकता के अनुसार परिवर्तन किया जा सके

2। सृजन शक्ति का विकास तथा छात्रों की समस्याओं का समाधान करना

3। शिक्षक एवं छात्र के बीच मधुर एवं समायोजन रूप से सक्रिय होना चाहिए

4। उत्तम शिक्षण विद्यार्थी के लिए उत्प्रेरक का कार्य करता है

5। अच्छा शिक्षण एक निश्चित विधि पर आधारित होता है क्रम के अनुसार सुव्यवस्थित सुनियोजित होता है।5

जीवनमूल्य आधारित शिक्षा वैल्यू एजुकेशन

शिक्षा के द्वारा शौर्य गुण निर्माण करना यह किसी भी व्यक्ति का जीवन में सबसे महत्वपूर्ण गुण है । इस गुण की आवश्यकता आज की सामाजिक परिस्थितियों में कदम कदम पर है । शौर्य गुण में मानसिक और शारीरिक शक्ति समाहित होती है । यह शक्ति तात्कालिक बुद्धि का प्रतीक है। जब झाँसी पर 1857 की लड़ाई में रानी लक्ष्मीबाई पर यह जिम्मेदारी आ गयी की उन्हें अंग्रेजो से अपनी झाँसी की रक्षा करना है। उन्होंने यह भी सोचा था की अगर वे अभी युद्ध नहीं करती है तो आगे ये अंग्रेज पूरे भारत पर अपना दबाव डालेंगे। इसलिए उन्होंने तुरंत युद्ध करने का निर्णय लिया और अंग्रेजो से युद्ध किया। इस तरह से हममें भी अपने देश के प्रति भावना जागृत हो , साहस का कार्य करने के लिए प्रेरित हो ऐसे कारक तत्व निर्माण करने हेतु प्रेरक मूल्य शिक्षा देने की आवश्यकता है। "देसी झांसी की रानी" कविता सुभद्रा कुमारी चौहान की इस कविता से विद्यार्थियों को शौर्य गाथा का एहसास होता है। देश भक्ति की भावना निर्मित होती है। इस प्रकार की कविताये पाठ्यक्रम में होने से विद्यार्थियों को मूल्य आधारित शिक्षा प्राप्त होती है।

पथ दिखा गई

पथ सिखा गई

पथ हमको जो सीख सिखानी थी

खूब लड़ी मर्दानी वह तो झांसी वाली रानी थी"। 6

वर्तमान में शिक्षा का व्यावसायिकीकरण ज्यादा हो गया जिसका मूल कारण भौतिकवाद है। परिणामतः आज विद्यार्थियों का दृष्टिकोण भी रोजगार प्राप्त होने तक सीमित हो गया है। समाधान, स्वविकास , आत्मनिर्भरता ज्ञानार्जन आत्मविकास के साथ उच्च संस्कार या सभ्यता अर्जित के दायरे में पूर्ण होता दिखाई नहीं दे रहा । आज पढ़े लिखे होने पर गौरव अनुभव नहीं करते बल्कि रोजगार न मिलने पर शिक्षा को कोसते पाते है। पुस्तकों में निहित वैचारिक अध्ययन, चिंतन यदि हमने पूरे मनायोग से आत्मसात किया है तो हम शिक्षा विषम परिस्थितियों में सम्हलने का आधार देती है। लेखक बेकन ने कहा है, 'बुद्धिमान व्यक्ति को जितने अवसर के मिलते है उससे ज्यादा तो वह पैदा करता है।' बीती ताही बिसार दे, आगे की सुध ले ।

इसका ज्वलंत उदाहरण है, कोरोना वाइरस संक्रमण काल के दौरान प्रवासी मजदूर की हिम्मत। इनका घर पहुँचने का दृढ़ संकल्प अनुप्रेरित करता है । मन के हारे हार है, मन के जीते जीत । मजदूर अधिक पढ़े लिखे भी नहीं है पर ये जिंदगी भौतिकतावाद में नहीं जीते, ये इसलिए भरी दुपहर में नंगे पैर, छाले पड़ने पर भी चलते रहे, अपने परिवार के साथ घर की ओर बढ़ते रहे । जीवन में विषम परिस्थितियों के ये उदाहरण हमें हमेशा याद दिलाएँगे, हिम्मत से काम लेना, आत्मनिर्भर रहना । हमें जीवन से भी शिक्षा ग्रहण करनी चाहिए, जिससे हमें आत्मसबल प्राप्त होता है ।

इस आपातकाल के दौरान शिक्षा के दरवाजे बंद नहीं हुए। जब एक दरवाजा बंद होता है तब भी दरवाजे खुल जाते हैं। आज सम्भवतः कक्षाओं में प्रत्यक्ष विद्यार्थियों के साथ ज्ञान का आदान प्रदान नहीं हुआ लेकिन ऑनलाइन शिक्षण व्यवस्था शुरू रही जिससे की कई प्रकार से आधुनिक तकनीकों के माध्यम से अध्ययन प्रणाली पूर्ण की जा रही है। विद्यार्थी और गुरु के बीच संवाद सेतु बना हुआ है।

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

वास्तव में हम सबसे बड़ी शिक्षा समय देता है, और ग्रहण की गयी विद्या कभी व्यर्थ नहीं होती है। हमें समय के साथ चलना है, अतीत से प्रेरित होकर भविष्य निर्माण की ओर अग्रसर होना है, कौशल्य विकसित करना है, नयी कल्पनाओं के साथ शिक्षा के नव निर्माण में भविष्य के लिए, नयी शिक्षानीति की नींव रखना है।

सदर्भ

1। 'महादेवी प्रतिनिधि गद्य रचनाएं' छठवा संस्करण 2005 भारतीय ज्ञानपीठ लोधी रोड नई दिल्ली संकलन संपादन डॉक्टर रामजी पांडेय शिक्षा का उद्देश्य पृष्ठ 226

2। शिक्षा में क्रांति, ओशो, भारतीय विद्या भवन, पृष्ठ 344

3। 'महादेवी प्रतिनिधि गद्य रचनाएं' छठवा संस्करण 2005 भारतीय ज्ञानपीठ लोधी रोड नई दिल्ली संकलन संपादन डॉक्टर रामजी पांडेय शिक्षा का उद्देश्य पृष्ठ 223

4। शिक्षा तकनीकी, लेखक डॉ सतनाम सिंह, ISBN 81-8330-044-8 अर्जुन पब्लिशिंग हाउस अंसारी रोड दरियागंज नई दिल्ली 110002 प्रथम संस्करण 2011 पृष्ठ 28

5। शिक्षा तकनीकी, लेखक डॉ सतनाम सिंह ISBN 81-8330-044-8 अर्जुन पब्लिशिंग हाउस अंसारी रोड दरियागंज नई दिल्ली 110002 प्रथम संस्करण 2011 पृष्ठ 164

6। 'ज्ञानोदय'– युवा पीढ़ी विशेषांक, मई 2007 प्रकाशक– भारतीय ज्ञानपीठ, संस्थापक रमा जैन, प्रबंध संपादक श्री साहू जैन, संपादक रविंद्र कालिया, लोधी रोड नई दिल्ली पृष्ठ 23

IJCRT

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

32.1
21.22

ISSN 2278-3199

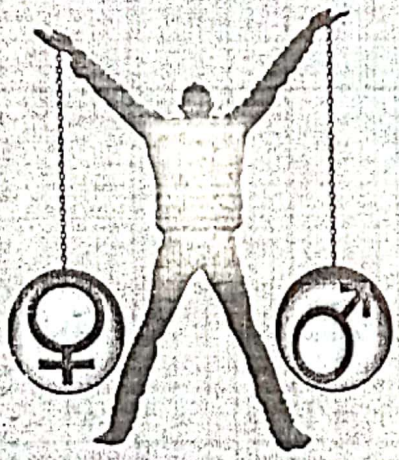
Indexed Journal with www.sjifactor.com Impact Factor 7.264 (2021)

Volume - 10, Issue - 02, July - December, 2021

A Half Yearly Peer Reviewed Multidisciplinary Indexed National Research Journal of Social Sciences & Humanities...

National Journal on ...

SOCIAL ISSUES AND PROBLEMS



Gondia Education Society's

SETH NARSINGDAS MOR ARTS, COMMERCE & SMT. GODAVARI DEVI SARAF SCIENCE COLLEGE

TUMSAR, DIST. BHANDARA - 441912.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay

CS Scanned with CamScanner

- CONTENTS –

	Title of Paper	Author Name	Page
1.	Problem of Resettlement and Rehabilitation	Premala Anil Kumar	...1
2.	Trend of Population Growth in Assam and Its Diverse Impact	Anjan Jyoti Borah	...4
3.	Jayanti- Re-emergence of Lost Voice	Ajay Choudhary	...8
4.	Role of Government Funding in Research & Publications	Ganesh Ghatole	...12
5.	Social Resistance in JP Dutta's Cinema: 'Ghulami'	Lavina Shekhawat	...16
6.	Right to a Wholesome Environment Under Article 21.....	M. L. Dharmapurikar	...20
7.	The Study of Government Policies and International....	Vinayak Sakharkar	...24
8.	Social Media and Academic Libraries	Varsha Meshram	...29
9.	Communal Problems: Communal Violence	Chandrashekhar Malviya	...33
10.	An Analytical Study of ICT in Open Education...	Pramila Bhujade	...36
11.	A Review on Rural Development Schemes....	Divya Pal	...40
12.	Dignity of Labour and Social Justice	Varsha Bhujbal	...44
13.	Environment Awareness through the Education and ...	Ajaykumar Mohbansi	...47
14.	Television and Social Change in Rural Marathwada....	S. K. Rathod	...50
15.	Coming of Age: Depiction of Women in the lyrics of Hindi...	Shamali Gupta	...54
16.	Global Warming and Environment Degradation	Surendra Pawar	...58
17.	Mass Media in our Indian Society	S. I. Malagali	...61
18.	Thematic Interpretation of T. S. Eliots.....	Manisha Khirao	...64
19.	वर्तमान परिवेश का विद्यार्थियों की मनोवैज्ञानिक सुरक्षा पर होनेवाला प्रभाव	तिलक भांडारकर	...67
20.	आधुनिक समाज और लिंगभाव	कृष्णा पासवान	...70
21.	आदिवासी समाज की ऐतिहासिक विरासत	प्रविण्यलता मारकण्डेय	...73
22.	प्रेमचंद के उपन्यास और समस्याएं	इंदु कनौजिया	...75
23.	भारत का संविधान और महिला उत्पीडन: एक विहंगम दृष्टिकोण	बबन मेश्राम	...77
24.	भारतीय संविधान में समाविष्ट मूल्य	अनिलकुमार गुप्ता	...80
25.	सामाजिक सुधार आंदोलन	योगराज धेर	...82
26.	ग्रामिण आधार: सहकार	सुधीर दसरीया	...84
27.	समसामायिक भारत में भ्रष्टाचार का सामाजिक एवं आर्थिक विकास पर प्रभाव	दिनेश परमार	...87
28	भंडारा जिल्हयातील ग्रामीण लोकसंख्या	अरूणा बावनकर	...90
29.	'सरोगरी': एम समाजशास्त्रीय चिंतन	जयमाला लाडे	...92
30.	धम्मचक्र प्रवर्तन आणि अस्पृश्यांचे जीवन	माया मसराम	...96
31.	भटक्यांच्या– विमुक्तांच्या साहित्यातील वेगळेपण	आर. आर. दिपटे	...99
32.	डॉ. आंबेडकरांच्या विचाराचे महत्व आणि उपयुक्तता	रमेश घोनमोडे	...101
33.	ज्येष्ठ नागरिक आणि वृद्धापकाळाचे व्यवस्थापन	अंजली जोशी–टेभूर्णीकर	...104
34.	लोकसंख्या वाढ: एक सामाजिक समस्या	राजेंद्र बारसागडे	...107
35.	अन्न सुरक्षा योजना	निशा कळंबे	...110
36.	रेशीम उद्योगाचा इतिहास व आदिवासी लोकांचा टसर रेशीम उद्योग	राजेंद्र कापसे	...112
37.	विंदर्भातील आदिवासी चळवळी	रामु उईके	...115
38.	महिलांवरील हिंसाचार, सरंक्षण देणारे कायदे आणि जाणीवजागृती	विणा काकडे–चौखुंडे	...118
39.	विद्यार्थ्यामधील जिज्ञासू प्रवृत्ती आणि त्यांचे शैक्षणिक संपादन	डी. एम. तिडके	...120
40.	निरोगी आरोग्यासाठी व्यायामाचे महत्व	नरेश बोरकर	...123
41.	महाराष्ट राज्यातील दुष्काळी परिस्थितीसाठी जलयुक्त शिवार अभियान	विजय दरवडे	...127
42.	ग्रामीण विकास आणि परिवर्तनात दूरसंचार क्रांतीचा प्रभाव	राजु बुरीले	...130
43.	भारतीय महिलांची सामाजिक स्थिती	ओमप्रकाश सहारे	...133
44.	डॉ. आंबेडकर यांच्या निवडक भाषणातील परिवर्तनवादी विचार	लक्ष्मण वाघमारे	...136
45.	युवकांमधील मद्य व्यसनाधीनता: प्रश्न आणि आव्हाने	विनोद शेंडे	...139

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

ISSN 2278-3199

Volume - 10, Issue - 02, July - December, 2021.

Indexing Journal with www.sjifactor.com
Impact Factor 7.264 (2021)

A Half Yearly Peer Reviewed Multidisciplinary Indexed National Research Journal of Social Sciences & Humanities

National Journal on.....

SOCIAL ISSUES AND PROBLEMS

Chief Editor

Dr. C. B. Masram

Principal

S. N. Mor Arts, Commerce & Smt. G. D. Saraf Science College,
Tumsar Dist. Bhandara.

Editor

Dr. Rahul Bhagat

Professor & Head, Department of Sociology,
S. N. Mor Arts, Commerce & Smt. G. D. Saraf Science College,
Tumsar Dist. Bhandara – 441912

Published By

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY
S. N. MOR ART, COMMERCE & SMT. G. D. SARAF SCIENCE COLLEGE, TUMSAR,
DIST. BHANDARA - 441912.

Email-principalsnmorcollege@rediffmail.com / rjbhagat1968@yahoo.co.in
Website - www.snmorcollege.org.in
Phone No. - 07183-233300 / 07183-233301 Mobile - 09422113067 / 09420359657

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

निरोगी आरोग्यासाठी व्यायामाचे महत्व

डॉ. नरेश पी. बोरकर, शारीरिक शिक्षण विभाग, श्रीमती रेवाबेन मनोहरभाई पटेल महिला कला महाविद्यालय, भंडारा

प्रस्तावना: व्यायाम म्हणजे आपल्या डोळयांसमोर पैलवान किंवा पीळदार शरीरे येतात. त्यासाठी तर व्यायाम लागतोच, पण निरोगी राहण्यासाठीही व्यायाम लागतो, अनेकांना हे माहितच नसते. भारतीय समाजामध्ये व्यायामाची आवड कमी आहे. सुशिक्षित समाजात तर व्यायामाची आवड अगदीच कमी आहे. भारतातल्या जातीव्यवस्थेमुळे कष्टकरी वर्गाला अन्न कमी तर खाणाऱ्यांना श्रमच नाही अशी परिस्थिती आहे. म्हणूनच व्यायामाचे महत्त्व कमी आहे. व्यायाम केला नाही तर पुढील दुष्परिणाम होतात. – १. शारीरिक क्षमतेचा अभाव, सहनशक्ती कमी होते, अपेक्षित आयुष्य कमी राहते. २. हृदय लवकर जीर्ण व दुबळे होणे. ३. सांधे आखडणे आणि स्नायू दुबळे होणे. या आरोग्य समस्या लवकर उत्पन्न होतात. ४. रक्तातली साखर वाढून मधुमेह होणे. ५. शरीरात आणि रक्तवाहिन्यांत चरबीचे थर साठणे, पोट सुटणे, त्यामुळे रक्तवाहिन्यांत अडथळे निर्माण होणे. ६. भूक व पचनशक्ती मंद होणे.

जे लोकं व्यायाम करीत नाहीत त्यांना आज ना उद्या आरोग्यसमस्या जाणवतात. या सर्व हळूहळू वाढणाऱ्या समस्या असल्याने त्यांची मनुष्याला सवय होऊन जाते व व्यायाम न करणे अंगवळणी पडते. अनेकजण या आळसाचे समर्थन करतात. व्यायामाची आवड लहानपणापासूनच लावली पाहिजे. प्रत्येकाने काही ना काही व्यायाम आयुष्यभर नियमित करायला हवे. व्यायाम म्हणजे नेमके काय हेही समजायला पाहिजे. केवळ धोंडेफार चालणे यालाच अनेकजण व्यायाम समजतात. व्यायामाचे अनेक प्रकार आहेत. सर्व दृष्टीने फायदेशीर होईल असे व्यायाम शोधून ते चिकाटीने नियमित करणे आवश्यक आहे. व्यायामाचे शास्त्र नीट समजावून घेण्यासाठी हे लेख उपयोगी पडेल.

व्यायाम म्हणजे काय?: व्यायाम म्हणजे एखाद्या अवयवाला किंवा स्नायुगटाला जास्त काळ विशिष्ट काम देत राहणे होय. शरिराला स्थिरता प्राप्त करण्यासाठी, शरीर मजबुत बनवण्यासाठी, शक्ती वाढवण्यासाठी केल्या जाणाऱ्या क्रियेस व्यायाम असे म्हणतात. मैदानी खेळ, चालणे, धावणे, पोहणे, सायकलींग, दोरीवरच्या उड्या, दंडबैठका, वजन उचलणे, पुश–अप्स, पायऱ्या उचढणे–उतरणे, स्ट्रेचिंग, डान्सींग, योगासने अशा विविध शारीरिक क्रियांचा व्यायामात समावेश होतो.

शारीरिक उपक्रम हे दोन प्रकारचे आहेत : मॉडरेट (माफक) आणि व्हिगरस (जोरदारपणे करावयाचे). भरभर चालणे, नृत्यकला जोपासणे, बागेत काम करणे, ताशी ५० मैलांपेक्षा कमी वेगाने सायकल चालवणे, योग आणि प्राणायाम करणे हे माफक प्रकारचे व्यायाम प्रकार म्हणता येतील. धावणे, जॉगिंग करणे, ताशी ५० मैलांपेक्षा जास्त वेगाने सायकल चालवणे, वजन उचलणे, पोहणे आणि स्पर्धात्मक खेळ खेळणे हे जास्त शारीरिक कष्ट पडणारे व्यायाम आहेत. फार पूर्वी म्हणजे फार तर आपल्या आजी–आजोबांच्या काळात, अन्न–पाण्याबरोबरच त्यांना हवाही अगदी शुद्ध मिळत होती पण आजची परिस्थिती फार वेगळी आहे. आज आपण ज्या वातावरणात राहतो, तिथे सर्वत्र प्रदूषित हवा आढळून येते. म्हणूनच शुद्ध हवेत श्वास घेण्याची आवश्यकता निर्माण झाली आहे. आणि म्हणूनच पहाटे ताज्या हवेत चालल्यास खूपच फायदा होतो. जॉगिंग, सायकल चालवणे, गोल्फ, टेनिस, बास्केटबॉल खेळणे, पोहणे ह्या शरीरास हितकारक अशा एरोबिक ॲक्टिव्हिटीज आहेत. धावण्यानेही वजन कमी होण्यास मदत होते आणि पोटऱ्या व मांड्यांना नीट आकार मिळतो. पण एकदम धावायला सुरुवात करू नये. प्रथम निदान तीन महिने तरी नियमित चालण्याचा सराव करावा आणि तीन महिन्यांनंतरच धावायला सुरुवात करावी. वजन उचलणे, भरभर चालणे, इत्यादींमुळे शारीरिक क्षमता सुधारते आणि हाडे व स्नायू बळकट होण्यास मदत होते. नृत्य करणे, योगासने करणे, मार्शल आर्टस् इत्यादी प्रकारच्या व्यायामांचा एक वेगळा गट बनतो. त्याला आपण बॅलन्स व स्ट्रेच कसरत म्हणू शकतो. हे व्यायामही शरीरास खूपच फायदेशीर आहेत. त्यामुळे आपली शारीरिक क्षमता व शक्ती सुधारते. शरीरास स्थैर्य प्राप्त होते.

बदलत्या जिवनशैलीत व्यायामाचे महत्व: आजच्या स्पर्धेच्या व धावपळीच्या जीवनात सर्वच वयोगटातील लोकांचे व्यायामाकडे दुर्लक्ष होत आहे. त्यामुळे कमी वयोगटातच आरोग्याच्या अनेक समस्या उभ्या राहात आहेत. अभ्यासाच्या तणावामळे मुले मैदानी खेळ व व्यायामापासून दुरावली आहेत. तर तरुण वयातील व्यक्तींना कॅरिअर आणि कामाच्या व्यापातून रोजच्या व्यायामाला वेळ देता येत नाही. अशा बदलत्या जीवनशैलीत व्यायामाकडे दुर्लक्ष झाल्यामुळे लठ्ठपणा, हृदयविकार, उच्च रक्तदाब, डायबिटीज, पक्षघात, सांधेदुखी, गुडघेदुखी, मानसिक तणाव यासारखे अनेक गंभिर आजारांचे प्रमाण अतिशय वाढलेले आहे. पैसा व सुख वस्तुंच्या हव्यासापोटी व्यायामाकडे दुर्लक्ष करुन आपण आपले बहुमुल्य आरोग्य धोक्यात घालत आहोत. त्यामुळे वेळीच सावध होउन प्रत्येकाने आपपल्या कामातून दररोज थोडा वेळ काढून व्यायाम करणे गरजेचे आहे.

नियमित व्यायामाचे फायदे: १. व्यायामामुळे शरीर निरोगी आणि सुडोल बनते. २. रोज व्यायाम करण्यामूळे शरीरावर खूप चांगले परिणाम होतात. ३. रोजच्या व्यायामामूळे स्नायुंची शक्ती व लवचिकता वाढते व मजबूत बनतात. ४. शरीरातील चरबीचे प्रमाण नियंत्रित राहते. ५. शरीराच्या चयापचयाच्या गतीमध्ये सुधारणा होते. ६. हृदय आणि फुफुसाची कार्यक्षमता वाढते पर्यायाने स्टॅमिना वाढतो. ७. रक्तवाहीन्यांची लवचिकता वाढते. ८. कोलेस्टॉल नियंत्रित होते. ९. मानसिक तणाव कमी होतो. ताजेतवाने व प्रसन्न राहते. १०. व्यायामामुळे आळस नाहीसे होतो. ११. झोप व्यवस्थित लागते. १२. कार्य करण्याची स्फुर्ती मिळते व आत्मविश्वास वाढतो. १३. व्यायामामूळे उच्च रक्तदाब, मधुमेह, हृदयविकार, लठ्ठपणा या सर्व विकारांपासून दूर राहण्यास मदत होते.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

व्यायामाचे प्रकार: १. एरोबिक व्यायाम: हृदय, फुफुस व स्नायुंची गती व शक्ती वाढविणाऱ्या व्यायामांना एरोबिटीक व्यायाम असे म्हणतात. चालण्याचा व्यायाम, सायकल चालवणे, पोहणे असे व्यायाम या प्रकारात मोडतात. या प्रकारच्या व्यायामामुळे हृदय, फुफुस, मधुमेह, उच्च रक्तदाब, पक्षघात यासारखे आजार नियंत्रित होतात. हे व्यायाम रोज २० ते ३० मिनीटे करायला हवे. अशा व्यायामामुळे शरीराची कार्यक्षमता वाढते. म्हणजेच कोणतेही काम करण्याचा स्टॅमिना वाढतो.

२. ॲनारोबिक व्यायाम: कुठलीही किया करण्यासाठी लागणारी उर्जा म्हणजे शक्ती होय, शक्ती वाढविण्याच्या व्यायामाला ॲनारोबिक व्यायाम असे म्हणतात. या प्रकारामध्ये जलदरित्या हालचाली कमी वेळात कराव्या लागतात. जसे वजन उचलने, दंड बैठका लावणे, पुश–अप्स्, वेगाने धावणे इत्यादी व्यायाम प्रकारांचा समावेश आसतो. अशा प्रकारच्या व्यायामामुळे कमी वेळात जास्त उर्जा वापरली जाते. या प्रकारच्या व्यायामामूळे मांसपेशी मजबुत व पिळदार होतात. या प्रकारच्या व्यायामात कॅलरीज अधिक जळतात त्यामुळे वजन कमी होण्यासाठी मदत होते. हा व्यायाम हृदय विकार असलेल्या व्यक्तीनी करु नये.

३. स्ट्रेचिंग व्यायाम: दुखापत न होता आपल्या शरीराला कोणत्याही स्थितीत नेता येणे म्हणजे लवचिकता होय. वयोमानाने व योग्य व्यायामाच्या अभावी स्नायु ताठरतात, कडक बनतात आणि त्यांची कार्यक्षमता कमी होते. यामुळे आपल्याला इजा आणि दुखापत देखील होउ शकते. लवचिकता राखण्यासाठी स्नायुंना ताण देणे म्हणजे स्ट्रेचिंग दिले पाहीजे. या व्यायाम प्रकारात स्नायुंना विशिष्ट प्रकारे ताण दिला जातो, त्यामुळे मांसपेशी लवचिक व मजबुत बनतात.

४. समतोल व्यायाम: एका स्थितीत काही वेळ राहून शरीराचा समतोल साधला जातो. योगासनाचा नियमित सराव केल्याने शारिरिक हालचालींना उपयोगी पडणारे स्नायु सक्षम होतात. तसेच योगासने, प्राणायाम आणि ध्यान धारणा ही मानसिक ताणतणाव नाहीसा करण्यासाठी उपयुक्त ठरतात.

अर्धा तासाचा व्यायाम आणि बर्न होणारी कॅलरी: अर्धा तास चालणे–२०० कॅलरी, अर्धा तास सायकलींग–३३० कॅलरी, एरोबिक व्यायाम–२६० कॅलरी, पोहण्याचे व्यायाम–२८० कॅलरी.

उददेश: बहुतेक व्यायाम प्रकारांत शरीराच्या वेगवेगळया भागाला व्यायाम होतो, 'सर्वांगीण व्यायामाची गरज असते. सदर लेखन कार्याचा मुख्य उद्येश म्हणजे शरीराची कार्यक्षमता वाढविण्यासाठी योग्य त्या व्यायामाचे मार्गदर्शन करणे होय.

गृहितकृत्य: 'शरीराची कार्यक्षमता वाढवण्यासाठी शरीर अंगांची शक्ती व गती वाढवणारे व्यायाम आवश्यक असतात.'

सुदृढ आरोग्यासाठी व्यायामाचे महत्व: शरीरात जोम, उत्साह निर्माण करण्यासाठी शिवाय शरीरातील चयापचय क्रिया (मेटाबॉलिझम) वाढवण्यासाठी म्हणजेच आपले स्वास्थ्य सुधारण्यासाठी, जे शारीरिक कष्ट घेतले जातात, त्यालाच व्यायाम म्हणतात. आपलं शरीर 'फिजिकली ॲक्टिव्ह' असणं अत्यंत गरजेचे आहे. शरीर चालतं–फिरतं राहिल्यानेच जास्तीच्या कॅलरीज वापरल्या जाऊन शरीराचं वजन प्रमाणबद्ध राखण्यात मदत होते. शरीराचं वजन मर्यादित राहिल्याने रोगांचा प्रतिकार करता येतो. व्यायाम करत राहिल्यानें जास्तीच्या कॅलरीज वापरल्या जाऊन शरीराचं वजन मर्यादित राहून रोग टाळणं शक्य आहे! जेवढ्या प्रमाणात आपण आहार घेतो, तेवढ्याच हिशोबाने आपल्याला व्यायामही करायला हवा. तरच दोन्हींमध्ये संतुलन टिकून राहील व शरीर सुदृढ व निरोगी राहील.

१) हृदय आणि फुप्फुसाचे आरोग्य वाढवणे: हृदयाची कार्यक्षमता वाढवण्यासाठी व्यायाम आवश्यक असतात. धावणे, पोहणे, दंडबैठका, इत्यादी गतियुक्त (एरोबिक) व्यायामांतून हे साध्य होते. मात्र वजन उचलणे, बुलवर्कर किंवा योगासने अशा व्यायामांतून हे फारसे साध्य होत नाही. हृदयाची गती विश्राम अवस्थेत दर मिनिटास ७० च्या आसपास असते. व्यायामाने ती निदान दीडपट वाढण्यासाठी अधिक वेगाने चालणे आवश्यक असते (नाडीचा वेग २२०–वय या आकडयाच्या ६० टक्के इतका). अशा व्यायामात शरीरातील रक्तवाहिन्या प्रसरण पावतात. केशवाहिन्यांमधला प्रवाहही मोकळा होतो. सर्व भागांचा रक्तपुरवठा वाढतो. हृदयाच्या रक्तवाहिन्यांचा प्रवाहही वाढतो. लांब पल्ल्याच्या शर्यती करणाऱ्या धावपटूंचे हृदय यादृष्टीने विशेष कार्यक्षम असते, त्यांची सामान्य क्षमता इतरांच्या हृदयाच्या सरासरी क्षमतेपेक्षा ४० टक्के ने अधिक राहते. आपण दम लागणारा व्यायाम करतो तेव्हा हृदयाचे काम अनेक पटींनी वाढलेले असते. म्हणजे रक्तप्रवाह ५ लिटर प्रतिमिनिट यावरुन २३ ते ३० लिटर इतका वाढतो. यासाठी हृदयाची गती, दाब, बाहेर पडणाऱ्या रक्ताचे माप हे सर्वच वाढलेले असते. ज्या स्नायूंचा व्यायाम चालू असतो त्यांत तर २०–२५ पटींने रक्तप्रवाह वाढतो. याचबरोबर फुप्फुसांचे कार्यही हृदय रक्ताभिसरणाला पूरकच असते. जोरकस व्यायामात शरीरातील प्राणवायूची गरज विश्रांतीच्या मानाने २०–३० पटीने वाढते. मॅरथॉन धावणारा पुरुष दर मिनिटास सुमारे पाच लिटर प्राणवायू वापरतो, तोच विश्रांतीमध्ये असलेला पाव लिटर इतकाच प्राणवायू वापरत असतो. श्वसनाचा वेग व खोली हे दोन्हीही अशा व्यायामात वाढतात. ज्या व्यायामात हृदय व फुप्फुसांचा वेग वाढतो त्याला एरोबिक व्यायाम म्हणतात. फुप्फुसाचे काम वेगाने वाढण्याचे प्रमुख कारण म्हणजे प्राणवायूची वाढती गरज. रक्ताव्दारे प्राणवायू स्नायूला पुरवला जातो. त्याचबरोबर रक्तातून स्नायूंना लागणारी ऊर्जाही पुरवावी लागते.

२) निरंतरता: एखादे काम जास्त काळ करीत राहण्याची क्षमता हेही महत्त्वाची असते उदा. लाकूड फोडणारा किंवा खाणकाम करणारा मनुष्य दिवसभर ते काम करीत असतो. सवय नसलेला एखादा मनुष्य ते काम करतांना पाच मिनिटांतच थकून जाईल, याचे रहस्य काय? त्या त्या कामाने विशिष्ट स्नायुगट जास्त सुदृढ होतात. उदा. लाकूडतोडयाचे दंडाचे स्नायू पीळदार असतात. या स्नायूंमध्ये जास्त धागे असतात, तसेच प्रत्येक धागा इतरांपेक्षा जास्त जाडजूड असतो. यात ऊर्जा साठवण (ग्लायकोजेन) इतरांपेक्षा जास्त असते. या स्नायूंना लागणारा प्राणवायू व साखर (रक्तप्रवाह) पदार्थ पुरवत राहिल्यास हे स्नायू बराच काळ न थकता काम करीत राहतात. अशी व्यक्ती ते काम हळूहळू पण सातत्याने करीत असते. तेच काम वेगाने केल्यास त्या स्नायूंना पुरवठा कमी पडून काम मंदावते व ते थांबवावे लागते. एखाद्या स्नायुगटाचे

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

काम कमी क्षमतेवर पण जास्त काळ करत राहणे हे यातले विशेष तत्त्व आहे. काम करतांना या तत्त्वाचा सर्वात जास्त फायदा होतो.

३) शरीराची लवचीकता राखणे: लहानपणी अवयव बरेच लवचीक असतात. वयाप्रमाणे हे अवयव ताठर होऊ लागतात. स्नायूंची व सांध्यांची लवचीकता वाढवणे आणि टिकवणे हे महत्त्वाचे आहे. शरीराच्या निरनिराळ्या विभागांना नियमित उलटसुलट ताण दिल्याने त्याची लवचीकता वाढते व टिकते. उदा. कमरेची लवचीकता टिकवण्यासाठी मागे वाकणे, पुढे वाकणे, मागे वळणे, बाजूला वाकणे इ. अनेक प्रकार करावेत. योगासने यासाठी अगदी उत्कृष्ट आहेत.

४) स्नायुचे कौशल्ये वाढवणे: काही प्रकारच्या व्यायामाने काही स्नायुकौशल्ये, स्नायुगटांचे समतोल इ. वाढतात. प्रत्येक खेळामध्ये विशिष्ट कौशल्य लागते. उदा. क्रिकेटच्या खेळात धावत जाऊन चेंडू झेलणे किंवा चेंडूचा अंदाज घेऊन बॅट मारणे इ. गोष्टी या विशेष कौशल्ये होत. खेळाप्रमाणे निरनिराळ्या कामांनाही कौशल्य लागते. त्या स्नायुगटांचे कौशल्य विशेष व्यायामांनी वाढवता येते. प्रत्यक्ष कामातूनही ते कौशल्य वाढतेच, व्यायाम त्याला पूरक होतो.

५) स्नायुंची शक्ती वाढवणे: स्नायूंची शक्ती वाढवणे हे व्यायामाचे एक उद्दिष्ट आहे. स्नायूंची शक्ती वाढते ती त्या त्या स्नायूंना व्यायाम दिल्याने. व्यायामाने स्नायू पुष्ठ होतात. त्यांची तंतुसंख्या वाढते, आणि प्रत्येक तंतू जास्त जाडजूड होतात. त्यामुळे एकूण बळ वाढते. स्नायूंचे बळ वाढण्यामागे स्नायूंच्या ऊर्जेचा साठा वाढतो, हेही एक महत्त्वाचे कारण असते. समजा एखादी वस्तू आपण जोर लावून ढकलतो, तो जोर जास्त वेळ टिकायला स्नायूतली ऊर्जा कामी येते.

६) पोटातील अवयवांसाठी विशेष व्यायाम: बहुतेक सर्व व्यायाम स्नायूंनी केलेले असतात, त्यात हृदय व रक्ताभिसरण संस्थेचे काम नैसर्गिक राहते. पण पोटातील अवयवांना व्यायाम देगे या पध्दतीने केले जात नाही. त्यासाठी वेगळे व्यायाम करावे लागतात. यौगिक पध्दतीत उड्डियान, भस्त्रिका, नौली इ. विशेष प्रकार या दृष्टीने सुयोग्य आहेत.

योग्य जीवनशैलीसाठी काही सूचना:

१) नियमितपणे व्यायाम: नियमितपणे व्यायाम करा, ही सर्वांत महत्त्वाची सूचना आहे, जी सर्वांनी आचरणात आणने गरजेचे आहे. शरीर व्यवस्थितपणे कार्यरत राहण्यासाठी शारीरिक तंदुरुस्ती फार महत्त्वाची आहे.

२) व्यायामाला पर्याय नाही: आपली शरीरयष्टी आणि आरोग्य उत्तम राहण्यासाठी दैनंदिन वेळापत्रकात व्यायामासाठी विशिष्ट अशी वेळ निश्चित करावी. कोणत्याही परिस्थितीत व्यायाम करणं टाळू नये.

३) संतुलित आहार: दैनंदिन जीवनात संतुलित आहार फार महत्त्वाचा आहे. 'ज्या आहारात विविध भोज्य पदार्थांचा समावेश केला जातो त्याचप्रमाणे सर्व पोषक तत्वांचा योग्य पुरवठा होतो व अन्नांची कार्ये (नवनिर्मिती, झीज भरुन काढणे, शक्ती, उष्णता निर्मिती) व्यवस्थीतपणे होतात, त्या आहारास समतोल आहार असे म्हणतात. प्रत्येक व्यक्तींचा समतोल आहार लिंगभेद, वय, शारीरिक क्रिया, शरीराचे आकारमान स्वस्थ व अस्वस्थ अवस्था ऋतुमानावर अवलंबुन असतो. फूड पिरॅमिडच्या मदतीने, तुम्ही आपला दैनंदिन आहार निश्चित करू शकता. फूड पिरॅमिडच्या मदतीने तुम्हाला हे कळेल, की तुम्ही प्रत्येक गटातील योग्य ते अन्नपदार्थ आपल्या भोजनात समाविष्ट करत आहात की नाही? तुमच्या दैनंदिन आहारात विविध प्रकारच्या भाज्या व फळांचा समावेश करावे. रोजच्या आहारातून तुमच्या शरीराला आवश्यक तेवढे व्हिटॅमिन्स आणि मिनरल्स मिळत आहेत कि नाही, ह्याची खात्री करून घ्या.

४) आळसाला करा बाय–बाय: तणावग्रस्त परिस्थितीतून स्वत:ला बाहेर काढण्यासाठी व्यायाम हा एक उत्तम पर्याय आहे. एकाचप्रकारचे व्यायाम केल्यामुळे त्यामध्ये आळस निर्माण होउ शकते, म्हणूनच वर्कआऊटमध्ये भिन्नता आणल्यास तुम्हाला व्यायाम करताना कंटाळा येणार नाही. प्रत्येक वेळी त्यात नाविन्य आणल्यामुळे तुम्ही तो आवडीनं करू शकता.

५) कूल व्हा: वॉर्म–अपमुळे व्यायामाला करण्यासाठी शरीराला ऊर्जा मिळते. स्नायू जेव्हा वॉर्म अपमुळे गरम होतात तेव्हा त्यांना दुखापत होण्याची शक्यता कमी असते. तर कूल डाऊनमध्ये शरीराचं तापमान हळूहळू कमी होण्यास मदत होते. यामुळे कार्यरत स्नायूंमधून रक्ताभिसरणाने रक्त हृदयाकडे परत यायला मदत होते. याचा परिणाम म्हणून शरीर पूर्वस्थितीत येतें, म्हणून व्यायामाआधी वार्म अप करणे गरजेचे असते. तसेच व्यायामानंतर शरीराला सिथील करण्यासाठी कुल डाउन करणे आवश्यक आहे.

६) अती व्यायाम करणे घातक: कोणत्याही गोष्टीचा अतिरेक हा नेहमी घातकच असतो. व्यायामासाठीही ही बाब तंतोतंत लागू पडते. बऱ्याचदा पटकन वजन कमी करण्यासाठी आणि शरीर सुडौल दिसावं म्हणून बरेच जण व्यायाम करताना घाई करतात. जलद परिणाम दिसावा म्हणून एकाच दिवशी सर्व व्यायामप्रकार करण्यावर भर देतात. पण मुळात तसे करणे चुकीचे आहे. बदल हा हळूहळू होत असतो. अती घाई केल्यामुळे शरीराला ईजा पोहोचण्याची शक्यता नाकारता येत नाही. अती व्यायाम केल्यामुळे स्नायुंना ईजा होउ शकते. म्हणून व्यायाम प्रकारात नियमित हळूहळू वारंवारिता वाढवावी व तसेच व्यायाम प्रकार वाढवावे.

७) स्ट्रेचिंग करा: सुरुवातीला व्यायामाची सवय नसल्यामुळे बऱ्याचदा व्यायामानंतर स्नायू दुखू लागतात. पण व्यायामात स्ट्रेचिंगचा अवलंब केल्यामुळे स्नायूंचं दुखणं कमी होऊ शकतं. परिणामी, स्नायूना आराम मिळतो, सांधे बळकट होतात आणि शरीराची ठेवण (पोस्चर) सुधारते.

८) भरपूर पाणी प्यावे: अति व्यायाम केल्यानं बऱ्याच व्यक्तींना डिहायड्रेशनचा (निर्जलीकरणाचा) त्रास होतो. त्यामुळे व्यायामाच्या आधी, नंतर आणि व्यायामादरम्यान पाण्याचं सेवन करणे अत्यंत गरजें आहे.

९) प्रशिक्षकाचा सल्ला घ्यावे: व्यायामाचं एक तंत्र असते आणि ते योग्यरितीने अवलंबणे महत्त्वाचे आहे. हे व्यायामाचं तंत्र जर चुकीच्या पद्धतीने अवलंबले गेले तर शरीराला ईजा पोहोचण्याची शक्यता असते. पण हेच तंत्र योग्यरितीने अवलंबले तर व्यायाम करताना कोणतेही आघात किंवा अपघात होण्याची शक्यता निर्माण होत नाही.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

१०) आहाराकडे लक्ष द्यावे: आपण जे काही खातो त्याचा आपल्या शरीरावर परिणाम होत असतो. त्यामुळे चमचमीत, आकर्षक दिसणारे पदार्थ खाण्याऐवजी पौष्टिक अन्न खाण्यावर तुमचा भर असू द्या. पौष्टिक अन्न खाल्ल्यानं व्यायामासाठी उपयुक्त आणि ताजेतवाने राहण्यासाठी गरजेची अशी ऊर्जा तुम्हाला त्या अन्नातून मिळत असते. त्यामुळे व्यायामाबरोबरीनेच अन्नाचे योग्य प्रमाणात सेवन करणे हे देखील तितकेच महत्त्वाचे आहे.

११) पुरेशी विश्रांती गरजेची: व्यायाम सत्र प्रभावी होण्यासाठी पुरेशी विश्रांती अत्यंत गरजेची असते. विशेषत: वेट ट्रेनिंग घेताना स्नायूंना पुन्हा पूर्ववत होण्यासाठी तासभर विश्रांतीची आवश्यकता असते. त्यामुळे पुरेशी विश्रांती घेणे हेही तितेंच महत्त्वाचे आहे.

१२) स्नायू बळकट होण्यासाठी: स्नायू बळकट ठेवण्यासाठी व हाडांची घनता टिकवून ठेवण्यासाठी स्ट्रेन्थ ट्रेनिंग महत्त्वाची भूमिका बजावतात. व्यायामाच्या सत्रात वरच्या, मध्य आणि खालच्या शरीराच्या मुख्य स्नायू गटांना समाविष्ट करणे महत्त्वाचे आहे.

१३) कार्डीओचा समावेश: कार्डिओ वर्कआऊट ३०ते ६० मिनिटांच्या कालावधीसाठी आठवड्यातून किमान पाच दिवस करणे गरजेचे असते. वय, आरोग्य आणि वैद्यकीय इतिहास यावर व्यायामायाची तीव्रता टार्गेट हार्ट रेटच्या (लक्षित हृदयाच्या गतीच्या) ४५ ते ८५ टक्के दरम्यान असू शकते.

१४) सकारात्मक राहा: लहान बदलांमुळेच मोठे बदल घडून येण्यास मदत होत असते. उदाहरणार्थ, दिवसातील फक्त १५ मिनिटे जास्त चालण्याने आठवड्यात जवळजवळ दोन तास अतिरिक्त व्यायाम होतो. त्यामुळे आयुष्यात सकारात्मक दृष्टिकोन बाळगणे गरजेचे आहे. कारण याच सकारात्मक दृष्टिकोनामुळे यशाच्या अनेक संधी निर्माण होत असतात. व्यायमाबाबतही अगदी हेच लागू होते. त्यामुळे काहीही झाले तरी दिनश्चर्येत खंड पडणार नाही, याची काळजी घ्यावी.

१५) वैद्यकीय तपासणी करणे: नियमितपणे वैद्यकीय तपासणी करण्याची सवय ठेवावी. वार्षिक किंवा अर्धवार्षिक डॉक्टरी तपासण्यांची सवय ठेवावी व नियमितपणे त्याचा अवलंब करा.

१६) योग व मेडिटेशन: रोजच्या धावपळीच्या, दगदगीच्या तणावपूर्ण जीवनातून थोडासा वेळ काढून योग व मेडिटेशन करावे. योग व मेडिटेशनने ताण कमी होण्यास मदत होते. रोज नियमितपणे थोडासा का होईना, पण 'वेळ' स्वत:साठी ठेवावे.

१७) पोशाख: व्यायाम करतांना योग्य पोशाख वापरणे अत्यंत गरजेचे आहे. जर योग्य पोशाख किंवा पेहराव नसेल तर अपघात होण्याची शक्यता नाकारता येत नाही. त्याकरिता सैल पॅंट व टी शर्ट वापरावे किंवा ट्रॅकशुटचा वापर करावा. तसेच पायामध्ये व्यायाम करतांनी शुज वापरणे गरजेचे आहे.

१८) आवड: आपण जे काम करतो, ते पूर्ण आवडीने करावे. असे केल्याने स्वत:ला पूर्ण समाधान मिळते. कोणतेही काम आनंदाने, आवडीने केल्याने पूर्ण मानसिक समाधान तर आपल्याला मिळतेच आणि त्याचबरोबर आळस व थकवाही जाणवत नाही.

१९) आशावादी राहणे: आपण जे आहात, जसे आहात, त्याचा आनंदाने स्वीकार करावा. स्वत:विषयी, स्वत:च्या कार्याविषयी आपल्याला सतत अभिमान वाटला पाहिजे. आपल्यात जर काही दोष असले, न्यूनता असली, तर ती दूर करण्याचा विचार करावे. चिडून, रागावून काही साध्य होणार नाही. स्वत: मानसिकरीत्या स्थिर नसाल, तर त्याचा परिणाम तुमच्या आरोग्यावर होऊ शकतो. म्हणून सदैव आनंदी, हसतमुख राहण्याचा प्रयत्न करावा. आशावादी राहण्याचा नेहमी प्रयत्न करावे.

निष्कर्ष: सततच्या व्यायामाव्दारे शरिराच्या वेगवेगळया भागांची शारिरिक क्षमता वाढविता येते, त्यासाठी बालपणापासूनच व्यायामाची सवय असणे गरजेचे असते. व्यायामाव्दारे शरिराची कार्यक्षमता वाढून शरिर निरोगी व सुदृढ बनते.

संदर्भ :–

१. *डॉ. अनिल शर्मा व संतोष कुमार, 'शारिरिक शिक्षा विश्वकोश'*
२. *अजमेर सिंह व जगतार सिंह, 'शारिरिक शिक्षा स्वास्थ एव खेल'*
३. *प्रा. श्रीपाद जर्दे, 'शारिरिक शिक्षण'*
४. *Upal A.K. (2004). "Physical Fitness and Wellness", Friends Publication, New Delhi.*
५. *डॉ. सतीश उपळकर, 'नियमीत व्यायामाचे फायदे'*
सरल लेले, 'पोषण व आहारशास्त्र परिचय', पोपळापूरे अॅंड कपनी पब्लीशर्स.

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

21-22 3.3.1 22-23

ISSN-2278-9308

(SJIF) Impact Factor-8.575
ISSUE No- (CCCLII) 352

B.Aadhar

Peer-Reviewed & Refereed Indexed

Multidisciplinary International Research Journal

May -2022

Boosting Immunity Through Yoga, Pranayama and Nutrition





Prof. Virag.S.Gawande
Chief Editor
Director
Aadhar Social Research & Development Training Institute, Amravati.

Dr. S.S. Nimgare
Editor
Principal,Hutatma Rashtriya Arts & Science College, Ashti

Aadhar International Publication

For Details Visit To : www.aadharsocial.com

© All rights reserved with the authors & publisher

Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Pater
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

20	Immune Mechanism Against Pathogen Dr.M. S. Bhoyar , Dr. V. Y. Muley , Miss.D.L..Deogade	71
21	Secrets Of Sattvic Food-Good For Your Healt Dr. Manisha Bhatkulkar	74
22	Thermo luminescence properties of γ-irradiated Na based Halosulphate Phosphors $Na_{15}(SO_4)_5F_4Cl$; $Na_6(SO_4)_2FCl$; $Na_{21}Mg(SO_4)_{10}Cl_3$:X (X=Ce, Dy, Mn) Pradeep S.Thakare , Vijay R.Chinchamalatpure	78
23	Synthesis and Characterization of Zinc Sulfide Film by Spin Coating Method Vijay R. Chinchamalatpure , Pradeep S. Thakare	84
24	Yoga and Emotional Well-being Dr. Shraddha Patelia	89
25	Food Habits and Immunity M.T. Nikam , Heena khan	93
26	Relief and Natural Vegetation in Sipna Watershed of Melghat Region of Amravati District Ankush C Khobragade , Dr. Sunil B Akhare	95
27	Yoga and Pranayama for Sound Health& Mind Dr. Jitendra Kumar Thakur	99
28	Yoga - Pranayama and Personality Dr. Jyotsna S. Pusate	104
29	Organic Farming through Biofertilizers play Key role in Sustainable Development and Human Health. Dorlikar VD , Nimgare SS , TelkhadeVP	107
30	Pranayama's Benefits for Physical and Emotional Health Dr. Sunil Chaturvedi	111
31	Some common immunity Boosting herbs of Ashti, Dist.Wardha region Dr.A.D.Kawarase	115
32	Ethnobotanical Study of Bhupdeopur Reserve Forest Area of Raigarh District, Chhattisgarh With Reference To Health Security. Vijay Laxmi Naidu	118
33	Role of Pranayama in maintaining Systolic and Diastolic Blood pressure S.S.Nimgare,V.P.Telkhade	133
34	योगाचा महाविद्यालयीन विद्यार्थ्यांच्या स्व:संकल्पनेवर होणाऱ्या परिणामाचा अभ्यास प्रा.डॉ.राजेंद्र वामन	136
35	शारिरीक क्षमता वाढविण्यासाठी प्राणायामाचे महत्व डॉ नरेश पांडुरंगजी बोरकर	140
36	आरोग्यदायी जीवनाची त्रिसूत्री : आहार, व्यायाम व विश्रांती सौ. श्वेता शिरीष गुंडावार	147
37	योगिक आहाराचे रहस्य प्रा. डॉ. सुषमा वा. बोंडे	149
38	मानवी जीवनात योगाचे महत्त्व अजित जयराम जाधव	152
39	विदर्भ प्रदेशातील तापमान व कृषी उत्पादकता बदल – भौगोलिक अध्ययन प्रा. नारायण गोविंदराव सोनुले	155
40	मानसिक आणि शारीरिक आरोग्यावर योगाचा परिणाम प्रा. कु. अर्चना मधुकरराव होरे	162

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

B.Aadhar International Peer-Reviewed Indexed Research Journal
Impact Factor -(SJIF) -8.575,Issue NO, 352 (CCCLII)
ISSN : 2278-9308
May, 2022

शारिरीक क्षमता वाढविण्यासाठी प्राणायामाचे महत्व

डॉ नरेश पांडुरंगजी बोरकर
श्रीमती रेवाबेन मनोहरभाई पटेल महिला कला महाविद्यालय, भंडारा
E-mail :nareshpborkar.2014@gmail.com ,Mob : 9421716596

प्रस्तावना :—

योगासने व प्राणायाम यांत घनिष्ट संबंध आहे.त्यामुळेच महर्षी पतंजली यांच्या 'अष्टांग योगा'त तिसरा क्रमांक आसनांचा आहे; तर चौथा क्रमांक प्राणायामाचा आहे. योगाभ्यासाच्या दरम्यान साधकाने नेहमी अध्यात्माभिमुख असावे. योगासनांचा अभ्यास म्हणजे अंतिमतः समाधीशी संबंधित साधना आहे.साधकाला याची जाणीव ठेवणे आवश्यक आहे.तरच खऱ्या अर्थाने योगासने साध्य करता येतील.

प्राणायाम योग्य प्रकारे करण्यासाठी साधकाला पद्मासन, सिद्धासन, स्वस्तिकासन, सुखासन इत्यादी आसने सिद्ध करणे गरजेचे आहे.या ध्यानोपयोगी आसनस्थितीत कमीत कमी तीन तास शरीर न हलवता बसता आले, तरच या आसनांवर प्रभुत्व प्राप्त करता येते.

प्राणायामाचा परिचय :-

विश्रांतीच्या अवस्थेत असलेला माणूस प्रत्येक श्वासागणिक जी हवा आत घेतो, तिच्या एकूण प्रमाणास 'टायडल व्हॉल्यूम म्हणतात. ही सर्व हवा फुप्फुसांपर्यंत जात नाही, याचे कारण तिचा काही अंश श्वासनलिकेसारख्या 'डेड स्पेस' म्हणून ओळखल्या जाणाऱ्या पोकळीत अडकून राहतो.थोडेही परिश्रम न करणाऱ्या व्यक्तीने श्वासावाटे घेतलेल्या हवेचा एकूण पुरवठा सुमारे ५०० घन सेमी इतका असतो, तर 'डेड स्पेस' अंदाजे १५० घन सेमी असते.परिणामी, फुप्फुसांना मिळणारी ताजी हवा ३५० घन सेमी पेक्षा जास्त नसते.म्हणजेच हे प्रमाण फक्त ७०% असते.प्राणायामाच्या वेळी दीर्घ श्वास घेतला जातो.त्यामुळे हवेच्या tidal volume मध्ये बरीच वाढ होते व हवा सुमारे ३,००० घन सेमीपर्यंत वाढते.त्यामुळे फुप्फुसात प्रवेशणाऱ्या ताज्या हवेचे प्रमाण ७०% ऐवजी ९५% होते.फुप्फुसांना अधिक प्राणवायू मिळतो.

'उच्छ्वास'हा प्राणायामाचा दुसरा भाग आहे.विश्रांतीच्या अवस्थेत आपण उच्छ्वास सोडतो, तेव्हा सर्व हवा बाहेर पडत नाही.दुसऱ्यांदा श्वास घ्यायला माणूस सुरुवात करतो, तेव्हा आधीची सुमारे १,६५० घन सेमी हवा फुप्फुसात शिल्लक असते.याचा अर्थ असा की, ताज्या हवेचे प्रमाण ३५० घन सेमी इतकेच असते.म्हणजेच फुप्फुसातील हवेच्या 'फेरबदला'चे प्रमाण सरासरी २१% इतकेच असते.

थोडक्यात, प्राणायामाद्वारा जितकी शक्य असेल तितकी हवा उच्छ्वासावाटे बाहेर सोडणे हे श्रेयस्कर असते, त्यामुळे प्राणवायू ग्रहण करणाऱ्या वायुकोषांसाठी अधिक प्रमाणात ताजी हवा उपलब्ध होईल. उच्छ्वासानंतर घ्यावयाचा श्वास प्रदीर्घ असावा, त्यामुळे फुप्फुसातील प्राणवायूचा आंशिक दाब वाढतो.हा दाब जितका जास्त, तितका फुप्फुसांच्या लहान पिशवीसारख्या वायुकोषांच्या ओल्या श्लेष्मत्वचेतम्हणजे रक्तात प्राणवायूचा पुरवठा अधिक होतो.हे अधिक स्पष्टपणे जाणून घ्यायचे असल्यास, शीतपेयांमध्ये दाब देऊन भरण्यात येणाऱ्या कार्बन डायऑक्साइडचे उदाहरण ध्यानात ठेवता येईल.

शरीराला अधिक प्राणवायू मिळाल्याने होणारे लाभ समजण्यासारखे आहेत; पण शरीरात होणाऱ्या जैवरासायनिक प्रक्रियेचे काय?सर्वप्रथम याबाबतचे लोकांच्या मनातील गैरसमज दूर करणे आवश्यक आहे.रक्तात अधिक प्राणवायू (O2) मिसळला की, रक्तपुरवठा मिळवणारे शारीरिक कोष जास्त प्राणवायू वापरतात, ही समजूत चुकीची आहे.सस्तन प्राण्यांना नैसर्गिक हवेच्या ऐवजी कितीही शुद्ध प्राणवायू प्रदान केला, तरी त्यांच्या शरीरातील

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

चयापचय यंत्रणा आवश्यक असेल तेवढाच प्राणवायू वापरते.प्राणवायूच्या प्रत्येक O अणूच्या बाह्य भ्रमणकक्षेत ६ विद्युत परमाणू असतात, पण या कक्षेत ८ विद्युत परमाणूंची जागा असते.दोन 'जागा' रिकाम्या असतात. म्हणूनच हायड्रोजनचे एक इलेक्ट्रॉन असणारे दोन अणू प्राणवायूच्या संपर्कात येताच त्यांचे पाणी बनते.पण प्राणवायू बाह्य कक्षेत असणारे सहा इलेक्ट्रॉन्सही त्यागण्यास तयार असतो.

परिणामतः चयापचयाच्या क्रियेच्या दरम्यान निर्माण झालेले free radicals नावाचे असाधारण रेणू शरीरातील नाजूक कोषांच्या इलेक्ट्रॉन्सची निगा राखणाऱ्या इलेक्ट्रॉन्सना लुटारूंप्रमाणे लुटतात व प्राणवायूस क्षीण बनवतात. यानंतर संतुष्ट पावलेले free radicals कोषांना पुन्हा त्रास देत नाहीत. प्राणायामामुळे कोषांच्या आयुर्मर्यादेत होणारी वाढ हा प्राणायामापासून मिळणारा मोठा लाभ आहे.

प्राणायामाचा अर्थ :-

'प्राणायाम' याचा शब्दशः अर्थ 'प्राणांचे नियंत्रण' हा आहे. महर्षी पतंजली यांनी जी योगसूत्रे तयार केली आहेत, त्यांमध्ये 'साधनपाद' या प्रकरणातील ४९ व्या सूत्रात प्राणायामाची व्याख्या देताना ते म्हणतात – 'तस्मिन् सति श्वास प्रश्वासयोर्गतिविच्छेदः प्राणायामः' याचाच अर्थ आपण आपल्या श्वासप्रश्वासाच्या गतीमध्ये (वेगामध्ये) जो फरक करतो; आणि श्वास (प्राण) रोखून धरतो, त्याला 'प्राणायाम' म्हणतात.

'प्राणाचा दुसऱ्या दृष्टिकोणातून विचार केला, तर प्राणाचा संबंध मनाशी असतो, मनाचा संबंध बुद्धीशी असतो, बुद्धीचा संबंध आत्म्याशी असतो व आत्म्याचा संबंध परमात्म्याशी असतो. या दृष्टीने विचार केला, तर प्राणायामाचा उद्देश शरीरात व्यापून असणारी प्राणशक्ती उत्प्रेरित करणे, संचारित करणे, नियमित करणे आणि संतुलित करणे हा आहे.म्हणूनच प्राणायामाला योगशास्त्रातील एक अमोघ साधन मानण्यात येते.

प्राणायामाचे महत्व :-

प्राणायामापेक्षा मोठी अशी दुसरी कोणतीही साधना नाही.प्राणायामाने सर्व दोषांचे निर्मूलन होते आणि ज्ञानदीप प्रज्वलित होतो.

महर्षी पतंजलींनी सांगितलेल्या अष्टांगयोगामध्ये प्राणायामास चौथे आणि अति महत्त्वाचे अंग, असे म्हटले आहे.प्राणायामाशिवाय योगाला 'योग' म्हणताच येणार नाही.

'योग' हा 'योग' राहणाच नाही.म्हणूनच प्राणायामास 'योगाचा आत्मा' म्हटले आहे.ज्या प्रकारे बाह्यशुद्धीसाठी शरीराला स्नानाची आवश्यकता आहे, त्याप्रमाणे मनाच्या शुद्धीसाठी प्राणायामाची अत्यंत गरज आहे.

प्राणायामाचे फायदे

- प्राणायाम केल्याने शरीर सुदृढ व निरोगी राहते व मेद कमी होतो.
- प्राणायाम केल्याने तारुण्य दीर्घ काळापर्यंत टिकून राहते; स्मरणशक्ती वाढते व मनोविकृती दूर होतात.
- नियमित प्राणायाम केल्याने पोट, यकृत, मूत्राशय, लहान व मोठे आतडे, तसेच पचनसंस्था हे अवयव कार्यक्षम बनतात.
- शरीरातील नाड्या शुद्ध होतात व सुस्ती नाहीशी होते.
- नियमित सरावाने जठराग्नी प्रदीप्त होतो. शरीर सुदृढ बनते आणि आतील आवाजऐकावयास येतो.
- ज्ञानसंस्था अत्यंत कार्यक्षम बनते. मन शांत व स्थिर बनते. तसेच मनाची एकाग्रता वाढते.
- आत्मिक आनंद प्राप्त होतो. मनःशांती मिळते आणि आत्मसाक्षात्कार होतो.
- अंतःस्रावी यंत्रणा स्वस्थ, संतुलित व कार्यरत राहते. परिणामी व्यक्तीच्या आरोग्यात साहाय्य लाभते.
- श्वसनसंस्थेच्या कार्यक्षमतेत वाढ होते.
- जीवनशक्तीचा विकास होतो.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

- शरीर व मनावर अंमल असणाऱ्या पंचमहाभुतांच्या प्रभावावर नियंत्रण मिळवण्यासही उपयुक्त आहे.
- नियमितपणे प्राणायाम करणारी व्यक्ती रोगमुक्त, दीर्घायुषी व शक्तिशाली बनते.
- प्राणायामाद्वारा उद्वेग भीती, चिंता, क्रोध, नैराश्य, कामवासना इत्यादी मनोविकारांचे शमन होते.
- मेंदूच्या क्षमतेत वाढ होऊन माणसाच्या मानसिक शक्तीचाही विकास होतो.
- मेंदूतील केंद्रे जागृत झाल्याने, जीवनात दिव्यत्वाचा अनुभव येतो. व्यक्ती सदैव उत्साही राहते.
- व्यक्तीचे मन सदैव निर्मळ व प्रसन्न राहते.
- सामान्य अनुभवांच्या मर्यादेपलीकडे आपले मन नेता येते, उच्चतम ज्ञान प्राप्त होते व ध्यानावस्था प्राप्त होते.
- माणसाच्या आंतरिक असणाऱ्या आध्यात्म प्रकाश, सुख व मानसिक शांती यांचा विकास होत राहतो.

प्राणायामाची महत्त्वाची अंगे

प्राणायाम करणाऱ्याने प्राणायामाच्या बाबतीत महत्त्वाच्या गोष्टी समजून घेतल्या पाहिजेत त्या खालीलप्रमाणे आहेत :

1. प्राणायामाचा विधी
2. पूरक, रेचक आणि कुंभक
3. इडा, पिंगळा आणि सुषुम्ना नाड्या
4. मूलबंध, जालंधरबंध आणि उड्डियानबंध
5. नाडीशुद्धी
6. कपालभाती

प्राणायामाच्या या महत्त्वाच्या अंगांविषयी इथे थोडक्यात माहिती दिली आहे :

(१) प्राणायामाचा विधी

प्राणायाम करण्यासाठी प्रथम डावी व उजवी नाकपुडी बंद करावयाची असते.साधारणतः उजव्या हाताने हे काम करावयाचे असते.म्हणजे उजव्या हाताच्या अंगठ्याने उजवी नाकपुडी व त्याच हाताच्या अनामिकेने व करंगळीने (अंगठ्यापासून दुसरे व तिसरे बोट) डावी नाकपुडी बंद करावयाची असते.अशा प्रकारच्या हस्तमुद्रेला 'प्रणवमुद्रा' म्हणतात- जेव्हा नाकपुड्या बंद करण्याची जरूर नसते, तेव्हा दोन्ही हात गुडघ्यावर ठेवा.प्राणायाम करण्यासाठी शक्यतोवर पद्मासन, सिद्धासन, स्वस्तिकासन किंवा सुखासनाच्या स्थितीत बसावे.

(२) पूरक, रेचक आणि कुंभक

प्राणायामाच्या या तीन अंगांचा अर्थ पुढीलप्रमाणे आहे :

१. पूरक :- पूरक हे व्यायामाचे प्रथम अंग आहे. यात श्वास आत घ्यावयाचा असतो, पण केवळ श्वास आत घेतल्यानंच पूरक पूर्ण होत नाही.विशिष्ट पद्धतीने व मनोयोगपूर्वक श्वास आत घेतला, तरच ही क्रिया पूरक होते (चांगल्या प्रकारे पूरक करण्यासाठी पुढे दिलेल्या गोष्टी लक्षात ठेवाव्यात.

२. रेचक :- रेचक म्हणजे विशिष्ट पद्धतीने, लक्षपूर्वक श्वास बाहेर काढण्याची क्रियायोग्य तऱ्हेने रेचक क्रिया करण्यासाठी खालील बाबी लक्षात ठेवाव्यात.

३. कुंभक :- कुंभकचा अर्थ आहे श्वास रोखून धरणे. श्वास घेऊन तो आत रोखून धरण्याला 'आतरिक कुंभक' म्हणतात; तर श्वास बाहेर सोडून रोखून धरण्याला 'बाह्य कुंभक' म्हणतात. याच प्रकारे पूरक व रेचक यांनी युक्त अमलेल्या क्रियेस 'सहित कुंभक' म्हणतात; तर रेचक-पूरक विरहित क्रियेला 'केवळ कुंभक' म्हटले जाते.जोवर केवळ कुंभक सिद्ध होत नाही, तोवर सहित कुंभकाचा अभ्यास करावा.'केवळ कुंभकास' सर्वश्रेष्ठ व्यायाम मानण्यात येते.

Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara
Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.
Scanned with CamScanner

(३) इडा, पिंगळा आणि सुषुम्ना नाड्या

या तीन प्राणवाहक नाड्या आहेत. अनुक्रमे चंद्र, सूर्य व अग्नी या यांच्या देवता आहेत. इडा डाव्या नाकपुडीद् वारे वाहते.पिंगळा उजव्या नाकपुडीद्वारे वाहते आणि सुषुम्ना दोन्ही नाकपुड्यांद्वारे वाहते.म्हणूनच, सुषुम्नेला 'मध्य नाडी' म्हणतात. सर्वसाधारणपणे तासागणिक डावी (इडा) आणि उजवी (पिंगळा) या दोन्ही नाड्या स्वर बदलत असतात.

इडा नाडीला 'चंद्र नाडी' असे म्हणतात. शीतल व तमोगुणप्रधान अशी नाडी विचारांचे नियंत्रण करते.

पिंगळा नाडीला 'सूर्य नाडी' असे म्हणतात. ती उष्ण व रजोगुणप्रधान आहे.ही नाडी प्राणशक्तीचे नियंत्रण करते.

सुषुम्ना नाडीला 'ब्रह्म नाडी' असे म्हणतात. सर्व नाड्यांमध्ये 'सुषुम्ना' ही अतिशय महत्त्वाची नाडी आहे.कित्येक ग्रंथांत या नाडीला 'सरस्वती' आणि 'शांती' नाडी देखील म्हटले आहे.ही उष्णही नाही किंवा शीतलही नाही; परंतु दोन्हींचे संतुलन राखणारी आहे.या नाडीमुळे साधकाला आत्मप्रकाश व आत्मज्ञान प्राप्त होते.ही नाडी साधकाला त्याच्या आध्यात्मिक उन्नतीमध्ये मदतरूप होते.

(४) मूलबंध, जालंधरबंध आणि उड्डियानबंध

प्राणायामादरम्यान मुख्यत्वे या तीन बंधांचा उपयोग केला जातो.हे तिन्ही बंध प्राणायामाच्या क्रियेत अत्यंत उपयोगी मानण्यात येतात. बंध ही अंतर्गत शारीरिक प्रक्रिया आहे.बंधांचा सराव केल्याने माणूस शरीराचे विभिन्न अवयव व नाडीव्यवस्था यांवर नियंत्रण ठेवण्यास समर्थ बनतो.बंध या शब्दाचा अर्थ हे बंधन घालणे हा आहे.याद्वारा शरीराच्या अंतर्गत अवयवांना मसाज मिळतो.साठलेले रक्त प्रवाही बनण्यास सुरुवात होते.परिणामी, शारीरिक क्रिया वा स्वास्थ्य यांत प्रगती होते.बंध हे शारीरिक अभ्यास व आध्यात्मिक शक्तीच्या उत्पत्तीचे कारण आहेत.

(५) नाडीशुद्धी

क्ताभिसरणात रक्तवाहिन्या व रक्तनलिका यांना 'नाडी' म्हणतात. नाडीच्या आतल्या आवरणास 'शिरा', मधल्या आवरणास 'धमनी' आणि पूर्ण अवयवाला 'नाडी' म्हणतात. 'शोधन' म्हणजे शुद्धीकरण, म्हणजेच 'नाडीशुद् धी'.नाडीशुद्धी झाल्यानंतरच प्राणायाम चांगल्या प्रकारे करता येतो.म्हणूनच म्हटले आहे की – "नाडीशुद्धिं च तत्पश्चात् प्राणायामं च साधयेत ।" म्हणजे नाडीशुद्धी झाल्यानंतरच प्राणायाम करावा.नाडीशुद्धीसाठी जो प्राणायाम करण्यात येतो.त्याला 'अनुलोम-विलोम' प्राणायाम म्हणतात. सर्वसामान्य साधकांनी अनुलोम-विलोम प्राणायामापासूनच प्राणायामाची सुरुवात केली पाहिजे.अनुलोम-विलोम प्राणायाम अत्यंत सोपा असल्याने, सर्वमामान्य लोकदेखील हा प्राणायाम सहजतेने करू शकतात.

(६) कपालभाती मराठी माहिती

'कपाल' या संस्कृत शब्दाचा अर्थ 'कपाळ' असा आहे; तर 'भाती' चा अर्थ 'प्रकाशमान करणे' असा आहे.ललाटाचे तेज वाढवणारा हा व्यायाम प्रकार आहे.हठयोगामध्ये सांगितलेल्या षट्कर्मांपैकी हे एक कर्म आहे. कपालभाती भस्त्रिकेद्वारे प्राणायामासाठीची पूर्वतयारी होते.

प्राणायामाचे प्रकार

योगशास्त्रात प्राणायामाचे आठ प्रकार मानले आहेत व त्या प्रकारापासून होणारे फायदे दिले आहेत :

१. सूर्यभेदन

'सूर्यभेदन' म्हणजेच पिंगळा नाडीचे भेदन करणे.पिंगळा नाडी जागृत करणे, हा या प्राणायामाचा मुख्य हेतू आहे.या प्राणायामामुळे मस्तकाचा पुरुषार्थी असणारा भाग जागृत होतो.तसेच, यामुळे शरीरात उष्णता निर्माण होते.म्हणून हा प्रकार थंडीमध्ये करावा.थंडीत तो अधिक लाभदायी असतो.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,

Scanned with CamScanner

सूर्यभेदन फायदे :

1. सूर्यभेदन प्राणायामाचा सतत सराव केल्याने मनःशांती लाभते आणि वायुप्रकोपामुळे उत्पन्न होणारे आतड्यांतील रोगजंतू व रोग नाहीसे होतात.
2. यामुळे संधिवात व वातापासून उत्पन्न होणारे रोग नाहीसे होतात. रक्तदोष, त्वचा रोग व कोंडावर उपाय म्हणून प्राणायामाचा हा प्रकार अत्यंत प्रभावशाली आहे.
3. कुंडलिनी जागृत होते व त्यामुळे जठराग्नी प्रदीप्त होतो.
4. यकृत सशक्त बनते. त्यामुळे योग्य प्रमाणात पित्तरस उत्पन होतो.
5. पिंगळा नाडी कार्यक्षम बनते.
6. डोळ्यांचे विकार नाहीसे होतात.
7. नर्वी-पडशामुळे हैराण झालेल्यांसाठी हा प्रकार उपकारक आहे.

२. उज्जायी

'उद्' + 'जय' यांपासून 'उज्जायी' शब्द बनला आहे.'उद्' म्हणजे 'जोराने' व 'जय' म्हणजे यशदायी.यावरून 'उज्जायी' याचा अर्थ 'मोठ्याने जयजयकार' असा होतो.'उज्जायी' करताना कंठातून शिट्टीसारखा आवाज निघतो.तोच 'जयजयकार' समजून या प्राणायामास 'उज्जायी' असे नाव दिले आहे.या प्राणायामाच्या सरावाने शरीरात उष्णता निर्माण होते; म्हणून हा प्रकार हिवाळ्यात करावा.

उज्जायी फायदे :

1. या प्राणायामामुळे डोक्यातील उष्णता कमी होते. तसेच दमा, क्षय व फुप्फुसाचे रोग बरे होतात.
2. जठराग्नी प्रदीप्त होतो आणि पचनसंस्था, श्वसनसंस्था व मज्जासंस्था कार्यक्षम बनतात. मन व शरीर ताजेतवाने होते.
3. हृदयाची वाढलेली धडधड कमी होते. त्यामुळे उच्च रक्तदाबात फायदा होतो.
4. प्राणायामाचा हा प्रकार धातूसंबंधित सर्व तक्रारी दूर करणे व चेहरा सतेज बनवणेसाठी उपयुक्त आहे.
5. यामुळे जलोदर बरा होतो.
6. शरीराला पुरेशा प्रमाणात प्राणवायू न मिळाल्याने, ज्या व्याधी उद्भवतात त्या या प्राणायामामुळे नाहीशा होतात. तसेच हृदयासंबंधीच्या तक्रारीही दूर होतात.
7. उज्जायी करणारांना कफ, अपचन, ज्वर आदी व्याधी होत नाहीत. तसेच मज्जासंस्थेचे विकार होत नाहीत.

३. सीत्कारी

या प्राणायामाला 'शीतकारी' असेही म्हणतात. शरीरात थंडावा निर्माण करणारा हा प्रकार असल्याने, याम 'सीत्कारी' किंवा 'शीतकारी' म्हणतात. याचा सराव उन्हाळ्यात केला, तर अधिक परिणामकारक होतो. तहान लागली असताना सीत्कारी प्राणायाम केल्यास तहान भागल्याचे समाधान मिळते.

सीत्कारी फायदे :

1. सीत्कारीच्या सरावाने भूक व तहान नियंत्रित होते. तसेच आळस दूर होतो. झोपेवर नियंत्रण येते.
2. डोळे व कान यांना शीतलता प्राप्त होते. यकृत, प्लीहा कार्यान्वित झाल्याने पचनक्रिया सुधारते.
3. या प्राणायामाच्या प्रभावाने रुद्रग्रंथींचे काठिण्य नाहीसे होते.
4. याच्या सरावाने साधकाची शारीरिक शक्ति व मनोबल वाढते.
5. दातांचे पायोरियासारखे रोग, गळा व जिभेचे रोग यांत फायदा होतो.
6. नियमित सराव केल्याने साधकाचे सौंदर्य वाढते आणि शरीर बलवान बनते.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

४. शीतली

या प्राणायामामुळे शरीरात थंडावा निर्माण होतो; म्हणून या प्राणायामास 'शीतली' प्राणायाम म्हणतात. हा प्राणायाम वसंत आणि ग्रीष्म ऋतूत केल्यास तो जास्त परिणामकारक व लाभदायी ठरतो. रोज सकाळी पंधरा ते वीस मिनिटांपर्यंत या प्राणायामाचा सराव करावा.

शीतली फायदे :

1. या प्राणायामामुळे रक्तातील विषारी घटक बाहेर फेकले जातात; त्यामुळे रक्तशुद्धी होते.
2. गुल्म, प्लीहा, त्वचारोग, ताप, अजीर्ण होणे व बद्धकोष्ठ यांसारख्या व्याधी नाहीशा होतात.
3. खूप तहान लागली, पण पाणी मिळत नसेल; तर हा प्राणायाम करावा म्हणजे त्वरित तहान भागते.
4. याचा नियमित सराव करणाऱ्या साधकाला सापाच्या किंवा विंचवाच्या विषाची बाधा होत नाही.
5. तामसी व रागीट लोकांसाठी हा प्राणायाम खूप लाभदायी आहे, यामामुळे डोके शांत राहते.
6. पोट फुगणे, प्लीहा वाढणे, पित्ताची वृद्धी होणे व रक्तपित्त इत्यादी व्याधी नाहीशा होतात.
7. यामुळे मानसिक स्थैर्य व शांती मिळते. स्नायूंचे शैथिल्य दूर होते.
8. शरीरात 'प्राणांचा' मुक्त संचार होतो.
9. जीभ व तोंडाचे विकार नाहीसे करण्यासाठी हा प्रकार लाभदायक आहे.
10. उच्च रक्तदाबाच्या विकारातही यामुळे फायदा होतो.

५. भस्त्रिका

'भस्त्रिका' या संस्कृत शब्दाचा अर्थ 'भट्टीचा भाता' असा आहे.या प्राणायामात लोहाराच्या भात्याप्रमाणे जोरात हवा आत घेतली जाते व बाहेर फेकली जाते; म्हणून या प्राणायामास 'भस्त्रिका' असे नाव पडले आहे.लोहार ज्याप्रमाणे त्याचा भाता जोरजोराने चालवतो; त्याप्रमाणे या प्रकारात श्वासोच्छ्वास जलद गतीने केला जातो.या प्राणायामामध्ये कपालभाती व उज्जायी प्राणायामाचे मिश्रण झालेले दिसून येते.कुंभकाच्या सर्व प्रकारांत भस्त्रिका अधिक लाभदायी आहे.

भस्त्रिका फायदे :

1. भस्त्रिका प्राणायामामुळे गळ्याची सूज कमी होते. जठराग्नी प्रदीप्त होतो. कफ नाहीसा होतो. नाक व छातीच्या व्याधी, तसेच दम व क्षय यांसारखे रोग बरे होतात.
2. कफ, पित्त व वायूने होणाऱ्या व्याधी नाहीशा होतात.
3. सुषुम्ना नाडीचे द्वार उघडते.
4. शरीराला उष्णतेची आवश्यकता असेल व उष्णता देण्याचे साधन नसेल, तर या प्राणायामाने शरीरात त्वरित उष्णता निर्माण होते.
5. भस्त्रिकेमुळे नाडीशुद्धी होते.
6. फुप्फुसे मजबूत होतात, हृदय व डोके यांना शुद्ध हवा मिळते, ज्यामुळे जीवन स्वास्थ्यपूर्ण बनते.
7. रक्त शुद्ध होते. शरीरातील विषद्रव्ये कमी होतात.
8. प्राण व मन स्थिर होते. प्राणोत्थान व कुंडलिनी जागृतीत मदत मिळते.
9. बुद्धी प्रगल्भ बनून निर्णयक्षमतेत वाढ होते.

६. भ्रामरी

'भ्रामरी' हा शब्द 'भ्रमर' शब्दावरून आला आहे.यात ॐ कार वा हुंकारयुक्त आवाज केला जातो.हा आवाज भुंग्याच्या आवाजासारखा असल्याने, या प्राणायामास 'भ्रामरी' किंवा 'भ्रमरी' प्राणायाम म्हणतात.

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

भ्रामरी फायदे :

1. या प्राणायामामुळे मन प्रसन्न राहते, ज्ञानाचा प्रवाह वाहू लागतो व वैराग्य प्राप्त होते.
2. भ्रामरी प्राणायामाद्वारे कुंभकामध्ये यश मिळवून साधक समाधी अवस्था प्राप्त करून घेऊ शकतो.
3. भ्रामरी गळ्याचे रोग कमी करते आणि स्वरात मधुरता आणते. या प्राणायामामुळे मनाची चंचलता व अस्थिरता थांबते.
4. यामुळे मानसिक तणाव, अस्वस्थता, उच्च रक्तदाब व हृदयाचे रोग इत्यादींमध्ये फायदा होतो.
5. हा प्राणायाम ध्यानाची पूर्वतयारी करण्यासाठी उपयोगी आहे. हा मनास अंतर्मुख बनवतो.
6. मानसिक समस्या, कायम बेचैन असणाऱ्या लोकांसाठी हा प्रकार उपयुक्त आहे.

७. मूर्च्छा

या प्राणायामात साधकाची स्थिती मूर्च्छावस्थेप्रमाणे होते.तो भानरहित होतो; म्हणून या प्राणायामास 'मूर्च्छा' असे म्हणतात.

मूर्च्छा फायदे :

1. या प्राणायामात मन भानरहित होते व त्यामुळे साधकाला निरामय आनंद प्राप्त होतो.
2. मनातील विसकळीत भावभावना नाहीशा होतात. योगशास्त्राच्या परिभाषेमध्ये सांगायचे झाले, तर 'मन' 'अमन' बनते. काही काळ तरी मन परमात्मस्वरूप बनून जाते.
3. मनाची चंचलता व अस्थिरता थांबते.
4. यामुळे मानसिक तणाव, अस्वस्थता, उच्च रक्तदाब व हृदयाचे रोग या व्याधींमध्ये फायदा होतो.
5. ध्यानाची पूर्व तयारी करण्यासाठी हा प्रकार उपयोगी आहे. हा मनास अंतर्मुख बनवतो.
6. मानसिक समस्यांनी त्रासलेल्या, कायम बेचैन असणाऱ्या लोकांसाठी उपयुक्त आहे.

८. प्लाविनी

'प्लाविनी' हा शब्द संस्कृतमधील 'प्लु' (पोहणे) धातूवरून बनला आहे.'प्लाविनी' म्हणजे पोहायला लावणारी.या प्राणायामामुळे साधकाला पाण्यावर पोहण्याची क्षमता प्राप्त होते.यासाठी कौशल्याची जरुरी असते.या प्राणायामाच्या दीर्घ सरावाने साधक अथांग सागरातही पुष्कळ वेळपर्यंत पोहू शकतो.त्याचे शरीर कमलपत्राप्रमाणे पाण्यावर तरंगत राहते.

प्लाविनी फायदे :

1. प्लाविनी प्राणायाम करणारा साधक अनेक दिवसांपर्यंत अन्नाशिवाय म्हणजे केवळ हवेवर राहू शकतो.
2. रक्ताभिसरणाची क्रिया अत्यंत वेगाने होते. त्यामुळे शरीरातील अशुद्ध घटक नाहीसे होतात.
3. पोटाचे सर्व विकार व हिस्टेरिया (मिरगी) सारख्या विकारातून सुटका होते.
4. यामुळे भूक लवकर लागते व शरीरातील दूषित हवा बाहेर पडते.

संदर्भसुची :—

१. निर्मल कवर, योग, अमित ब्रदर्स पब्लीकेशन, नागपूर
२. शर्मा पी.डी., योगासन—प्राणायाम कीजिये और निरोगी रहिये, गाला पब्लीकेशर्स दादर
३. डॉ. एस. रानडे व डॉ. एस. रानडे, आयुर्वेद आणि योगा थेरपी, अनमोल प्रकाशन पुणे
४. स्वामी रामदेव, प्राणायाम रहस्य, दिव्य प्रकाशन, पतंजली योगपीठ, हरीव्दार
५. स्वानंद स्वरस्वती, प्राणायाम साधना व अद्भुत चमत्कार, प्रकाशक, र.वी. दरपुवंशी, श्री गजानन बुक डेपो, कबुतरखाना, दादर, मुंबई

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Peer Reviewed International Research Journal of Geography

Maharashtra Bhugolshastra Sanshodhan Patrika

MBP-Vol-39 No.1, Jan-Jun 2022
(ISSN: 0971-6785) Impact Factor 4.567 Renew(IIFS)

महाराष्ट्र भूगोलशास्त्र संशोधन पत्रिका

Maharashtra Bhugolshastra Parishad
महाराष्ट्र भूगोलशास्त्र परिषद
www.mbppune.org.in

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

Peer Reviewed International Research Journal of Geography
Maharashtra Bhugolshastra Sanshodhan Patrika
MBP-Vol-39,No.1, Jan-Jun 2022

(ISSN: 0971-6785) Impact Factor 4.567 Renew(IIFS)

- **'Struggle' (Aragalaya) of Sri Lanka**
  Prof. Lal Mervin Dharmasiri, Prof. Praveen G. Saptarshi.....01-05
- **A Study Of Dispersion Of Population In Amravati District-2011**
  Dr. Sangita R. Chandrakar.....06-12
- **Salinity Land Detection by Using Remote Sensing and GIS : A Case Study of Daund Tehsil of Pune District, Maharashtra.**
  Dr. Ashok Divekar, Dr. Rajesh Survase, Prof. Dr. Arjun Doke.....13-16
- **The impact of rail transportation on station areas in Tehran city in Iran**
  Dr. Parastoo Azaram.....17-35
- **Status Of Workers In The Deendayal Magasvargiya Sahakari Soot Girni Ltd (Islampur)**
  Mr. S.A. Gaikwad, Dr. B. S. Jadhav.....36-41
- **'Global Climate Change: Developmental Challenges And Alternatives Before India'**
  Mr. Bhimashankar M. Birajdar.....42-46
- **Assessment of Canal Irrigation and Cropping Pattern in Shrigonda Tahsil using GIS Techniqes**
  Devne Manojkumar, Dhawale Ganesh, More Jyotiram, Mundhe Nitin.....47-52
- **" The Features of Affected People in Narmada Valley Project : A Geographical Scrutiny"**
  Dr. Anil Muralidhar Patil.....53-64
- **Pattern of Crop Combination Agricultural and Irrigation Intensity in Nashik District, Maharashtra.**
  Dr. Chatragun Bhore, Mr. Rakesh Pagare..... 65-73
- **Land Utilization of Bhandara City : Other Uses of Land**
  Dr. Kailas U. Ishwarkar 74-81
- **"Comparative Study Of Urbanisation In Ahmednagar District, Maharashtra And India: A Quantitative Analysis"**
  Dr. Pandurang Yadavrao Thombare.....82-91
- **Utility of Game Theory in Agriculture: A Case study of Washim District in West Vidarbha**
  Anupama B. Ramekar, Narendra. M. Jathe.....92-96
- **A Study of Infrastructure Serves in Primary Health Centres in Junnar Tahsil**
  Sangita Bharati, Dr. Virendra Nagarale.....97-103
- **Contribution of Various Irrigation Projects to Irrigated Area Growth in Nagpur District: An Analytical Study**
  Dr. Pramod Wadate, Dr. Bhagshree Dhobale 104-109

Smt. R... Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

Peer Reviewed International Research Journal of Geography
Maharashtra Bhugolshastra Sanshodhan Patrika
ISSN : 0971-6785 {Impact Factor 4.567 Renew (IIFS)} Vol. 39, No.1, Jan-June 2022. pp 74-81

Land Utilization of Bhandara City : Other Uses of Land
भंडारा शहर भूमी उपयोजन : जमिनीचे अन्य उपयोग

Dr. Kailas U. Ishwarkar

Abstract

Buildings have been built for deferent activities and roads have create a shape of city. It's called Urban Morphology. At the time of development of city, deferent economic activities also formed in the city. Every activity has needed a place, as this location demand & according to deferent activities, buildings has been made on deferent location and according to activities city has divided in to deferent economic activity division. Bhandara city is district place, so this city provides near about all activities and services, like primary activities in surrounding area of city, secondary and tertiary activities in city area. Thus, the total area of city has been utilized for economic activities and houses and create many deferent activities zone in city and create a specific shape of city.

प्रास्ताविक :-

नगरातील रस्ते व त्या दरम्यान वेगवेगळया कार्याकरिता निर्माण केलेल्या इमारती यावरून शहराला एक रूप प्राप्त होते. याला नगर आकारीकी (Urban Morphology)असे म्हणतात. नगर विकसीत होत असतांना तेथे वेळोवेळी कार्य निर्माण होतात. प्रत्येक कार्याला विशिष्ट स्थानाची गरज असते व त्यानुसार वेगवेगळया भागात विशिष्ट स्थानाच्या ठिकाणी कार्याला अनुरूप अशा इमारती तयार होऊन कार्यानुसार नगराचे वेगवेगळे विभाग निर्माण झालेले आढळतात. अनेक भूगोल तज्ञांनी विविध नगराचा अभ्यास करून या संदर्भात वेगवेगळे सिद्धांत मांडले आहेत.

मागील अभ्यासाचा आढावा :-

१९२५ मध्ये बर्जेस याने एक सिद्धांत मांडला जो एककेंद्री किंवा गोलाकार पट्टयाचा सिद्धांत म्हणून (Concentric or Zonal Theory) ओळखल्या जातो. यांच्या केंद्रस्थानी मध्यवर्ती व्यापारी विभाग म्हणजे C.B.D. विभाग असतो व त्याच्या भोवती वर्तुळाकार पट्टयाच्या स्वरूपात कार्यानुरूप वेगवेगळे भाग विकसीत होतात. पुढे १९३९ मध्ये हॉयट यांनी दुसरा सिद्धांत मांडला जो विभागीय सिद्धांत Sector theory म्हणून ओळखल्या जातो. या सिद्धांताप्रमाणे नगराच्या मध्यवर्ती व्यापारी विभागाभोवती गोलाकार स्वरूपात कार्याला अनुसरून पट्टे निर्माण न होता या मध्यवर्ती भागाच्या विशिष्ट भागात विशिष्ट कार्ये विकसीत होतात व तोच भाग नगर सिमेच्या दिशेने वाढत जातो. यापुढे १९४५ मध्ये हॅरिस Harriso व उलमन यांनी बहुकेंद्रिय सिद्धांत मांडला. या सिद्धांतानुसार अनेकदा एका मध्यवर्ती विभागाच्या सभोवती नगराचा विकास मर्यादित न राहता अनेकदा दुसरी केंद्रे निर्माण होतात व त्याभोवती नगराचा विकास होतो.

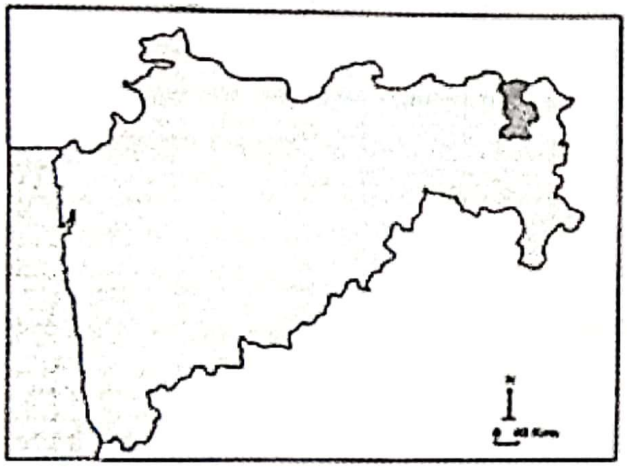
Coordinator IQAC
Smt. R... Patel
M...
Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Scanned with CamScanner

वरील सिद्धांतांचा विचार करून भंडारा नगरांच्या आकारिकीचे येथे विश्लेषण केले आहे. नगरातील रस्त्याबरोबरच नगरातील व नगर बाजूवरील नैसर्गिक घटकांचाही प्रभाव शहर आकारिकीवर झालेला आढळतो. म्हणूनच कार्यानुसार शहराचे विभाग निश्चित केल्यानंतर त्या भागाची कारणमिमांसा करतांना आर्थिक, सामाजिक, सांस्.तिक अशा घटकांबरोबरच नैसर्गिक घटकांचाही विचार केला आहे.

नगर हे एखाद्या परिपूर्ण जीवाप्रमाणे असते व त्याची सतत उत्क्रांती होत असते. या उत्क्रांतीच्या काळात त्या नगरातून म ार पूर्वी निर्माण झालेल्या कार्यात रूपांतरे होत असतात. तर कालानुरूप काही नविन कार्ये तेथे सुरू होतात.

भंडारा षहराची भौगोलीक व सांस्कृतीक पार्श्वभूमी :-

महाराष्ट्र राज्य – भंडारा जिल्हा व नगराचे स्थान



भंडारा नगर



महाराष्ट्राच्या् नागपूर विभागात भंडारा जिल्हयातील भंडारा हे ठिकाण जिल्हा केंद्र असून एक वाढत जाणारे नगर आहे. प्रदेषाच्या आर्थिक व सामाजिक जिवनांत हे नगर महत्वाचे कार्य करते. हे नगर 21°10' उत्तर अक्षवृत्त व ७९°40' ७९०४०३ पूर्व रेखावृत्तावर वसलेले आहे. मुंबई कोलकाता राष्ट्रीय महामार्ग क्र. ६ वर वसलेले असून १२ कि.मी. अंतरावर भंडारा रोड या स्थानावरुन मुंबई कोलकाता रेल्वेमार्ग गेलेला आहे. भंडारा हे नगर मुंबई पासून पूर्वेला ९०० कि.मी. व नागपूर पासून पूर्वेला ६४ कि.मी. अंतरावर आहे

वैनगंगेच्या काठावर वसलेले हे शहर प्रत्यक्ष नदीपासून १ ते १.५ कि.मी अंतरावर आहे. उत्तर दक्षिण वाहणारी वैनगंगा नदी येथे वळण घेते. या वळणावर अंतर्वक्र भागात भंडारा शहराने अंतर्वक्र आकार प्राप्त केले आहे. भंडारा नगराची लोकसंख्या १९०१ मध्ये १४०२३ होती, स्वातंत्रोत्तर काळात ५० वर्षात १९५१ मध्ये २२६४० तर २००१ वर्षी ती ८५००१ वर पोचली. २०११ वर्शी भंडारा शहराची लोकसंख्याा आहे. भंडारा नगर १० प्रभागात विभागले असून पुढे ते ३२ वार्डात विभाजित केले आहे.

नगराच्या विकासात ब्रिटीश काळातील विकास व स्वातंत्र्योत्तर काळातील विकास यातील भिन्नता शहराच्या रुपिकीत स्पष्ट दिसते. शहर जसजसे मोठे होत गेले तससे कार्ये वाढत गेली व नगराला आकार मिळाला.

परिकल्पना :

नगराच्या मध्यभागात केंद्रीय कार्ये वाढल्यास केंद्रीय विभागासभोवलच्या भागात अन्य विभागांची निर्मीती होत असते..

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

उद्येश :

भंडारा शहरातील मध्यवर्ती व्यापारी विभागांच्या व्यतीरीक्त जमीनीच्या अन्य व्यापारी विभागांची निश्चिती करणे. हा सदर संशोधनाचा मुख्य उद्येश आहे.

संशोधन पध्दती :

प्राथमिक व व्दितीय स्तरावरील आकडेवारी एकत्रीत करुन आकडेमोड केल्यानंतर त्यांचे विश्लेषण केले आहे व योग्य त्या नकाशाशास्त्रीय पध्दतींचा उपयोग केला आहे सोबतच योग्य त्या ठिकाणी योग्य त्या सांख्यीकीय आकृत्यांचा उपयोग करुन आकडेवारीचे सादरीकरण केलेले आहे.

भंडारा शहर भूमी उपयोजन :-

उत्क्रांतीच्या काळात काही कार्ये मध्यवर्ती विभागातून नगराच्या बाहय विभागात जातात तर काही बाहय विभागातून मध्य विभागात येतात. काही कार्य की, जी प्रथम शहर मध्य विभागाजवळ असतात. ती नंतर मध्य भागात जातात व कालांन्तराने बाहय भागात जातात. या सर्व कार्याच्या स्थलांतर बदलामागे दोन शक्ती कारणीभूत असतात. कोलंबी (१९३३) याने अशा शक्तींना केंद्राकडे आकर्षित करणाऱ्या शक्ती म्हणजेच केंद्राकर्षक शक्ती व केंद्राकडून बाहेर लोटणाऱ्या शक्ती म्हणजे केंद्रोत्सारी शक्ती असे म्हटले आहे.

कार्यानुसार शहर आकारीकीचे वर्णन अनेक भूगोल तज्ञांनी केले आहे हे करित असतांना कार्याचे विभाजन साधारणपणे पुढील प्रकार करण्यात येतो. १) नगराचा वस्तीचा विभाग किंवा राहत्या घरांचा विभाग, २) औद्योगिक विभाग, ३) समाजउपयोगी उपयोगाची स्थळे, ४) शैक्षणिक विभाग, ५) वाहतूक व दळणवळण, ६) वित्तिय संस्थांचे विभाग, ७) शासकीय विभाग.

सारणी : १

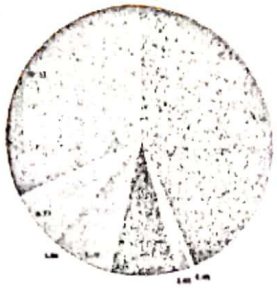
Sr.No.	Bhandara Land Use	Area in (Hec.)	% of total
1	Residential	728.45	43.36
2	Commercial	8.39	0.49
3	Industrial	27.84	1.65
4	Public & Semi Public	85.63	5.09
5	Western & Berren	50.00	2.97
6	Water Bodies	93.92	5.38
7	Public Utility	33.07	1.96
8	Transport & Communication	113.87	6.77
9	Agricultural	538.48	32.13
Total		1679.70	100%

१) भंडारा नगरातील राहत्या घरांचा विभाग :-

पाश्चिमात्य शहरातून बहुदा राहत्या घरांचे विभाग आणि अन्य कार्याचे विभाग हे स्पष्टपणे वेगळे दिसतात. परंतु अलीकडील काही नियोजीत शहरे सोडल्यास (उदा. चंदीगढ) भारतात असे विभाजन आढळत नाही. रस्त्याच्या

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahavidyalay,
Scanned with CamScanner

बाजूने तळमजल्यावर व्यापारी कार्य, गृह उद्योग, अशी कार्ये चालू असतात व तेथेच वरच्या मजल्यावर अथवा पाठीमागे लोक राहत असतात. त्यामुळे कार्यानुसार वेगवेगळे विभाग स्पष्ट दाखविता येत नाही. असे असले तरी कार्यानुसार विभाग दाखविण्याचा प्रयत्न केला आहे. भंडारा नगरातील राहत्या घरांचे विभाग पुढील नकाशात दर्शविले आहे.



नगरकेंद्र गांधी चौकापासून उत्तरेला दक्षिणेला व पूर्वेला राहत्या घरांचा जुना विभाग आहे. विभाग जुना असल्यामुळे येथे घरे व रस्ते यांचे नियोजन दिसत नाही. अशा जुन्या वस्तीचा भाग गांधी चौकापासून उत्तरेकडे विस्तारलेला आहे. त्याच्या तुलनेने गांधी चौकाच्या दक्षिणेस यांचा विस्तार पाच पटीने अधिक आढळतो.शहरांच्या दक्षिण भागात पूर्व पश्चिम दिशेने जाणाऱ्या नागपूर–रायपूर–राष्ट्रीय महामार्ग क्र. ६ आहे. यांच्या दक्षिणेला सर्व शासकीय कार्यालय आहेत म्हणजे पूर्वी ब्रिटिशांनी मुख्य वस्तीपासून दूर अशा रितीने यांची योजना केली. परंतु अलीकडच्या ५०–६० वर्षात हा मधला भाग राहती घरे व अन्य कार्यांनी व्यापला आहे व आज उत्तर दक्षिण विस्तारलेला असा राहत्या घरांचा भाग दिसतो.

या मध्यवर्ती राहत्या घरांचा विस्तार अन्य दिशेने काही कारणामुळे मर्यादित झाला आहे. पश्चिम दिशेने



खांब तलाव व जिल्हा कारागृह असल्याने या दिशेने विस्तार रोखला गेला. उत्तरेला लाल बहादूर शाळा, कन्या काळा, कब्रस्थान व पूर्व दिशेने मेंढा तलावामुळे विस्तारावर मर्यादा पडली आहे. या अशा अडथळयांच्या दरम्यान राहत्या घरांचा भाग सुळक्याप्रमाणे पुढे घुसलेला आहे. आग्नेय दिशेला सागर तलाव व नविन दवाखाना तर नैऋत्य दिशेला मिसकील तलाव यामुळे विस्ताराला मर्यादा पडल्या आहेत.

यांच्या पलीकडे राहत्या घरांचा विभाग उत्तर व पश्चिम भागात शहर सिमेपर्यंत विस्तारलेला आहे. पश्चिमेकडे जी उत्तर–दक्षिण रेल्वे लाईन जाते त्या पलिकडे राहत्या घरांच्या वेगवेगळया वसाहती निर्माण झालेल्या आढळतात. तुलनात्मकदृष्टया जमिनीचे मुल्य कमी असल्यामुळे घरांनी मोठया जागा व्यापल्या आहेत. तसेच या भागातून रस्त्याची सुविधा, पाणी वाहून जाण्याची व्यवस्था व पिण्याच्या पाण्याची सोय असल्यामुळे या भागाकडे मध्य व उच्च वर्गिय लोक आकर्षित झालेले आढळतात.

केंद्रापासून पूर्वेकडे सलग वस्तीचा विकास एका मर्यादीत अंतरापर्यंत झालेला आहे. पलीकडे असलेल्या वैनगंगा नदीचा पुराचा धोका असलेला हा भाग आहे. या नदीमुळे सांडपाण्याची व्यवस्था चांगली नसल्याने वातावरण आरोग्याला पोषक नाही. या कारणामुळे या भागात विविध झोपडपट्टया आढळतात व तेथे आर्थिकदृष्टया कनिष्ठ वर्गातील लोक आढळतात.

नगरात आर्थिकदृष्टया मध्यम व कनिष्ठ वर्गातील लोक मोठया प्रमाणात आढळतात. नगराचा जो मध्यवर्ती व्यापारी विभाग आहे. त्याच्यासभोवती प्रामुख्याने अल्प उत्पन्न गटातील लोक राहतात. या भागात अनेक झोपडपट्टया आहेत. साधारण तलावाच्या बाजूने राहणे गैरसोयीचे आहे असा हा विभाग आहे. बर्जेस याने सांगीतल्याप्रमाणे मध्यवर्ती व्यापारी विभागाला लागून पडक्या घरांचा विभाग तयार होतो. परंतु या नगरातील हा भाग वर्तूळाकार नसून तुटक असा दिसतो.

नगरात आर्थिकदृष्टया उच्च वर्गात मोडणाऱ्या नागरीकांची संख्या फार थोडी आहे. असे लोक नगर

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya
Bhandara.

Scanned with CamScanner

मध्यातील गर्दी टाळण्यासाठी मध्यापासून दुर घरे बांधतात अशा लोकांची घरे बहुदा प्रशस्त असल्याने दूरवर जाणे यांना आवश्यक वाटते. असे चार लहान विभाग नगराच्या उत्तर भागात तर तीन लहान विभाग नगराच्या नैऋत्य भागात आढळतात. उत्तर भागातील काही अन्य वर्गीय लोक काही वर्षापूर्वी पितळी भांडयांच्या व्यवसायात असल्याने श्रीमंत झाले आहे.

२) नगरातील औद्योगिक क्षेत्र :-



भंडारा नगरातील असे औद्योगीक विभाग नकाशात दर्शविले आहे. या नगरात काही दशकापूर्वी पितळी भांडे तयार करण्याचा उद्योग अतिशय महत्वाचा होता व येथील उत्पादन महाराष्ट्राप्रमाणे इतर राज्यातही जात होता. परंतु स्टेनलेस स्टीलचा उपयोग वाढल्यावर या मालाची मागणी झपाटयाने घटली व येथील पितळी भांडयाचे कारखाने बंद पडले. नगराच्या उत्तर भागात तुमसर रस्त्याच्या बाजूने टाकळी गावाच्या आसपास अनेक कारखाने होते. यापैकी बहुतेक कारखाने आज बंद झालेले असून त्यातून उत्पादन होत नाही. परंतु याच ठिकाणी लाकूड कापण्याच्या गिरण्या (Saw Mills) आढळतात व केवळ त्याचे स्थानिक महत्व आहे.

दुसरा औद्योगिक विभाग शहरापासून दूर नागपूरला जाणाऱ्या रस्त्याच्या बाजुने औद्योगिक क्षेत्र असून शासनाच्या सहकार्याने येथे काही आधुनिक उद्योग तयार झालेले आहे. पूर्वी या भागात देखील पितळी उद्योग महत्वाचा होता व विस्तृत जागेत होता अशा मोठया जागांचा लाकूड कटाई करिता उपयोग होत असल्याने हा उद्योग या जागेवर कार्यरत आहे.

३) समाजपयोगी स्थळे :-

या नगरात प्रामुख्याने क्रिडांगणे, बगीचे, मंदीरे, मशिद, चर्च यासारखे प्रार्थना स्थळे, कब्रस्थान व स्मशाने यासारखी अंतीम संस्काराची स्थाने समाविष्ट केली आहेत व ही सर्व नकाशावर प्रदर्शित केली आहेत.

क्रिडांगणे ही मुले व तरूणांच्या दृष्टिने आवश्यक असतात. यामुळे एकतर खेळावयाची सोय होते, दुसरे म्हणजे दाट वस्तीच्या भागात मोकळया जागा निर्माण होतात की ज्या पर्यावरणाच्या दृष्टिने महत्वाच्या असतात. संपूर्ण भंडारा नगरांचा विचार केला तर बहुतांशी क्रिडांगणे शाळा किंवा महाविद्यालयाच्या मालकीची आहेत. नकाशाचे अवलोकन केल्यास दक्षिण मध्य भागात क्रिडांगणाचे केंद्रीकरण झालेले आढळते. तर काही थोडी क्रिडांगणे नगरांच्या मध्यवर्ती व्यापारी केंद्राच्या उत्तर सिमेजवळ आढळतात. परंतु ही देखील शैक्षणिक संस्थेची आहेत.



क्रिडांगणांप्रमाणे नगरात स्वच्छ हवा ठेवण्याच्या दृष्टीने व मनोरंजनाच्या दृष्टीने बगीचे आवश्यक असतात. परंतु या नगरातील बगीच्याच्या वितरणाचे स्वरूप पाहता ते देखील केंद्रीत स्वरूपाचे दिसते. असे बहुसंख्य बगीचे मध्यभागातील व्यापारी विभागाच्या पश्चिमेस किंवा वायव्य भागात आढळतात.

इतर आवश्यकतेप्रमाणे प्रार्थना स्थळे ही देखील एक सामाजिक आवश्यकता असते. नगराच्या मध्यवर्ती भागाच्या सिमेवर दक्षिण व आग्नेय दिशेने अनेक मंदिरे आढळतात. इतरत्र साधारण रस्त्याच्या बाजूने परंतु दाट

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel

Scanned with CamScanner

वस्तीच्या भागाजवळ मंदीरे आढळतात. नगरांच्या साधारण पश्चिम मध्य भागात बायपासच्या बाजूने शहरातील एकमेव कॅथॉलीक चर्च आहे. मुसलमान समाजाच्या दृष्टिने नगरात मशिदी आढळतात. नगराच्या दाट वस्तीच्या भागात तीन मशिदी आहेत. या व्यतिरिक्त शहर सिमेजवळ सिव्हील लाईन जवळ एक मोठी मशिद असल्याचे आढळते.

शारिरीक स्वास्थाच्या दृष्टिने शहरात अनेक मोठे दवाखाने कार्यरत आहेत. शहराच्या मध्य वस्तीत अनेक डॉक्टर व त्याचे दवाखाने आणि खाटांची सोय आणि आधुनिक उपकरणाद्वारे उपचार करण्यासाठी बरेच दवाखाने निर्माण झाले आहे.

नगरवासीयाकरिता अंतीम संस्कार करण्यासाठी धर्माला अनुसरून तीन ठिकाणी सोय केलेली आहे. उत्तर–मध्य भागात तुमसर रोडच्या बाजूने मुसलमानाचे कब्रस्थान तर पश्चिम मध्यभागात असलेल्या चर्चच्या बाजूने ख्रिश्चन लोकांची दम नभूमी आहे. नगराच्या दक्षिणेला वैनगंगेच्या उजव्या बाजूवर घाट बांधून जवळच हिंदुची दहनभूमी तयार केली आहे. अशा रितीने तीन धर्माच्या या सोयी नगर मध्यांच्या तीन दिशेवर आढळतात.

या व्यतिरिक्त सामाजिक प्रबोधनाच्या दृष्टिने वाचनालय महत्वाचे असते. असेच एक वाचनालय शहर मध्यातील गांधी चौकाजवळ मन्नो हायस्कूल जवळ आढळते. नगराच्या दक्षिण भागात एका विस्तारित जागेत पत्रकार कार्यालय आहे.

४) नगरातील शैक्षणिक संस्था :-

भंडारा नगर शैक्षणिक दृष्टया बरेच पुढारलेले आहे. केवळ नगरातील शिक्षण संस्था नगरातील विद्यार्थ्यांकरिता नव्हे तर काही प्रमाणात नगराबाहेरील विद्यार्थ्यांकरिताही कार्य करतात. पुढील नकाशात. भंडारा नगरातील वेगवेगळया शैक्षणिक संस्थांचे स्थान दर्शविले आहे.

नकाशावरून स्पष्ट दिसते की, नगर मध्यापासून दक्षिणेकडे व उत्तरेकडे प्रमुख रस्त्याच्या बाजूने या संस्था स्थापन झाल्या आहेत. दक्षिण भागात कलेक्टर ऑमि स चौकापासून मुस्लीम लायब्ररीपर्यंत जो रस्ता जातो या रस्त्याच्या डाव्या बाजुवर एका विस्तारीत भागात शाळा कॉलेज आहे. या भागात गांधी हायस्कूल,जेसीस कॉन्व्हेंट, त्याच्या बाजूला जे.एम. महाविद्यालय व आर.एम. पटेल महाविद्यालय आढळते. याच दक्षिण भागात नागपूर रोडच्या बाजूने प्रगती महाविद्यालय कार्यरत आहे. मुस्लीम लायब्ररी चौकाच्या ईशान्य कोपऱ्यात गांधी शाळा आढळते.



शहराच्या मध्यवर्ती भागापासून उत्तरेकडे तुमसरच्या दिशेने जे रस्ते जातात त्याच्या बाजूने काही शाळा आहेत. मन्नो चौकाकडून जो उत्तरेला रस्ता जातो. त्याच्या डाव्या बाजूला लालबहादूर विद्यालय स्थापन झाले आहे. याच दिशेने पुढे डी.एड. कॉलेज, बी.एड. कॉलेज आहे व पुढे बरेच अंतर सोडून शहर सिमेजवळ औद्योगिक प्रशिक्षण व समाजकार्य महाविद्यालय स्थापन झाले आहे. या व्यतिरिक्त अन्य भागातही काही शाळा आढळतात. हेडगेवार चौकाजवळ नूतन मुलींची शाळा आहे. हे वितरण पाहता असे आढळते की, बहुतेक शाळा व महाविद्यालये मध्यवर्ती व्यापारी केंद्राच्या सभोवती स्थापन झाली आहेत. या व्यापारी केंद्राच्या वशेषत: उत्तर व दक्षिण भागात यांचे प्रमाण अधिक आहे.

Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

५) वाहतूक वदळणवळणाच्या कार्याची स्थळे :-

नगर विकासाच्या दृष्टिने ही कार्ये महत्वाची असतात. नकाशात या कार्याची स्थळे दाखविली आहेत. नकाशाचे अवलोकन केले असता असे आढळते की या सर्व कार्याचे आग्नेय म्हणजेच दक्षिण पूर्व भागात नगर मध्य वर्तुळात केंद्रीकरण झाले आहेत. याचठिकाणी राष्ट्रीय महामार्गाकडे येणाऱ्या रस्त्यावर मुख्य बसस्थानक आहे. येथून बाहेर गावी जाणाऱ्या बसेस जा–ये करतात. याच्याच बाजूला पूर्वेकडे बस डेपो आहे. नगराच्या एका बाजूला या सोयी असल्यामुळे बाकी शहरवासीयांना थोडे गैरसोयीचे होते.

याच भागात दळणवळणाच्या सोयी आहेत. गांधी चौक ते राष्ट्रीय हमरस्त्याकडे जाणाऱ्या रस्त्यावर मुख्य टपाल व तार कार्यालय असून यापासून जवळच दक्षिणेला दूरध्वनी केंद्र आहे. एकंदरीत संपूर्ण शहराचा विचार केला तर वाहतूक व दळणवळणाचे सोयीचे हे वितरण केंद्रीत स्वरूपाचे दिसते.

अशा प्रकारची गैरसोय थोडी म ार कमी करण्यासाठी शहर मध्याजवळ एक व उत्तरेला प्रमुख चौकाजवळ एक असे दोन बसथांबे निर्माण केले आहे. बाहेर गावावरून येणाऱ्या बसेस मधून येणारे प्रवासी येथे उतरतात अथवा चढू शकतात. या व्यतिरिक्त मालाची वाहतूक करणाऱ्या ट्रकसाठी म्हणजेच माल भरणे व उतरविण्यासाठी व्यवस्था जिल्हा कारागृहाच्या आग्नेय दिशेला केलेली आहे. शहराच्या मध्यवर्ती व्यापारी विभागाच्या दृष्टिने हा विभाग तयार केलेला आहे.

६) वित्तीय संस्थांचे वितरण :-

गटात वेगवेगळया राष्ट्रीय.त व सहकारी बँका व आयुर्विमा कार्यालयाचा समावेश केला आहे. यांचे स्थान नकाशावर दर्शविले आहे.



दक्षिण भागात पूर्व–पश्चिम दिशेत जो राष्ट्रीय हमरस्ता जातो त्याच्या दक्षिणेला आर्युमंडळ आहे. याच रस्त्याच्या बाजूने जिल्हा परिषद जवळ नागरी सहकारी बँक आढळते. अशाप्रकारे हे वितरण व्यापारी किंवा शासकीय कार्यालय व प्रमुख रस्ते यामुळे प्रभावित झाले आहे.

७) शासकीय व निमशासकीय विभाग :-

नकाशावरून स्पष्ट दिसते की, अशा सर्व कार्यालयाचे केंद्रीकरण नगराच्या दक्षिण भागात राष्ट्रीय हमरस्त्याच्या बाजूने झालेले आहे. विशेषत: नगराच्या मध्य भागाकडून येणारा तुमसर रोड ज्या ठिकाणी राष्ट्रीय हम रस्त्याला मिळतो त्याच्या सभोवती अशा कार्यालयाचे केंद्रीकरण झाले आहे. याच ठिकाणी राष्ट्रीय हम रस्त्याच्या दक्षिणेकडे जिल्हाधिकारी व पोलीस अधिकारी कार्यालय आहे.

यांच्या पश्चिम बाजूला चर्च असून त्याच्या दक्षिणेस पोलीसांची निवास व्यवस्था आहे. यापलीकडे पश्चिमेस न्यायालयाची इमारत त्याचबरोबर जिल्हा परिषदेची इमारत आहे. याच्यापुढे पश्चिमेस जवाहरनगरला जाणाऱ्या रेल्वे मार्गाच्या पुढे राज्य परिवहन व महाराष्ट्र विद्युत कंपनीचे कार्यालय आहे.



तुमसर रोड राष्ट्रीय हमरस्त्याला जेथे मिळतो. त्याच्याच ईशान्येला तहसील कार्यालय पंचायत समिती कार्यालय, जंगल विभागाचे कार्यालय अशी शासकीय कार्यालये आढळतात. यांच्याच पूर्वेला काही अंतरावर

Officiating Principa
Smt. Rewaben Manoharbh
Mahila Kala Mahavidy

Scanned with CamScanner

बायपासच्या बाजूला बांधकाम विभागाचे कार्यालय आहे. या व्यतिरिक्त लहान शासकीय कार्यालये अथवा निमशासकीय कार्यालये याच भागात कार्यरत आढळतात. एकंदरीत या शासकीय व निमशासकीय कार्यालयाचा विभाग नगराच्या दक्षिण भागात आढळतो.

निष्कर्ष :-

मध्यवर्ती व्यापारी विभागाच्या व्यतीरीक्त नगरात अन्य काही चौकात व रस्त्यांच्या बाजुने व्यापारी कार्ये चालतात. उत्तरेकडे तुमसर मार्गाने, पश्चिमेकडे खांब तलाव रस्त्याच्या बाजुने तर दक्षिणेस राष्ट्रिय महामार्गाच्या दिशेने जे रस्ते जातात त्यांच्या बाजुने दुकानांच्या रांगा असून तेथे व्यापारी कार्ये चालतात. परंतु पूर्वेकडे कमी उत्पन्न गटातील लोक राहात असल्याने व्यापारी कार्ये महत्वाचे नाही.

नगरात वेगवेगळया भागात वेगवगळया कार्यानुसार वेगवेगळे विभाग तयार होतात. परंतु भारतातील नगरातुन राहती घरे व व्यापारी विभाग सोबतच आढळतात. मध्यवर्ती भागात राहती घरे एकमेकांना लागून आहेत, षहराच्या पश्चिम भागात मोकळी व स्वतंत्र घरे आहेत.पूर्व भाग शारीरीक श्रम करणाऱ्या मजूर लोकांचा आहे त्यामुळे हा भाग झोपडपट्टीयुक्त आहे. दक्षिणेकडे राहत्या घरांचा विभाग कमी आहे.

नगराच्या दक्षिण व पूर्व भागात क्रिडांगणे, बगिचे, व अन्य सामाजिक उपयोगाची स्थळे आढळतात. महामार्गाच्या बाजुने विविध शासकीय विभाग असून, जिल्हा मुख्यालय, न्यायालय, जिल्हा परिषद कार्यालय तर दुसऱ्या बाजुला रेस्टहाउस, जिल्हा वन विभाग कार्यालय, महाविद्यालये, बस व गाडया स्थानक, इ. कार्ये चालतात. दक्षिण–पूर्व भागात बस डेपो, जिल्हा रुग्नालय, जनावरांचे बाजार व भाजीपाल्याचे ठोक व्यापारी केंद्र तयार झाले आहे. याव्यतीरीक्त नगराच्या उत्तर भागात अनेक षाळा, तंत्रनिकेतन केंद्र व कारखाने तयार झालेली आहेत.

संदर्भसुची

1 Burgess, E.W. : "The Growth of the City", University of Chicago Press, 1925, p. 47-62.
2 Colby, C.C.. : "Centrifugal and Centripetal Forces in Urban Geography", AAAG, Vol. XXIII, 1933.
3 Harris, C.D. : "A functional Classification of Cities in the United Stated", Geog. Rev., VOI, XXXIII, 1943.
4 Hoyet, H. : "The Structure and Growth of Residential Neighbourhoods in American Cities", Washington, 1939.
5 D S Ghungarde & J C More (2021) Impact Analysis of 'Jalyukta Shivar' Scheme, A Case Study of Chas Village in Ahmednagar District. Vol, 8, Issue, 29, PP, 1-5, UGC Care Listed
6 D S Ghungarde & J C More (2021), Environment Analysis of Climate Elements of Ahmednagar District. Akshar Wagnmay, UGC Care Listed, Special Issue Vol, 5, PP, 103-107
7 D S Ghungarde & J C More (2021), A Geographical Study of Rainfall Study Distribution in Ahmednagar District. International Journal of Researches in Biosciences, Agriculture & Technology, IJRBAT, Special Issue 15, PP, 108-112. Open Access Journal.

Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

* **Dr. Kailas U. Ishwarkar**
Smt. Rewabem Manoharbhai Patel
Mahila Mahavidyalaya, Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

Aayushi International Interdisciplinary Research Journal (AIIRJ)
VOL- VIII ISSUE- VII JULY 2021 PEER REVIEW e-JOURNAL IMPACT FACTOR 7.149 ISSN 2349-638x

पं. कुमार गंधर्व : दिव्यानंद

प्रा. डॉ. राहूल मल्हारी भोरे
(संगीत विभाग प्रमुख)
श्रीमती रेवाबेन मनोहरभाई पटेल महिला कला महाविद्यालय, भंडारा.

प्रस्तावना :-

कुमार गंधर्व म्हणजे ८ एप्रिलला हिंदुस्तानी संगीताला एक अद्भुत आणि अलौकिक असे व्यक्तिमत्व गेल्या दीडशे वर्षच्या संगीताच्या कालखंडात लाभले. असे म्हटले तर ती अतिशयोक्ती ठरू नये. असामान्य सर्जनशीलतेचे व प्रतिभेचे देणे लाभलेला. मैफिलीमधे रंगदेवतेचा वरदहस्त लाभलेला आणि त्याचबरोबर संगीतकलेबद्दल मौलिक चिंतन करणारा तत्वचिंतक अशी बहुमुखी प्रतिभा असलेला हा कलावंत गेली अनेक दशके संगीत क्षेत्रात आपल्या कर्तुत्वाने तळपत राहिला आहे यापेक्षा अजून कोणती मेजवानी संगीत प्रेमी च्या दृष्टीने असू शकेल.

पं. कुमार गंधर्व यांचे संगीत विषयक मौलिक विचार

कुमार यांचे सांगीतिक विचार समजून घेण्यासाठी अवघ्या महाराष्ट्रभर वेगवेगळ्या शिबिरांचे आयोजन केले जात असे त्या काही निवडक विचारांचा इथे आढावा घेऊया हे विचार मूलभूत तसेच व्यापक तर होतेच संगीताचा अंतिम हेतू, रागसंगीताची निर्मिती, बंदिशीची संकल्पना, लय, तालाचे महत्व, राग आणि समय यांचा संबंध, संगीत समीक्षा, संगीतशिक्षण, तपश्चर्या आणि साधना डोळसपणे करण्याची आवश्यकता, संगीताचा प्रवास मुक्तपणे होण्याच्या मार्गात प्रचलित शिक्षणपद्धती आणि घराणे यामुळे निर्माण होणाऱ्या अडचणी अशा सर्व विषयावरील आपले मौलिक विचार कुमारांनी शास्त्रीय पातळीवर सांगितले आहे. विषय शास्त्रीय स्वरूपाचा असला तरी कुमारांनी तो उपमा - उत्प्रेक्षा, रुपक याद्वारे अत्यंत आकर्षक पद्धतीने मांडलेले आहेत, त्यात त्यांची उत्तुंग प्रतिभा मुलस्पर्शी विचारसरणी, विस्तृत वाचन आणि अध्ययन, आणि सर्वगामी बुद्धिमत्ता यांचे दर्शन घडेल असेच त्यांचे विचार होते आणि त्याचा प्रभावही सर्वांत मोठा होता. कुमारांचे पहिले प्रमेय असे आहे की, संगीतापासून मिळणारा आनंद हा उच्च कोटीचा आनंद आहे. त्यालाच 'तृप्ती-आनंद' असे म्हटले आहे. तो आनंद फक्त आनंदच आहे. अन्य काही नाही. म्हणून म्हणतात ना 'आनंदाचे डोही आनंद तरंग' असा हा आनंद साक्षात ईश्वराचे स्वरूप मांडलेला आहे आणि तो कुमारांना अभिप्रेत सुद्धा आहे. कुमारांचे दुसरे प्रमेय असे की, राग संगीत हे फार उच्च दर्जाचे असून त्या संगीताच्या माध्यमातून वर वर्णिलेला आनंद मिळविता येतो, संगीताच्या इतर प्रकारांना कुमार तुच्छ लेखत नाहीत. त्याला ते 'अक्षर' संगीत म्हणतात. असे संगीत तन्मयतेने गाण्याची आवश्यकता ते प्रतिपादतात. त्यापासून चांगले मनोरंजन होऊ शकते हेही ते मान्य करतात. पण ते निराळे असे म्हणून तो विषय बाजूला करतात. कारण तो 'दिव्यानंद' मिळवून देण्याची क्षमता फार मोठ्या प्रमाणात राग-संगीतातच आहे अशी त्यांची धारणा आहे. वरील दोन्ही परिच्छेदात व्यक्त केलेले विचार कुमारांच्या एकूण सांगीतिक विचारांना पायाभूत असल्याने संबंधित विचार हा पुढील प्रमाणे.....

संगीतामध्ये बंदिशी आहेत. त्याला नुसती चाल लावलेले नसते ही पहिली गोष्ट भाव वगैरे शब्द हे आपण वेगळ्या तऱ्हेने भावगीतामध्ये जे वापरतो तसे राग संगीत गायकीत आणण्यामध्ये भाव नाही. ते भाव रहित करून गाण्यात दर्जा आहे त्याचा राग संगीतामध्ये राग संगीत खूप महत्त्वाचे आहे. ते जे सांगतात त्याच्यामध्ये जो थोडाबहुत बंदिशीमध्ये अर्थ असेल ते भाव फार वेगळे आहेत. भावगीता मध्ये ते भाव नाहीत. ते सौंदर्य ते लोक जाणत असत. नुसता

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

CamScanner
Scanned with CamScanner

भाव फार खालच्या दर्जाचा वाटू लागतो. आपल्याला ते वरच्या दर्जाचं गाणं होतं. अर्थाला धरून व चांगला आवाज काढून म्हणन हा चालू बाजारातला भाव होऊ शकतो. पण राग-संगीतामध्ये ते भाव नाहीत ते भाव 'आनंद तृप्ती' भाव आहेत. त्याच्यामध्ये ते परिणाम करतं. ते परिणाम झाले तरच राग संगीत आहे. नाहीतर झुमरा तालात म्हटलेले एखाद भावगीत आहे. असं या ठिकाणी कुमार आपले मत व्यक्त करतात ईश्वर स्वरुप उच्च कोटीचा आनंद प्राप्त करून घेण्याचे राग संगीत हे सर्वोत्तम साधन आहे आपल्या अनेक प्रश्न उभे राहतात.

राग संकल्पनेचे नक्की स्वरूप काय आहे? बंदिश आणि राग यांचे परस्पर संबंध काय? लय आणि ताल बंदिश यांचे संबंध काय? या गहन प्रश्नांची कुमार आणि नेमकी आणि समर्पक उत्तरे दिली आहेत. रागाचे स्वरूप अमूर्त असते कुमारानी तर राग अरूप असतो असा शब्दप्रयोग केला आहे. एकदा अरुप असा शब्द वापरला की, मग ते अरुप स्वरूप होते. असे शब्द प्रयोग केले जातात. विरोधाभास निर्माण होतो आणि विचारांची गाडी तिथे अडकून राहण्याची भीती असते. हे सर्व टाळण्यासाठी रागातील सौंदर्य तत्व अमूर्त किंवा निराकार असते असे म्हटले तर कुमारांचे विचार समजून घ्यायला मदत होईल असे वाटते. राग असतो याचा अरुप अर्थ रागातील सौंदर्यतत्व निराकार असते. सुगंध किंवा वारा आपल्याला जाणवतो तसे हे रागसौंदर्य जाणवते. पण ते जाणून घेतल्यावर केवळ नाद व्दारा व्यक्त करणे फार कठीण असते असे कुमार म्हणतात. नुसत्या स्वरांच्या आणि लयीच्या माध्यमाने तुम्हला राग मांडता आला तर माझी तक्रार नाही. ती फार वरची 'स्टेज'आहे. मग तुम्हाला बंदिशी ची गरज नाही. त्यासाठी कुमार एक उदाहरण देतात की, अब्दुल करीम खा साहेबांनी तसा प्रयत्न केला होता. पण लोक त्यांना बोबडे उच्चार करतात असे म्हणायचे. पण अब्दुल करीम खाँ साहेबांचा काय प्रयत्न होता तो अक्षर आणि स्वर एकमेकात विलीन व्हावेत हे त्यांचे प्रयत्न होते. म्हणून त्यांच्या गाण्यात स्वरप्राधान्य होतं. म्हणून व्यंजने सुद्धा त्यांनी स्वरा सारखी उच्चारली. तुम्ही कितीही गात रहा, त्याला आकार (आकृती बंध) आला पाहिजे. आकार जोपर्यंत तुमच्या गाण्यात येत नाही तुमच्या गाण्यात, जर आकार येत असेल, स्वराच्य माध्यमाने, आणि गात असताना लय निर्माण होत असेल (जर)तुम्हाला गावून आकार निर्माण करता येत असेल तर तुम्ही रागरूप घ्या आणि स्वरातून त्यांचे नाव सांगा. सारेगम वर पण तुमची लय आणि स्वर याद्वारे तुम्हाला राग रूप निर्माण करता आले पाहिजे. याचाच अर्थ असा की, रागाच्या सौंदर्य तत्वाला श्रोत्यांपर्यंत पोहोचविण्यासाठी, त्याला किमान आकार द्यावा लागतो तो फक्त स्वर आणि लय यांच्या साह्याने दिला जाऊ शकतो. पुढे जाऊन कुमार म्हणतात, "लय आणि स्वर यांच्या साह्याने तुम्हाला राग निर्माण करता आले पाहिजे. आकार निर्माण करावा लागेल, तो निर्माण करता आला नाही तर कंटाळा येईल. कारण रागाचं रूप म्हटलं की लक्षात घ्या त्याला एक लय आहे, म्हणजे ते रूप म्हटलं की त्याला ॲनेटॉमी आली लगेच. ते सोडून आपण काहीच करू शकणार नाही. म्हणजे जिथं बोट तिथं पाय लावून चालणार नाही... या सगळ्या गोष्टी करण्यामध्ये तुम्हाला लय मेंटेन करावे लागते. केवळ स्वरलयीच्या साह्याने रागाच्या अव्यक्त तत्वाला 'आकार किंवा रूप प्राप्त करून देणे ही फार दुरुस्त. गायनकला कमीत कमी रेषेत चित्र काढण्यासारखे ते अवघड काम आहे. आणि अशा तऱ्हेच्या कलास्वादाला लागणारी नादसंवेदनक्षमता असणारे श्रोतेही थोडेच म्हणून सर्वसाधारणपणे बंदिश आणि ताल या दोन गोष्टींची मदत घेणे आवश्यक ठरते.

बंदिश संकल्पनेच्या संदर्भात पारंपारिक अशी दोन रूपके कुमारानी वापरलेले आहेत. पहिली म्हणजे हत्ती आणि सात आंधळे. रागाचे रूप किंवा सौंदर्य बहुआयामी असते हत्ती जसा वेगवेगळ्या अंगांनी वेगवेगळा दिसतो त्याचप्रमाणे रागाचे सौंदर्य वेगवेगळ्या अंगाने पाहिले तर वेगळे दिसू शकेल. असा प्रयत्न मोठ्या प्रमाणावर झालेला किंवा होत असताना दिसत नाही. याचे कारण असे की, आपल्याला जसा राग दिसला तसाच तो शिकण्यावर भर दिला गेला आणि परंपरा राखण्याला महत्व दिले गेले. म्हणून राग एका विशिष्ट पद्धतीनेच गायले गेले तरच रागाची आणि

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

CamScanner
Scanned with CamScanner

घराण्याची शुद्धता, पावित्र्य राखले जाईल असा समज दृढ झाला. कुमारांचा या गोष्टीला तीव्र विरोध आहे. कारण त्यामुळे संगीत कलेची प्रगती खुंटली म्हणा किंवा व्हावी तशी झाली नाही.

कुमारांनी वापरलेली दुसरी उत्प्रेक्षाही पारंपारिक. राग हा 'अशरीरी' आत्मा आणि तो बंदिशरूप शरीरातून साकार होऊन प्रगट होतो. या दाखल्याचा उपयोग बंदिश-रागाचा परस्पर संबंध समजावून सांगण्यासाठी कुमार खालीलप्रमाणे स्पष्ट करतात: "राग म्हणजे एक आत्मा आहे. त्याला शरीर हे लागतेच वेगवेगळी शरीर धारण करतो तो त्याचा मग खेळ होतो. खेळण्यासाठी त्याला मौज येते आणि आपण त्याला वेगळे काम करायला लावतो. कुमारांच्या या विवेचनावरून बंदीशींची तीन कार्य सिद्ध होतात. पहिले असे की, रागाचे अमूर्त सौंदर्य साकार करणे. दुसरे असे की, अमूर्त सौंदर्यतत्व बहुआयामी असल्याकारणाने एकाच रागात त्या सौंदर्यतत्त्वाची विविध दर्शने घडविणाऱ्या बंदिशीचा उपयोग करणे. तिसरी गोष्ट अशी की, जे सौंदर्यतत्व आपणांला जाणवले ते दुसऱ्याला दिसावे, त्याला ते गाऊन दाखवता यावे, म्हणून त्या बंदिशीतच आवश्यक अशा सूचना अंतर्भूत करणे किंवा असणे. ह्या तीन गोष्टी लक्षात घेतल्या तर कुमार यांचे सांगीतिक विचार समजून घ्यायला पुष्कळ मदत होईल.

बंदिशीतील रागतत्त्वांचे सौंदर्य ओळखून त्याचा गायनाद्वारा विकास केल्याने उच्च कोटीचा आनंद लाभू शकतो, असा या विचारांचा गर्भितार्थ आहे. स्वाभाविकच अशी गायनकला आत्मसात करण्यासाठी स्वरसाधना कशी करावी. हा प्रश्न उपस्थित होतो. तरी या प्रश्नाचे उत्तर कुमारांच्या गायनाच्या वैशिष्ट यावरून आपणास लक्षात येईल कुमार संगीताची साधना करण्यासाठी नेहमी एक विचार सांगत असतात. डोळसपणे साधना करायची म्हणजे काय? तर कुमारांचे त्यावरचे उत्तर असं अत्यंत प्रेमाने स्वरावर चित्त एकाग्र करून स्वर पुन्हापुन्हा म्हणायचे. असे केल्याने हळू स्वराच्या नादसुंदरतेकडे आपले लक्ष जाऊ लागले की, त्या स्वरांचे सामर्थ्य आपल्या लक्षात येईल. मग तो स्वर आपल्याशी बोलू लागेल. त्याला कुमार आजच्या परिभाषेत 'स्वराशी संवाद साधला जाईल. गुंजाईश निर्माण होईल. मग गायनातून सहजपणे आनंदनिर्मितीची प्रक्रिया सुरू होईल. असे प्रत्यक्ष गायनात रागाची बंदिशी द्वारा मांडणी कशी करावी. याबाबत कुमार यांनी सांगितलेला विचार मुद्दाम या ठिकाणी नमूद केला पाहिजे कुमार या ठिकाणी म्हणतात मला राग स्वरूप माहीत असते त्या स्वरूपाच दर्शन बंदिशीत कस झाल आहे ते दाखवले जाईल, अशा रितीने ती मी बंदिश म्हणतो दुसऱ्या शब्दात बंदिश न चुकता, जशीच्या तशी म्हणण्यावर काही कलाकारांचा अट्टहास असतो, तो कुमारांच्या विचारात बसत नाही. याशिवाय कुमारांनी 'संगीतानंद' प्राप्त करून देण्यासाठी तीन गोष्टींची आवश्यकता प्रतिपादिली आहे. त्याचा उल्लेख हा खालील प्रमाणे..

पहिली गोष्ट अशी की, कलाकारांनी आपली दृष्टी स्वतःच्या कलेपुरतीच सिमित ठेवू नये. शक्य होईल त्याप्रमाणे विविध क्षेत्रातील गोष्टीत रस घेऊन त्यांचाही आनंद घेण्यास शिकावे. जसे चित्रकला, शिल्पकला, वास्तूस्थापत्य, साहित्य आणि शेवटी निसर्ग या सर्वांचा रसास्वाद घेता आला पाहिजे. कमी अधिक प्रमाणात गती प्राप्त करून घेतली पाहिजे. दुसरी गोष्ट अशी की, असे व्यापक जीवन जगताना कलाकाराने निरीक्षरविवेकबुद्धी जागृत ठेवून आपल्या कलेला उपयोगी पडणाऱ्या गोष्टी ग्रहण करायला शिकले पाहिजे. काहीही ताज्य मानू नये. पण त्याचबरोबर सर्वच्या सर्व जसेच्या तसे स्वीकारायचे असेही करू नये. तिसरी गोष्ट कुमार यांनी सांगितलेली अत्यंत महत्त्वाची. कलाकाराने कधीही तृप्त असू नये. झालेल्या प्रगतीने संतुष्ट राहू नये. इतके केले तरी आणखीन पुष्कळ काही करावयाचे आहे. या जाणिवेची ज्योत मनात सतत तेवत राहिली पाहिजे. त्यात मिळणारे समाधान वेगळेच असते.

असे सांगता येईल की, ईश्वररूपी [illegible] रागसंगीताच्या द्वारे मिळवता येतो. रागात असलेले सौंदर्य आपल्याला दिसते, जाणवते; पण ते दुसऱ्याला सांगण्यासाठी आकारबद्ध करावे लागते. त्यासाठी बंदीची गरज असते. रागततत्व बहुआयामी असल्याकारणाने एकाच रागात सौंदर्यतत्वाची विविध दर्शन घडविणाऱ्या अनेक बंदिशी

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CamScanner
Scanned with CamScanner

असणे संयुक्तिक होय. शिवाय चांगल्या बंदिशीत जे सौंदर्यतत्व गोठवलेले असते ते उकलून दाखवण्यासाठी आवश्यक त्या सुचनाही बंदिशीत बीजरूपाने असल्या पाहिजेत. बंदिश शिकणाऱ्यांने अशा सूचना ओळखण्याची नजर प्राप्त करून घेतली पाहिजे. अशा तऱ्हेची संगीतसाधना करण्यासाठी प्रत्येक स्वराचे नाद आणि स्वरातील संवाद ओळखण्याच्या दृष्टीने रिया झाला पाहिजे. जसे स्वरसाधने च्या बाबतीत स्वरांशी संवाद साधला पाहिजे, असे कुमार म्हणतात, तसेच या संदर्भात प्रत्येकाची भाषा वेगळी असते. ती जाणून घेतली पाहिजे, असे सांगतात. 'संवाद', 'भाषा' अशा शब्दांचा अर्थ कळणे कठीणच. असते कारण शब्द विशिष्ट अनुभूती व्यक्त करतात. आणि अनुभव घेतल्याशिवाय किंवा आल्याशिवाय त्या शब्दांचा खऱ्या अर्थाने उलगडा होणार नाही. तथापि एक स्पष्टीकरण करणे आवश्यक आहे. 'संवाद','भाषा' हे शब्द कुमार निर्मितीच्या संदर्भात वापरतात. म्हणजे राग-संगीत-निर्मितीच्या द्वारे दिव्यानंद प्राप्त करून घेण्याच्या प्रक्रियेच्या संदर्भात हे शब्द वापरलेले आहेत. गायक वा कलाकार आपली कला प्रस्तुत करतो तेव्हा तो निर्मितीच्या आणि प्रस्तुतीकरनाचा असा दुहेरी आनंद घेत असतो. श्रोते प्रस्तुतीकरनापासून होणारच आनंद अनुभवत असतात.

राग गायनाइतकेच कुमार यांचे भजन-गायन वैशिष्ट्यपूर्ण आहे.

कुमारांची भजन मांडण्याची शैली वेगळी का वाटते त्याचा उलगडाही कुमारानी केला. थोडक्या शब्दात सांगायचे तर कुमार यांचे म्हणणे असे की, ज्या संतांची व कवींची भजने आपल्याला प्रस्तुत करायचे आहेत, त्यांची ओळख संबंधित वांडमय वाचून करून घेतली पाहिजे. विषय तोच असला तरी ईश्वराकडे सर्व संत एकच दृष्टीने पाहत नाहीत. त्यांच्या व्यक्तिमत्त्वात, बघण्याच्या दृष्टीत फरक असतो. तो त्यांच्या काव्यात प्रगट होत असतो. या सर्वांचा अभ्यास करून प्रस्तुत करावयाची भजनाची निवड झाली पाहिजे. आपोआप निवडलेल्या भजनातून त्या संतांचे दर्शन घडविण्याचा प्रयत्न होतो. आणि ताल, राग तसेच नेहमीचेच असले तरी प्रस्तुतीकरण वेगळे आणि वैशिष्ट्यपूर्ण होते.

कुमार गंधर्वांची गायकी समकालीन तसेच त्यांच्या मागल्या पिढीच्या गायकाच्या गायकीहून अगदी भिन्न वाटते याबद्दल दुमत नाही. असे असले तरी कुमारांचं काय तिच्या वैशिष्ट्यांबद्दल वा तिच्या आगळेपणाच्या स्रोताबद्दल फार थोडे लिहिलेले आढळते. 'अनुपरागविलास' या कुमारांच्या बंदिशीच्या पुस्तकाला आणि सत्यकथा मासिकांमध्ये 'एक संभाव्य घराणे' हा लेख वाशीच्या चर्चासत्रात स्वतः कुमार यांनी प्रकट केलेले विचार एवढीच सामग्री हाताशी आहे. त्यांच्या आधारे कुमारांच्या आगळी गायकी, व त्या पाठीमागील वैचारिक भूमिका व त्यांच्या गायकीच्या आगळेपणाचे स्रोत या विषयाचे विवेचन संबंधित लेखामध्ये करण्यात आलेले आहे.

तसे तर कुमारांच्या गायक यांचे वैशिष्ट्य हा एक स्वतंत्र लेखाचा विषय होऊ शकतो वामनराव देशपांडे लिहितात की, 'चालू इतर गायकी आणि कुमारांची गायकी यामधला एक फरक अगदी प्रथमदर्शनी लक्षात येतो. आजपर्यंतची पद्धत अशी होती की, संथ तालाच्या एका आवर्तनात सहसा पेचप्रसंग म्हणता येईल असा एखादाच असावयाचा म्हणजेच त्या विलंबित लयीत च्या प्रत्येक आवर्तनात प्रथम संथपणाने सुरुवात करून, जरूर तर पहिल्या दोन-तीन मात्र जाऊ देऊन, हळूहळू उत्कंठा नाचा उच्चतम बिंदु साधावयाचा आणि मगच त्या उत्कंठानाचे विसर्जन करावयाचे . उत्कंठेची पराकाष्टा विजेच्या तोंडाला लागून आधीच्या बिंदूवरच व्हायची आणि मगच चिंतेचे तोंड घेऊन समाधावस्था प्रस्थापित करावयाची, म्हणजे एका आवर्तनात एकदा उत्कंठन व एकदा विसर्जन अशी क्रिया सहसा व्हायची. पण कुमारांच्या गायकीत एकाच आवर्तनात एकदा उत्कंठेने पुन्हा अधिक उत्कंठन आणि तिसऱ्या वेळेला दुसऱ्यापेक्षाही अधिक उत्कंठन असा प्रकार होतो. पहिली दोन उत्कंठेने अविसर्जित अशी राहतात व तीन्ही उत्कंठेने एकापेक्षा एक वरचढ अशी होऊन मग तिचे तोंड घेऊन समेवर या उत्कंठानाचे विसर्जन होते. म्हणजे दरवेळेला नवे उत्कंठन,

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Pat
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.
CamScanner
Scanned with CamScanner

पहिल्याचे निराकरण व्हायच्या आधीच दुसरे उभे व ते नाहीसे व्हायच्या आधी तिसरे तयार अशी उत्कंठानाची मालिका कुमार पेश करत असत.

विशेषतः उत्कंठन आणि विसर्जन यांचा सांगितली अर्थ समजणे कठीण आहे. कुमारांच्या गायकीच्या दुसरे वैशिष्ट्य बद्दल सांगताना असे सांगावेसे वाटते की, त्यांची तान इतर गायकांच्या अपेक्षेने फार जलद आहे. त्यांचा आवाज सुरेल असूनही त्यांची चपळाई विलक्षण आहे. त्यांची तानफिरतही त्यामुळे तितकीच जलद आहे हे वेगळे सांगण्याची जरुरी नाही. अर्थात जलता तान हे आजकालच्या सर्वच गायकांचे सामान्य लक्षण झाले आहे असे म्हणता येईल. फैय्याजखांची गमकेची सावकाश तान, तशीच वझेबुवाची, केसरबाईची, मोगूबाईची, हिराबाईची तान, हल्लीच्या जमान्यात मागे पडली आहे. आणि आज कोणीही गायक घेतला तर गमकेच्या तानेवरील त्याची श्रद्धाच नाहीशी झालेली आहे. असे दिसून येते. तिशी चाळीशीच्या आतला, सावकाश गमकेच्या तानेवर श्रद्धा ठेवणारा गायक-गायिका अजून तरी भेटली नाही पण कुमारांच्या गायकीचे हे वैशिष्ट्य नजरेआड करून चालणार नाही. आणखीन एक वैशिष्ट्य म्हणजे स्वरलयीशी सोळा आणे इमान राखूनही त्यांनी गायनामध्ये आक्रमकपणा आणला. त्यांची गायकी इतकी युयुत्सु आणि विजिगीषु असण्याचे कारण तीच्यामधला असाधारण आवेश. इतके जरी मी विवेचन केले तरी मनामध्ये अशी एक रुखरुख राहिली आहे की कुमारांच्या गायकीचे मर्म अगदी बोट ठेवून कुणालाही सांगता येणार नाही.

कुमारांच्या गायकीचे घराणे होऊ शकेल काय?

असा प्रश्न उपस्थित करून त्यांचे उत्तर तसे शक्य आहे, असे काही गुणीजन सांगतात, त्यांच्या आयुष्यातील दोन निश्चित टप्याप्रमाणे त्यांच्या गाण्याचे ही दोन भाग पडतात. एक भाग त्यांच्या आजारी पडण्यापर्यंतचा म्हणजे 1947 पर्यंतचा व दुसरा ते आजारातून उठल्यावर म्हणजे 1953 पासून पुढचा त्यांच्या पहिल्या गाण्यात रंगतदारपणा व निरनिराळ्या गायकीतील सौंदर्यचे मिश्रण होते, तरीही त्या वेळी त्यांना घराणी निर्माण करणारा प्रतिभाशाली गायक असे कोणी म्हटले नाही. परंतु त्यांच्या आजारपणानंतरच्या दुसऱ्या गायकीमुळे श्री. गोविंदराव टेंबे यांच्यासारख्या अभिजात रसिकालासुद्धा कुमार गंधर्व यांना नवीन सौंदर्यतत्त्वाचा अविष्कार करणारा प्रतिभावान गायक' एवढे तरी म्हणावे लागले, याचे रहस्य काय? मधल्या काव्यतसौंदर्य पासनेमुळे आजारीपणातून उठल्यानंतरच्या कुमारांच्या गाण्यात विलक्षण फरक पडला. पूर्वीचे विविध गायकीचे त्यांच्या गाण्यातले मिश्रण कायम राहिले, पण त्यात भावसंगीतल सौंदर्यतत्त्वांचाही समावेश झाला. "गाणे म्हणजे व्याकरण नव्हे तर स्वतः व्यक्तीला अनुभवाला येणाऱ्या विविध भावाचे स्वरांच्या माध्यमाच्या द्वारे प्रकटीकरण" अशा तऱ्हेने कुमार आपली भूमिका मांडू लागले , आणि आवाजाच्या विविध तऱ्हेच्या लगावामुळे ते आपल्या श्रोत्यांना विविध भाव छटांचा अनुभव देऊ लागले. सूक्ष्म दृष्टीने पाहिले तर असे आढळते की, ठुमरी गायनाचे सौंदर्यतत्व नेमके हेच आहे. आवाजाच्या लगावाने आणि निरनिराळ्या स्वर संयोजनाने अंगभूत भावार्थाच्या निरनिराळ्या छटा या ठुमरी गायनामध्येच व्यक्त करावयाच्या असतात. संस्कृत परिभाषेतील काकू म्हणजे आवाजाचा विशिष्ट लगाव, याला ठुमरीमध्ये फार महत्त्वाचे स्थान आहे. स्वरकंपन, आंदोलन, मूरकी, खटका ही ठुमरी गायनाची प्रमुख सौंदर्य तत्वे होत. नाट्यतत्व व संगीततत्व याचे मधुर मिश्रण ही कल्पना कुमारांनी आपल्या ख्याल गायनाच्या शैलीत ओवली व ख्याल गायनातून एक नवीन सौंदर्यतत्वाचा अविष्कार केला.

एकंदरीत ख्याल गायनामधील संभाव्य घराण्याबद्दल विचार केला असता असे वाटते की, आकृतीमुळे सौष्ठवाच्या सौंदर्याला आता मर्यादा पडलेल्या आहेत. तेव्हा रचना सौष्ठवामुळे नवीन घराणी निर्माण होण्याची शक्यताही कमी झालेली आहे. निदान तशी शक्यता सध्या तरी दिसत नाही. निरनिराळ्या गायकीच्या मिश्रणाने नवीन घराणी निर्माण होऊ शकणार नाही. परंतु कुमारांनी भावगीताकडे दृष्टी देऊन त्यातील सौंदर्य कल्पनेचा आविष्कार आपल्या गायकीमध्ये या पद्धतीने केला, त्यामुळे नवीन रचनाप्रणाली निर्माण होऊन एक नवीन घराणी निर्माण होण्याची शक्यता दिसू लागली

Coordinator, IQAC
Smt. Rewa[illegible]bhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Pater
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CamScanner

Scanned with CamScanner

आहे. याव0शिष्टयांच्या जोडीला ज्यांच्याबद्दल खाजगी चर्चेत उल्लेख होतो अशी काही वैशिष्ट्ये सांगितले पाहिजेत.

पुष्कळदा कुमार सुपरिचित अशाप्रकारे मांडीत की, तो श्रोत्यांना ओळखीचा वाटेल पण त्याचे नाव नक्की सांगता येत नसे. पुण्याच्या एका मैत्रीतील त्यांनी कामोद सादर केला. त्या त्याच्यां मैफलीत अनेक गुणीजन उपस्थित होते. तो राग कोणता ते कुणाच्या लक्षात येईना दुसऱ्या दिवशी कुमारांना काही चाहत्यांनी चहाचे आमंत्रण दिले त्यावेळी आचार्य अत्र्यांनी कुमारांना कालचा राग कोणता? असे विचारले आणि कुमारानी ते काम0दचा प्रोफाइल होता असे सांगितले. बैठकीत एखाद्या रागाचा प्रोफाइल प्रस्तुत करून श्रोत्यांना चकित करून टाकायचे ही कुमारांचे खासियत होती. कुमारानी ही कल्पना फोटोग्राफीतून घेतली असावी हे उघड आहे प्रोफाईल मध्ये एकच कान, एकच डोळा, एकच नाकपुडी कशी दिसते आणि इतर चेहऱ्याची फक्त बाह्यरेषा दिसते. त्याप्रमाणे नेहमीच्या गायन प्रस्तुतीतील रागाच्या वादी-संवादीना देण्यात येणारे महत्त्व कमी करून राग दर्शक स्वर समोरच्याला जास्त प्राधान्य देऊन गायन केले तर प्रोफाईल या संकल्पनेशी सादृश्यता गायनात साधता येते.

तराणा हे कुमारांच्या गायकीचे आणखी एक वैशिष्ट्य. सांगता येईल सामान्यतः सतारीचे नाद किंवा बोल कंठातून काढून दाखवणे व सुस्त झालेल्या मैफिलीत चैतन्य आणणे असे तराण्याचे दोन उद्देश मानले जातात. पण कुमारांचे करण्यासंबंधीचे विचार अगदी भिन्न होते. ते त्यांच्या शब्दात सांगितले तर उचित होईल त्यांनी ठुमरी, टप्पा आणि तराणा असा स्वतंत्र कार्यक्रम ही मुंबईला सादर केला होता. त्यासंबंधी वाशी येथे बोलताना कुमार म्हणाले नुसते दीर दीर दीर तिर तिर तिर म्हणजे नुसते जिभेचे चोचले करण्यासाठी तराण्याचा जन्म नाही. अस0 मी सांगितल होतं. खूप सांगून सर्व काही सांगून आता नादाचा सर्व उगम संपल्यावर आपल्याला अर्थ नकोच अर्थाचा कंटाळ्य आलेला आहे म्हणण्याचा सुद्धा कंटाळा आलेला आहे तरी आपल्याला गायचं आहे आणि असं काही सांगायचं की त्याला काही रूप नसलं पाहिजे तेव्हा तराण्याचा उगम व्हावा असं मला वाटतं म्हणजे संबंध संगीत अॅबस्ट्रक्ट व्हावे. यासाठी तराण्याचा जन्म आहे कारण त्याला अर्थ काहीच नाही नुसता आघात आहे. तोम आहे, नकार आहे तराण्याचा जन्म असा झालेला आहे. असे मला वाटते ते सांगण्यासाठी असा मी त्याचा मध्ये विचार केला होता. पुण्याच्या एका मैफलीत तयार केलेल्या परिचय पत्रिकेत त्यांनी असे म्हटले होते की बडाख्याल, छोटाख्याल म्हणून झाल्यावर अजून काही सांगायचे आहे असे मला वाटते तेव्हा मी तर म्हणतो शब्दरूपात सांगितल्याने कुमारांच्या तराण्याचे वैशिष्ट्ये चटकन लक्षात येत नाही. पण ते तराणा गातात तेव्हा मात्र नेहमीपेक्षा वेगळा तराणा आहे असे वाटते याचे कारण वर सांगितल्याप्रमाणे आहे. या सर्वांपेक्षा विशेष लक्षात घेण्यासारखे वैशिष्ट्य म्हणजे कुमारांची नियोजनबध्द गाणे या नियोजनाचे अनेक पैलू आहेत. असे सांगतात की, कुमारांना कुठले कार्यक्रमाचे निमंत्रण आले आणि त्यांनी स्वीकारले की, ते प्रथम त्या ठिकाणी कधी प्रोग्राम झाला होता ते पहात आणि मग पुनरुक्ती टाळून त्या ठिकाणी नवीन काय द्यायचे आहे याचा विचार करत. कोणत्या क्रमाने राग मांडायचे हे ठरलेले असे.

कुमारांच्या गायकीचे अजून एक वैशिष्ट्य म्हणजे कुमार यांची भजने म्हणण्याची पद्धत ही अगदी नवीन आणि वेगळे वाटे. त्यात साथीच्या वाद्यांना वसाहतींना साथीदारांना वेगळे स्थान असे. तबल्यावर फक्त ठेका पेटीवर बहुदा सा-प असा सातत्याने वाजविले जाणारे सूर अशी साथ असे. शांत, गंभीर वातावरण निर्माण करण्यावर भर असे, त्यांचे भजनाचे कार्यक्रम सुद्धा नियोजनबद्ध असत निर्गुणी भजनच्या संदर्भात कुमार म्हणाले कारण निर्गुणी भजने आहे त्याच्याशी भान हरपून टाकणारे तो परिणाम नाही झाला तर नक्ह, निर्गुणी भजन नाही त्यात उठविण्यासाठी लगी नाही तिथे फक्त एकता एकतारी चारिधम आहे तिथे एकांत आहे फार तिथे तेव्हा त्याचा परिणाम होतो त्या बदलत्या वातावरणाचा परिणाम होतो असे नियोजन बद्ध गायन प्रस्तुत करणारा अन्य कोणी कलाकार असेल असे वाटत नाही अशा या अनेक वैशिष्ट्यांनी मंडित झालेल्या गायकीच्या मागचा विचारही तितकाच व्यापक व मूलगामी असा असला पाहिजे ही गोष्ट उघड आहे.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben [illegible]sharobhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

कल्याण पासून विशेषतः संगीत कलेपासून मिळणारा आनंद हा उच्च कोटीचा आनंद असतो त्याला त्याने तृप्ती आनंद असे म्हटले आहे कुमारांचा हा विचार प्राचीन काळातील गायक-गायिकानाही ज्ञात होता म्हणूनच नाद ब्रह्म संगीता एक वेळ आहे असे शब्दप्रयोग केले गेले. असे असूनही या गोष्टीकडे मुद्दाम लक्ष देण्याचे कारण असे की भारतीय संगीताची ही मूलभूत धारणा कुमार यांना मान्य असल्याकारणाने कुमार यांचे गाणे इतरांच्या गाण्यावर अगदी भिन्न वाटले तरी त्याच्यावर कोणी ते भारतीय असल्याचा आरोप केला नाही संगीता त्यामुळे तो प्रमाणेच रागाने बंदीच्या संकल्पनाही कुमारांना मान्य होत या रागाच्या बाबतीत तर राग आणि समस्यांचा पूर्वापार चालत असलेला संबंधही त्यांना मान्य होता जाताना बंदी ही संपूर्णपणे प्रस्तुत केली पाहिजे असे त्यांचे मत होते याविषयी विचारलेल्या प्रश्नाला कुमार यांनी उत्तर दिले ते असे मी समय संबंधीचे बंधने पाळतो म्हणजे माझा पूर्ण विश्वास आहे समय व वेळेची बंधने यावर फरक इतकाच की, कुमार यांचे म्हणणे असे होते की रागांचे सौंदर्य मरत असते ते आपल्याला जाणवते त्या अमूर्त सौंदर्याला आकार देण्यासाठी राग नियम निर्माण झाली आणि नियम म्हणजे साधने आहेत कलाकाराला जाणवलेले सौंदर्य या नियमांच्या चौकटीत बसले नाही तर त्या नियमांना मुरड घालायला किंवा वेळी झुगारून द्यायला कलाकारांची तयारी असली पाहिजे असा कुमारचा विचार होता त्यांचे दर्शन त्यांच्या बैठकीत येत. प्रत्येक कलाकाराने डोळसपणे स्वतःच्या आवाजाचा अभ्यास करून त्याच्या मर्यादा जाणून त्यात काही सुधारणा करून तो विकसित केला पाहिजे असे कुमार यांचे म्हणणे आणि त्यातच निपणारे पुढील प्रमाणे असे की आवाज व गायकी यांचा फार जवळचा संबंध असल्याकारणाने आपला आवाज आपण विकसित केला तर गायकी सिद्ध करायला त्याचा फार उपयोग होईल प्रत्येक बाबतीत स्वतंत्र वाटणाऱ्या कुमार यांच्या गायकीचा आणि विचारांचा स्रोत काय असावा असा प्रश्न साहजिकच निर्माण होतो ज्यडच आहे की स्वतंत्र विचारांची मुळे एकाच ठिकाणी शोधणे अनुचित ठरेल.

सारांश:

कलाकाराचे व्यक्तिमत्व त्याच्यावर झालेले शैक्षणिक संस्कार आणि त्यावेळचा काळ या सर्वांतून अशा स्वातंत्र्य त्याची पाळेमुळे शोधावी लागतात कुमारांची व्यक्ती विशेष म्हणजे स्वतंत्र वृत्ती सर्वगामी आणि मूलगामी बुद्धी व परंपरेत न अडकता नाविन्याचा शोध व स्वीकार करण्याची प्रवृत्ती अशा लोकोतर व्यक्तींची बुद्धी पाणी मिळेल तिकडे जाणाऱ्या वृक्षाच्या मुळा प्रमाणे ज्ञान मिळेल तिकडे धाव घेत जाते तिला विषयाचे अभ्यासक्रमाचे परीक्षेचे आणि किती टक्के मार्क अशा गोष्टीची बंधने मानवत नाही ते काही असो मुख्य मुद्दा हा आहे की कुमारांना मिळालेल्या संगीत शिक्षणाचा आणि त्याच्या स्वतंत्र गायकीचा काही कार्यकारणभाव लागतो का यासंबंधी निश्चित निष्कर्ष काढायला पाहिजे तेवढी माहिती उपलब्ध नाही पण खरे म्हणजे विद्यार्थ्यांना तयार करण्यासाठी गुरुजींनी काय शिकवावे किंवा शिकविताना फार छान शिकवायचे पण शिकवायचे आवड पाहिजे त्यासाठी वेळ काढून बसावे लागते अशी धारणा कुमारांची होती असे या ठिकाणी लक्षात येते या सर्व गोष्टींचा विचार केल्यास निष्कर्ष निघतो तो असा की कुमारांच्या संगीत ज्ञान कोठारात कुमारांच्या गायकीचे अंतर्गत रचनेची उपयुक्त वैशिष्ट्ये लक्षात आली म्हणजे आपल्या मनात एक प्रश्न उभा राहतो तो असा की आजच्या गतिमान काळाच्या धावपळीत डावपेच प्रसंग आणि युक्त अशा समाजजीवनाचे प्रतिबिंब तर त्यांच्या गाण्यात उमटलेले नाही? कुमारांच्या गायकीत नव्या काळाची बदलत्या बदललेल्या जमान्याची काही विशेष काय आहे असे राहून राहून वाटते गाण्यापासून मिळणाऱ्या निखळ आनंदाला त्यांनी तृप्ती आनंद हे नाव दिले त्याचे वर्णनही केले आहे त्यासंबंधी आकाराबद्दल कुमार म्हणाले ताना मारले की लोक खुश होतात मग त्यांना खोटं बसा आणि कुणीत तारीफ केली व का लय काम आहे तुमची करत बसली असं आपल्या संगीताचा संगीतकाराचा प्रवास आहे संबंध मूर्ती घडविण्याचा कोणी प्रयत्न केला नाही असे विचार कुमारांनी मांडलेले आहेत घेतला जात आहे तोपर्यंत कुमारांच्या संत स्वतंत्र गायकीचा अभ्यास अधूरच राहिल तर पूर्ण करायचा

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CamScanner
Scanned with CamScanner

असेल तर त्या चौकटीबाहेर पडून शोध घेतला तरच कुमार यांसारख्या प्रतिभावंत गायकांच्या वेगळेपणाचा आणि त्यांच्या कामांचा बोध होऊ शकेल असे वाटते.

संदर्भ ग्रंथ:-

१) कुमार गंधर्व: मुकाम वाशी , मो. वि. भाटवडेकर, मौज प्रकाशन गृह, २००७
२) घरंदाज गायकी, वा. ह. देशपांडे, मौज प्रकाशन गृह, २०१२
३) अनुपरागविलास भाग १व भाग २, कुमार गंधर्व, मौज प्रकाशन गृह.

Aayushi International Interdisciplinary Research Journal
WPS Office
ISSN 2349-638x
www.aiirjournal.com

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

(SJIF) Impact Factor-7.675 ISSN-2278-9308

B.Aadhar

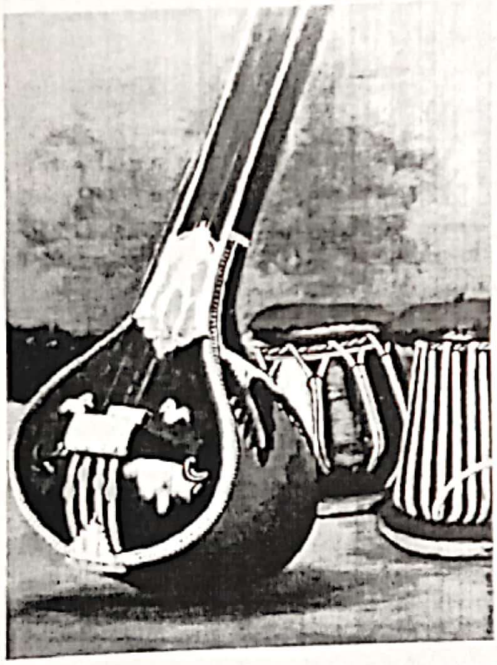
Peer-Reviewed & Refereed Indexed

Multidisciplinary International Research Journal

November -2021

SPECIAL ISSUE 328 (CCCXXVIII)

नवीन शैक्षणिक धोरणात संगीताची भूमिका



Chief Editor
Prof. Virag S. Gawande
Director
Aadhar Social
Research & Development
Training Institute Amravati

Editor
Prof. Kaumudi Dattattry Kshirsagar
Department of Music
Sitabai Arts , Commerce &
Science College Akola
Dist.Akola.

This Journal is indexed in :
- Scientific Journal Impact Factor (SJIF)
- Cosmos Impact Factor (CIF)
- International Impact Factor Services (IIFS)

For Details Visit To : www.aadharsocial.com

Aadhar Publications

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

CamScanner
Scanned with CamScanner

INDEX

No.	Title of the Paper	Authors' Name	Page No.
1	मन:शांती आणि स्वस्थ शरीर यासाठी संगीताची भूमिका	प्रा. वर्षा आगरकर	1
2	'स्वरांगिनी'—बंदिश रचनेत स्वर—शब्द संयोगाचे संयोजन	डॉ. अभय अरविंद गद्रे	3
3	ऑनलाइन संगीत शिक्षा का दायरा और सीमाएं	अमोल वासुदेवराव गावंडे	6
4	उच्च शिक्षासंस्थानों में संगीत	डॉ. राहुल मल्हारी भोरे	11
5	संगीत—एक ललीत कला	सहा.प्रा. ज्ञानेश्वर बोंपिलवार	15
6	समाज परिवर्तनात संगीताची भूमिका	डॉ. उमेश संतोषराव चापके	18
7	लोकसंगीत समाजकलेतील महत्वप्रधान गायनशैली	सहा. प्रा. संतोष मुकिंदा धंदरे	21
8	पं. विष्णू नारायण भातखंडे यांचे संगीत क्षेत्रातील व्यक्तीत्व व कर्तुत्व	प्रा. विशाल विजय कोरडे	23
9	लोककलेचे महत्व	प्रा. विद्या प्र. गावंडे	25
10	बंजारा जनजातीके लोकसंगीत का सांगितीक सौंदर्य: शास्त्रीय विवेचन	वैभव प्रभाकर डगवार	28
11	संगीत चिकित्सा : एक स्वास्थ्यवर्धक प्रणाली	प्रा.डॉ.कु. प्रिती. बी. इंगळे (वाकपांजर)	30
12	शरीर एवं मानसिक संतूलन में संगीत की भूमिका	सहा.प्रा. सुशिल अ. वावरकर /डॉ. सौ. अर्चना अंभोरे	34
13	संगीत और अध्यात्मिकता	डॉ. श्वेता दीपक वेगड़	37
14	संगीत और अध्यात्मवाद	प्रा. अनिता शर्मा	40
15	भारतीय संगीत चिकित्सा पध्दती	डॉ. सरिता एस. इंगळे	42
16	संस्कृती जोपासण्याचे एक माध्यम :—संगीत	सहा.प्रा. अमोल द. वाडवे	46
17	भारतीय शास्त्रीय संगीत :एक आध्यत्मिक शक्ती	Sangeeta Chati	48
18	मराठी साहित्य आणि संगीत	डॉ.सौ.सुरेखा रत्नपारखी	51
19	लोककलेचे सांगितीक महत्व	डॉ. प्रतिभा चं. पवित्रकार	55

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

CamScanner

Scanned with CamScanner

B.Aadhar International Peer-Reviewed Indexed Research Journal | ISSN : 2278-9308
Impact Factor -(SJIF) -7.675,Issue NO, 328 (CCCXXVIII) | November, 2021

उच्च शिक्षासंस्थानों में संगीत

डॉ. राहुल मल्हारी भोरे
(संगीत विभागाध्यक्ष)श्रीमती रेवाबेन मनोहरभाई पटेल महीला कला महाविद्यालय, भंडारा. ,srujan.bhore3@gmail.com

सारांश

भारतिय संगीत कला पूर्णरूप से मानव निर्मीत कला है। स्वत: मानव विकास के साथ संगीत का भी समान्तर गति व्दारा विकास होता रहा। संगीत का जो विकसीत रूप आज हमें दिखलाई दे रहा है, वह निश्चित ही हमारे पूर्वजों, आचार्यों व कलाकारों के योगदान का प्रतिफल है। भारतीय कलाओं की ओर यदी हम झांकर देखें तो पता चलेगा कि बहुत–सी कलाएं ऐसी है जों मानव विकास के साथ विकसीत तो हुई है, परन्तु कालान्तर में प्राय: लुप्त हो गई और वर्तमान में भी, धीरे–धीरे लुप्त होती जा रही हैं। बहुतसे उदाहरण हैं जहॉ ऐसी कलाएं ऐतिहासीक उदाहरण बनकर रह गई हैं। यह माना जाता है की सभी प्रकार की कलाएं सामाजिक परिस्थितियों से जुडी रहती हैं तथा उनका उत्थान व पतन, समय की आवश्यकताओं के साथ बंधा रहता हैं। संगीत कला अपने आप में ऐसा अनुठा उदाहरण है, जंहा समय के अनेक उतार चढाव के पश्चात भी भारतिय संगीत अपना स्थान बनाए हुए है।

Keynote: संस्थागत शिक्षण

प्रस्तावना :

भारतिय संगीत एक गुरूमूख आधारीत कला है। इसलिए प्रशिक्षण संपूर्ण कार्य गुरू शिष्य पध्दकतयों व्दारा ही पनपता है। यद्यपी गायन के तत्व और उससे सम्बधित गूढ शास्त्रीय सिध्दांत, दोनो ही गूरू व्दारा शिष्य तक पंहुचते रहे है। परन्तु शिक्षण की इस पध्दती का पूर्ण रूप से निभाव न हो सका। ऐतिहासिक दृष्टि से यदी विचार किया जाए तो काल अवधि को तिन विभागों में विभाजित कर सकते है, जैसे–१. आादी काल २. मध्य युग ३. वर्तमान युग। मध्य युग में गुरूमख शिक्षण पध्दती बुरी तरह छिन्न भिन्न हो गई, विशेषकर इस शिक्षण पध्दती से जुडा शास्त्रीय ज्ञान कालान्तर प्राय: लुप्त सा हो गया।

ऐसा दुर्भाग्यपुर्ण परिवर्तन किन किन कारणों से हो सकता है, इस विषय पर अलग से स्वतंत्र अध्याय हो सकता है। लेकीन यह सौभाग्य की बात है की पिछले सात आठ दशकों में संगीत के कियात्मक पक्ष के साथ साथ शास्त्रीय ज्ञान संगीत के विद्यार्थीयों को यथावत पहुंच पा रहा हैं। यह सब शालेय शिक्षण की देन है। जंहा तक शास्त्रीय ज्ञान को शिक्षार्थी तक पंहुचाने का सम्बध है, इसमें दो राय नही है कि इस दिशा में बहुत कुछ विकास प्रगती हो सकती है। यह एक गंम्भीर और विशाल विषय है जो सामाजिक, राजनितिक व आर्थिक स्थिती से सीधा सम्बध रखता है। भारतिय शास्त्रीय संगीत से जुडी प्रशिक्षण पध्दतियों को लेकर गुणी समाज में बहुत गहरा मतभेद है। इसलिए यह विषय न केवल गम्भीर व विशाल है परन्तु अपने आाप में पेचिदा भी है। कुछ लोग घराणा पध्दती को ही मान्यता देते हैं और शालेय शिक्षण पूरी तरह अनुपयूक्त मानते है। आज की स्थिती में यह आवश्यक नही की एक अच्छा गुरू, संगीत शास्त्र का भी अच्छा ज्ञाता हो। ऐसी स्थिती में संगीत का कियात्मक ज्ञान तो शिष्य को मिल सकता है। परंतु जंहा तक शास्त्रीय ज्ञान का प्रश्न है, ऐसे शास्त्रीय ज्ञान से अल्प परिचीत रह जाते है।

शास्त्रीय ज्ञान :

स्कुल कॉलेज या किसी संस्थागत विद्यार्थी को, संगीत की दो प्रमूख विधाओं को सिखना पडता है। प्रथम– कियात्मक विधा, जिसे बोलचाल की भाषा में प्रैक्टिकलकहा जाता है और व्दितीय–शास्त्रीय ज्ञान, जिसे थ्योअरी के नाम से जाना जाता है। बहुधा देख गया है की संगीत के विद्यार्थी विशारद, डॉक्टर ऑफ म्युझिक आदी आदी डिग्रीया प्राप्त कर लेते है परन्तु 'संगीत शास्त्र' मे उनकी रूची विकसीत नही हो पाती है। सच पुछा जाए तो उनकी रूची केवल

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

नाम मात्र के लिए पाई जाती है और वह भी औपचारीकता निभाने के लीए होती है। जंहा संगीत शास्त्र का विषय आता है, उसे भार समझकर या यों कहीए की केवल परीक्षा की देहली को लॉघना है। विद्यार्थीगण कुछ खानापूर्ती कर लेते है। आम धारणा यह रहती है कि नाद, श्रुती, ग्राम, मुर्च्छना आदी एक पुराणी प्रथा थी, वह हमारे किस काम की? जब ग्राम मुर्च्छना जातिगायन पध्दती पूर्ण रूप से लुप्त हो चुकी है, तो व्यर्थ ही में पुराणी प्रथा सम्बधित सामग्री को क्यों रटा जाएं? आदी आदी। नाद, श्रुती, ग्राम, मुर्च्छना आदी विषयों को इस प्रकार रटने की भावना से देखना ही विद्यार्थीयों को, शास्त्र रूची से अलग कर देती है।

जिस प्रकार से गायन व वादन के क्रियात्मक पक्ष में रूचि उत्पन्न कर, कुछ विद्यार्थी जीवन भर गायन विद्या के अभ्यास में जुट जाते है, ठीक उसी प्रकार यदी वे संगीत के शास्त्रीय ज्ञान में भी रूचि उत्पन्न कर सकें, तो वे विद्यार्थी अपने गायन, वादन व नुत्य के प्रस्तुतिकरण को कहीं अधिक निखार सकते हैं। बहूधा यह भी देखा गया है की उच्चकोटी के गायक व वादक जिनकी संख्या उंगलियों पर गिनी जा सकती है क्या ऐसे कलाकारों ने शास्त्र पढ़कर, अपने आप को इस स्थिती तक पंहूचाया है? जब हमें तथाकथित नाद, श्रुती, ग्राम, मुर्च्छना आदी विषय मंच प्रदर्शन/प्रस्तुतिकरण में लाभ नही पहूंचा सकते, तो ऐसे शास्त्रों से क्यों जुझना? ऐसा सोचना पूर्ण रूप से भ्रमकता है। जो विद्यार्थी ऐसे अर्थहिन विचार बनाए रखते है, उन्हे मालुम नही हैं की जिन उच्चकोटी के गायकों की तरफ वे संकेत कर रहे है, ऐसे गायक अपनी साधना व्दारा, उन सभी अवयवों का आनंद ले रहे है। जिन्हे हमारे शास्त्रो ने भाषा व्दारा व्यक्त कर रहे है। इन उच्चकोटी के गायकों ने, घोर परीश्रम व्दारा उस वस्तु को हासील किया है। जिसका अनके गुरू ने मौखिक पध्दती व्दारा परीचय करवाया था। हमें पूर्ण विश्वास है की इस प्रकार का परिचय शास्त्रों के अध्ययन व्दारा सरलता से प्राप्त किया जा सकता है।

शास्त्रोक्त विद्या अपनी सच्चाई व्दारा एक अद्भुत चमक पैदा करती है। और साधरणता विद्यार्थी व कलाकार दिन पर दिन साहस व आत्मविश्वास अर्जित करता रहता है जिसके व्दारा कला का प्रदर्शन अविश्वसनीय अच्छा तो होता है परन्तु साथ साथ, वह कलाकार अपना अनुभव अन्य व्यक्तियों तक, भाषा के माध्याम व्दारा लिखित रूप से भी पहुंचाने में सफल हो जाता है। इसलिए संगीतशास्त्र में रूची रखना, अपने आप में संगीत सीखने के लिए एक आवश्यक व ठोस कदम है।

संस्थागत विद्यार्थी भ्रमात्मक स्थिती:

यह भी भ्रमात्मक स्थिती है की संगीत की स्नातक आदी परिक्षा उत्तीर्ण करते ही समाज यह अपेक्षा करने लगता है कि प्रत्येक विद्यार्थी अपने आप में एक कलाकार बन गया है आदी आदी। यह ध्यान देने की बात है की संगीत को छोडकर, अन्य विषयों के स्नातक (बी.ए, बी. कॉम आदी)डिग्री हासील करते ही साहीत्यकार या कवी बन जाते है क्या? और विज्ञान के स्नातक बी.ए. सी. की डिग्री प्राप्त करने के साथ साथ ही वैज्ञानिक बन जाते है क्या? आजकल स्कुल व कॉलेज में जो अन्य विषय पढ़ाये जाते है, उन सभी विषयों पर यह विचारधारा लागू होती है।यह सर्वविदित है कि चाहे गुरू–शिष्य परिपाटी व्दारा, घरानेदार परिपाटी व्दारा या शालेय पध्दती व्दारा संगीत सिखा जाए, कोई भी दावे के साथ नही कह सकता कि शिक्षार्थी सफल कलाकार बन जाएगा। संगीत शिक्षा के दो मुख्य स्तंभ है। – शास्त्रीय ज्ञान व क्रियात्मक कौशल। या दोनो अंग एक दुसरे के पुरक हैं। सामान्य ज्ञान होना एक पहलू है और उसी विषय में परिपक्वता अर्जित करना दुसरा पहलू हैं। सभी विद्यार्थी सफल कलाकार नही बन सकते। अच्छा कलाकार बनना, शिक्षार्थी पर निर्भर करता है। प्रतिभाशाली विद्यार्थी ही कलाकार की श्रेणी तक पहुँच पाते हैं और उन कलाकारों में से कुछजिन्हे उच्चतम कोटी का स्तर प्राप्त होता है।

संस्थागत संगीत शिक्षा :

१८वीं शताब्दी का अन्त तथा २०वीं शताब्दी का प्रारम्भ भारतीय संगीत के पुनरूत्थान का काल माना जाता है। इस समय कला जो सभ्य समाज से बहिष्कृतएवं तिरस्कृत होकर राजा महाराजाओं के मनोरंजन का साधन बन कर रह गई थी परंन्तु धार्मिक, राजनैतिक, सामाजिक एवं सांस्कृतिक वातावरण से एक अपूर्ण चेतना का कारण बनी, अंग्रेजी शासन की स्थापना के साथ ही संपूर्ण शिक्षा प्रणाली का आरंभ हुआ।संगीत की शिक्षा गुरूकुल प्रणाली के स्थान पर संस्थाओ

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

CS Scanned with CamScanner

या विद्यालयों में में सामूहिक रिती से प्रारंभ हुई जनसामान्य में अधिकतम प्रचार–प्रसार, शिक्षण में नियम बध्दता एवं स्तरीकरण के उद्देश्य से संगीत विषय की संस्थागत सामुहिक शिक्षण विधि अपनाया जाना युग की आवश्यकता थी। इसके व्दारा ही अधिकतम व्यक्ती लाभान्वीत हो सकते थे।उत्तरप्रदेश में वाराणसी शहर में सन् १९०६ में डॉ. एनीबेझंट व्दारा थिओसॉफिकल विद्यालय की स्थापना की गई जिसमें संगीत को शिक्षा का एक विषय माना गया। स्व. विष्णु नारायण भातखंडे जी ने १९२६ मे लखनऊ स्थित संगीत विद्यालय स्थापन कीया।

सन १९२६ में इलाहाबाद में प्रयाग संगीत समिती की स्थापना हुई सन १९५० में वाराणसी के काशी हिंदु विश्वविद्यालय में संगीत विभाग की स्थापना हुई इसके प्रथम प्राचार्य पं. ओमकारनाथ ठाकुर जी नियुक्त हुए। इसे सबसे प्राचिन संगीत विभाग माना जाता है।

उपरोक्त संगीत विभाग के स्थापना के फलस्वरूप अन्य विश्वविद्यालयों में भी संगीत विभागों को प्रारंभ करने की होड लग गई। संगीत का संस्थागत शिक्षण प्रारंभ होने के समय से शिक्षाविदों एवं प्रशास्कों का एक वर्ग संगीत को सामान्य शिक्षा के पाठयकम में एक विषय के भांति सम्मिलीत किये जाने के विरोध में था। परंतु जो पं. पलुस्कर जी एवं पं. भातखंडे जी तथा उनके शिष्य वर्ग के दृढ निश्चय, त्याग एवं ठोस कार्य के परिणामस्वरूप विरोधी स्वरों को शांत होना पडा तथा धिरे धिरे सामान्य शिक्षा के पाठयकमों में पूर्व माध्यमिक एवं विश्वविद्यालयीन स्तरों पर ही संगीत को शिक्षण के एक विषय के रूप में स्वीकार किया जाने लगा।

संस्थागत शिक्षण के गुण

१.संस्थागत शिक्षण प्रणाली में कोई भी विद्यार्थी समान रूप से नियमित शुल्क देकर शिक्षा प्राप्त कर सकता है।

२.क्रियात्मक पक्ष के साथ साथ संगीत शास्त्र का भी ज्ञान उपलब्ध होता है।

३.शिक्षण प्रणाली में पाठयपुस्तकों व ग्रंथों का पूर्ण आधार लिया जाता है।

४.कथागत शिक्षण में सामूहिक प्रतिस्पर्धा की भावना विद्यार्थीयों को अधिकाधिक ज्ञान प्राप्त करने के लिए प्रेरित करती है। इसलिए परिक्षा में एक दुसरे से अधिक अंक प्राप्त करने की लालसा इनमें बनी रहती है।

५.विश्वविद्यालयीन रूपरेखा में स्नातक स्तर पर शास्त्रीय संगीत का ज्ञान और अधिक परिपक्त हो जाता है। गायकी के संपूर्ण अंकों, संगीत के शास्त्रों ग्रंथों तथा अंक उपायों की विस्तृत जानकारी के साथ साथ मंच प्रदर्शक कलाकार, शिक्षक, रचनाकार, आलोचक, शोधक तथा संगीत साधक के विशिष्ट लक्षणों का ज्ञान प्राप्त होता है।

६.विद्यालयीन शिक्षा में संगीत का समावेश हो जाने से समाज में संगीत के प्रति एक आस्था व निष्ठा का संचार हुआ और संगीत को भी महत्वपूर्ण स्थान प्राप्त हुआ है।

संस्थागत शिक्षण के दोष

१.आधुनिक वातावरण में आज के विद्यार्थी केवल प्रमाणपत्र पाने के लिए तथा उसके आधार पर नोकरी पाने व धनोपार्जन की व्यवस्था से ही संबंध रहता है।

२.महत्वकांक्षी होने पर या तो धन का अभाव या सुविधाओं का अभाव आगे बढने नही देता।

३.कुछ विश्वविद्यालयों में शैक्षिक स्तर उंचा न उठने के कुछ अन्य कारण भी है। जैसे अध्यापकों पर अधिक कार्यभार शिक्षा के समय विद्यार्थीयों की मनोवस्था का ध्यान न रखना, पाठय सामग्री का रोचक न होना इत्यादि।

संगीत के प्रती रूची

हर संगीत प्रेमी व गूणी यहीं चहता है की संगीत की प्रगती हो। यह तभी सम्भव होगा जब संगीत में रूचि उत्पन्न की जाए। रूचि एक उपजाऊ शक्ति है जिसे अलग अलग मार्गो व्दारा पैदा किया जा सकता है। इसी शक्ति का सहारा लेकर एक संगीत प्रेमी दिन पर दिन नवीन विधियों के तार बुनने में लगा रहता है क्योंकी उसे अपने विषय में रूचि है।यदी ऐसे कलाकार/प्रेमी क्रियात्मक पक्षके साथ साथ शास्त्रीय ज्ञान में भी उतनी ही रूचि रख सकें तो नि:संदेह वे अपने क्रियात्मक पक्ष को कहीं अधिक शक्तिशाली बना सकते है।पिछली पिढ़ीयों के लोगो ने अपने परिश्रम व अनुभव व्दारा संगीत के अमूल्य सिध्दांतो को स्थापित किया और नई शैलियों का निर्माण किया। यह उपब्धि संगीत के प्रति प्रगाढ़ रूचि होणे का प्रमाण है।कई सदियों

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

से ''गुरू वाक्यं प्रमाण'' वाली प्रथा के अन्तर्गत, जिज्ञासु विद्यार्थी अपने अधिकार का बलिदान करता आ रहा है और पूर्ण भक्ति व श्रध्दा रखकर गूरू के आदेशों का पालन करते हुए संगीत की प्रगती में योगदान देता रहा है। साथ साथ इस तथयों को स्विकार करना होगा कि संगीत में रूचि का प्रधान विचार होने के कारण ही धृपद, ख्याल, तराना, ठुमरी आदी का जन्म हो सका।सच पूछा जाए तो यह कहना अतिशयोक्ति होंगी कि रूचि की प्रधानता के कारण ही पंडित भातखंडेजी व पंडित पलूस्करजी व्दारा शालेय पध्दति का निर्माण हो सका।

निष्कर्श

मध्य युग में गूरूशिष्य प्रणाली चरमरा गई और १९वी शताब्दी के अन्तिम चरण तक संगीत की प्रती में ठहराव आ गया।२०वी शताब्दी के प्रथम दशक से संगीत में एक नया मोड आया। यंहा एक बात ध्यान देने योग्य है कि २०वी सदी के अन्त तक विश्व भर में विज्ञान ने अद्भूत प्रगती की, जिसके कारण हमारे जन जीवन में गहरा बदलाव आया। यह परिवर्तन बहुत ही शीध्र गती से हुआ।स्वत: सामाजिक बदलाव के साथ साथ संगीत कि रूची पर भी उसी गती व्दारा प्रभाव दिखलाई देने लगा।

संदर्भ ग्रंथ

१. स्वर विज्ञान एवं गणित, कान्ता प्रसाद मिश्रा,कनिष्कपब्लिशर्स, नई दिल्ली.
२. संगीत की तपोभूमी उत्तर प्रदेश, डॉ. मधूमिता भट्टाचार्य, पिलग्रिम्स पब्लिशिंग, वराणसी.
३. हिन्दुस्थानी शास्त्रीय गायन की शिक्षा प्रणाली, डॉ. सुरेश गोपाल श्री खण्डे, अभिषेक पब्लिकेशन्स, चन्दीगड़
४. हमारा आधुनिक संगीत, डॉ. सुशिल कुमार चौबे, हिन्दी ग्रंथ अकादमी, लखनऊ

Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel

Scanned with CamScanner

(SJIF) Impact Factor-8.575
ISSUE No- (CCCLII) 352

ISSN-2278-9308

B.Aadhar

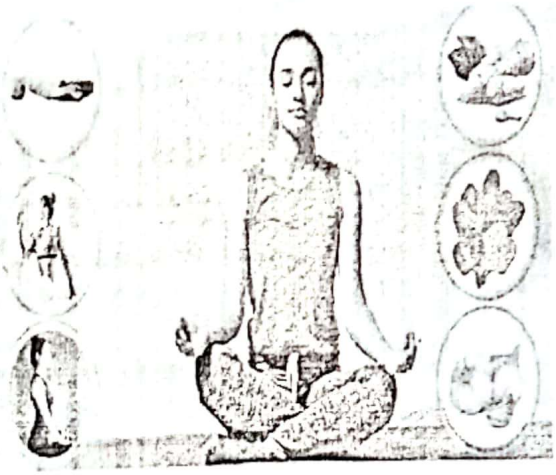
Peer-Reviewed & Refereed Indexed

Multidisciplinary International Research Journal

May -2022

Boosting Immunity Through Yoga, Pranayama and Nutrition





Prof. Virag.S.Gawande
Chief Editor
Director
Aadhar Social Research & Development Training Institute, Amravati.

Dr. S.S. Nimgare
Editor
Principal,Hutatma Rashtriya Arts & Science College, Ashti

Aadhar International Publication
For Details Visit To : www.aadharsocial.com
© All rights reserved with the authors & publisher

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Pa
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

41	जीवनशैलीतील बदल आणि त्याचा प्रतिकार शक्तीवर परिणाम डॉ. रोहिणी दिवाकरराव मेश्राम	169
42	प्राणायामाचे बौद्धिक व शारीरिक फायदे कु. पल्लवी रविकुमार डहाके	174
43	भारतीय लोकशाही समोरील आव्हाने डॉ. डी. टी. स्वर्गे	177
44	अमरावती शहरातील रस्ते मार्गाची सापेक्ष घनता – भौगोलिक अध्ययन प्रा. दिपक उ अंबोरे , डॉ.सुनील बा. आखरे	179
45	संत साहित्याचे सामाजिक संदर्भ प्रा.कलावती मोहोड	187
46	आदिवासी साहित्य आणि त्यांचे जीवनमान प्रा. डॉ. जगदीश रघुनाथ भैसारे	191
47	आदिवासी साहित्य आणि त्यांचे नैसर्गिक जीवनमान आदिवासी कवितेच्या संदर्भात प्रा.वंदना पाटील	195
48	आधुनिक कवी संत गुलाबराव महाराज डॉ. स्मिता प्र. खोंडे	201
49	सातपुडा परिसरातील आरोग्यवर्धक रानभाज्या लुंबिनी हरिदास गणवीर	205
50	व्यक्तित्व विकास के लिए खेल और योग मिथुन कुमार	209
51	हमारे जीवन मे योग के लाभ डॉ. एकनाथ व्हि. चंदनखेडे	212
52	मानसिक व शारीरिक आरोग्यासाठी योगा आणि संगीत प्रा.डॉ. राहुल मल्हारी भोरे,	214
53	Impact of Suryanamaskar on Health-Related Fitness Harish Kumar , Sharad Tulshiram Bakhade	219
54	Adverse impacts of Climate Change on Human health: Yoga a Remedial Measure Dr. Gargi Basu	223
55	Pandemic – Yoga and Pranayama for Boosting Immunity Dr. Bhushan Tukaram Funde	227
56	Application Of Yogic And Nutritional Aspects: Enhancing Health And Wellness Prof. Dr. Dnyaneshwar V. Thakre	231

Coordinator, IQAC
Smt. Rewa[illegible]hai Patel
Mahila Kala [illegible]yalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CamScanner
Scanned with CamScanner

B.Aadhar' International Peer-Reviewed Indexed Research Journal

Impact Factor -(SJIF) -8.575 Issue NO, 352 (CCCLII)

ISSN : 2278-9308

May, 2022

मानसिक व शारीरिक आरोग्यासाठी योगा आणि संगीत

प्रा. डॉ. राहुल मल्हारी भोरे,

(संगीत विभाग प्रमुख) श्रीमती रेवाबेन मनोहरभाई पटेल महिला कला महाविद्यालय, भंडारा.

९८५०४८७३१९, srujan.bhore3@gmail.com

योगायोग असा की, २१ जून हा दिवस आंतरराष्ट्रीय योग दिन आणि जागतिक संगीत दिवस म्हणून ओळखला जातो.

सारांश :-

संगीत- मग ते कोणत्याही प्रकारचं असो- चित्तलहरींना सुखावतं आणि प्रफुल्लितही करतं. मानवी जीवनात संगीताचं महत्त्व नव्याने सांगायला नको. प्रवासातील एकटेपणा घालवण्यासाठी हेडफोनवर 'सोलफुल' गाणी ऐकणं असो, की सायंकाळी घरातल्या म्युझिक सिस्टमवर मंद आवाजात वाजणारं वाद्यसंगीत असो, संगीताची साथ असेल तर प्रत्येक कृती अधिक एकाग्रपणे आणि 'रिलॅक्स' होऊन करता येते. अलीकडच्या काळात व्यायाम करतानाही संगीत ऐकण्याचं प्रमाण वाढत चालले आहे. वर्कआऊट, मॉर्निंग वॉक, जॉगिंग, योग अशा विविध प्रकारांना सुसंगत ठरणारं आणि व्यायामाला लयबद्ध करणारं संगीत हल्ली मोठ्या प्रमाणात येऊ लागलं आहे. अशाच पद्धतीचं एक ॲप ॲंड्रॉइडवर उपलब्ध आहे. मेडिटेशन म्युझिक- रिलॅक्स, योगा (Meditation Music – Relax, Yoga) असं या ॲपचं नाव असून ध्यानसाधनेसाठी मन एकाग्र करणारं संगीताचा आनंद त्यातून घेता येतो. हे ॲप सुरू करून कानात हेडफोन लावले की, संगीताचे सूर आपल्या ध्यानसाधनेला किंवा योगासनांना लय आणि तालबद्धता मिळवून देतात. ध्यानसाधनेखेरीज निवांतपणात किंवा झोपताना गाणी किंवा संगीत ऐकण्यासाठी हे ॲप उपयुक्त आहे. ऐकता ऐकताच आपली झोप लागल्यास म्युझिक आपोआप बंद होण्यासाठी यात 'टायमर'ची व्यवस्थाही पुरवण्यात आली आहे. यामध्ये 'सॉफ्ट पियानो', 'पीसफुल लेक', 'मेडिटेशन', 'सीसाइड रिलॅक्सेशन' अशा वेगवेगळ्या प्रकारांत संगीताचं वर्गीकरण करण्यात आलं आहे

प्रस्तावना :-

योग आणि संगीतातील अनोखे साधर्म्य. योग आणि संगीत या दोन्ही गोष्टी कार्यक्षमता वाढविण्यासाठी उपयुक्त ठरतात. आत्मिक समाधान देणारे संगीत आणि योग. भारतीय शास्त्रीय संगीत आणि योग साधना यांचे अनन्यसाधारण महत्त्व आज साऱ्या जगाने मान्य केले आहे. म्हणूनच पाश्चात्त्यांनी जशी योगसाधना जाणून घेतली, तसेच भारतीय शास्त्रीय संगीताची उपासना करणारेही विदेशात अनेक आहेत. योगायोग असा की, २१ जून हा दिवस आंतरराष्ट्रीय योग दिन आणि जागतिक संगीत दिवस म्हणून ओळखला जातो. आध्यात्मिक समाधान, आत्मानंद आणि मन:शांती मिळवून देणारे योग आणि शास्त्रीय संगीतात साधर्म्य असून, या दोन्ही गोष्टी साधनेतूनच साध्य होतात, असे मत गायक मंडळी, योगतज्ज्ञांनी व्यक्त केले.

गायनातील रियाज, सूर लावणे या गोष्टी आणि प्राणायाम यात खूप समानता आहे. दोन्ही गोष्टी श्वासावर नियंत्रण करणाऱ्या आहेत. योग आणि शास्त्रीय संगीत या दोन्ही गोष्टी म्हणजे केवळ मनोरंजन नव्हे. योगा आणि संगीतातून शरीर आणि मनाचा विकास होतो, असे मानले जाते. संगीताचा रियाज आणि योग साधना करण्यासाठीच्या वेळांमध्येही साधर्म्य आहे. या दोन्ही गोष्टी शक्यतो पहाटे कराव्यात, असे सांगितले जाते. संगीत आणि योग साधना यांच्यातील साधर्म्य काही प्राचीन ग्रंथातही सांगितलेले आहे. काही गायक सांगतात की, शास्त्रीय संगीतात ब्रह्मनाद हा एक प्रकार आहे जो नाद योगातून साध्य केला जाऊ शकतो. नाद योगाचा थेट संबंध श्वासाच्या

Coordinator, IQAC
Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CamScanner

Scanned with CamScanner

निरंतरतेवर आहे. नाद योग ही संगीत क्षेत्रातील योग कला आहे. यामध्ये सूर लावताना नाभीवर दाब पडतो आणि हा प्रकार थेट कपालभाती प्राणायामाशी संबंधित आहे. योगाचा उद्देश एकाग्रता मिळविणे हा आहे आणि संगीतातूनही मानसिक स्थिरता मिळते.

प्राचीन ग्रंथातही उल्लेखपं. रामामात्य यांनी १५५० या साली 'स्वरमेल कलानिधी' हा ग्रंथ लिहिला आहे. यामध्ये एका श्लोकातून योग साधना आणि संगीत यातील साधर्म्य सांगण्यात आले आहे. योग हे मूळत: शरीराच्या आणि प्राणायामच्या माध्यमातून हृदयाशी संबंधित आहे. आपल्या हृदयात २२ नाड्या असतात आणि या प्रत्येक नाडीतून निर्माण होणारा नाद वेगवेगळा असतो. तसेच भारतीय शास्त्रीय संगीतात २२ श्रुती सांगितल्या आहेत. या श्रुती जगभरात इतर कोणत्याही संगीतात नाहीत. जगभर फक्त ७ स्वरच मानण्यात येतात; पण आपल्याकडे या श्रुतींना खूप महत्त्व आहे. श्रुती म्हणजे स्वराचा अतिसूक्ष्म भाग. या प्रत्येक श्रुतीतून उत्पन्न होणारा नादही भिन्न असतो. त्यामुळे भारतीय शास्त्रीय संगीत आणि योग यांचा खरोखरच खूप जवळचा संबंध आहे. शिवाय आम्ही गायकही सूर लावतो म्हणजेच श्वासावर नियंत्रण करतो आणि हेच तर सगळे प्राणायाममध्ये शिकविले जाते. योग आणि संगीत या दोन्हींना आपण कलाही म्हणू शकतो आणि साधनाही म्हणू शकतो कारण या दोन्ही गोष्टी साध्य करण्यासाठी साधना करणे गरजेचे आहे. योग आणि संगीतातून शरीर आणि मनाला बळ मिळते, तसेच जीवन जगण्याची कला कळते. - डॉ. वैशाली देशमुख (गायिका)

वर्तमानात जगायला शिकवतात योग आणि संगीतभारतीय शास्त्रीय संगीत आणि योगसाधना या दोन्ही वर्तमानकाळात जगायला शिकविणाऱ्या आहेत. संगीत आणि योगामुळे तणावापासून पूर्णपणे मुक्ती मिळते. या दोन्ही गोष्टी करताना आपण त्यात रममाण होऊन जातो आणि भविष्याची चिंता तसेच भूतकाळातल्या त्रासदायक गोष्टी नकळतपणे विसरून जातो. संगीत आणि योगसाधना या दोन्ही गोष्टींचा आरोग्यावर सकारात्मक परिणाम होऊन यातून शारीरिक आणि मानसिक विकास होतो. - डॉ. उत्तम काळवणे

योग आणि संगीत वाढवते कार्यक्षमतायोग आणि संगीत या दोन्ही गोष्टी कार्यक्षमता वाढविण्यासाठी उपयुक्त ठरतात. कार्यक्षमता वाढावी आणि मानसिक स्वास्थ्य लाभावे म्हणून आज अनेक कार्यालयांमध्ये कर्मचाऱ्यांसाठी खास योग वर्गाचे आयोजन केले जाते. हीच गोष्ट संगीत क्षेत्राबाबतीत पण लागू पडते. शास्त्रीय संगीतामुळे झाडांची वाढही जोमात होते, असे काही अभ्यासकांनी मांडले आहे. याशिवाय आयुष्यात सकारात्मक बदल घडवून आणण्यासाठीही या दोन्ही गोष्टी सारख्याच उपयुक्त ठरतात. - नीरज वैद्य

बासरी वादनातूनच होते प्राणायामयोग दिनानिमित्त आयोजित कोणताही मोठा कार्यक्रम असेल, तर त्याला बासरीचे पार्श्वसंगीत दिले जाते. ते एवढ्यासाठीच की, योगाभ्यासात ध्यान लावण्याची जी पद्धत सांगितली जाते, त्यामध्ये मन एकाग्र होऊन आत्म्याचा परमात्म्याकडे प्रवास होणे गरजेचे असते. या प्रवासात माध्यम म्हणून बासरी कार्य करते. मन शांत आणि एक ाग्र करणे हे योगा आणि बासरीवादनातले सगळ्यात मोठे साम्य आहे. याशिवाय प्राणायाम प्रकारात मोठा श्वास घेऊन तो नियंत्रित पद्धतीने बाहेर सोडायचा असतो. हेच तंत्रज्ञान बासरीवादकाला प्रत्येक ओळीमध्ये अवलंबावे लागते. हा एक प्रकारचा प्राणायामच असतो. त्यामुळे बासरी वादकाने प्राणायाम नाही केला तरी त्याचा या पद्धतीतून आपोआपच प्राणायाम होतो. - गिरीश काळे (बासरीवादक)

आत्मिक समाधान देणारे संगीत आणि योगयोगासनात सांगितलेले प्राणायाम आणि संगीतामधले प्रयोग या दोन्ही गोष्टींमध्ये बरेच साधर्म्य आहे. योगातील प्राणायाम या प्रकारात श्वासावर नियंत्रण करून लक्ष केंद्रित केले जाते. हाच प्रकार संगीतातील स्वर लावणे या प्रकाराशी मिळताजुळता आहे. योग्य जागी आणि योग्य तेवढा वेळ स्वर लावतानाही गायकाला श्वास नियंत्रित ठेवावा लागतो. दुसरे म्हणजे ओंकार हा प्रकार योगातही आहे आणि

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.
...ordinator IQAC
...harbhai Patel
...idyalaya,
Scanned with CamScanner

महोत्सवही आहे. यती पुण्यतिथि कार्यक्रम पुरुषांत कार्यकर्तुची औकार मानला जाते. तसेच दिवाळ पुर्व कार्यक्रमाची शासक औकार महत्वाचा. दीपावलीच्या दरम्यी हा छात्रालयाचा प्रमोद पुरुषती या सांस्कृतिक प्रकाराची साधर्म साधनाला आहे. याच आणि अनेक या राष्ट्री संस्कृतिचा विविधतेचे आत्मिक भक्तांचा दिसते. ए विधान ठरेल.

आमवसाठी दीप

दीप हे एक प्राचीन भारतात प्रथम पासलेल आध्यात्मिक आणि सांस्कृतिक साधन आहे. दीप हे हिंदिक सणउत्सवातील एक पवित्रसूत्रा आहे. दीपाचे वेगवेगळे प्रकार हिंदू, बौद्ध आणि जैन या धर्मात विशेष देवतात. हजारो वर्षांपूर्वी मानवा अंधारातील भीतीवर दीपाने मात केली. हे अंधाराचा विद्यालयच आणखीही देत आहे. सांस्कृतिक आणि आत्मिक स्वरूपाचे देवारी दीपाचाने मनुष्य चिंतीतातीही औरसुकाचा विचार आहेत. अनेक भारतीय घरसंसुकती हा विद्या हजारो साहसाचा तिची आणि पुरुषता चिंतातारीही की छात्रालय करत दिली आहे. आजच्या आंतरराष्ट्रीय दीपतिसांस्कृतिक विविध रीतुचा पाहायला आहाका.

सहीत चिंतीत व मृत्तारी आणीत औरसवासाठ दीपारम्भाक सुरु केला. धार्मिक सहारी व आजार पुर्व हीरत सहीत आसपास, देवळची, औरवनी होत्त.

खरा दीप मनुष्याचे घरात आसत भारतीयांस, छात्रालयात दिवस दिवा लावे. हर स्थानीया भारतातील ही महत्वपुर्ण आहे. दीप हा आपल्या छात्रालयातला छात्रांचे अंग आहे. महाराष्ट्रातील का छात्रालय, छात्रांचिक आसने व सुरक्षितस्थान अर दिवसे व दिवशिवसाचे केले हर स्थानीयाची आहेत. हर स्थान महत्वचा संस्था छात्रांचे. सुरक्षित वातावरण उत्पन्नाची कार्य लागते आणि सवाराची आवणी अंधश्रद्धेचा होण्यात करत छात्र. दीप चमत्र अंधारात्मक आहे हर. आसाता संदुरक्षण देवरी व औरवासाचा चांगा आवड विद्यमुक्त देवी. चांगा आसन हा कुटुम्बाची संस्कृत दिवा कार्यालीन संस्कृत आसपास स्वरूप हर्ष ही आहे महत्वपुर्ण चांत दिव आसत.

दीप हा आपल्या पुर्वजांची आपल्यासाठा दिलेला धरसा व विश्वासाचा निशाणी व सुरुवातचा छात्रांची साधनी आहे त्यामुळे हा धरसा आपण चांगा जतन करायचा साही हर. पुढच्या पिढीला चांगे महान वारसाचुर मनुष्य छात्रांचा आहे. दीप पुढच्याने कमल छात्रांचीन, अभिनंदन, कार्यारंभ, उद्घाटन दीप महत्वपुर्ण सार्वजनिकसाठी भारतिसांसा दीपारम्भाक त्यांतीन चांगा हर्ष आहे महत्वाचे

धर्म

शिवाय : धरसा कायचे व धरसा चांगा सारे -आसत महत्वपुर्ण दीपारम्भ ही सारीन सार्वजनिक कार्यक्रम, सुरुवात व शेवटचुर कार्यक्रमात -छात्रांचाचा : छात्रांचा छात्रांचा दुर्गम छात्रांचाचा सारीन्यात दीपारम्भ छात्रांचा छात्रांचा दिवस आहे. महत्वपुर्ण छात्रांचे आधारभ ७१००० साहीपुर्ण आपल्यिक चांगे महत्वपुर्ण छात्रांचाचा

छात्रांचाचा : आपल्यात अनुप सुट्टा सारीन महत्वपुर्ण सुरुवातची दीपारम्भाचुर स्वरूपचा दिवसुर कार्यक्रम घेणे Complete Declarationचांगा हे छात्रांचे अंतिम महत्वचे आपल्या आंतरसाठी छात्रांचुर

अंधार महत्वचे

छात्रांचा : दीपकमात्र छात्रांचाचे महत्वचे दीपारम्भाचांचा चांचा छेडीत धरणे

छात्रांचा : छात्रांचा छात्रांचा दिवस व सरस्वतीचे छात्र

छात्रांची : सरस्वतीची छात्रांचा शिक्षणाची क्षीरता महत्वपुर्ण Blankness

हेही आपलीची दिवेती-चांगे कार्यक्रम छात्रांचिक होण. हा अंधार दीप आपले आंतर व मनःस्वास्थ्य दिवसचांचा या कविसुपालीन छात्रांचुर छात्रांचा

छात्रांचीन : छात्रांचा, छात्रांचा, दिवसांचा.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

ज्ञान : मोक्ष, आनंदाकडे नेणारा.

भक्तियोग : वाईट गुणांची मैत्री करून त्यांना असुरी बनून दैवी गुणांकडे वाटचाल करणारा व प्रेम म्हणजेच आपले कामकर्म व स्वार्थ विसरायला लावणारा उदात्त.

त्याग व भक्ती : म्हणजेच प्रेम, शरणागती जी आपल्याला गुणसाक्षात्कार करून निर्गुण साक्षात्कार घडवते व आनंदप्राप्ती होते.

कर्म योग : तामसिकतेकडून राजसिकता व राजसिकतेकडून सात्विक वृत्तीकडे नेणारा कर्मयोग.

म्हणजेच कोणत्याही प्रकारे योगाचरण केले तरी, आपण आनंदप्राप्तीपर्यंत पोहोचतो. जे आपल्या सर्वांचे अंतिम ध्येय असते. बाकी सर्व प्रकारचे शिक्षण हे आपल्याला जीवन जगणे व सुखकर होण्याची साधन प्राप्त करून देते, पण योग आपल्याला आपण कोण व कशासाठी अस्तित्वात आहोत याचे ज्ञान करून देते. योग ही जगण्याची कला आहे. आपल्या प्रत्येक छोट्या कृतीमध्ये जर, जागरूकतापूर्वकता असेल तर योग आहे.

पंचकोश संकल्पना : आपल्याला प्रत्येकाला ५ शरीर आहेत. हे म्हणजेच १) अन्नमय कोश-आपले शरीर, २) प्राणमय कोश ३) मनोमय कोश ४) विज्ञानमय कोश, ५) आनंदमय कोश आधीज्ञ व्याधी - मनोमय कोशात विचार आला की प्राणमय व अन्नमय कोशात विचार होतो व आपल्याला त्याचा दृश्य परिणाम म्हणजेच विकार आजार होतात. म्हणूनच योग मुळापासून म्हणजेच मनोमय कोशातून विचार नष्ट करीत म्हणजेच अन्नमय हे शरीर आपोआपच संतुलनाकडे येत. योगामध्ये प्रत्येक आजारावरती उपचार आहेत व हे शास्त्रीयदृष्ट्या सिद्ध झाले आहेत. म्हणूनच याला योगशास्त्र म्हटले जाते.

योगासनांचे प्रकार

योगासनाचे अनेक प्रकार असले तरी तीन मुख्य प्रकार आहेत.

शरीरोपयोगी आसने : उदा. हलासन, भुजंगासन, धनुरासन, सर्वांगासन, मयुरासन, त्रिकोणासन, कटीचक्रासन, ताडासन, अर्धचंद्रासन, उष्ट्रासन, अर्धमत्स्येंद्रासन, सिंहासन, समकोनासन, भारद्वाजासन, भुजंगासन, धनुरासन.

ध्यानात्मक आसने : उदा. पद्मासन, स्वस्तिकासन, चक्रासन. फार पूर्वी केवळ ध्यानात्मक आसनेच होती. शरीर शांत व स्थिर करण्यासाठी ही आसने उपयोगी आहेत.

विश्रांतीकारक आसने : उदा. शवासन, मकरासन. शरीर व मनाला विश्रांती मिळण्यासाठी तसेच कल्पना शक्तीच्या विकासासाठी ही आसने उपयोगी आहेत.

नियम

योगासने योग शिक्षकाकडून शिकून मग स्वत: करावीत. आसने करताना मन शांत व प्रसन्न असावे, फार ताण देऊन वा ओढाताण करून आसने करू नयेत. योगासने व सूर्यनमस्कार दररोज नियमित करावेत. योगसाधना संपवताना थोडा वेळ शवासन करावे.

प्रशिक्षण संस्था

अष्टांग योगा इन्स्टिट्यूट , म्हैसूर, परमार्थ निकेतन योगा इन्स्टिट्यूट, ऋषीकेश, शिवानंदा वेदांत सेंटर, त्रिवेंद्रम, योगा इन्स्टिट्यूट, मुंबई, कृष्णमचार्य योग मंदिर, चेन्नई, अय्यंगार मेमोरियल योगा इन्स्टिट्यूट, पुणे

आंतरराष्ट्रीय योगगुरू

(कै.) बी. के. एस. अय्यंगार, बाबा रामदेव, सुनेत्र सिंह, भारत ठाकूर, विक्रम चौधरी

धकाधकीच्या जीवनाला आराम

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

अमेरिका, इटली, जपान, चीन यांसारख्या देशांमध्ये आयुर्वेदावरोबरच संगीत, नृत्य इत्यादीसोबत योग हा आवश्यक मानला जाऊ लागला आहे. भारतीय काव्य, शास्त्र, संगीत यांचा मूळ गाभा विचारांना दिशा देणारा आहे. या प्रत्येकाला वैचारिक-शास्त्रोक्त बैठक आहे. त्यामुळे विद्याप्रकारामध्ये यांची घडण झालेली आहे. योगाचेही तसेच आहे. औषधोपचारापेक्षाही दिनचर्या बदलण्याची गज आपल्याप्रमाणे परदेशातही जाणवू लागली आहे. योग यमन नियमामध्ये योगसाधना ही परदेशात होत नसली तरीही त्यामुळे पाश्चात्य विचारांमध्ये योगसाधना सहजतेने रुजली आहे. ही योगविद्या समुद्रापार नेण्यात गुरू अय्यंगार यांचा मोठा वाटा आहे. धकाधकीच्या जीवनात त्यांनी अतिशय सुटसुटीतपणे सांगितलेला योग देशविदेशामध्ये भावला आहे.

फायदे

योगासनामुळे शरीर लवचिक राहते. शिवाय स्वस्थ आणि उत्साही वाटते. श्वासोच्छवासात कोणतीही अडचण येत नाही. पचनसंस्था, श्वसन संस्था चांगली राहात असल्याने रोग होत नाहीत. योगामुळे ताण तणाव, थकवा आणि आळस येत नाही.. शरीरातील चरबी कमी होऊन शरीर हलके-फुलके राहते. योगासनांमुळे केवळ शरीरच नव्हे तर मन आणि मेंदूचेही संतुलन राखले जाते. माणसांत उत्साह कायम रहातो. विविध योगासनांचा उपयोग योगोपचारामध्ये रोग निवारणासाठी होतो. शारीरिक लाभांवरोबरच मानसिक शांती व अध्यात्मिक उन्नती हे आसनांचे खरे लाभ आहेत.

निष्कर्ष :-

जन्मजात व्याधीग्रस्तांच्या शारीरिक समस्यांसाठी योग आणि संगीत अत्यंत सकारात्मक परिणाम साधू शकतातअष्टांग योग; शरीर व मन:स्वास्थ्याकडून समाधीपर्यंत पोहचण्याचा मार्ग आहे. आयुर्वेद हे चिकित्साशास्त्र आहे. त्यामुळे मन:स्वास्थ्य राहण्याकरिता यम-नियममध्ये सांगितलेले मार्गदर्शन हे धारणीय वेग तसेच सद्वृत्तपालन या अंतर्गत आले आहेत. काही कायिक, वाचिक, मानसिक वृत्तींचे नियंत्रण ज्याने मन:स्वास्थ्य बिघडू शकते त्यांना धारण म्हणजे नियंत्रण करणे. आसन शरीरस्वास्थ्याकरिता आवश्यक आहेच. त्यामुळे योग व आयुर्वेद दोन्ही शरीर व मनाकरिताच आहे, फक्त उद्देश थोडा वेगळा; योग मोक्षाकडे नेणारा तर आयुर्वेद शरीर, मन:स्वास्थ्य टिकविण्याकरिता व व्याधीचिकित्सेकरिता !

संदर्भ ग्रंथ :-

संगीताचे मानसशास्त्र -डॉ. श्यामला वनारसे, महाराष्ट्र युनिव्हर्सिटी बुक प्रोडक्शन बोर्ड, नागपुर
संगीतकला विहार (मासिक) अखिल भारतीय गांधर्व महाविद्यालय मंडळ, प्रकाशन मुंबई
संगीत मॅन्युअल, डॉक्टर मृत्युंजय शर्मा एच. जी. पब्लिकेशन.
संगीत निबंधावली -किरण फाटक
संगीत एवं मनोविज्ञान, डॉक्टर किरण तिवारी कनिष्क पब्लिशर्स नवी दिल्ली
योग साधना - बाबा रामदेव

Coordinator IQAC
Smt. Rewabhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CamScanner
Scanned with CamScanner

2021 - 2022

Impact Factor 6.625

E-ISSN : 2348-7143

INTERNATIONAL RESEARCH FELLOWS ASSOCIATION'S

RESEARCH JOURNEY

International E-Research Journal

Peer Reviewed, Referred & Indexed Journal

Issue -297 – (B) June- 2022



Guest Editors:
Dr. Ashishbabu Deshmukh,
Working President,
VSPM Academy of Higher Education,
Nagpur, (MS) India.

Executive Editor of the Issue:
Dr. Dadarao K. Upase,
Head, Department of English,
Arvindbabu Deshmukh Mahavidyalaya,
Bharsingi, Dist.- Nagpur (MS)

Chief Editor of the Issue:
Dr. Prakash D. Pawar,
Principal,
Arvindbabu Deshmukh Mahavidyalaya,
Bharsingi, Dist.- Nagpur (MS)

Co-Editor of the Issue:
Mr. Vijay P. Rahangdale
Head, Department of Economics,
Arvindbabu Deshmukh Mahavidyalaya,
Bharsingi, Dist.- Nagpur (MS)

Chief Editor : Dr. Dhanraj T. Dhangar

For Details Visit To : www.researchjourney.net

Smt. Rewaben Manoharbhai Patel Mahila Kala Mahavidyalay, Bhandara.

Scanned with CamScanner

INDEX

	Paper	Author's Name	Page No.
01	Use of Electronic Information Sources by Yoga Professionals During COVID-19 Pandemic	Mr. Nitin M Chaware, Mr. Sagar B Khatale	05
02	The Changing Role of a Teacher with A Covid-19 Scenario	Mrs. Manika H. Pawar	10
03	Diseases and Classification of Butterflies From Arvindbabu Deshmukh Mahavidyalaya Campus, Bhamragad, Maharashtra, India	Dr. Nitin M. Raut	22
04	Comparative Study of India And China as A Global Leaders	Dr. Sudha Deshpande	25
05	E-Commerce and Consumer Marketing Approach in the Previous Decade	Sanjay P. Dhok	31
06	Emerging Trends in Research Methodology of Social Sciences	Dr. Salma KA. Sattar	35
07	Ethnic Tourism in Nilgiris District of Tamil Nadu With Reference to Toda Tribe	Dr. S. Ramudu Dora	43
08	Comparative Study Red Light Emitting Eu3+ Doped CaO:B2O3 Nanophosphors For Solid State Lighting Prepared By Precipitation and Combustion Method	R. S. Ukare	54
09	Globalisation and its Implications to Strengthen Education	Dr. Anjali Gupta	58
10	Green Marketing Practices in Organic Products: A Study in Vellore Region	Dr. S. Sudhavendhi, Mrs. S. Priyanka	65
11	Holistic Development of Community Graduates	Dr. Parmindar Walia	72
12	Information Seeking Behaviour of Students in Pandemic Era: A Case Study of Kandivali Vidyadeep Bilingual Kanya Kendra	Dr. Rajesh Sharma	77
13	Information Technology and Academic Library	Varsha M. Meshram	83
14	A Study of The Attitude of Teachers Towards Innovative Teaching Strategies: A Survey	Tina Bhattacharjee	86
15	Microwave Assisted Synthesis of Substituted Thiocarbamide Derivatives	M. R. Raghuvanshi, A. N. Ingole	93
16	Effect of Temperature on Interaction of 2-benzamido-4-Methylpentanoic Acid 2-Cyclohexyl Carboxamide (2-BMCA) with BSA at Physiological Ph Ultrasonic Interferometer	Shrikant B. Thakare	98
17	Studies on Seed Morphological and Anatomical Structure in Momordica Padica Linn. of Family Cucurbitaceae Momordicae Fabaceae	P. P. Ubhe	103
18	New Education Policy	Ms. Seema Rani	110
19	The Importance of the Library in Modern Age	Prof. D. L. Thakare	114
20	Technology: A Yoga Improve Sports Performance	Prof. Anmol Gandhe	118
21	मुलांचे शिक्षण शिक्षण का महत्व	दीपक मोरिस	121
22	मराठवाड्यातील भारत का आधुनिकीकरण साहित्य	प्रोफेसर डॉ. सुधाकर शर्मा	125

Smt. Rewaben Mangharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

'RESEARCH JOURNEY' International E- Research Journal
Issue – 297(B) : Multidisciplinary Issue
Impact Factor : 6.625 Peer Reviewed Journal
E-ISSN : 2348-7143
June-2022

Information Technology and Academic Library

Varsha M. Meshram
Librarian
Smt. RewabenManoharbhai Patel College, Bhandara

Abstract :-

In the earlier days of civilization, library regarded to be the mere store house and the librarians are the mere care taker, fast, placed change in technology, partiallarly the origin of ICT and social, political, economics change forced to managerial change in libraries and information centers is necessary for LIC to survive in the twenty first century, In this context, it discussed the opportunities and the benefits of open acess worldwide. The application of ICT in libraries proved to be boon gave birth to various new services which was hitherto not possible through manual practices.

Keywords :- E-Learning, Technology, Environment, Academic Library, Social Network.

E-Learning :-

E-Learning describes any use of electronic technology to enhance learning, E-Learning happens in various place, including within courses on campus at distributed online learning sites and online learning describes e-learning that makes use of internet technologies, Teachers and learners can be located anywhere they have access to a computer and a connection to the internet online learning can happen on campus or at a distance from the campus it can be synchronous or asynchronous.

1. Online learning
2. Mobile learning
3. Blended learning
4. Managed learning environment.
5. Cost effective online training.

Now a days information communication technology is approach to transmitting the idea or through or information between one to dnot and understanding through the interaction, in other words it is the act of sharing or exchanging information, ideas or fedings. There are various techniques to communication that establish through the network web technologies are creating more friendly, social and fun environments for retrieving and sharing information.

Changes in Library Environment :-

The library collection, which comprised of print documents only, are now supplemented by e-resources and gradually these e-resources are occupying major portion of modern library collection in comparison to its print counter parts. In traditional libraries print books were occupying the major portion of library collection which is being replaced now days by e-books. Also a good number of publishers such as springer, wiley, Elsevier, Cambridge university press are producing a large number of e-books which are in demand by users. The print journals are being shifted to electronic journals stored in some external storage media such as CD/DVD. These offline storage Medias are now being further supplemented by e-journals, available online. Previously the library materials were organized according to some library classification scheme and manual registers were used for record keeping issue and return of documents and other library works. Due to the development computer library software, library networking, the manual

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya
Bhandara.

system of computerized system and an automated system. A number of library software have been developed and are in used by the libraries for systematic organization of library materials and to automate various housekeeping operations such as acquisition materials, catalouging and circulation of library materials, serial controls and other administration works of library.

Electronic Resources :-

1. E-books
2. E-journals
3. E-theses
4. E-databases
5. CD-ROM-databse
6. Audio video materials
7. OPAC
8. RFID
9. DELNET
10. NPTEL
11. SWAYAM
12. INFLIBNET

Objective :-

1. To explore the challenge faced and the changing role of libraring and various skilles expected.
2. To define and explain the concept of difital learning.
3. Have on in depth understanding of the technical skills.
4. To explore the e-learning components of e-library.
5. To show the role of the library professional as manager.

Role of Librarian-e-learning :-

Librarian in the digital era to be experts in information searching selecting, acquiring, organizing, presering, repackaging disseminating and serving. The digital libraries or digital information centers generate the need for creating a new job tittle "digital librarian" to manage their digital collection. Tasks involved in the digital library are to manage the digital libraries; organize digital knowledge and information disseminates digital information from the computer held digital information; provide digital and electronic information services to fulfill these jobs there must be a library profession for each organization in the digital environment who is so called a digital libraries.

Social network :-

Social networks are a great way to test your commitment to open communication in the this process librarian can keep constant touch and effective interaction with staff, patrons and faculty in online collaborative environment. The social networking tools that can be practiced by the library for the aforementioned purpose are : Myspace, facebook, wing, blog, meebo, kinkedin and twitter, social networking site is the plare used to describe any website that enavles users to create public profiles within that web site and form relationship with other users of the same website who access the profile, social networking site can be used to describe community based web sites, obline discussion forums.

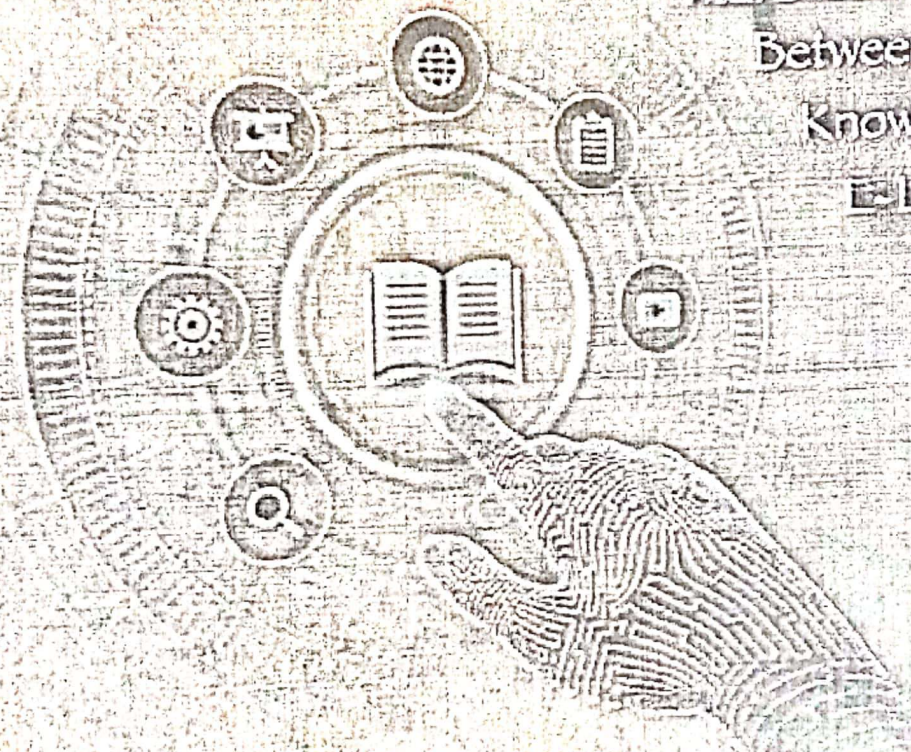
Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Manila Kala Mahavidyalaya
Bhandara

Scanned with CamScanner

KNOWLEDGE RESONANCE

ISSN : 2231-1629
A HALF YEARLY PEER REVIEWED REASERCH JOURNAL
(Evaluated in the SJIF Journal Masters List Evaluating Process with Impact Factor of 8.075 for Year 2021)

A Half Yearly National Peer-Reviewed & Indexing with SJIF Impact Factor Research Journal



Vol 10 No.1 Jan-June 2021

Research Journal Publication Committee
Dr. M. K. Umathe College, Nagpur

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

A HALF YEARLY PEER REVIEWED REASERCH JOURNAL
KNOWLEDGE RESONANCE
Vol 10 No.1 Jan-June 2021

CS Scanned with CamScanner

ISSN 2231-1629
Knowledge Resonance

IMPACT FACTOR 8.072
January - June 2021- Vol. 10 No. 1

INDEX

Sr.No.	Title of Research Paper	Page No.
1.	SOMETHING'S COOKING IN THE KITCHEN: A QUALITATIVE STUDY OF CHANGING POWER EQUATIONS IN INDIAN HOUSEHOLD Dr Anagha Tendulkar	01 04
2.	THE DALIT WOMEN'S VIEWS ON THE ATROCITIES Dr.Vijay B. Musai	
3.	MUNICIPAL SOLID WASTE MANAGEMENT OF SHIRUR ANANTPAL TOWN : A CRITICAL REVIEW Dr. Amul M. Late	07
4.	SOCIAL JUSTICE AND EMPOWERMENT FOR MARGINALIZED GROUPS: REALITIES AND RESPONSES Dr. Arun V. Paudmal	10
5.	A SOCIOLOGICAL STUDY OF EFFECT OF COVID-19 ON MARRIAGE CEREMONY: WITH REFERENCE TO SHIRUR (KA), TALUKA OF BEED DISTRICT Dr. Sudhir A. Yevle Dr. Kulkarni R.B	16
6.	DEVELOPMENT PROGRAM OPERATIONAL STATUS, AND SCHEDULED CASTE WOMEN: THE CRISIS AND CONTRADICTION Dr. Sandhya A. Paudmal	19
7.	DECLINING TREND OF CHILD SEX RATIO IN MARATHWADA REGION (MAHARASTRA) Dr. Walekar A.P. Mr. Kathode D.K.	23
8.	ROLE OF LIBRARIES IN HUMAN RESOURCE DEVELOPMENT OF HIGHER EDUCATION: AN OVERVIEW Mr. Mahesh M. Kamble Dr. Pradipkumar B. Ghante	27 32
9.	COVID-19 AND DIET Dr. Swati Ashok Mahajan	37
10.	Impact of COVID-19 Pandemic on India Mr. Jayant Ghatage	
11.	EDUCATION AND EMPLOYMENT OPPORTUNITIES IN LIBRARY AND INFORMATION SCIENCE IN INDIA: A REVIEW Mr. Harshal Bhimsen Pawar Dr. Pradipkumar Baburao Ghante	41
12.	INFORMATION LITERACY VENTURE IN PUBLIC LIBRARIES IN INDIA A CONTRIBUTION Manoj Janardhan Wadhawal	47
13.	DISASTER MANAGEMENT NEED, PLANNING AND ISSUES IN LIBRARIES : AN OVERVIEW Mr. P. C. Kumbhar Dr. P. B. Ghante	50 55
14.	E-LEARNING IN LIBRARIES Ku. Varsha M. Meshram	
15.	SURVEY OF THE CHALLENGES BEFORE LIBRARIANS IN MAKING DIGITAL LIBRARY Dr. Rajendra Ramrao Latpate	57
16.	CHITRAKATHI - THE TRADITIONAL FOLK ART OF PINGULI. Ms. Pradnya Abhyankar Dr. Anjali Kaware	59 63
17.	CHILD IS MEANT TO LEARN NOT TO EARN Asst. Prof. Dr. Nita Rameshwar Kalaskar	67
18.	AN ANALYTICAL STUDY OF THE GROWTH OF KHADI INDUSTRY Dr. Rupesh W. Khubalkar	70
19.	SUGATHAKUMARI – THE VOICE OF MALAYALAM SENSITIVITY Sanjay M. Nandagawali	
20.	THE IMPORTANCE OF LITERATURE FOR INSTILLING VIRTUE AND MORAL EDUCATION Miss. Sarika J. Shinde	73

Smt. Rewaben Manoharbhai Patel Mahila Kala Mahavidyalaya, Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

ISSN 2231-1629
Knowledge Horizons

IMPACT FACTOR 8.072
January - June 2021- Vol. 10 No. 1

E-LEARNING IN LIBRARIES

Ku. Varsha M. Meshram
Librarian
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel College, Bhandara

★★★

Abstract :- E-Learning is emerging as a solution to deliver online, hybrid and synchronous learning regardless of physical location, time, day or choice of digital reception devices in many countries including India there has been changes and developments with the impact of ICT, networking, consortia approach in Library Information Centers.

Due to the emergence of advance technology new avenues for information like online database, e-journal, e-book, subject portals, web blogs etc. have opened up. It is a challenge for libraries to create and to disseminate new services which will highlight their expertise and abilities in order to take a leading role in the new e-learning environment.

Keywords :- E-Learning, Need of E-Learning, E-Resources Social Networking.

Introduction :- The tremendous growth of knowledge, globalization of education, liberalization of economy, advancement of ICT's have left a great pressure on modern higher education students get self learning experience through the e-text, audio-video materials, online lectures etc. and assess themselves by online self assessment tests like quiz, online exams etc. E-learning is electronic learning is a kind of non conventional education method where regular physical attendance and eye-to-eye contact with the instructor is not required and learning can be done from anywhere at any time according to convenience of student and at a place suitable to him her e-learning educates students can become more popular in current scenario where students are more inclined to use ICT equipments for their daily life E-Learning facilities just in time learning without disruption of the daily work schedule.

Definition of E-Learning :- E-Learning or electronic learning is the delivery of educational content vide any electronic media including the in internet, intranet, extranets, satellite broadcast, audio/video tape, interactive CDs, CDROM and computer based training.

Robert Peteson & Piper Jaffray :- "E-Learning companies as those that / average various internet and web technologies to create enable, deliver and / or facilitate lifelong learning."

E-Learning in college libraries :- Today the technology has changed the way we live, work think and learns and the emergence of internet has changed the role of libraries radically and has brought many challenges for libraries. The application of information and communication technology to libraries has found to become more popular among library users.

The development in information communication technology has shifted the concepts of libraries from traditional to electronic form. Internet and electronic resources have become most popular sources of information for the researcher's teachers, professionals and students. Web resources are slowly replacing printed sources. Books and Journals have found their way to the desktops of students and research scholars. The invention of electronic resources, easy, quick and anytime, anywhere, access books and journals have made an effective learning. E-Learning includes wide set of application like the use of interactive learning packages, web based learning environment, communication chat, video-conferencing, etc.

Role of Librarian in E-Learning :- Librarian is a professionally trained person responsible for the care of a library and its contents, including the selecting processing and organization of a resources and the delivery of information, instruction and loan services to meet the needs of its users. In an online environment, the role of librarian is so to manage and mediate across to information that may exist only in electronics forms.

Cybrarian shortened from of Cyber and librarian, coined from the term's cyber space and 'librarian' refer to librarians where work routinely involves information retrieval and dissemination via the internet and the users of this online and web based resources.

Types of E-Learning

1. Virtual class room
2. Online Learning
3. Mobile Learning

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

Need of E-resources :- The driving force of present day society is information. The information seekers mainly depend on the information sources which provide instant access to current information for various applications with the rapid advancements the user expectations are changing in the same proportion. The field of publishing aims to publish the information in the format as desired by the end-user. Reputed publication located around the global have switched over from conventional printing to electronic publishing in electronic publishing the delivery of information is instant and authentic users can browse the resource from anywhere anytime 24×7 access.

Social Networking :- Social networking is web enabled software programme that allows users to interact and work joint together. It consists of ability to brows search and invite others to joint and interact with each others reviews giving comments, blogs, entries favorites and discussions, sharing video and so on. It allows individual to join and create a personal profile then connect with others of the systems as a social friend. It can be expressed as social connecting sites among the users in sites among the users in web 2.0 domains to information seeking and sharing their ideas from others.

Social Networking is an evolutionary development of online participation where people of common interest, communicate, share of knowledge. It is a new way of providing library services through advanced internet, technologies with two interaction and communication of information with the new internet tools.

Ex.- Face book
Twitter
Social Book Mark
Blog
You tube
Web 2.0
WhatsApp
E-mail

E-Learning sites :-

1. SWAYAM
2. MOOCS
3. NPTEL
4. E-pg pathshala
5. IGNOU
6. NCERT
7. SAKSHAT

Types of E-Resources

1. E-books
2. E-Reference Books
3. E-Journals
4. E-Thesis
5. E-Database
6. E-Learning

Challenges of E-Learning

1. Emerging interactive technologies.
2. Increasing choices by the students others users.
3. To update with ICT knowledge.
4. Proper content delivery method.
5. Coordination of the system supporter of the librarian.

Conclusion :- E-Learning is found to be highly emerging knowledge tool today. It has wide scope in developed as well as in developing areas. E-Learning provides a method or delivering knowledgeable contents through CD, DVD, Multimedia, Internet and other tools to face challenges of the emerging technologies librarians have to develop their skills to design new mechanisms such as library website blog, institutional consortia, digital library provide access to resources and effective service to users.

References

1. *Khushalini, Vandana, Lihitkar Shalini and Other Ed. (n.d.): pp. Innovative practices in LIS Education and services in the present Era, Sai Publications Nagpur.*
2. *Paradkar, Ashwini, "Creation of E-Learning Envionment for colleges in the NAAC Manual -2012 paper published in UGC national conference at Dyanand Arya Kanya Mahavidyalaya, Nagpur."*
3. *Meshram, Amol (2017), 'E-Learning paper published in conference' (Libraries and social responsibilities in the Democratic word (P.P. 257-259)*
4. *Ali, Naushad, P.M. Emerging role of digital libraries in e-learning : Challenges opportunities 1-5.*
5. *Chahande, Anil, Tidke Varsha, 'E-Learning and higher education' (2017), paper published in National conference libraries and social responsibilities in the Democracy World, (P.P. 248-250), Nagpur.*

Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

ISSN 2278-3199

Volume - 10, Issue - 01, January - June, 2021.

Indexing Journal with www.sjifactor.com
Impact Factor 7.264 (2021)

A Half Yearly Peer Reviewed Multidisciplinary Indexed National Research Journal of Social Sciences & Humanities

National Journal on.....

SOCIAL ISSUES AND PROBLEMS

Chief Editor

Dr. C. B. Masram

Principal

S. N. Mor Arts, Commerce & Smt. G. D. Saraf Science College,
Tumsar Dist. Bhandara.

Editor

Dr. Rahul Bhagat

Professor & Head, Department of Sociology,
S. N. Mor Arts, Commerce & Smt. G. D. Saraf Science College,
Tumsar Dist. Bhandara – 441912

Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Published By

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY

S. N. MOR ART, COMMERCE & SMT. G. D. SARAF SCIENCE COLLEGE, TUMSAR, DIST. BHANDARA - 441912.

Email-principalsnmorcollege@rediffmail.com / rjbhagat1968@yahoo.co.in
Website - www.snmorcollege.org.in
Phone No. - 07183-233300 / 07183-233301 Mobile - 09422113067 / 09420359657

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

A Half Yearly Peer Reviewed Multidisciplinary Indexed National Research Journal of Social Sciences & Humanities.... 'Social Issues and Problems' ISSN 2278-3199 Impact Factor – 7.264

PEER REVIEW COMMITTEE

Dr. Sai Chandrmouli T. (English), *Railway Degree College, Secundrabad (AP)*

Dr. Balvindarsing Ghotra (English), *Govt. P. G. College, Jind (Haryana)*

Prof. Amol M. Khandve, (English) *S. N. Mor College, Tumsar Dist. Bhandara.*

Dr. Bhushan Ramteke (Marathi), *Suwalal Patni Mahavidhyalaya, Pulgaon, Dist. Wardha.*

Dr. Shailendra Lendhe (Marathi), *R. T. M. Nagpur University., Nagpur.*

Dr. Guruprasad Pakhmode, (Marathi) *Ex. Principal, Pragati Mahila College, Bhandara.*

Dr. Hariprasad Chourasiya (Hindi) *Ex. Principal, M. B. Patel College, Salekasa.*

Prof. Gajanan Polenwar, (Hindi) *Arts, Commerce College, Koradi.*

Prof. Mastan Shaha, (Hindi), *Department of Hindi,N. M. D. college, Gondia.*

Dr. R. R. Sinha (Sociology) *Head Dept. of Sociology, Hislop College, Nagpur.*

Dr. Pradeep K. Meshram (Sociology), *J. M. Patel College, Bhandara.*

Dr. Ashok T. Borkar (Sociology), *R. T. M. Nagpur University, Nagpur.*

Dr. S. S. Bahekar (Geography), *Principal, S. S. Girls College, Gondia.*

Dr. Deva Bisen (Geography), *M. B. Patel College, Deori Dist. Gondia*

Dr. Tarachand Gedam (History) *Ex. Professor, Sant Gadge Maharaj College, Hingna.*

Dr. Mubarak Qureshi (History), *G. B. Mahila College, Tumsar Dist. Bhandara.*

Dr. D. D. Kapse (History), *Samarth College, Lakhani Dist. Bhandara.*

Dr. Madhuri Nasre (Home Economics), *S. S. Girls College, Gondia.*

Dr. Vidhya Thawakar (Home Economics), *Ashok Moharkar College, Adyal.*

Prof. Bharti D. Katekhaye, (Home Economics), *S. N. Mor College, Tumsar Dist. Bhandara*

Prof. Vikas Jambhulkar (Political Science), *R. T. M. Nagpur University, Nagpur.*

Prof. Atul Kadu (Political Science), *Bhiwapur Mahavidhyalaya, Bhiwapur.*

Dr. Sharda Mahajan (Political Science), *N. M. D. College, Gondia.*

Dr. S. S. Meshram (Economics), *J. M. Patel College, Bhandara.*

Dr. Manoj Sonkusre (Economics), *M. B. Patel College, Sakoli.*

Dr. Anuradha Patil (Social Work), *Manavlok Social Work College, Ambejogai.*

Dr. B. R. Deshmukh (Social Work), *G. N. Aazad Social Work College, Pusad.*

Dr. Sanjay Aagashe (Physical Education) *S. N. Mor College, Tumsar.*

Coordinator, IQAC
Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

The Editors or Publisher do not assume responsibility for the opinions expressed by the authors of the papers.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay

Scanned with CamScanner

A Half Yearly Peer Reviewed Multidisciplinary Indexed National Research Journal of Social Sciences & Humanities.... 'Social Issues and Problems' ISSN 2278-3199 Impact Factor – 7.264

- CONTENTS –

	Title of Paper	Author Name	Page
1.	Menstrual hygiene management among young women	Angha Tendulkar	...1
2.	Time to mind the widening gender gap in India	Sheetal Juneja	...4
3.	Work and working conditions of women	S. Vijay Kumar	...7
4.	Education in classical culture	Radheshyam Dipte	...11
5.	Work from home in the corona pandemic and need of.....	Vinayak R. Sakharkar	...15
6.	Drought and Migration: exploitations of laborer's.....	Ambulgekar K. G	...19
7.	Impact of lockdown on rural poor people in Maharashtra	Jayant Ghatage	...23
8.	Human resource management in LIS	Prashant S. Pagade	...27
9.	Role of academic library in IT environment	Varsha M. Meshram,	...28
10.	New emerging teaching methods and the right of equal opportunity	Suyog S.Ingle	...30
11.	Social problems in India	Sushma Bageshwar,	...32
12.	Significance of eco-feminism in Indian novels in english	Balkrishna Kongre Kongre	...36
13.	Informal sector in Indian economy	Sadiq. N. Bagwan	...39
14.	भारतीय समाज एंव लैगिक असमानता	अनिलकुमार गुप्ता	...41
15.	महात्मा फुले के दृष्टिकोण में शिक्षा	किरण नामदेवराव कुंभरे	...43
16.	गरीबी और अधिकारीताए, अवधारणाएं : एक विश्लेषण	प्रदीप गजभिये	...46
17.	निराला और राम की शक्ति पूजा	वेदिका यादणलाल बनोठे	...48
18.	डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर प्रणीत जातीची आर्थिक, राजकीय व सामाजिक समिक्षा	नलिनी आय. बोरकर	...50
19.	प्रधानमंत्री उज्ज्वला गॅस योजनेच्या वापराबाबत लाभार्थ्यांची सद्यस्थिती	प्रदीप आर. भानसे	...53
20.	बालगुन्हेगारी: एक सामाजिक समस्या	राजेंद्र यादवराव बारसागडे	...56
21.	आदिवासी समूहाच्या निवाऱ्यांसाठी शबरी घरकुल योजनेचे महत्त्व	राखी श्रीराम तुरस्कर	...59
22.	भारतीय परंपरागत शेती सुधारणा: काळाची गरज	संतोष मेंढेकर	...61
23.	जागतिकीकरणाचा ग्रामिण अर्थव्यवस्थेवरील परिणाम	विजय आनंदराव दरवडे	...63
24.	'उमेद' चा गोंदिया जिल्हयातील महिला बचत गटांवर झालेला परिणाम	सिताराम उत्तमराव अनपट	...66
25.	माहिती अधिकार कायद्याचा इतिहास : एक अभ्यास	बी. आर. भोसले	...68
26.	भारतीय संस्कृतीचे सामाजिक अस्तित्वपतन: एक चिंतन	घनश्री राणे	...69
27.	उत्तर आधुनिक समाजातील माध्यमांची भूमिका	मिसाळ हनुमंत	...72
28.	कोविड–१९ पासून संरक्षण करण्यासाठी घ्यावयाची काळजी	नरेश पाडुरंगजी बोरकर	...76
29.	पंचायतराज योजना व भारतीय ग्रामीण विकास	रामु हिरामणजी उईके	...78
30.	पुणे शहरातील महिला पोलिसांची भूमीका व दर्जा	राजुरकर सुमेध सुभाषराव	...80
31.	भारतातील बेरोजगारीचा दर व कोविड–१९ ची वर्तमान स्थिती	सी. पी. साखरवाडे	...82
32.	कोविड–१९ चे सामाजिक परिणाम	निशा अशोक कळंबे	...84
33.	शैक्षणिक ग्रंथालयामध्ये डिजिटल संग्रह विकास: एक आढावा	आनंद मलेवार, सुनिल कान्होलकर	...86
34.	पुलं च्या 'वंग चित्रे' हया प्रवास वर्णनातील कुटुंबसंस्था: काही निरीक्षणे	आर. आर. दिपटे	...88
35.	मोबाईलच्या अतिवापराचा युवा पिढीवरील परिणाम	तुलशिदास शामराव कोसे	...90
36.	भारतीय समाजशास्त्रज्ञांचे समाजशास्त्रातील योगदान	माया बी. मसराम	...93
37.	मंडल आयोगाच्या अंमलबजावणीचा भारतीय समाजव्यवस्थेवरील प्रभाव	मधुकर धुतुरे	.95
38.	कोविड काळात कुटुंबाची काळजी: सामाजिक जबाबदारी	सुवर्णा कन्हाड, रविंद्र वाघ	98

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Role of Academic Library in IT Environment

Varsha M. Meshram, Smt. R. M. Patel College, Bhandara Mob. 8862011984. varshameshram4@gmail.com

Abstract: *- The application of information technology in every aspect of life has changed the entire scenario of the present world the developments in information technology sectors and information explosion are the main reasons for emergence of electronic information era. Information communication technology has brought a lot of changes not only on the library and information services but also on the role and expectations of the librarians. This paper highlights importance of information technology in academic libraries.*

Keywords: *- Academic library, internet, e-resources, Role of librarian.*

Introduction: - Library services have been tremendously influenced by rapid technology innovations over the years. The internet has virtually provided a new dimension to every area of the library services and operations. 1. Change of information needs. 2. Change of information habits. 3. OPAC 4. Networking.

This age may be truly called as electronic informations era caused by the explosion of electronic methods in every specialized field. Yet this is only a part of which changes taking place for the socio-economic, cultural development, which at present has brought a new dimension in the means of human communication. Technology has been an important driving force for change. The wholsaleintergration of information technology into mainstream organizational routines has affected everyone.

In the era of information technology, information storage and retrieval has become unbelievable information can be accessed remotely. Globalization of technology increase in quantity from source of information like various types of documents media and internet library are considered as the heart of the college and play important role to provide all kind of necessary information service for the progress of hole education system and there by the nation and finally world.

Academic Libraries and Internet: - In addition to exponential growth of information, financial shortage of staff and verying complex and increasing demand and expectations of users. Information Technology has completely changed the scenario of global information society. Information sections in general and academic libraries in particular are under pressure to provide right information to the right time and also the right user.

Major portion of the current information is being produced right over internet in digital form of print or other traditional form moreover; many information providers have started to provide information to end users from single work stations.

Role of Librarian: - The changing role of library professional implies a set of updated skills needed for facing the challenges created by the latest web technologies in the e-learning environment. The emphasis will shift from technical skill in the library to communication, facilities, training, and management skills.

Although technology presents the librarian with ethical challenges the librarian is to ready for the role

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

of information professional in the connected networked world and they have to acquire skills that can be contributed to success in their new roles.

Library and E-Resouces: - An e-resource means electronic resources which are available in electronic form. In ICT era e-resources are very useful in every sector. The quality of e-resources has link with types of library collection as it depends upon the requirements of the users.

Database is collection of large information of every subject easy to search information from database with different keywords.

All newspaper is also available online.

Types of E-Resources:- E-books, E-Journal, E-Database, Web based information, E-Thesis, E-Learning, E-Newspaper, E-Governance. Ex :- www.doab.org, Encyclopedia britanica, www.britanica.com, www.DOAJ.org, Shodhganga, NDLTD, Vidyanidhi, INDMED, AGRIS, ERIC, Web of Science, NDL, D-LIBMagzime, N-LIST, Vidyamitra, etc.

E-Learning:- E-Learning is delivery of a learning training or education programe by electronic media and internet E-Learning involves the use of a computer or electronic device in some way to provide training, educational learning materials. **Ex.-** Swayam, NPTEL, IGNOU, Sakshat, E-PGPathshala, etc.

Benefits of Internet: - 1. Latest information, 2. Ease of portability, 3. No repetitive task, 4. Easy of information sharing, 5. Universal access, 6. 24x7 Services, 7. Easy indexing, searching, 8. Instant messaging, 9. Weblogs.

The remarkable growth of internet has made significant revolution in all searching and retrieving information internet has become the king of all media, by which we can access virtual information and can build a virtual library to provide timely quality service to the users. These digital eras are in the position to change their role as arbitrary information scientist and to meet the challenges of the internet.

Problems in Using IT: - In the present information era, information is considered as the fifth need. When computers were introduced in libraries there was a lot of assistance, where as the information technology was received very well by the profession.

There are many problems in modernizing library services using IT. The major problems included lack of management, support inadequate financial resources, lack of training personnel, lack of advisory services software problems, security problems. Manpower issues, organizational structure, collect of e-resources, etc.

Staff Responsibility: - Regular training programme will help staff to improve their skills to improve their daily operations and services and better understanding of knowledge resources. 1) Be alerting, innovative, and creative. 2) Willing to learn and adapt to env. 3) Enable users to interact with knowledge resources. 4) Provide quality services.

To remain vital forces in transformational era the libraries have to focus on. 1) To serve as a portal for access the vast information resources and concentrate on access and knowledge management rather than physical owernership. 2) Libraries leadership and staff should recast their identities in relation to the changing models or knowledge creation and dissemination and in relation to the academic communities they serve. 3) Academic libraries and staff be the torchbearers to lead versatile information seekers and relinquish their tasks by providing right information to the right users at the right time and if possible with right personal touch.

Conclusion:- The remarkable growth of internet has made significant revolution in all the area of science and technology. Rather than using it as a soal for searching and retrieving information. Internet has become the king of all media by which we can access virtual information timely, quality service to the users. Librarians this digital era are in the position to change their role as arbitray information. scientist and meet to the challenges of the internet. World Wide Web, Online access in the knowledge society. So they must enrich their knowledge with special skills of the latest IT developments to networks and to organize and manage the information by building digital libraries and by which they can provide quality e-information service to the knowledge society.

References:-

1. *Allen, Michael W. (2003), Michael Allen's guide to e-learning. John Wiley.*
2. *Arant, Wendi and Benefiel, Candace R. (2003). The image and role of the Librarian, Haworth press.*
3. *Kurtus, Ron (2004), What is e-learning.*
4. *K. Lal (2002), "Library Information Science", ESS. Publication, New Delhi.*
5. *Electronic Resources Life Cycle – Pesch, 2009.*

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

ISSN 2278-3199

Volume - 10, Issue - 02, July - December, 2021.

Indexing Journal with www.sjifactor.com
Impact Factor 7.264 (2021)

A Half Yearly Peer Reviewed Multidisciplinary Indexed National Research Journal of Social Sciences & Humanities

National Journal on.....

SOCIAL ISSUES AND PROBLEMS

Chief Editor

Dr. C. B. Masram

Principal

S. N. Mor Arts, Commerce & Smt. G. D. Saraf Science College,
Tumsar Dist. Bhandara.

Editor

Dr. Rahul Bhagat

Professor & Head, Department of Sociology,
S. N. Mor Arts, Commerce & Smt. G. D. Saraf Science College,
Tumsar Dist. Bhandara – 441912

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Published By

DEPARTMENT OF SOCIOLOGY

S. N. MOR ART, COMMERCE & SMT. G. D. SARAF SCIENCE COLLEGE, TUMSAR, DIST. BHANDARA - 441912.

Email-principalsnmorcollege@rediffmail.com / rjbhagat1968@yahoo.co.in
Website - www.snmorcollege.org.in
Phone No. - 07183-233300 / 07183-233301 Mobile - 09422113067 / 09420359657

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

- CONTENTS –

	Title of Paper	Author Name	Page
1.	Problem of Resettlement and Rehabilitation	Premala Anil Kumar	...1
2.	Trend of Population Growth in Assam and Its Diverse Impact	Anjan Jyoti Borah	...4
3.	Jayanti- Re-emergence of Lost Voice	Ajay Choudhary	...8
4.	Role of Government Funding in Research & Publications	Ganesh Ghatole	...12
5.	Social Resistance in JP Dutta's Cinema: 'Ghulami'	Lavina Shekhawat	...16
6.	Right to a Wholesome Environment Under Article 21.....	M. L. Dharmapurikar	...20
7.	The Study of Government Policies and International....	Vinayak Sakharkar	...24
8.	Social Media and Academic Libraries	Varsha Meshram	...29
9.	Communal Problems: Communal Violence	Chandrashekhar Malviya	...33
10.	An Analytical Study of ICT in Open Education...	Pramila Bhujade	...36
11.	A Review on Rural Development Schemes....	Divya Pal	...40
12.	Dignity of Labour and Social Justice	Varsha Bhujbal	...44
13.	Environment Awareness through the Education and ...	Ajaykumar Mohbansi	...47
14.	Television and Social Change in Rural Marathwada....	S. K. Rathod	...50
15.	Coming of Age: Depiction of Women in the lyrics of Hindi...	Shamali Gupta	...54
16.	Global Warming and Environment Degradation	Surendra Pawar	...58
17.	Mass Media in our Indian Society	S. I. Malagali	...61
18.	Thematic Interpretation of T. S. Eliots.....	Manisha Khirao	...64
19.	वर्तमान परिवेश का विद्यार्थियों की मनोवैज्ञानिक सुरक्षा पर होनेवाला प्रभाव	तिलक भांडारकर	...67
20.	आधुनिक समाज और लिंगभाव	क्रिष्णा पासवान	...70
21.	आदिवासी समाज की ऐतिहासिक विरासत	प्रविण्यलता मारकण्डेय	...73
22.	प्रेमचंद के उपन्यास और समस्याएं	इंदु कनौजिया	...75
23.	भारत का सविंधान और महिला उत्पीडन: एक विहंगम दृष्टिकोण	बबन मेश्राम	...77
24.	भारतीय संविधान में समाविष्ट मूल्य	अनिलकुमार गुप्ता	...80
25.	सामाजिक सुधार आंदोलन	योगराज थेर	...82
26.	ग्रामिण आधार: सहकार	सुधीर दसरीया	...84
27.	समसामायिक भारत में भ्रष्टाचार का सामाजिक एवं आर्थिक विकास पर प्रभाव	दिनेश परमार	...87
28	भंडारा जिल्हयातील ग्रामीण लोकसंख्या	अरूणा बावनकर	...90
29.	'सरोगरी': एम समाजशास्त्रीय चिंतन	जयमाला लाडे	...92

Social Media and Academic Libraries

Varsha M. Meshram, Librarian, Smt. R. M. Patel Mahila Mahavidyalaya, Bhandara

Abstract: *New technologies have always been of interest for libraries for the potential of increasing the quality of service as well as for improving efficiency of operations. Today's new era people is like to online database ebook, e-newspaper, useful for users and all researchers. Social media is very useful sharing information and dissemination. Social media like facebook, blog, youtube, whatsapp, telegram, instagram, and helpful people.*

This paper describes e-resources and awaireness in libraries and role of social media. We know that the academic library is related education like scientific education day to day education related information spreading throw the social media and its help to the academic patron their education. Powerfull new communication is social media.

Keywords: *Social media, Academic libraries, Social networking sites.*

Introduction: Now a days no one can live without internet and due to internet all are interested and emergely surfing social networking website every moment and every day human being can't live without surfing social networking sites. The facebook, orkut, myspace, twitter, youtube, blogs, wikkis, among people and student, researchers due to high use among groups.

A/c to Neti, social media is derived from to words such as "Social and Media". Social means to do with the interaction of individual within a group of community and media refers to sharing communicate the ideas or information through channels social networking is an evolutionary development of online participation where people common interest. It is a latest technique to have better brand visibility. It is a process sharing information on sites that facilitates content sharing, data exchange, adding unique content, etc. different social media tools includes blogs, do podcasts twitter, youtube. These social media tools come with different features like text, images, audio and video sharing among users contents.

Social media is use in the field of education purpose the very important because according to library science rule "information to all at right person at right time."

If you host any program in library social media is the perfect place to tell people about it if your website of library is going to be down for repair, then this way to best mode of updating the library event.

Social networking tolls for library services:

Facebook: Facebook gives peron information by the particular face and their information. They also gives the daily information about the people. In the facebook they gives the facility make page facebook also given the group of particular community and spreading information.

Twitter: Twitter is a social networking website, which allow user to publish short messages that are visible to others users. These messages are known as tweets and can only be 140 characterless length users have found many different users for twitter, including basic communication between friend and family a way to publiciz and event or as a customer relations tool for libraries.

Youtube: Youtube is a popular video sharing website where registered userd can upload and share with anyone able to acess the sit[illegible] Those videos can also be embedded and shared on websites.

Blog: Even though social network has supplemented blogging to a large extent it is still best way to increase readership.

Video submission: Video can be used in several ways to enhance research engine optimization make sure that the videos are relevant information and full of information.

Social bookmark: Social bookmarking is an online services which allows users to add, annotated edit and share bookmark of web documents.

WhatsApp: A cross platform instant messaging application that allow iphone android mobile users to exchange text, image, video messages.

Instagram: Instagram is popular application for sharing images and editing images. Today people spending lots of time in the instagram just because of image editing but it is also the best for sharing information modern era.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

Wikkis: Wikki is a knowledge base website it get particular information about anything on which users collaboratively modify contend and structure directly and indirectly from the web browser. Wikkis is give the information for particular place, thing people give contribution to edit or replace information wikkis gives information about complete information.

Overall, social networking should not be avoided in academic libraries looking to reach out to their students. The ultimate goal of librarians is to make library resources available to students. If social networking helps to achieve that goal it should be actively pursued. Libraries must continuously monitor how their social networking attempts are working among their user and make any necessary adjustment to their platforms that could make the new service more effective.

New additions to your collection: Library is having new book. The collection of library having the different parts the patron is known about the new book information the social media is best platform to inform.

Links to articles, Video: Information finding is not easy to patron then this situation any other person is help to explain throw the link the article related this topic or any explainer video related this concept. **Community Information:** Library help to guide people then in the social media shearing information to community.

Solicit feedback: Social networking is built for conversation, so feel free to ask questions of your patron and get their feedback on it. Feedback is charges towards the goodness.

Respond to people: People haying respond to people by changing their negative direction thought to the positive action. People having the response related information is the best way to respond to people to help by social media.

E-news letter: Newsletters is a means of delivering information. A newsletter can be used to list interesting new web sites, new journals and online services and perhaps more general science news of interest. It does not have to be long but should be produced on a regular basis. In fact, they are an excellent marketing tool because they list all the activities of a library with ICT facilities in the library, an e-newsletter can be produced. The text of the new newsletter can also be included on the library website.

Video library service: Library instruction all video can be used in promotion and marketing the library resources to save the time of users and library personnel. Video of library resources and services were posted on the library website.

E-mail: There are many benefits to using email as a promotional tool. Mail shots are an effective medium that create personalized services, with information about library activities and events, membership renewal. Where a large proportion of the users are on e-mail it is an easy way of reaching them, quickly and cheaply. It can be targeted more precisely than most other methods and so are effective at reaching specific users. The staff responds quicker to emails than any other medium by maintaining up to address lists different users groups can be targeted with different versions of the advertising 'message'

Bulletin Board: This is an offshoot of email and is a many to many email system. It is medium for messages of interest to a community of online users. This service can be used by libraries for disseminating information to online users.

Flickr: Flickr is perhaps the best online photo management and sharing application. Flickr can be used to upload maintain and share photo albums of events and programmes conducted by the libraries institutions organize different events throughout the year.

QR Code: Quick response code gives information to smart phone users of the library. QR codes help the library by adding more information in the news schedule and at the time visually reduce data overload in it with the help of QR codes library link disseminate.

Pod cast: Pod cast is another medium for advertising and marketing of library services. The library can share audio programs over the internet and this is the best tool for visually chalanged library users – podcast can be used for – 1. Sharing events and instructions. 2. Audio streams of lectures and book reading. 3. Offering tips for accessing resources.

Mobile phone: Mobile based services have been adopted by many libraries users. These services have become externaly popular among the users. The technology has been used to start a library alert services.

Indian Digital Libraries and Consortia:

Digital Library of India (DLI): It is a Digital Library of Books in various Indian languages which will foster creativity and free access to all human knowledge. Mahachetna Institute of Science, coordinate by Indian Institute of Science,

Officiating Principal
Smt. Rewabehen Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

Bangalore & different institutes, Universities and Carnegie Mellon University.

ETD: This is digital repository of thesis and dissertation of Indian Institute of Science , Bangalore. This repository has been developed to capture, disseminate and preserve research thesis of Indian institute of Science.

Traditional Knowledge Digital Library (TKDL): TKDL develop for interdisciplinary traditional knowledge on Indian medicinal information. Department of Indian System of Medicine and Homoeopathy (ISM&H) constituted an inter-disciplinary Task Force, for creating an approach on establishing a TKDL. The project was initiated in 2001. TKDL is a collaborative project between CSIR, Ministry of science and Technology and Department of AYUSH, Ministry of Health and Family Welfare. An inter-disciplinary team of Traditional Medicine (Ayurveda, Yoga, Unani, Siddha and Homapathi)

Gyandoot: Gyandoot is develop for rural unprivileged rural communities of Dhar (MP). Gyandoot digital library activity to address the hardship imposed by transaction costs associated with government services.

INDEST CONSORTIA : Indian National Digital Library in Engineering Sciences and Technology (INDEST) consortium this project develop by department of secondary and higher education of the Ministry of HRD for providing differential access to electronic resources subscribed for the core members through the consortium headquarters setup at the IIT Delhi.

UGC - Infonet E-Journas Consortium: This program is being ecceuted by INFLIBNET & fully funded by UGC. All universities of India come under UGC purview and members of this programme. The UGC - Infornet Digital library Consortium was formally launched in December 2003 by President Dr. APJ Abdul Kalam, the than President of India soon after providing the Internet Connectivity to the Universities in the Year 2003 Access to various e-journals has been started form 1 January 2004. It will provide the best current and archival periodical literature from all over the world to the university community.

IIT Delhi: It has access to more than 2000 electronic journals & databases are available in IIT Delhi.

Indira Gandhi National Centre for the Arts (IGNCA) Kalasampada: IGNCA was establish in 1987 at New Delhi as an autonomous institution under the Ministry of Culture is premier research organization in the field on Indian Art and Culture Kalanidhi Division of IGNCA is a NIS and Databank of Arts, Humanities, Cultural Heritage Etc . A fully Reference library of multi media collection.

The National Institute of Technology, Calicut: NITC set up a E text Conversion Project aiming at converting the Public Domain. Etext format in to e books in easily screen readable PDF/LIT Other / Human formats. The titles covered under this Nalanda e text conversion Project can be searched by words in title or author names, (www.nalanda.nitc.ac.in)

National Library, Kolkata: The Central Secretariat Library has involved in converting some of its rare books. The National library Kolkata under a pilot project entitiled "Down Memory LANE " FOR February 1 999 and June 200 1 digitized 6601 rare and brittle English books published before 1920 were converted in all. (wwwnlindia.org)

National mission for Manuscripts: It is February 2003 project of Ministry of Tourism and Culture, Government of India National Mission for Manuscript's biggest and most ambitious project is to create a database of all Indian manuscripts in the country and abroad. The Mission seeks to unearth and preserve the vast manuscript wealth of India. India possesses an estimate of five million manuscripts, probably the largest collection in the world. The National Mission for Manuscripts aims to collate, document, preserve and render these accessible to connect India's past with its future, its memory with its aspirations.

Vidyanidhi: This project is run by University of Mysore. The aim of this project is to build an online Archive / Repository of Doctoral theses and Dissertations submitted to Indian Universities.The project made for promoting knowledge, creativity and scholarship through digital libraries. This is Indian Electronic Theses and Dissertation Database. It's aim. By forming a consortium of select Indian universities and promotion of Digitally Enabled Scholarship through meetings, liaison, conferences and workshops, training programs Education and Training of scholars / information / knowledge workers.

CSIR Consortium: As a result of constant decline of journals information base in CSIR labs, it was decided to setup E journal consortium in

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Coordinator IQAC
Bhandara
Scanned with CamScanner

2001. Consequent upon, as a network project of CSIR implementation was entrusted to NISCAIR, New Delhi. Its aims at providing access to 4500 world clas e-journals to the CSIR personnel through pooling and sharing of resources.

FORSA: Forum for Resource Sharing in Astronomy ans Astrophysics: Institutes where astronomy was one of the main thrust areas of research felt the need to come together and to form a forum, which can act as springboard for sharing and exchange of information. The sheer necessity brought all like minded astronomy librarians in the country together and a first meeting was held on July 29 1981 at Raman Research Institute, Bangalore, and informally launched FORUM FOR RESOURCE SHARING IN ASTRONOMY AND ASTROPHYSICS (FORSA) with a vision and mission to share resources held in each library.

All FORSA libraries are well equipped with requisite infrastructure and various services are rendered ,like access to automated book catalogue, access to online journals including those subscribed through institutional and consortia , participation by all members in resource sharing , interlibrary loan, document delivery by e-mail, speed post, courier and fax serves.

URDIP-CSIR CONSORTIA: The CSIR and Department of Biotechnology (DBT), Government of India have jointly set up a Unit for Research and Development of Information Products (URDIP) at pune.

INSA-INDIAN NATIONAL SCIENCE ACADEMY

National Centre for Science Information (NCSI): The National Centre for Science Information was established in 1983. The objectives of NCSI are to: Provide seamless, network access to worldwide scholarly information resources of relevance to the IISc academic commumity.

Krishiprabha: Krishiprabha is full text electronic database of Indian Agricultural Doctoral Dissertations submitted by research scholars to the 45 state / Deemed agricultural universities during the period from 2000. This project run by Nehru Library, Ch Charan Singh Haryana Agricultural University, Hisar with supporting fund from Indian Council of Agricultural Research, New Delhi.

Other Digital Library Projects / Institutions:

FORSA consortium

NISCAIR (formerly INSDOC)

National Tuberculosis Institute, Bangalore

Mobile Digital Library (Dwar Dwar Gyar Sampada)

Samadhan Kendras,

Conclusion: Social media use in ac library is for information sharing. They provid new platform for reaching students beyond th traditional library building and website b allowing students to access librarians and th library resource without leaving the comfort of th websites they use the most.

References:

1. *Arango, T. (2009; June 16) Myspace set to lay off 40 workers. The New York Time Retrieved fro http:/www.nytimes.com.*
2. *Borphy, P. (2007) the library in the twenty century, 2 ed. London: Facet publishing.*
3. *Connell, R.S. (2009) Academic libraries facebook ar myspace, and student outreach. A survey of stude opinion portal libraries and the academy 9(1) 25-36.*
4. *Dickson, A and Holley, R.P. (2010) Social Networki in academic libraries: the possibilities and the concer New library world 111 (11/12) 468-479.*
5. *Subramanian, N. (2015) implications networking in Academic Library and I Services SRM University innovation driv librarianship creating future landscape for the n generation libraries and Lis professionous 77-83.*
6. *Agase Ajay T, Lihitkar R S & Lihitkar, Shalini. Select Digital Library and Consoi Initiatives in India. Digi Library Initiatives & Application in Indian Cont conferei proceedings 3 January 2010. Dhanw National College, Nagpur 13-18pp.*
7. *Vidyanidhi. http://www.vidanidhi.org.in.*
8. *Traditional Knowledge Digital Library 30 Novem 2016 http://www.tkdl.res.in/tkdl*
9. *CSIR 30.12.2016 http://www.csir.resw.in*
10. *ETD 1.1.2017 http://www.eld.ncsi.ernet.in*
11. *INFIBNET 1.1.2017http://www.inflibnet .in*
12. *INFOLIBRARIAN http://www.infolibrarian.com*

SMT. R.M.PATEL MAHILA MAHAVIDYALAYA BHANDARA

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

(SJIF) Impact Factor-7.675 ISSN-2278-9308

B.Aadhar

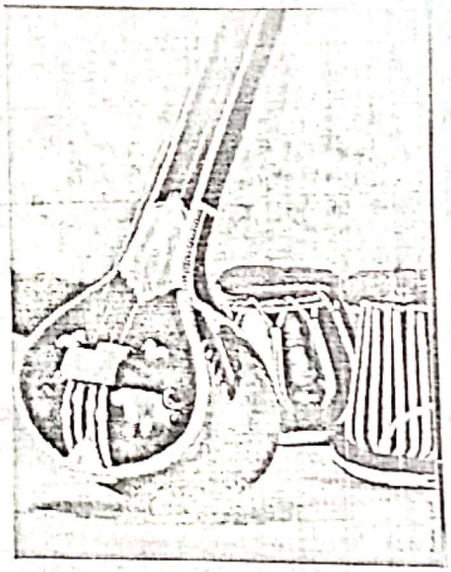
Peer-Reviewed & Refereed Indexed

Multidisciplinary International Research Journal

November -2021

ISSUE No- 328 (CCCXXVIII)

नवीन शैक्षणिक धोरणात संगीताची भूमिका



Prof. Virag S. Gawande
Chief Editor & Director
Aadhar Social
Research & Development
Training Institute Amravati

Dr. Kaumudi Dattattry Kshirsagar
Editor
Department of Music
Sitabai Arts , Commerce
& Science College Akola
Dist.Akola.

The Journal is indexed in:

Scientific Journal Impact Factor (SJIF)

Cosmos Impact Factor (CIF)

International Impact Factor Services (IIFS)

Aadhar International Publication

Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

INDEX

No.	Title of the Paper — Authors' Name	Page No.
1	मन:शांती आणि स्वस्थ शरीर यासाठी संगीताची भूमिका — प्रा. वर्षा आगरकर	1
2	'स्वरांगिनी'—बंदिश रचनेत स्वर—शब्द संयोगाचे संयोजन — डॉ. अभय अरविंद गद्रे	3
3	ऑनलाइन संगीत शिक्षा का दायरा और सीमाएं — अमोल वासुदेवराव गावंडे	6
4	उच्च शिक्षासंस्थानों में संगीत — डॉ. राहुल मल्हारी भोरे	11
5	संगीत—एक ललीत कला — सहा.प्रा. ज्ञानेश्वर बोंपिलवार	15
6	समाज परिवर्तनात संगीताची भूमिका — डॉ. उमेश संतोषराव चापके	18
7	लोकसंगीत समाजकलेतील महत्वप्रधान गायनशैली — सहा. प्रा. संतोष मुकिंदा धंदरे	21
8	पं. विष्णू नारायण भातखंडे यांचे संगीत क्षेत्रातील व्यक्तीत्व व कर्तुत्व — प्रा. विशाल विजय कोरडे	23
9	लोककलेचे महत्व — प्रा. विद्या प्र. गावंडे	25
10	बंजारा जनजातीके लोकसंगीत का सांगितीक सौंदर्य: शास्त्रीय विवेचन — वैभव प्रभाकर डगवार	28
11	संगीत चिकित्सा : एक स्वास्थ्यवर्धक प्रणाली — प्रा.डॉ.कु. प्रिती. बी. इंगळे (वाकपांजर)	30
12	शरीर एवं मानसिक संतूलन में संगीत की भूमिका — सहा.प्रा. सुशिल अ. वावरकर /डॉ. सौ. अर्चना अंभोरे	34
13	संगीत और अध्यात्मिकता — डॉ. श्वेता दीपक वेगड़	37
14	संगीत और अध्यात्मवाद — प्रा. अनिता शर्मा	40
15	भारतीय संगीत चिकित्सा पध्दती — डॉ. सरिता एस. इंगळे	42
16	संस्कृती जोपासण्याचे एक माध्यम :—संगीत — सहा.प्रा. अमोल द. वाडवे	46
17	भारतीय शास्त्रीय संगीत :एक आध्यत्मिक शक्ती — Sangeeta Chati	48
18	मराठी साहित्य आणि संगीत — डॉ.सौ.सुरेखा रत्नपारखी	51
19	लोककलेचे सांगितीक महत्व — डॉ. प्रतिभा चं. पवित्रकार	55

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

B.Aadhar International Peer-Reviewed Indexed Research Journal
Impact Factor -(SJIF) -7.675,Issue NO, 328 (CCCXXVIII)
ISSN : 2278-9308
November, 2021

संगीत और अध्यात्मिकता

डॉ. श्वेता दीपक वेगड़
संगीत विभाग श्रीमती रेवाबेन मनोहरभाई पटेल महिला कला महाविद्यालय, भंडारा
ashwetavegad@gmail.com

प्रस्तावना

भारतीय संस्कृति आज अपनी आत्मा और आस्था के कारण जीवित है। भारत पर बार बार आक्रमण के कारण भारतीय संस्कृति के पतन के बाद भी वह प्रतिष्ठीत एवं निरंतर परिष्कृत हुई है। भारतीय संगीत के उत्थान में अध्यात्म की प्रमुख भूमिका रही है। आध्यात्मिकता भारतीय संगीत की सबसे बडी और मूलभुत विशेषता है। भारत का इतिहास इस बात का साक्षी रहा है कि भारतीय संस्कृति आज भी जिवित है। संगीत और अध्यात्म यह आपस में बहुत ही घनिष्ठता से जुडे हुए है। अध्यात्मिकता यह संगीत के निर्माण को प्रेरित करती है। वही संगीत अध्यात्मिकता को प्रेरित करती है। संगीत और अध्यात्मिकता का यह संबंध इसे अन्य संस्कृतियों से अनुठा बनाता है। संगीत और अध्यात्मिकता दो माध्यम है जो सर्वव्यापक रूप से परमात्मा के साथ जुडाव बढाने के इरादे से दुनिया भर की संस्कृतिं में भागिदारी के रूप में व्याप्त है।

अध्यात्म का स्वरूप

इतिहास से विरासत में हमें भारतीय संगीत जैसी अमुल्य निधि प्राप्त है। हमारा भारतीय संगीत हमारे पूर्वजों से प्राप्त है। भारत में संगीत क्षणिक आमोद प्रमोद व अतृप्त तृष्णा की वस्तु न होकर समस्त ब्रम्हांड अथवा व्यक्ति जगत से एक्य का आभास है। संगीत यह चिरानंद प्रदान करने वाली आध्यात्मिक साधना है और सांसारिक दुखों से मुक्ति प्रदान करने और ब्रम्ह तक मानव को ले जाने का मार्ग है। संगीत के इस स्वभाव एवं धैर्य को हमने हमारी सभ्यता के प्रभाव सं पहचान लिया था और जानबुझ कर संगीत का विकास इन्हीं आदर्शों के अनुकुल किया था।

भारतीय संगीत मूल रूप से आध्यात्मिक संगीत है। भारतीय संगीत को ईश्वर प्राप्ति का मार्ग माना जाता है। अध्यात्म का अर्थ हैं, अपने मन को ईश्वर में लगाना और व्यक्ति का ईश्वर से साक्षात्कार होना अध्यात्म कहलाता है। संगीत को अध्यात्मिक अभिव्यक्ति के साधन के रूप में पूजा जाता है। मन को ईश्वर की आराधना में परिवर्तीत करने के लिए संगीत सबसे शक्तिशाली माध्यम माना जाता है। वेदों में पूजा का तरीका बहुत ही आसन और उस परम शक्ति से सिधा संपर्क स्थापित करने का सिधा तरिका बताया गया है। संगीत ने भी उपासना का मार्ग अपनाया है।

संगीत और अध्यात्म

भारत में संगीत का उपयोग दार्शनिकों योगियां और भक्तों द्वारा आनंद और परमानंद प्राप्त करने के लिए किया गया है। आम जनता ने संगीत को धार्मिक और सामाजिक समारोहों और निजी मनोरंजन का साधन भी बनाया। लेकिन इन स्तरों में संगीत का लक्ष्य अध्यात्म था। संगीत में गायन और नृत्य मुख्य लक्ष्य है। आत्म संतुष्टि, आत्म सुख और परमानंद प्राप्त करने के लिए। संगीत यह अत्याधिक आनंद और पूर्ण पृथ्वी का अनुभव प्रदान करता है। संगीत का लक्ष्य बाधाओं से मुक्त होना, आत्माओं का परमात्मा से मिलना, महाशक्ति और मोक्ष प्राप्त करना। संगीत में ईश्वर का साक्षात्कार करने की अपार शक्ति है। जिसका अनुभव भारत के ऋषि मुनियों ने किया है।

संगीत चंचल मानवीय भावनाओं को नियंत्रित करता है। संगीत का माधुर्य और लय मन को इतना लीन और स्थिर करना देता है कि हृदय के सभी चंचल रूप को शांत कर आत्मा को परमात्मा में लीन कर देते है। भारत के गायकों वादकों और नर्तकियों ने संगीत की आत्मा को पहचाना है। जीवन जैसा संगीत ब्रम्हा और सरस्वती की ध्वनि है जिनके स्वरों में जगत के सुख की समस्त धाराऐं विलिन हो जाती है। भारतीय संगीत में सात अलग अलग स्वर है। सा रे ग म प ध नि । इन सात स्वरों के विभिन्न प्रकारों के समायोजन से विभिन्न रागों का निर्माण हुआ और

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Pate
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

इन रागों के गायन में उत्पन्न विभिन्न ध्वनि तरंगों का परिणाम मानव, पशु प्रकृति पर पड़ता है और इसे हमारे द्वारा बहुत बारीकी से देखा भी गया है।

संगीत का आध्यात्मिक स्वरूप

संगीत कला की ऐतिहासिक परंपरा में महान संगीतविदों के द्वारा संगीत को ललित कलाओं में सर्वश्रेष्ठ मानते हुए इस प्रकार परिभाषित किया गया है।'गीतंवाद्यं तर्तनश्च त्रयं संगीत मुच्यते।' अर्थात गीत,वाद्य तथा नृत्य के समन्वित स्वरूप को संगीत कहते है। इन तीनों में से गायन को प्रधानता देते हुए पंडित अहोबल ने संगीत पारिजात ग्रंथ में कहा है।

गानस्या प्रधात्वातच्छडगीतमितीरितम्।

संगीत का आधारभूत तत्व नाद है जो समस्त ब्रम्हाड में व्याप्त है और प्राणभूत तत्व के साथ उसका सीधा संबंध हैं संगीत का अन्य मुलभूत तत्व लय है। जो सृष्टि की गतिमानता का प्रतिक है। कला के रूप में संगीत अपने सर्वोत्कृष्ट स्तर पर पहुच कर रसात्मकता के जिस तत्व को प्रतिफलीत करता है। वही नैतिक उत्कर्ष का साधन बनकर आत्मा परमात्मा की एकाकारता का साधन बन जाता है। इसको अध्यात्मवादियो ने ब्रम्हस्वरूप मानकर'रसो वै सः' कहा है। इसप्रकार रस का हीवह तत्व है जिसकी प्राप्ती के लिए अनाहद नाद को अध्यात्मवादीयों ने तथा आहत नाद को संगीतविदो ने कला के रूप में अपनी साधना का माध्यम स्विकार किया है। दोनों ही माध्यम साधना को अंगिकृत करके मानव हृदय का परिष्कार कर उसे मोक्ष प्राप्ती के मार्ग पर अग्रसर करने मे सक्षम सिद्ध परिष्कृत रूप है। शंकराचार्य जी के अनुसार कला वह है जो मनुष्य को सत्य की ओर अग्रसर करती है और यही सत्य ब्रम्ह है। इस प्रकार कला लौकिक धरातल पर आकर्षण, आनंद व मनोरंजन व मनोरजन का साधन बन जाती है और इस प्रकार से साधक तथा आस्वादक दोनों के ही मनोभावों का परिष्कार करते हुए शनैः शनैः समस्त समाज राष्ट्र और अंततः समस्त प्राणियों के लिए हितकर सिद्ध होती है।

सागीतिक तत्वों का अध्यात्म से संबंध

संगीत न केवल साधक अपितु आस्वादक के रूप मे श्रोता सहृदय को भी तल्लिनता की स्थिति मे ले जाकर उसका नैतिक उत्थान करने में सक्षमहै। स्वरों का लय के साथ सामंजस्य बिठाते हुए राग में उनका उचित प्रयोग, रागनियमानुसार आलाप,तान, गमक, खटका, मुर्की आदि अनेकानेक संगीतालंकारणों का प्रयोग, लय, ताल की समयक योजना तथा काव्य या पदावली का उचित स्वरावली में प्रयोग आदि साधक व आस्वादक को एक ऐसे स्तर पर पहुंचा देते है। जहां वो आत्मविस्मृति की अवस्थ में केवल आध्यात्मिक स्तर पर कला का आस्वादन करता है तथा रस सागर में विचरण करते हुए आत्मिक शांति का अनुभव करता है। इस अनुभव का आधार एकाग्रता, तल्लिनता, चिंतन तथा संवेदनशिलता आदि गुण होते है। जो संगीत साधना को योग साधना के समान प्रभावोत्पादक बनाकर मानव का नैतिक परिष्कार करते है। डॉ. राधाकृष्णन के अनुसार संगीत किसी भी संस्कृति एवं सभ्यता की आत्मा है। सुसंस्कृत व्यक्ति के रूप में गायन एवं नृत्य में कुछ दीक्षा प्राप्त करना आवश्यक है। संगीत आत्मा के विकास के लिए है। संगीत का प्रभाव मावन के हृदय व मस्तिष्क पर स्वभाविक रूप से पडता है। मनोवैज्ञानिक एवं वैज्ञानिक दृष्टि से हमारा मन, मस्तिष्क व संपूर्ण स्नायुतंत्र संगीत की स्वर लहरियों से प्रभावित होता है।

वेदों में सांगीतीक पूट

संगीत वास्तव मे उतना ही प्राचीनव अनादि है जितनी मानव जाति की संस्कृति। सामगान क्रमबद्ध परिष्कृत संगीत का प्राचिनतम रूप माना जाता है। यज्ञों में प्रयुक्त किये जाने के कारण इसे ही भक्ति संगीत के विकास का प्रथम चरण तथा उद्गम स्त्रोत मानना भी अनुचित नही है। इंद्र, सूर्य, वरूण विष्णु तथा रूद्र आदि देवताकभी उपासनाके लिए स्वर लय युक्त रूप में जिन मंत्रो की रचना की गई वही आगे चलकर भक्तिगीतों के लिए प्रेरणादायक सिद्ध हुए। वास्तव मे संगीत का कलात्मक स्वरूप विभिन्न कालखंडों में निरंतर परिवर्तीत होते हुए भी सदैव भारतीय संस्कृति की आध्यात्मिकता के सुदृढ धरातल पर आसिन रहा है और अपने किसी भी रूप में आध्यात्मिकेता के सुक्ष्म तत्वों को सहेजते हुए साधना से नैतिक मुल्यों एवं वैयक्तिक तथा सामाजिक उत्कृष्टता का परिचायक रहा है। बाह्यरूप से अनेकानेक गेयविधाओं अथवा शैलियों के रूप में परिवर्तीत होते हुए भी उसका प्रमुख उद्देश्य ईशस्तुति और आत्मिक उन्नति ही रहा अतः

Officiating Principal
Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

वेदो मे जो संगीतमय उद्भावना प्राप्त होती है। उसी को भक्ति संगीत का मूल कहा जा सकता है। भक्ति और संगीत ये दोनों ही अपने उत्कृष्ट स्तर पर ब्रम्हा की उपासना का माध्यम बनते है। आध्यात्मिक स्तर पर ब्रम्ह,जीव और जगत की अभिन्नता के समान ही भक्ति और संगीत, मिटटी से बने बर्तन की भांति एक दुसरे से अभिन्न हो है। भगवान की आराधना के संपूर्ण तल्लिनता की अवस्था में भक्त के मन में इष्ट के प्रति जो प्रेमभाव उत्पन्न होता है और जो भावना उसके सर्मपण का कारण बनती है। उसी भावना को भक्ति की संज्ञा दी जाती है।

भक्ति के लिए संगीत अपने लालित्य, प्रवाह और सुपूर्ण ब्रम्हांड में व्याप्त नाद और लय से अनुप्राणित होने के कारण अपने किसी भी रूप में आत्मविस्मृति की अवस्था तक पहुंचने उत्कृष्ट साधन माना जाता है।

संगीत और अध्यात्म में साधना का मर्म

संगीत साधना में नाद को उपास्य तत्व एवं उपासना का साधन स्वीकार करते हुए उसे ब्रहस्वरूप माना गया है। केवल ओम का उच्चारण हो या भजन किर्तन के रूप में प्रयुक्त संगीतात्मक विधायें यदि अपने किसी भी रूप में भगवदोपासना के लिए प्रयुक्त संगीत अपने संपूर्ण रूप में पूरी निष्ठा साधना तथा ईशवंदना के लिए अपेक्षित भावना से संपन्न किया जाए तो ऐसा भक्ति संगीत मोक्षप्राप्ती के मार्ग का श्रेष्ठतम साधन बन जाता है।

निष्कर्ष:

भारतीय संगीत का उददेश्य मनुष्य की चंचलता को शांत करना, दिव्य आत्मा को उन्नत करना, परमानंद और विश्व कल्याण की भावना पैदा करना यानी सर्व भवंतु सुखीना और वसुधैव कुटुंबकम है। भारत के ऋषि मुनियों ने संगीत को ईश्वर प्राप्ति का सर्वोत्तम और सरल साधन माना है। इसलिए कहा गया है:—

वीणा वादन तत्वक्षः श्रुति जाति विशारदा।
तल्यगश्य प्रयासेन मोक्षमार्गन निगचतीः।

अर्थात वीणा वादक श्रुति और जाति अर्थात स्वरों को जानने वाले और लय बजाने का अभ्यास करने वाला व्यक्ति मोक्षमार्ग की ओर बढ़ता है। आध्यात्मिक प्रेरणा तथा ईश्वर भक्ति के साथ साथ संगीत सामाजिक पुर्नजागरण का भी संदेश देता है। भाव, भाषा, छंद और सुर की दृष्टि से संगीत यह अन्यतम है। संगीत हमारे भितर आत्मनिवेदन और पूर्ण समर्पण की भावना को उजागर करता है। तथा आध्यात्मिक समर्पण के उच्च स्तर पर ले जाता है। संगीत और अध्यात्म का जुडाव जैसे जैसे तिव्र होते जाता है वैसे वैसे उनकी सिमाऐं बेहद तरल हो जाती है कि उनके बिच अंतर करना निम्न हो जाता है। अंत में आध्यात्मिक होता संगीतमय होना है और संगीतमय होना आध्यात्मिक होना है।

संदर्भ ग्रंथ सूचि:

- भोजपुरी लोकसंस्कृति एवं हिंदुस्तानी संगीत — डॉ. संजय कुमार सिंह
- भारतीय संगीत का इतिहास : डॉ. ठाकुर जयदेव सिंह
- संगीत संजीवनी : डॉ. लावण्य किर्ती सिंह
- www.rachanakar.org
- https://raagparichay.in
- http://literature.awgp.org

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

(SJIF) Impact Factor-8.575 ISSN-2278-9308
ISSUE No- (CCCLII) 352

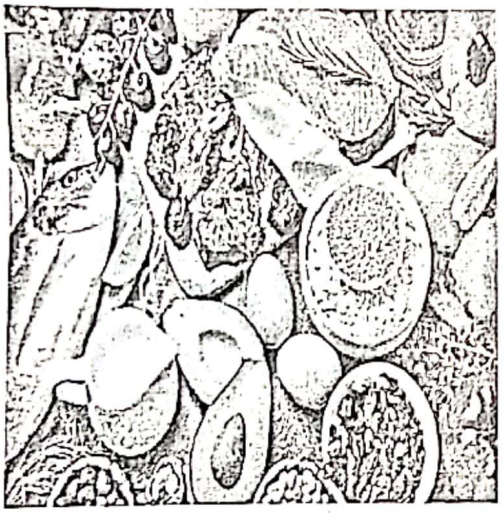
B.Aadhar

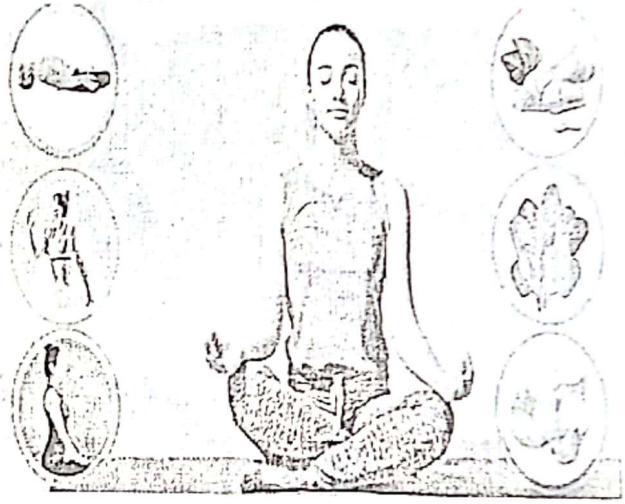
Peer-Reviewed & Refereed Indexed

Multidisciplinary International Research Journal

May -2022

Boosting Immunity Through Yoga, Pranayama and Nutrition





Prof. Virag.S.Gawande
Chief Editor
Director
Aadhar Social Research & Development Training Institute, Amravati.

Dr. S.S. Nimgare
Editor
Principal,Hutatma Rashtriya Arts & Science College, Ashti

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara.

Aadhar International Publication
For Details Visit To : www.aadharsocial.com

© All rights reserved with the authors & publisher

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

INDEX

No.	Title of the Paper — Authors' Name	Page No.
1	A Scientific Approach To Vegetarianism — Shital Dhanesh Gaikwad	1
2	An Approach to Understand our Ecological diversity in Local context — Debraj Roy , Arpita Rakshit	4
3	Role of Yoga and Pranayam in life of performing Artist. — Dr. Shweta Deepak Vegad	9
4	Future New Wonders Foods — Dr. Archana A. Nikhade	14
5	Investigation Of Sacred Plants In Lakhandur Area With Respect To Their Sacred And Medicinal Value — D. N. Lanjewar , M. G. Awaley , D. S. Bhonde	20
6	Pranayama benifits for Physical & Emotional Health — Dr. Raju Dayaram Chawke	25
7	Spectroscopic And Microbial Investigation Of P-Methoxy Isonitroso Acetophenone (P-Minap) With Transition Metal Ion. — Gajbhiye.R. G , Mahakale R. G.	30
8	Yoga Practices For Enhancement Of Body Immunity — Vaishali P. Telkhade	34
9	Eating Habits And Body Immunity — Balmukund B. Kayarkar	37
10	General Fitness And Diet For The Common People — Dr. Alka Anil Thodge	40
11	Medicinal Plants In Gomarda Wild Life Sanctuary, Sarangarh, District Raigarh, C.G. — Anita Pandey	43
12	Yoga And Pranayam: Peace Of Mind And Physical Health — Dr. Lemdeo B. Nagalwade	46
13	Life Style Changes And Iteffect On Immunity. — Dr. Rajnana A. Shringarpure	49
14	Role of Indian Culture In Balancing Diet In Rural Area — Shubhankar S. Jha	51
15	Stress, And Measures Of Stress Manegment : Yoga Is The Best For Mental Health — Dr. Vandana R. Khakre ,Dr. Manisha R. Khakre	54
16	Life Style Changes and Its Effect on Immunity — Dr. M.T. Nikamand , Nalinde S.L.	57
17	Vegetarian Diet a Healthy Way of Eating — Dr. Vishakha Kayande	60
18	Ecocritical Perspectives in Gita Mehata's *A River Sitra* — Mr Ashok Bhosikar	64
19	Effect of Yoga in Control of Type- 2 Diabetes — Ujwala W. Fule , Vaishali P. Telkhade	68

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

20	Immune Mechanism Against Pathogen Dr.M. S. Bhoyar , Dr. V. Y. Muley , Miss.D.L..Deogade	71
21	Secrets Of Sattvic Food-Good For Your Healt Dr. Manisha Bhatkulkar	74
22	Thermo luminescence properties of γ-irradiated Na based Halosulphate Phosphors $Na_{15}(SO_4)_5F_4Cl$; $Na_6(SO_4)_2FCl$; $Na_{21}Mg(SO_4)_{10}Cl_3$:X (X=Ce, Dy, Mn) Pradeep S.Thakare , Vijay R.Chinchamalatpure	78
23	Synthesis and Characterization of Zinc Sulfide Film by Spin Coating Method Vijay R. Chinchamalatpure , Pradeep S. Thakare	84
24	Yoga and Emotional Well-being Dr. Shraddha Patelia	89
25	Food Habits and Immunity M.T. Nikam , Heena khan	93
26	Relief and Natural Vegetation in Sipna Watershed of Melghat Region of Amravati District Ankush C Khobragade , Dr. Sunil B Akhare	95
27	Yoga and Pranayama for Sound Health& Mind Dr. Jitendra Kumar Thakur	99
28	Yoga - Pranayama and Personality Dr. Jyotsna S. Pusate	104
29	Organic Farming through Biofertilizers play Key role in Sustainable Development and Human Health. Dorlikar VD , Nimgare SS , TelkhadeVP	107
30	Pranayama's Benefits for Physical and Emotional Health Dr. Sunil Chaturvedi	111
31	Some common immunity Boosting herbs of Ashti, Dist.Wardha region Dr.A.D.Kawarase	115
32	Ethnobotanical Study of Bhupdeopur Reserve Forest Area of Raigarh District, Chhattisgarh With Reference To Health Security. Vijay Laxmi Naidu	118
33	Role of Pranayama in maintaining Systolic and Diastolic Blood pressure S.S.Nimgare,V.P.Telkhade	133
34	योगाचा महाविद्यालयीन विद्यार्थ्यांच्या स्व:संकल्पनेवर होणाऱ्या परिणामाचा अभ्यास प्रा.डॉ.राजेंद्र वामन	136
35	शारिरीक क्षमता वाढविण्यासाठी प्राणायामाचे महत्व डॉ नरेश पांडुरंगजी बोरकर	140
36	आरोग्यदायी जीवनाची त्रिसूत्री : आहार, व्यायाम व विश्रांती सौ. श्वेता शिरीष गुंडावार	147
37	योगिक आहाराचे रहस्य प्रा. डॉ. सुषमा वा. बोंडे	149
38	मानवी जीवनात योगाचे महत्त्व अजित जयराम जाधव	152
39	विदर्भ प्रदेशातील तापमान व कृषी उत्पादकता बदल – भौगोलिक अध्ययन प्रा. नारायण गोविंदराव सोनुले	155
40	मानसिक आणि शारीरिक आरोग्यावर योगाचा परिणाम प्रा. कु. अर्चना मधुकरराव होरे	162

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

B.Aadhar' International Peer-Reviewed Indexed Research Journal

Impact Factor -(SJIF) -8.575,Issue NO, 352 (CCCLII)

ISSN : 2278-9308

May, 2022

Role of Yoga and Pranayam in life of performing Artist

Dr. Shweta Deepak Vegad

Assistant Professor Music Department Smt. Rewaben Manoharbhai Patel Mahila Kala Mahavidyalaya, Bhandara ,ashwetavegad@gmail.com,9405533682

Introduction

Amongst all other ways out for a better and active life, Music is definitely one of the most reliable and proved one. Be it listening or making music, it can bring about a drastic change in the quality of life. Music is an art par excellence, the highest among 14 vidyas and 64 kalas enumerated in our holy scriptures. Vidya means the knowledge of God as well as the branches of knowledge leading to the goal of God realization. Kalas stands for all other branches of knowledge which help human being to lead a good and happy life such as physics, biology, medicine, agriculture and fine arts etc. In the Oriental conception of music, it has two complementary aspects that is the spiritual and the aesthetics which in fact or like both side of coin. Consequently, music is included under both vidyas and kalas as GandharvaVidya and Sangeet Kala.

Keywords : Yoga, Pranayam, Breathing techniques, Bandhas, performer.

Indian music is always associated with Pranayam and yoga. Proper yoga techniques can be used as remedies for voice disorders. All yoga techniques should be adopted under able guidance of an expert. Today yoga is very important and essential part of the Indian classical music it covers the breathing techniques and different breathing exercises very efficiently. The human voice is a delicate sympathetic and perfect musical instrument variety of tone colors are produced either by this instrument organised by the adjustable resonator of human voice.

YOGA

As YOG has a broad meaning Pran or Vital Energy can be distinguished in several meanings such as breath, life, consciousness, air, energy ect. To some extent the word soulalso carries the same meaning. Pranayam is a compound word combining Pran and Ayam. Ayam also has several meaning but in this context it means controlling the breath. It controls the entire breathing cycle that has three stages.

- Breathing in or purak because it feels the lungs
- Kumbhak or the pause between the breathing in and out.
- Breathing out or rechak because it empties the lungs.

In Hath yog the word kumbhak is used as a broader term that includes all the three components of the breathing cycle i.e., breathing in, breathing out, and holding. According to Yogdarshan after perfecting posture controlling the in and out breath is called as Pranayam. Thus, pranayama is a science of breathing. It is the axis around which the entire life cycle revolves. The age of Yogi is not counted in in days but in number of breaths. The yogi therefore adopts rhythmic pattern of deep breathing slowly and properly. This rhythmic patern calms down the nervous system, strengthens the respiratory system and cures desires. As the desires and ambitions decreases the mind becomes free and a suitable vehicle for concentration and the inner divine light shows up full glory.

How yoga assist in singing

Different exercises for breathing with yoga will be helpful for the artist not only in performance but his day to increasing Riyaz practice. The some of the Asan in yoga definitely increase your capacity to work and your dedication. That concentration with hard work and dedication are prime to be a good artist. Yoga will be only path available to achieve it which describe to be more precise and to discuss pinpointedly it will be useful to discuss some of the Asan which had effective result for the artist.

1.Padmasan

This can be described as Padma – Lotus, Asan - poster or pose. This is cross-legged yoga posture which helps deep in medication by calming the mind and elevating various physical ailments. A regular practice of this poster aids in blossoming of the practitioner.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

2.Sarvangasan

By this Asan one can achieve the goal to centralize the blood in spinal column and nourishes beautifully the spinal roots of nerves. It is very important For an artist to look young and dynamic which can be gained by targeting the Asan.

3.Matsyaasan

Commonly this Asan is considered as a counter-asan to sarvangasan. This provides relief from respiratory disorder by encouraging deep breathing. This also helps to turn the parathyroid or pinal glands. The respiratory helpful nature of the Asanas definitely delivers a good result to classical singer in his performance.

How yoga helps to vocalist

Application of Indian yoga technique in performing raga to musical arena is not new now. Everybody is well acquainted with the relationship of yoga and classical music. A huge study is this aspect has established at the yoga plays a vital role in building one good vocalist. Sangeet yoga is new term one face nowadays for understand the help of yoga in performance in subject. Here we are only considering the different angles that are useful for the performing artist.

The stage of Pranayam can be considered as

1. Purak – Inhalation of breath
2. Kumbhak – Relocation of breath
3. Rechals - Acceleration of breath

This stages in Pranayama definitely useful for the artist which needs to be commanded under able guidance of any group so as to develop it with due discipline.

Breathing and music

Breathing is actually soulPRAN of music.Music is a group of the three art forms i.e. singing, playing instruments and dancing which can never be performed without a proper breathing.Breathing is absolutely dependent on how much you control on your life force air flow. Indian classical music is absolutely depended on the exhalation.You can be stronger performer only when your exhalation power is strong.PRANAYAM is the only option to improve exhalation power and to maintain it strong.

Pranayam

Indian music needs proper breath control as well as depth in the voice. Here due to requirement of topic we will discuss an effective and amazing pranayama that works wonderful in having a perfect control over the breath and deepening the voice. Practicing it properly and regularly will surely add considerable bass to the voice and will make it attractive.It also has numerous of other benefits.

BHRAMARI PRANAYAM or humming bee breathing technique.

The name of this Pranayam originate from Sanskrit word Bhramar that means bumblebee.It is one of the yoga Pranayam breathing techniques. Regular practice helps in meditation. By the vibration induced by bramhari the cerebral cortex sends impulses directly to the hypothalamus which controls the pituitary gland, the master of all glands.The resonance of the brainsmetaphysical thinking is taken out and it this enhances capacity of brain.

Benefits of BhramariPranayam

- It will add depth to your voice and bestow perfection in breath control.
- Its an instant way to relieve tension anger and anxiety. It is very effective breathing technique for people suffering from hypertension as it calms down the agitated mind.
- Gives relief if you are feeling hot or have a slight headache.
- Helps mitigate migranes
- Improves concentration and memory.
- Builds confidence.
- Helps in reducing blood pressure.
- It has a positive effect particularly on the nervous system.

The empirical studies on therapeutic evaluation of the classical ragas have shown interesting results.There are many of the Ragas which are very effective in eliminating many of the diseases along with calming of mind during mental disorders, coughdoshas, eliminating impurities of blood and related diseases, mental excitements and mental instability etc.Apart from the classical ragas

Coordinator
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.
Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

played on musical instruments, the rhythmic sounds of temple bells andshankh produced during devotional practices have also been found to be therapeutic application.

That From the ancient times YOGA is with us and the centuries are elapsed but the same has guided the society which still continued. Inshort Indians are well aquainted with the yoga abhyas. our all Rishis and subject experts are seen to achieve the goal by which they had control their all sense being.a human being.

Human voice production

The vocal cords are sensitive tissue which vibrate to produce sound with different pitches controlled by the higher or lower vibration of this vocal chords. The technique of voice culture comes with breath control techniques, healthy body and most important sound and peaceful mind. Voice culture is also useful in other professionals such as Orator,Actor and teacher who ever related with impressive voice.The process of bringing the voice under control is known as voice culture. This study includes traditional and scientific method to improve the quality of voice. Though voice is used for both singing and speaking the technique of voice production for singing is very complex. Singing requires a more delicate control over muscles. Through the effective control of breath, flexible speech organs, adjustments of resonators, wilder range and mental perception these are the features when voice can be trained.Generally we say thatwe cannot change any system of our body but with the help of techniques of yoga we make them stronger gradually stronger and melodious with the help of various Pranayams. Voice culture is a science and all the techniques and exercises are developed with the deep study of physiology, anatomy, psychology, yoga and music.

Similarly the details study of the other Pranayam like Brahmari,Shitali,Bhasrika and Kapalbhati also assist to develop the quality of voice it'ssweetness and the eco effect of the artist.

Some of the very basic Kriyas pranayama and mudras are only taken into account.

Tatraka - It increases concentration and perception of the body and mind

Kapalbhati - This kriya helps to cleans the whole respiratory system and voice track enhancing good breathing capacity and intern improvement in the level in the voice clarity and depth of voice it also gives the different Tonal strength to the voice

Agnisar - This kriya's cleanses the abdominal muscles remove cough energy is the muscles of stomach which intern helps to develop lower harmonics in the voice without change in their focus with Rendition and some special strength to the Swara or notes during the process of singing.

Dhauti - There are many types of in that how the technique but most of them with a very little difference of intensity helps for clearing of sinuses from the head region which offers better resolution.

Neti- This technique is again having many types which basically deals with clearing of nasal track which in a turn offers good resonance and good breathing.

From the Ashtang yoga the next and the one more important steps ahead is asana. Asanas are nothing but are the physical postures which help to enhance physical and mental health of human being. Flexibility of the body, tone of the muscle and the strength of the body is increased up a noticeable level after practicing yoga regularly. This gives human body a good poster and fitness which is also need for a singer to sustain the field of music which mostly gives him different challenges like travelling change in temperature, change in food, change in time schedule of food intake and sleep and many others.

Some representative and basic but very important aasan are **Halasan, Sarvangasan, parvatasan, tadasan, Matsyasan, Naukasan,,Bhujangasan, Padmasan,** and last but not the least **shavasan.** All of this strenghthen the function of lungs, diaphragm, throat, brain and ultimately the breathing capacity. Flexibility achieved by practicing Asanas helps to have better blood circulation. This helps the good quality and betterment in coordinating and synchronization of brain, lungs, throat and mouth cavities which is the utmost requirement of singing or speech or voice production. This perfect synchronization also helps to improve the ability and capacity in a focused way to learn grasp and perform music. The third important aspect of the yoga is mudras there are two types that is first is Hastaudra and second is Asanmudra.

Both of them directly act upon the endocrine system by way of controlling and circulating regulating the flow of prans in the body resulting in good health. The very next step from yogas is Bandh. let's know have a look on some of them some of the very important Jalandhar bandh,

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.
Scanned with CamScanner
Scanned with CamScanner

udyanBandha and moolband. Basically bandhas are the posters which are used to lock the flow of pranas of certain areas in the body. Normally they are practiced along with the pranayama and mudras. Bandhas help to accelerate the benefits of the respective mudras and Pranayam.
Discussing regarding Pranayam the word pranama consist of two words Prana means the life force energy and Ayam miss the regulation or balancing. Obviously pranayam means the balancing and regulation of prana's which is done with the help of breath, as breath is classical singer also needs a good quality of voice as well as mental health without which he cannot contribute up to 100% towards his performance.

Voice is a reflection and expression of our inner self. To add luster glory and sustain to make him aware of the physiology and anatomy of human voice. While performing yoga techniques human being also becomes aware of the science behind the voice production also realize the artistic creativity offered by the yoga and enabling more towards inner music, by way of holistic views developed due to practicing yoga daily.

Role of yoga pranayam during Indian classical music

There are primary sources of energy to produce the voice is a smooth flow of air provided by the breathing apparatus.All varieties of voice modulation and levelling can be master only when we have enough breathing capacity.Incorrect breathing can cause disorders invoice production hence yoga and Pranayam are integral in the voice training method with the set of aasanas,breathing exercises, bandhas and meditation specially selected and developed. One has to condition the mind to get rid of all negative aspect of mind techniques of auto suggestion,visualization etc. are incorporated to enhance the unconscious competence and also to build highself esteem.

While Indian music is always been associated with Pranayam and yoga. Proper yoga techniques can be used as remedies for voice disorders. All yoga techniques should be adopted under able guidance of an expert.Today yoga is very important and essential part of Indian classical music. It covers the breathing techniques, different breathing exercise very effectively. Without proper breathing no one can sing long alapand taan in Indian classical music and yoga is very helpful to this yoga is solution to all this problems together, as it work on the body and the mind together.

Properly oriented Riyaz if is paired with some yoga techniques the result is achieved in a lesser /fewer/ shorter time span and in an easier way with very much less level of effort.It also cost almost a very few amount in term of cash compared to the medical treatment or other things.Yoga is very ancient tradition of India and has had offered many superb branches to improve physical and mental health of the human being despite cast religion and gentle it is called Astang yoga which is actually a complete actually a complete process within itself.It has a great power of healing and offers a very soothing experience, ultimate level of which is expected to get connected with the divine supreme power and the almighty source of energy governing the whole world. Yoga offers human being a very healthy mind and a healthy body.t

Merit of yoga and pranayam

- The mind becomes balance and calm
- Brings positive change in personality and character
- Breathing capacity increases.
- Aspect like stage fear, anxiety, tension and other phobias are eliminated
- Develops positive thinking and self confidence.
- Improves voice quality
- Help to expand the awareness from physical to spiritual level
- The mind becomes balance and calm
- Relief from stress and strain
- Variety of phrases and tone sharpness is achieved

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Conclusion

Due to training of Pranayam, voice becomes flexible with ability to sing in all the three octaves without any strain.Breathing capacity will be increased enabling the singer to sustain for a longer period and also to express variety of phrases,gamakas, tonal colors and feeling of the voice.The singer can also reduce the age factor on the voice by applying the technique of Tone placement.By controlling Central certain muscles and ligaments of the phonatry, respiratory and resonatory system of the body.One can develop the depth of range of the voice.Negative aspect like stage Fear, Anxiety,

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner
Scanned with CamScanner

tension, and many other ghattas can be eliminated by techniques to develop positive thinking and self confidence. One will be trained with the preventive measures to keep away a variety of vocal problems which are formed through vocal habits and vocal abuse. With the help of adopting this all techniques certainly every artist who desire a persistent development in their performance. The yoga is a divine spiritual ancient asset of our heritage and the yoga performing artist can use it up for upliftment of vocal classical artist. It can be concluded that the yoga will help us to achieve the ultimate goal to be achieved by all of us.

References

- Music and sahaj yoga – Mr. Arun Aapte
- Pranayam, Its philosophy and practice
- Sugeetkalavihar April august 2020
- Awajsadhanashastra - Pt. B. R. Deodhar

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bharuch

Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bharuch

Scanned with CamScanner

Aayushi International Interdisciplinary Research Journal (AIIRJ)
VOL- VIII ISSUE- VII JULY 2021 PEER REVIEW e-JOURNAL IMPACT FACTOR 7.149 ISSN 2349-638x

Indian Education Policies : Merits & Demerits

Dr.Ranjana A. Shringarpure
HOD- Political Science
Smt. R.M. Patel Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara (M.S.)

Educational Policy consist of the principles as the collection of laws and rules that govern the operation of education system Education Policy analysis is the shorter study of education policy. Education is fundamental for achieving fully human potential developing an equitable and just society and premoting national development. Providing universal access to quality education is the key to India's continued ascent and leadership on the global stage in terms of economic growth social justice and equality. Scientific advancement. Cultural preservation , Universal high-quality education is the best way forward for developing and maximizing our country's rich talents and resources for the good of the individual, society, the country and the world. Education must build character, enable learner to be ethical , rational , compassionate, while at the same time prepare them for gainful, fulfilling employment.

The new education policy 2020 has been approved on 29th July 2020 by the union cabinet and has renamed the Human Resource Development as Education Ministry. The policy is holistic, Comprehensive, so hawk-eyed and can definitely play a significant role within the nation's future growth and development. The most deserving credit for drafting the National Education policy must go to the TSR Subramanan Committee, established in 2016 and the K. Kastrurirangan committee for having done a stellar job. Newly drafted National Education policy isa revolutionary document that is expected to change the fate of the coming generation of students and ultimately our nation. During the announcement of the NCP minister Prakash Javadekar informed that the main agenda behind introducing the same is the need of the hour and it will prepare the students to face the challenges of the new world. NEP gives a special focus on the National Research foundation because innovation is one of the most important parts for a country to progress. The policy Signifies a huge milestone for India's Education system. Which will certainly make India on attractive destination for higher education. The purpose of the education system is to develop good human being capable of rational through and action, possessing compassion and expathy, resilience, scientific temper and creative imagination with sound ethical moorings and values.

The NEP 2020 is bold attempt by the central government to change how education is imported from KG to university. After 34 years, there is a change in the education policy in India with the introduction of the NEP 2020. This NEP aims at universalization of education in India with a 100% gross enrolment ration by 2030 for school education and 50% by 2025 for higher education. NEP 2020 emp0hasises systemic and institutional improvements to regulation, governance and promotion of multidisciplinary academics and research in India HEIs. The policy is based on the p9illars of "Access, Equity, Quality, Affordability, Accountability and will transform India into a vibrant knowledge hub.

The NEP 2020 is the first education policy of the 21st century and aims to address the many growing development imperative of our country. The NEP must provide to all students, irrespective of their place of residence, a quality education system with particular focus on historically marginalized. Disadvantaged and underrepresented groups. The NEP must help recruit the very best and brightest to enter the teaching profession at all levels by ensuring livelihood, respect, dignity, while also instilling in

Principal
Smt. Gevaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

the system basic methods of quality control and accountability, The NEP gives a special focus on the National Research Foundation because innovation is one of the most important parts for a country to progress. Only when research and innovation are strong enough we will be able to and innovation are strong enough we will be able to progress in the competitive world. Education policy lays particular emphasis on the development of the creative potential of each individual. It is based on the principle that education must develop not only cognitive capacities both the foundation capacities of literacy and numeracy and ' higher order' cognitive capacities, such as critical thinking and problem solving but also social ethical and emotional capacities and dispositions.

Merits and Demerits of NEP :-

Like all other policies, the NEP 2020 we will discuss the merits of the education policy, Which has been implemented by the ministry of education in 2020.

Merits of NEP :-

1. The new education structure will include 12 years of schooling and three years of Anganwadi and Preschooling.
2. All School and Colleges will have same subject and same syllabus across whole country.
3. Local Language or Mother Tongue is to be th medium of teaching in all school upto class-5.
4. The Sanskrit language will be mainstreamed in this NEP.
5. Now Students can join internships from class 6th. The internships will be given to students and this will help students to get practical knowledge.
6. New education to get practical knowledge.
7. New education policy will promote value-based education.
8. In NEP, the assessment is going to be done by not only the teachers, but the students will also self evaluate themselves and say how they performed within the entire year.
9. Approximately two crore school students will be able to back to educational institute through this new approach.
10. NEP 2020 is the formation of National Book Promotion policy in India.
11. This new plan focuses on setting up a gender inclusion fund. Special education zones for disadvantaged regions and groups is also in the focused list.
12. Special daytime boarding school 'Bal Bhavans' to be established in every district in India. This boarding school will be used for participations in activities related to play, career, art.
13. In NEP , an academic Bank of credit will be established. The credit earned by the student our stored and where the final degree gets completed those can be counted.
14. NEP has proposed to redesign the exam pattern in such a way through which actual and true knowledge of a student could be tested. But how exactly this will be a achieved is not clearly mentioned in the NEP draft.
15. In NEP, the assessment is going to be done by not only the teachers, but the students will also self evaluate themselves and say how they performed within the entire year.
16. Not only will there be self evaluation but eh remaining other student of the category also will evaluate and say how specific students has performed. The final report will consist of the attitude of the remaining classmate.
17. NEP will promote our Indian ethnic culture and hence unity in diversity will be promoted.
18. We can choose any subject from any academic streams as per the interest.
19. Board exam is made less important thus reducing pressure on students reducing exam phobia.
20. For making the students prepared for future pandemic situations, online academic will be promoted on a large scale

Demerits of NEP :-

1. Implementation of this policy is not easy and it with take some time for fully implementation of this policy.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Pater
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

Aayushi International Interdisciplinary Research Journal (AIIRJ)
VOL- VIII ISSUE- VII JULY 2021 PEER REVIEW e-JOURNAL IMPACT FACTOR 7.149 ISSN 2349-638x

2. Regional and local languages will be promoted that somehow. English will take a back seat.
3. English is the languages of the world, Indian local language will not help that much at informational level.
4. NEP 2020 will furtuer increase that difference between the sections of the society. While the students in the government school will be fought intheir respective regional language, The students in private institutions will be introduced to English from the early classes.
5. Language seems to be negative factor in the NEP 2020.The Indian government wanted to follow in steps of other countries like. China, Germany, France where the foreign students need to learn the language of the country to understand the country better, but in India has 22 active languages and not one national language like in the other countries.
6. Mother tongue is to be the medium of teaching in all school upto class 5th , suppose you riside in Panjab and your child has studied until class 4th in Panjab, thereupon you shift to Gujrath. How will the child cape up with eh change of learning environment the child cape up with the change of learning environment because most of the faculties would teach in Gujrathi and therefore the child wouldn't be able to adjust?
7. Under the NEP, obne has to study for 4 years to complete their graduation. However the question arises as to why the student will continue with the program if he / she can get the diploma in two years? Of he / she left the program midway after 2 years, then he / she could easily have two years of experience of work which will be valuable in the long run.

Conclusion :-

The scenario of education which how is totally different from the seenorio which was a few years back. At that time modern education was not considered good and today traditional education is not considered enough. As the needs of the people are changing should be accepted by the people. Earlier the people used teach their children how to fulfill their needs. This was the basic aim behind education. And the aim now is skill the same. The only thing which has changed is the need of people. As the needs grew, the education had to grow of the education did not evolve, then it would be difficult fulfill the need of today.

Our old education policy is often associated with our culture. And it is good or we can say it is important to learn about own culture. In the same way , it is equally important to catch up with world in terms of the modern developments which are occurring today. NEP is required to stay in touch with the whole world and to see what is happening in the world.

Reference :

1) NEP-2020 Dr. Dheeraj Mehrotrq
2) Future of the Indian Education system: - Nerendra Jadhav
3) https://www.education.gov.in
4) https://www.drishtiias.com
5) https://www.edten.com
6) https://sstudhyhub.com

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

(SJIF) Impact Factor-8.575
ISSUE No- (CCCLII) 352
ISSN-2278-9308

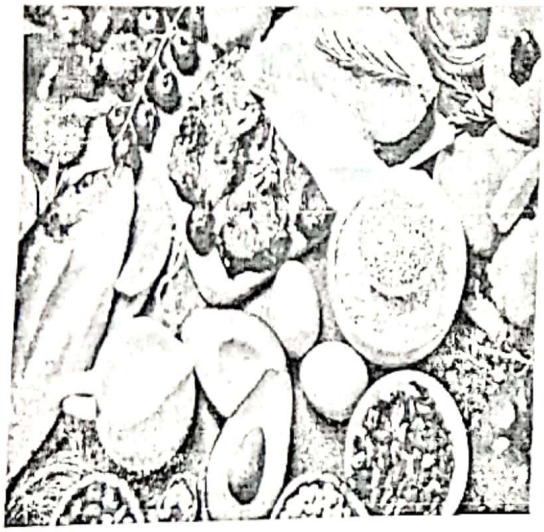
B.Aadhar

Peer-Reviewed & Refereed Indexed

Multidisciplinary International Research Journal

May -2022

Boosting Immunity Through Yoga, Pranayama and Nutrition





Prof. Virag.S.Gawande
Chief Editor
Director
Aadhar Social Research & Development Training Institute, Amravati.

Dr. S.S. Nimgare
Editor
Principal,Hutatma Rashtriya Arts & Science College, Ashti

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Aadhar International Publication
For Details Visit To : www.aadharsocial.com

© All rights reserved with the authors & publisher

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahavidyalay,

CS Scanned with CamScanner

20	Immune Mechanism Against Pathogen **Dr.M. S. Bhoyar , Dr. V. Y. Muley , Miss.D.L..Deogade**	71
21	Secrets Of Sattvic Food-Good For Your Healt **Dr. Manisha Bhatkulkar**	74
22	Thermo luminescence properties of γ-irradiated Na based Halosulphate Phosphors $Na_{15}(SO_4)_5F_4Cl$; $Na_6(SO_4)_2FCl$; $Na_{21}Mg(SO_4)_{10}Cl_3$:X (X=Ce, Dy, Mn) **Pradeep S.Thakare , Vijay R.Chinchamalatpure**	78
23	Synthesis and Characterization of Zinc Sulfide Film by Spin Coating Method **Vijay R. Chinchamalatpure , Pradeep S. Thakare**	84
24	Yoga and Emotional Well-being **Dr. Shraddha Patelia**	89
25	Food Habits and Immunity **M.T. Nikam , Heena khan**	93
26	Relief and Natural Vegetation in Sipna Watershed of Melghat Region of Amravati District **Ankush C Khobragade , Dr. Sunil B Akhare**	95
27	Yoga and Pranayama for Sound Health& Mind **Dr. Jitendra Kumar Thakur**	99
28	Yoga - Pranayama and Personality **Dr. Jyotsna S. Pusate**	104
29	Organic Farming through Biofertilizers play Key role in Sustainable Development and Human Health. **Dorlikar VD , Nimgare SS , TelkhadeVP**	107
30	Pranayama's Benefits for Physical and Emotional Health **Dr. Sunil Chaturvedi**	111
31	Some common immunity Boosting herbs of Ashti, Dist.Wardha region **Dr.A.D.Kawarase**	115
32	Ethnobotanical Study of Bhupdeopur Reserve Forest Area of Raigarh District, Chhattisgarh With Reference To Health Security. Vijay Laxmi Naidu	118
33	Role of Pranayama in maintaining Systolic and Diastolic Blood pressure **S.S.Nimgare,V.P.Telkhade**	133
34	योगाचा महाविद्यालयीन विद्यार्थ्यांच्या स्व:संकल्पनेवर होणाऱ्या परिणामाचा अभ्यास प्रा.डॉ.राजेंद्र वामन	136
35	शारिरीक क्षमता वाढविण्यासाठी प्राणायामाचे महत्व डॉ नरेश पांडुरंगजी बोरकर	140
36	आरोग्यदायी जीवनाची त्रिसूत्री : आहार, व्यायाम व विश्रांती सौ. श्वेता शिरीष गुंडावार	147
37	योगिक आहाराचे रहस्य प्रा. डॉ. सुषमा वा. बोंडे	149
38	मानवी जीवनात योगाचे महत्त्व अजित जयराम जाधव	152
39	विदर्भ प्रदेशातील तापमान व कृषी उत्पादकता बदल – भौगोलिक अध्ययन प्रा. नारायण गोविंदराव सोनुले	155
40	मानसिक आणि शारीरिक आरोग्यावर योगाचा परिणाम प्रा. कु. अर्चना मधुकरराव होरे	162

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

INDEX

No.	Title of the Paper — Authors' Name	Page No.
1	A Scientific Approach To Vegetarianism — Shital Dhanesh Gaikwad	1
2	An Approach to Understand our Ecological diversity in Local context — Debraj Roy , Arpita Rakshit	4
3	Role of Yoga and Pranayam in life of performing Artist. — Dr. Shweta Deepak Vegad	9
4	Future New Wonders Foods — Dr. Archana A. Nikhade	14
5	Investigation Of Sacred Plants In Lakhandur Area With Respect To Their Sacred And Medicinal Value — D. N. Lanjewar , M. G. Awaley , D. S. Bhonde	20
6	Pranayama benifits for Physical & Emotional Health — Dr. Raju Dayaram Chawke	25
7	Spectroscopic And Microbial Investigation Of P-Methoxy Isonitroso Acetophenone (P-Minap) With Transition Metal Ion. — Gajbhiye.R. G , Mahakale R. G.	30
8	Yoga Practices For Enhancement Of Body Immunity — Vaishali P. Telkhade	34
9	Eating Habits And Body Immunity — Balmukund B. Kayarkar	37
10	General Fitness And Diet For The Common People — Dr. Alka Anil Thodge	40
11	Medicinal Plants In Gomarda Wild Life Sanctuary, Sarangarh, District Raigarh, C.G. — Anita Pandey	43
12	Yoga And Pranayam: Peace Of Mind And Physical Health — Dr. Lemdeo B. Nagalwade	46
13	Life Style Changes And Iteffect On Immunity. — Dr. Rajnana A. Shringarpure	49
14	Role of Indian Culture In Balancing Diet In Rural Area — Shubhankar S. Jha	51
15	Stress, And Measures Of Stress Manegment : Yoga Is The Best For Mental Health — Dr. Vandana R. Khakre ,Dr. Manisha R. Khakre	54
16	Life Style Changes and Its Effect on Immunity — Dr. M.T. Nikamand , Nalinde S.L.	57
17	Vegetarian Diet a Healthy Way of Eating — Dr. Vishakha Kayande	60
18	Ecocritical Perspectives in Gita Mehata's *A River Sitra* — Mr Ashok Bhosikar	64
19	Effect of Yoga in Control of Type- 2 Diabetes — Ujwala W. Fule , Vaishali P. Telkhade	68

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

B.Aadhar International Peer-Reviewed Indexed Research Journal

Impact Factor -(SJIF) -8.575,Issue NO, 352 (CCCLII)

ISSN : 2278-9308

May, 2022

Life Style Changes And Iteffect On Immunity

Dr. Rajnana A. Shringarpure

Department of Political Science Smt. R.M. Patel Mahila Kala Mahavidyalay , Bhandara (M.S.)

Email : shringarpure104@gmail.com, Mo. 9822696674

Lifestyle is a way used by people groups and notions and is formed in specific geographical economic, political, cultural and religious text. Lifestyle is the interests, opinions, behaviours and behavioural orientations of an important individual group or culture. The form was introduced by Austrian Psychologist Alfred Adler in his book in 1929. Lifestyle was understood as a style of personality on the sense that the framework of guiding values I principles which individuals develop in the first year of life end up defining a system of judgement which informs their actions throughout their lives. Lifestyle is the Physical, Paychological Social, economical values, interests, opinions and behaviors of a certain individual group. 9 34 is how they live their life. Peoples around the world Love different kinds of Lifestyle, like Healthy to unhealthy or Active to inactive.

The from Lifestyle may vary from many perspectives peoples live in different cultures and uphold different valued, but they all look for ways to live best in their environment- A lifestyle typically reflect an individuals altitudes, way of life world view. Lifestyle may include views on political religion, health, intimacy. All of these aspects play a role in shaping Someone's lifestyle. The Psychology of Lifestyleaddresses the role of psychology can may in reversing the trend of deleterious lifestyle choices. If considers the common characteristics of lifestyle behaviours and effects improve interventions to promote healthy lifestyles on how we can inform and Lifestyle it combination of determining intangible or tangible factorsresale specifically to demographic variables, whereas intangible factors concern the psychological aspects of individual such as personal values, preference and outlooks.

In recent decades lifestyle as an important factor of health is more interested by researchers. Lifestyle is referred to the characteristics of inhabitants of a region in special time and place. It includes day to day behaviors and functions of individuals in job activities, fun and dict. According to WHO 60% of related factors to individual health and quality of life are correlated to lifestyle. A healthy likely be transmitted across generations. Today wide Unhealthy lifestyle will most changes have occurred in life of all people. Unhealthy diet smoking, alcohol consuming, drug abuse, stress and so on, are the presentation of unhealthy is that they are used as dominant form of lifestyle. Lifestyle has a significant influence of physical and mental health of human being. According to WHO, to healthy lifestyle means to engage in regular physical activity, to refrain from smoking, to limit alcohol consumption, to eat healthy food in order to prevent overweight

The Nature of the neighbor and in whicha person resides affects the act of lifestyles available to that person due to differences between various neighborhoods degrees of affluences and proximity to natural and cultural environments. A rural environment has different lifestyle compared to an union metropolis. Millions of people fallow unhealthy lifestyle. Hence they encounter illness,disability and even death. Lifestyle a distinctive elements of status group strictly connected with a dialectic of recognition of prestige. The lifestyle is the most visible manifestation of Social differentiation, even within the same social class and in particular if shows the prestige which the individual's believe they enjoy which they active Lifestyle at the heart of which can be found processes of or to individualization, identification, differentiation and recognition, understood both as generating processes of and effects generated by lifestyles.

Making lifestyle change is challenging, especially when you want to transform many thing atonce. This time think of it not at a resolution. but as on evolution. Lifestyle changes are process that text time and require support. Once you are ready to make a change, the difficult fort is committing and following through. So make a Han that will prepare you for success, careful planningmeans setting small goals and taking things one step at a time. you Hen is a mat that I will guide you on this journey of change. Maxing the changed that you want takes time I commitment, but you can do it. Just remember that no one is perfect. unhealthy behaviors develop over the course of time, so replacing unhealthy behaviors with healthy ones required time.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

What is Immunity :-

Immunity is complex biological system that can recognize and tolerate whatever belongs to the left and to recognize and reject what is foreign. the capability multicellular organism to resist harmful micro-organisms. Immunity involves both specific and nonspecific components. The nonspecific components act as barrier of a wide range of Pathogens irrespective of their antigenic make-up. Our daily routines are all interlinked and can affect our overall health. There are many different factors that contribute to overall health. These are many different factors that contribute to overall health. Some may be medically diagnosed conditions, and dome one can be mall lifestyle choices. Something that can be affected by medical conditions or lifestyle choices our immune system. Our everyday choices have a significant impact on our bodies immune response, stress, urgency, a lack of sleep and an unhealthy diet are all lifestyle factors which can cause a weakened immunity.

Hence making healthy lifestylechoices and turning them into positive habits and isfundamental for improving the health of your immunity systemour bodies have little worriers inside called WBC that help keep us healthy. They need adequate nutrition so they can perform at there best. Not only does healthy diet support ourimmunity systems, It also directly affects how the mind and body perform .Keeping healthy the between all these areas benefits our daily lives.

Immune Boosting:- Nutrition plays huge role in how our immune system functions. When our body is deprived of essential nutrients It isn't performing at its highest level.

PHYSICAL ACTIVITY :- Physical activity is another key component in keeping our immune system healthy. Exercise also increase circulation, blood pressure and helps to control body weight.

SLEEP - Getting enough high quality fleet is justas important as proper nutrition and physicalactivity is for your body. Sleep also plays a huge role in the hormone levels in our beady.

STRESS-Stress is normal to experience, but two much stress can be harmful. When our body is triggered by stress it reacts by causing chemical reactions. These take the power away from the immunesystem and weaken it.

Plan Ahead :- What if one of the links in the chain of habits was modified for the better?Carve time for the habits that support you. I may be going to bed earlier that leads to a more productiveand less stressful day.

Make change Small & smart:- One Small Imort change could make a huge difference in improving your overall health and immune system function. Our immune system is in few our body to be able to defend itself ageist infection. Our Nutrition, Physical activity, Sleep, stress work together to strengthen or weaken our inmune system. So healthy habit can you add to your routine.

- Don't Smoke
- Be physically active every day
- Maintain a healthy weight and body shape.
- Drink more water
- Get o good Night Sleep.
- Eat a healthy diet.

Today wide changed have occurred in life of all people, and so on are the presentation of unhealthy life style that they are used as dominant form of lifestyle. Lifestyle has a significant influence of physical and mental health of human belly. In early 20thcentaury have recommended adoption of healthy lifestyle factors such as diet and exercise to manage medical and psychiatric disorders withoutreally understanding there scientific basis. We explore how and if positively modifying lifestyle factors can help to improve and prevent medical and Psychiatric disorders with particularemphases of food, diet and exercise.

A number of lifestyle rear factors have been recognized to play an modifying medical and psychiatric diseased and their important role in associated morbidity and mortality. These include, role in positively eating healthy food, avoidance of alcohol and illicit Substance. Additional lifestyle factors for healthy living include, safe and peaceful environment, optimal sleep, de-stressing and enjoyable activities, health & mental activity activities. Each individual is unique and hence required their own let of programmes of lifestyle modification, positive modification of lifestyle factors is essential for both improvement and maintaining of physical & mental health. Many people tend into

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Impact Factor-7.675 (SJIF) ISSN-2278-9308

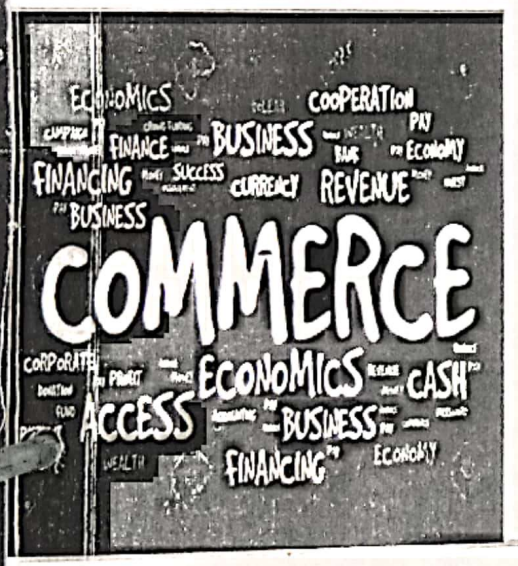
B.Aadhar

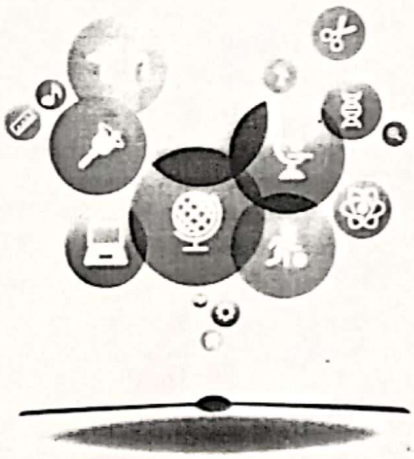
Peer-Reviewed & Refereed Indexed

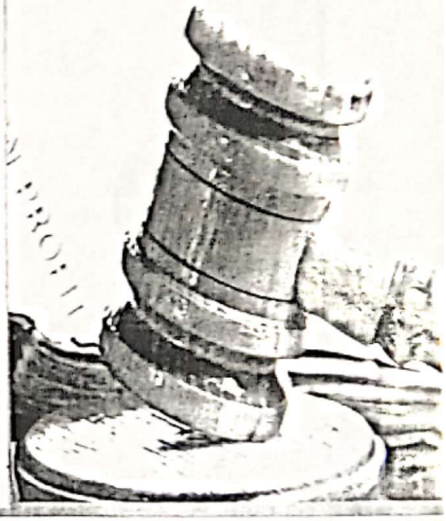
Multidisciplinary International Research Journal

August -2021

ISSUE No- (CCCVIII) 308







Chief Editor
Prof. Virag S. Gawande
Director
Aadhar Social
Research & Development
Training Institute Amravati

Editor:
Dr.Dinesh W.Nichit
Principal
Sant Gadge Maharaj
Art's Comm,Sci Collage,
Walgaon.Dist. Amravati.

Executive Editor:
Dr.Sanjay J. Kothari
Head, Deptt. of Economics,
G.S.Tompe Arts Comm,Sci Colla
Chandur Bazar Dist. Amravati

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

This Journal is indexed in :
- Scientific Journal Impact Factor (SJIF)
- Cosmos Impact Factor (CIF)
- International Impact Factor Services (IIFS)

Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

For Details Visit To : www.aadharsocial.com

Aadhar PUBLICATIONS

Scanned with CamScanner

40	मुलांच्या सर्वांगिण विकासासाठी जैविक व शैक्षणिक पालकत्व प्रा.गौरी चंद्रशेखर चिंचोळकर	191
41	Micro – Finance As A Tool For Rural Development **Mr. Guruprasad Mohan Kulkarni / Dr.R.S.Nilpankar**	193
42	संत तुकाराम सविता तेजराव शिंगणे	198
43	शेतकरी आत्महत्या - एक चिंतन डॉ. एस. एच. भैरम	202
44	भारतीय कृषी नीती एवं किसानो के प्रश्न — एक अभ्यास डॉ. रवि ना. साखरे	208
45	जागतिकीकरण आणि मराठी लोकनाट्ये डॉ.चंद्रकुमार राहुले	211
46	Women's Rights: Status and Goal The Role of Media in Women Empowerment **Prof. Dr. Shirish S Nakhate**	214

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,

Scanned with CamScanner

B.Aadhar International Peer-Reviewed Indexed Research Journal

Impact Factor -(SJIF) -7.675,Issue NO, 308 (CCCVIII)

ISSN : 2278-9308 August, 2021

Women's Rights: Status and Goal The Role of Media in Women Empowerment

Prof. Dr. Shirish S Nakhate

Associate Professor Head of Department Department of Economics Smt. R. M Patel Mahila College, Bhandara

Email: shirishnakhate@gmail.comMob. No.: 9420865877

Abstract

Media is considered to be the most important tool of society in the modern times as ithas the power to reach out to be a large audience by mass communication. The empowerment of women is much needed for the social and economic growth of any society. They are the creators, teachers and developers of any human generation. The social ill treatment and the negligence of economic decision powers to them in such small areas of the country especially, directly fall out for this research subject. While on the other hand media being the fourth pillar of our democracy has certain duties tofollow in the betterment of society. It can play the role efficiently in transmitting information to society in empowering women by educating the society about their stand and worth. In the present article a number of studies have been reviewed to Increase the participation of women in decision-making through the media and to promote a decent and balanced portrayal of women in the media.

Introduction

Women empowerment is very essential for the development of the country and it could not be denied that women have capacity to change the destiny of a country. Women are offering their services in two fields, on domestic and economic front. It needs society and democratic medium of information. The role of media has become very important in shaping present days society. Media is the part of the life, all around, from the shows one watches on television, music on the radio, the books, magazines and newspapers. It educates people about the current issues and influences the public opinion. The common people rely on media to know about happenings in the society. Media has the power to pressurize and criticize the drawbacks of democracy. It is instrumental in bringing about unity among the masses and is backbone of the nation. The reach of media to common people has increased and undoubtedly media has attained the role of a very powerful organ in virtually all spheres of life. The electronic media, particularly television, has become the most influential medium of mass communication in India. Television has a myriad of different goals, which range from entertainment to education. Various confines of education and entertainment are depicted in television. It's often looked at as a babysitter for children. The viewing of television can entertain the young and old alike for great amounts of time. It is helping women to empower themselves by usingdifferent tools of media. Portrayal of women which is derogatory to their image by media is an evidence of lack of gender sensitivity and has called for making them accountable for such representation of women.

Objectives of the Study

- To increase the participation of women in decision-making through the media.
- To promote a decent and balanced portrayal of women in the media.

Women's Economic, Social and Cultural Rights

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

The movement to assure women's economic, social, and cultural rights (ESCR) asbasic human rights is just emerging in India. The movement aims to locate women's rights within the larger human rights framework,and by doing so moves away from looking at women's issues only within the framework of violence against women and reproductive rights. ESCR attempts to look at the broader issues facing women, namely poverty, housing, unemployment, education, water, food security, trade, etc. While the human rights movement on ESCR is largely contained at the international policy level, there are emerging social movements around the world. In the Indian context, projects like the Programmed-on Women's Economic, Social, and Cultural Rights(PWESCR), for example, is creating linkages between the international human rights movement and the local articulation of women's rights. PWESCR aims to build a women's rights movement in India that creates equality in all spheres of women's lives. By empowering womeneconomically and socially, ESCR provides for a broader discourse on rights that moves women's rights from a victim centeredapproach to one that cuts across another fundamental human rights issues.

Women's economic opportunity in India is a rapidly changing landscape. Women areincreasingly entering the workforce—particularly women professionals—and are creating change, but there remains a large number of invisible women workers in unorganized and volatile sectors. However, organizing at the local level, albeit small, is widespread. Implementation of national and state level policies lags behind in ensuring thatwomen workers have equal pay and are free from exploitation.

Government Schemes for Women Empowerment

The Government programmes for women development began as early as 1954 inIndia but the actual participation began only in 1974.

At present, the Government of India has over 34 schemes for women operated by different department and ministries.

Some of these are as follows:

1. Rastriya Mahila Kosh (RMK) 1992-1993
2. Mahila Samridhi Yojana (MSY) October,1993.
3. Indira Mahila Yojana (IMY) 1995.
4. Women Entrepreneur Development programme given top priority in 1997-98.
5. Mahila Samakhya being implemented in about 9000 villages.
6. Swayasjdha.
7. Swa Shakti Group.
8. Support to Training and Employment Programme for Women (STEP).
9. Swalamban.
10. Crèches/ Day care Centre for the children of working and ailing mother.
11. Hostels for working women.
12. Swadhar.
13. National Mission for Empowerment of Women.
14. Integrated Child Development Services (ICDS) (1975),
15. Rajiv Gandhi Scheme for Empowerment of Adolescence Girls (RGSEAG) (2010).
16. The Rajiv Gandhi National Crèche Scheme for Children of Working Mothers.
17. Integrated Child Protection scheme (ICPS) (2009-2010).
18. Dhanalakahmi (2008).

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

19. Short Stay Homes.
20. Ujjawala (2007).
21. Scheme for Gender Budgeting (XI Plan).
22. Integrated Rural Development Programme (IRDP).

- Role and Importance of Media

Media is often considered asthe 4th pillar of the society and democratic medium of information. The role of media has become very important in shaping present days society. Media is the part of the life, all around, from the shows one watches on television, music on the radio, the books, magazines and newspapers. It educates people about the current issues and influences the public opinion. The common people rely on media to know about happenings in the society. Media has the power to pressurize and criticize the drawbacks of democracy. It is instrumental in bringing about unity among the masses and is backbone of the nation. The reach of media to common people has increased and undoubtedly media has attained the role of a very powerful organ in virtually all spheres of life. The electronic media, particularly television, has become the most influential medium of mass communication in India. Television has a myriad of different goals, which range from entertainment to education. Various confines of education and entertainment are depicted in television.It's often looked at as a babysitter for children. The viewing of television can entertainthe young and old alike for great amounts of time. It is helping women to empower themselves by using different tools of media.

- Suggestions and recommendations

Media have a huge potential for the empowerment of women, however the overall useof this media by women is very low. Media has played an important role in empowering the women. The way media has played its part in portraying about the atrocities faced by the women and empowering the women, no other sector has done. Media should create awareness about risks prevailing at home, in work places and while travelling and staying outside home. Economic self-sufficiency is necessary, though it is not a sufficient condition for empowerment of women. Public policies areextremely important to strengthen the legal institutions that guarantee equal rights andopportunities to women. The Media should provide political and legal and economic and health awareness. They should provide knowledge about support groups. Mass Media should have the positive attitude towards life. Under any adverse circumstancethey should not loose courage and confidence and try to end their life. They should have a strong will power to succeed in life. In short, the inner strength of women has to be built by success stories of other women.

- Variables of the Study
- In general, there are two types of variables; First the independent variable: is the variable that is varied or manipulated by the researcher. The other type is dependent variable, which is the value, or the —output of the function. There are many independent variables in this study that are grouped according to the factors that affect women empowerment. A preliminary study was made in this regard that helped us to extract some variables that affect women empowerment in India. We are going to take study on women empowerment in mainly in two ways: Qualitative study and Quantitative. The dependent variable in this aspect is women empowerment. While the independent variables for Quantitative study are: Income, Education, Employment, Media exposure and Acquisition of assets. However, several other variables also contribute to women empowerment so we have also done a perception analysis study using the variable like knowledge of legal rights, Political rights and land ownership Methodology

This research is qualitative in nature but quantitative methodology also has been chosen. This section we discuss the data sources and statistical analysis which we aregoing to use. In this study we used two types of data primary and secondary data.

First, primary data will be collected using survey questionnaires to be distributed to the women from the different states of India: like Himachal, Haryana, Bihar, U.P. Thehousehold survey is based on convenience sampling technique with a structured questionnaire. Also, structured interview will be prepared to interview some selected women in this region. The secondary data will be collected

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

from the organizations as well as publications such as journals, newspapers, magazines, books. Internet, and from other studies taken up by government or other independent organizations.

□ Conclusion

Women, in Indian society, are traditionally expected to confine themselves to domestic environs and play a passive role as daughters, daughters-in law, wives and mothers. Woman 's perceived interests linked to domesticity may adversely affect herempowerment outcomes (Aggarwal 1997; Kabeer 1999; Sen 2006). I found from the women empowerment survey that the women in India are empowered but still her interest towards domesticity affects her empowerment otherwise women would have been more empowered. In fact, social power 'plays an important role in generating/sustaining inequalities between men and women, which plays an important role in generating and sustaining gender inequalities. Also, the hypotheses I have tested have a positive significant relation between dependent variable and independentvariables. Only the less percentage of social empowerment and the knowledge of theirrights shows that the women in India are still not feel secure outside. Though the status of women in India, both historically and socially, has been one of the respects and reverence, but the hard truth is that even today, they are struggling for their own identity, shouting for diffusion of their voices and fighting for their own esteem.

Every day, they cross among the fears and fraught for individuality. Despite the constitutional guarantee of equality of sexes, rampant discrimination and exploitation of women in India continues. The incidence of bride-burning, woman battering, molestation and ill-treatment of women are on increase. It is high time now that women should get a respectable and dignified position in the Indian society.

Awareness in the women as well as society should be created and their equal rights should be effectively implemented. Crimes against women should be made punishable and a research should be done on every crime which comes to the light. Study also shows that women have a more than average level of understanding abouttheir legal and political rights but the positive result of Media awareness is a good indication which can lead them towards empowerment. Media organisations, whether

in print, audio visual, radio or web have to be more accountable to the general public.It should be monitored that professional integrity and ethical standards are not sacrificed for sensational practices. The freedom of press in the country is a blessing for the people.·The government and non-government agencies can work on towards enhancing the women 's traits and capabilities. Participation in seminars and lecturers and encouragement for taking waged employment would help or strengthen the role of women in decision making.

References

1.C. J. Nair, "Women empowerment in India, still a distant dream", http://www.merinews.com/article/women-empowermentin-india-still-a-distant-dream/124708.shtml, published on 10 April 2007, Accessed on 15 November 2009.

2.Dr. Thresiamma Varghese. Faculty of business, Sohar University Global Media Journal – Indian Edition/ Summer Issue / June 2011

3.Rehana Ghadially, eds., Women in Indian Society: A Reader, Sage Publications,1988, pp. 12-17.

4.Bharati Ray, Women of India: Colonial and Post-colonial Periods (history of Science, Philosophy, and Culture in Indian Civilization, Part 3), Sage Publications (ca), 2005.

5.'India, Women's Empowerment', Available at http://go.worldbank.org/8Z3GHYVJU0, Accessed on 23 December 2009.

See, National policy for the empowerment of women, New Delhi: Government ofIndia, 2001.

6.Rameshwari Pandya, Women Welfare and Empowerment in India: Vision for 21Century, New Delhi: New Century

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai P...
Mahila Kala Mahavidyalaya, Bhandara

Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya
Bhandara.

Scanned with CamScanner

Publications, 2008.
7.H. Karleker, Independent India-The First Fifty Year, New Delhi: Indian Council for Cultural Relation, 1998, p 144 See,
Country Overview- India, Washington: The World Bank, 2009
8.Women and Men in India since 1995-2006, New Delhi: CSO Publication Gordon, n.9 Women and Men, n.10.
9.IANS, "Media should focus on women's political empowerment: experts", http://www.thaindian.com/newsportal/uncategorized/media-should-focus-on-womens-political-empowerment-experts_10094773.html, 11 September 2008.
10. Dr. Rajeshwari M. Sheetar, IOSR Journal of business and management

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

Impact Factor-7.675 (SJIF)

ISSN-2278-9308

B.Aadhar

Peer-Reviewed & Refreed Indexed

Multidisciplinary International Research Journal

October -2021

ISSUE No- (CCCXXIII)323







Chief Editor
Prof. Virag S. Gawande
Director
Aadhar Social
Research & Development
Training Institute Amravati

Editor:
Dr.Dinesh W.Nichit
Principal
Sant Gadge Maharaj
Art's Comm.Sci College,
Walgaon.Dist. Amravati.

Executive Editor:
Dr.Sanjay J. Kothari
Head, Deptt. of Economics,
G.S.Tompe Arts Comm.Sci Colleg
Chandur Bazar Dist. Amravati

This Journal is Indexed In :
- Scientific Journal Impact Factor (SJIF)
- Cosmos Impact Factor (CIF)
- International Impact Factor Services (IIFS)

For Details Visit To : www.aadharsocial.com

Aadhar Publications

Scanned with CamScanner

21	Humanities : Challenges And Sustainability **Dr.Patil Bhagwan S.**	99
22	The Status of Tribal Women in Rural Society **Md. Abikul Mandal**	106
23	Introduction To Commutative Algebra And Its Applications **Varsha D. Chapke**	111
24	Re-engineering of Library System **Vijay Ramrao Gaikwad**	114
25	Interrelationship Between Fertility Rate And Education – A Sociological Study Among The Tea Garden Community Of Dibrugarh District In Assam **Mrs.Sadhana Sarmah / Dr. A. T. Shinde**	117
26	Institutional Repositories **Ganesh W. Nishane**	122
27	Aligarh Tahreek **Dr. Syed Imran Ali**	124
28	A study on social work Intervention and Right to Education with special reference to some selected communities in Nashik City. **Dr. Pratibha B. Pagar/ Dr. Manisha P. Shukla**	128
29	Period Leave: A Women's Right **Dr Sangeeta Choudhary / Dr Kanwaljeet Kaur**	134
30	पुसद तालुक्यातील शेतकऱ्यांच्या आत्महत्येची कारणे, परिणाम आणि सद्यस्थिती डॉ. श्रीहरी मारोतीराव सानप	137
31	मौखिक संस्कृति और जनजातीय कला प्रा. निकिता ब. निर्मळ (शेळके)	141
32	सन १९४२ स्वातंत्र्य लढ्यात राष्ट्रसंतांचे योगदान **सौ. प्रियंका विपुल जाधव (आवते)**	144
33	सूदूर संवेदन मानवी कल्याणासाठी एक वरदान **प्रा.डॉ.वासूदेव जे. उईके**	148
34	Evil in Harry Potter Series **Dr. Sneha S. Joshi**	153
35	जनाबाईच्या अभंगातील मानवी जीवन **प्रा.डॉ.मिलिंद भिवाजी कांबळे /प्रा. डॉ. मनोहर आंबटकर**	158
36	पंडित नेहरूजींचे समाजवादी विचार - एक अध्ययन **डॉ. दिनेश सहदेवराव धाकडे**	162
37	भारतातील ऑनलाइन शॉपिंगची गरज आणि भविष्य **Dr Rita Deshmukh**	165
38	गोंड आदिवासीतील सामाजिक संरचनात्मक बदलाचे अध्ययन डॉ. बबन पवनदास मेश्राम	170
39	Agricultural Marketing In India **Dr.Gayatri Sanjay Tiwari**	174
40	Directive Principles of State and Policy Making- Expectations and Reality Women Empowerment **Prof. Dr. Shirish S Nakhate**	177
41	संस्कृत साहित्य कोश : आधुनिक संस्कृत साहित्यातील एक दीपस्तंभ डॉ. भगवान नारायण पंडा	181

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

B.Aadhar' International Peer-Reviewed Indexed Research Journal

Impact Factor -(SJIF) -7.675,Issue NO, 323(CCCXXIII)

ISSN : 2278-9308 October, 2021

Directive Principles of State and Policy Making- Expectations and Reality Women Empowerment

Prof. Dr. Shirish S Nakhate

Associate Professor Head of Department Department of Economics Smt. R. M Patel Mahila College, Bhandara

- **Abstract**

Empowerment as a methodology is often associated with feminism. The subject of empowerment of women has becoming a burning issue all over the world including India since last few decades. It is held that women now cannot be asked to wait for any more for equality. In other words, "Empowerment is not giving people power; people already have plenty of power, in the wealth of their knowledge and motivation, to do their jobs magnificently. Empowerment occurs through improvement of conditions, standards, events, and a global perspective of life. The status of Women in India has been subject to many great changes over the past few millennium. In early Vedic period Women enjoyed equal status with men. Rigveda& Upanishads mention several names of women sages and seers notably Gargi & Maitrey. However later the status of women began to deteriorate approximately from 500 B.C., the situation worsened with invasion of Mughals and later on by European invaders. Feminist activism picked up momentum in India during later 1970's. Later on,many groups and NGO's have been working for the Empowerment of women. We are proud that in India Women got voting right much before USA and some other European countries.

- **Introduction**

Women empowerment is also defined as a change in the 2 contexts of a women's life, which enables her increased capacity for leading a fulfilling human life. It gets reflected both in external qualities (viz. health, mobility, education and awareness, status in the family, participation in decision making, and also at the level of material security) and internal qualities (viz. ,self-awareness and self-confidence) [Human Development in South Asia (2000) as quoted by Mathew (2003)].

Scholars believe that in ancient India, the women enjoyed equal status with men in all fields of life. Works by ancient Indian grammarians such as Patanjali and Katyayana suggest that women were educated in the early Vedic period. Rigvedic verses suggest that the women married at a mature age and were probably free to select their husband. Woman is the leader planner of the family, the first trainer; supplier of labour power and by playing focal role in the development of agriculture, industry, service sector, socio-culture etc., creates a civilized society. Women contribute directly or indirectly for economic development. Though the nature has given the genetic power of reproduction especially to the women, the socio-economic status of women is so poor and the incidence of poverty is more on woman only. Empowering women is the only solution for all questions. Her potential hidden power is to be utilized for which, her status in the society must be improved and economically she should be strengthened. The poverty is the main cause for her low bargaining power hence poverty should be removed. Empowering women and removal of poverty go hand in hand. Woman if educated and empowered, her potential power can be utilized for the economic development".

- **Objectives**

1. To study the scenario of status of women and efforts made in past and present,
2. To study the necessity of empowerment of women and
3. To know the available schemes for women empowerment in India

- **Review of Literature**

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

Scanned with CamScanner

The empowerment of women is one of the central issues in the process of development of countries all over the world. The International Women's Day celebrated on 8th March every year has become a day of demonstration for equal opportunity and solidarity. But the question arises how relevant is celebration of Women's Day in view of the fact that their position in the society has not changed much. They are still treated as the „weaker sex□ who needs to be protected entire life-be it by her father, husband or son. The New Age Women□ and the „Women of Substance□ in true terms are just words in books. Women constitute about half of the total population of country but they suffer from many disadvantages as compared to men in terms of literacy rates, labour participation rates earnings. Social, 3 economic and political empowermentsare the need of the day, as it is one only surest way of making women "equal partners in development". The process of women empowerment is conceptualized in terms of personal assertions, self-esteem and confidence, ability to protect themselves as women attaining socio-political participation and economic independence, ownership of productive assets and provide leadership in women.

The status of women in India has been subject to many great changes over the past few millennia. In modern India, women have adorned high offices in India including that of the President, Prime Minister, Speaker of the Lok Sabha and Leader of the Opposition. As of 2011, the President of India, the Speaker of the Lok Sabha and the Leader of the Opposition in Lok Sabha (Lower House of the parliament) are all women. However, women in India generally are still exposed to numerous social issues.

- **Discussion**

The empowerment is an aid to help women to achieve equality with men or, at least, to reduce gender gap considerably. Without empowerment certain social roles cannot be performed. Women play a distinct role in the economic development. She is the chief architect of family, the first teacher; supplier of labour power and by playing main role in the development of agriculture, industry, service sector, sociocultural etc. creates a civilized society. In the visible and invisible form women contribute for economic development. The nature has given the biological power of reproduction especially to the women. She can create social, cultural and economic wonders. Even then the socio-economic status of women is so poor. Often the women are victimized in the cases like rape, dowry harassments, sexual harassments, kidnapping, female infanticides and sex selective abortions, domestic violence, trafficking, etc. The verdicts of many of such cases go against women because of the non-availability of witness, discontinuation of suits, difficulty of proving the incidents etc. Hence, she should be strengthened and her status should be improved; she should be physically, mentally, economically, socially, politically and culturally strengthened so that the 7 country can make use of hidden potential power for the economic development. Therefore, empower the women.

- **Government Schemes for Women Empowerment**

The government of India has been trying to empower the women through various schemes some of schemes related to women empowerment in India are-Creches/ Day Care Centres for the children of working and Ailing mothers.Swayamsidh, Swa-Shakti Project, Support to Training and Employment Programme for Women (STEP), Swawalamban, Hostels for working women, Swadhar, Rashtriya Mahila Kosh (RMK), Self Help Groups (SHGs) etc. In India, the Ministry of Human Resource Development (MHRD-1985) and the National Commission for Women (NCW) have been worked to Women Empowerment in India: A Brief Discussion safeguard the rights and legal entitlement of women. The 73rd &74th Amendments (1993) to the constitution of India have provided some special powers to women that for reservation of seats (33%), whereas the report HRD as March2002 shows that the legislatures with the highest percentage of women are Sweden 42.7%, Denmark 38%, Finland 36% and Iceland 34.9%. In India „□The New Panchayati Raj „□ is the part of the effort to empower women at least at the village level. The government of India has ratified various international conventions and human rights instruments committing to secure equal rights to women. These are

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai
Mahila Kala Mahavidyalay
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

Scanned with CamScanner

CEDAW (1993), the Mexico Plan of Action (1975), the Nairobi Forward Looking Strategies (1985), the Beijing Declaration as well as the platform for Action (1995) and other such instruments. The year of 2001 was observed as the year of women's empowerment. During the year, a landmark document has been adopted, „the National Policy for the empowerment of women. □ For the beneficiaries of the women, the government has been adopted different schemes and programs i.e., the National Credit Fund for Women (1993), Food and Nutrition Board (FNB), Information and Mass Education (IMF) etc. The most positive development last few years has been the growing involvement of women in the Panchayati Raj institutions. There are many elected women representatives at the village council level. At present all over India, there are total 20, 56, 882 laces Gaon panchayat members, out of 10 this women member is 8, 38, 244 (40.48%), while total Anchalik panchayat members are 1, 09, 324, out of this women member is 47, 455, (40.41%) and total Zilaparishad members is 11, 708, out of this women member is 4, 923 (42.05%). At the central and state levels too, women are progressively making a difference. Women in India now participate in all activities such as education, sports, politics, media, art and culture, service sectors, science and technology, etc. Indira Gandhi, who served as Prime Minister of India for an aggregate period of fifteen years is the world's longest serving woman Prime Minister. Today we have seen women chief ministers, women president, different political parties' leader, well establish businessmen etc. The most notable amongst these are Mrs.protiva Devi Singh Patil, Shila Dixit, Mayawati, Sonia Gandhi, Binda karat, Nazma Heptulla, Indira Nuye (pepsi-co), BJP leader Susma Soraj, railway minister Momta Benarji, „Narmada Basao□ leader Medhapatekar, Indiand Iron Woman, EX-prime minister Indira Gandhi etc. Women are also involving in human development issues of child rearing, education, health, and gender parity. Many of them have gone into the making and marketing of a range of cottage products pickles, tailoring, embroidery etc. The economic empowerment of women is being regarded these days as a sine-quo-none of progress for a country; hence, the issue of economic empowerment of women is of paramount importance to political thinkers, social thinkers and reformers. Karnam Malleswari became the first Indian woman to win an Olympic medal (bronze medal in the 2000 Summer →Olympics at Sydney) 2002: Lakshmi Sahgal became the first Indian woman to run for →the post of President of India. 2004: Punita Arora became the first woman in the Indian Army to don the highest →rank of Lieutenant General. 2007: Pratibha Patil becomes the first woman President of →India. 2009: Meira Kumar became the first woman Speaker of Lok Sabha, the lower house in Indian Parliament.

❖ **Reasons for the Empowerment of Women**

The Constitution of India guarantees to all Indian women equality (Article 14), no discrimination by the State (Article 15(1)), equality of opportunity (Article 16), and equal pay for equal work (Article 39(d)). In addition, it allows special provisions to be made by the State in favour of women and children (Article 15(3)), renounces practice derogatory to the dignity of women (Article 51(A) (e)), and also allows for provisions to be made by the State for securing just and humane conditions of work and for maternity relief. (Article 42). Today we have noticed different Acts and Schemes of the central government as well as state government to empower the women of India. But in India women are discriminated and marginalized at every level of the society whether it is social participation, political participation, economic participation, access to education, and also reproductive healthcare. Women are found to be economically very poor all over the India. A few women are engaged in services and other activities. So, they need economic power to stand on their own legs on par with men. Other hand, it has been observed that women are found to be less literate than men. According to 2011 census, rate of literacy among men in India is found to be 82.14% whereas it is only 64.46% among women. Thus, increasing education among women is of very importance in empowering them. It has also noticed that some of women are too weak to work. They consume less food but work more. Therefore, from the health point of view, women folk who are to be weaker are to be made stronger.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

Another problem is that workplace harassment of women. There are so many cases of rape, kidnapping of girl, dowry harassment, and so on. For these reasons, they require empowerment of all kinds in order to protect themselves and to secure their purity and dignity. To sum up, women empowerment 9 cannot be possible unless women come with and help to self-empower themselves. There is a need to formulate reducing feminized poverty, promoting education of women, and prevention and elimination of violence against women. The private sector is a key partner in efforts to advance gender equality and empower women. Current research demonstrating that gender diversity helps businesses perform better signals that self-interest and common interest can come together. Yet, ensuring the inclusion of women's talents, skills and energies—from executive offices to the factory floor and the supply chain—requires intentional actions and deliberate policies. Self-Help-Groups of DWCRA are federated into MACs: Training in leadership, attitudinal changes, and skills for income generation.

- **Conclusion**

"There is no chance of the welfare of the world unless the condition of women is improved. It is not possible for a bird to fly on one wing."-Swami Vivekananda. The concept of empowerment flows from the power. It is vesting where it does not exist or exist inadequately. Empowerment of women would mean equipping women to be economically independent, self-reliant, have positive esteem to enable them to face any difficult situation and they should be able to participate in development activities. The empowered women should be able to participate in the process of decision making. We may be proud of women in India occupying highest offices of President, Prime Minister, Lok Shaba Speaker, and Leader of the Opposition or women like Ms. Chandra Kochar occupying highest positions in the Corporate Sector but the fact remains that we still witness dowry deaths, domestic violence and exploitation of women. The female feticide is not an uncommon phenomenon. The male female ratio though improved over last few years is still far from satisfactory. It is 940 women per 1000 men for India in some states it is as much lower as 877. These are the states where female feticide is maximum. 11 Gender equality and women's empowerment are human rights that lie at the heart of development and the achievement of the Millennium Development Goals. Despite the progress that has been made, six out of ten of world's poorest people are still women and girls, less than 16 percent of the world's parliamentarians are women, two thirds of all children shut outside the school gates are girls and, both in times of armed conflict and behind closed doors at home, women are still systematically subjected to violence. Women empowerment connotes Economic Empowerment which implies a better quality of material life through sustainable livelihoods owned and managed by women, "social empowerment" which means a more equitable social status for women in society, "Legal Empowerment "that suggests the provision of an effective legal structure which is supportive of women's empowerment and "Political Empowerment" means a political system favouring the participation in, and control by women of the political decision making process and in governance. Efforts by the Government are on to ensure Gender equality but Government initiatives alone would not be sufficient to achieve this goal. Society must take initiative to create a climate in which there is no gender discrimination inhuman exploitation and discrimination.

- **References**

1. Bright, Pritam Singh (edit)----Competition Refresher, August, 2010, New Delhi.
2. Hasnain, Nadeem---Indian Society and Culture, Jawahar PublishersandDistributors,2004New Delhi.
3. Kar, P. K---Indian Society, Kalyani Publishers, 2000, Cuttack.
4. Kidwai, A. R----(edit)Higher Education, issues and challenges, Viva Books, 2010, New Delhi).
5. Rao Shankar, C. N.----Indian Society, S. Chand& Company Ltd, 2005, New Delhi
6. www.wcd.nic.in/empwomen.htm
7 www.unwomen.org/en/partnerships/.../womens-empowerment-principles
8. https://en.wikipedia.org/wiki/Empowerment
9. www.undp.org/content/undp/en/.../women-empowerment/overview.html
10. www.womens-empowerment.org/

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Scanned with CamScanner

ISSN 2277-8071

RESEARCH NEBULA
AN INDEXED, REFEREED & PEER REVIEWED JOURNAL

INDEXED

RESEARCH NEBULA

An International Refereed, Peer Reviewed & Indexed Quarterly Journal in Arts, Commerce, Education & Social Sciences

DOI PREFIX 10.22183 JOURNAL DOI 10.22183/RN IMPACT FACTOR 7.399

ONE DAY

INTERNATIONAL INTERDISCIPLINARY E-CONFERENCE

On

ROLE OF PHYSICAL ACTIVITIES, HEALTH AND FITNESS IN TODAY'S CRISIS

16th October, 2021
Jointly Organized by

IQAC, AND DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION & SPORTS
MAHATMA JYOTIBA FULE MAHAVIDYALAYA, AMRAVATI. (M.S.)

LATE DATTATRAYA PUSADKAR ARTS COLLEGE, NANDGAON PETH, AMRAVATI. (M.S.)

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

NARAYANRAO RANA MAHAVIDYALAYA, BADNERA, AMRAVATI. (M.S.)

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Special Issue on 16th October, 2021
www.ycjournal.net

unsplash@glitch-lab
Scanned with CamScanner

31.	PUNAM DASTAGIR MUJAWAR Director of Physical Education and Sports, Sree Narayana Guru College of Commerce Chembur- Mumbai Suburban poonampathan123@gmail.com	PROCEDURE FOR ATTITUDE SCALE CONSTRUCTION AND IT'S APPLICATION IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS	117
32.	PROF. DR. SHIRISH S NAKHATE Associate Professor, Head of Department Department of Economics, Smt. R. M Patel Mahila College, Bhandara shirishnakhate@gmail.com	STRESS MANAGEMENT IN LIBRARIANSHIP	120
33.	YOURAJ RATHOD Research Scholar DR. MANISHA PAWAR Assistant Professor, M.S.M. Physical Education College Khakdeshwar Aurangabad	ACHIEVEMENT MOTIVATION OF STUDENTS ARE AFFACTED BY PARTICIPATION IN OUTDOOR AND INDOOR SPORTS	124
34.	MR. AJINKYA AVADHUT KUDTARKAR, Phd Scholar, College Director of Physical Education & Sports, VVM's Shree Damodar College of Commerce & Economics, Margao, Goa. DR. BHADKE DILIP DATTATARYARAO, Sports Director Head, Vai. Dhunda Maharaj Deglurkar Mahavidhyalaya Degloor, Nanded District, Maharastra	A STUDY OF CORRELATION BETWEEN BODY MASS INDEX (BMI) AND TRIGLYCERIDES OF OVERWEIGHT WOMEN OF GOA	128
35.	PROF. DR. KHUSHAL J. ALASPURE Director of Physical Education & sports, Shri Narayanrao Rana Mahavidyalaya, Badnera (MS)	EFFECTS OF YOGA ON SELF-ESTEEM AMONG ADOLESCENT BOYS OF RURAL AREA	131
36.	VIDHYA T. AMBHORE Asst. Professor, Psychology Department Mahatma Jyotiba Fule Mahavidyalaya, Amravati. vidhyakhadse.123@gmail.com	A STUDY OF THE STRESS AND MENTAL HEALTH OF ADULTS WHO PRACTICED YOGA AND DID NOT PRACTICE YOGA DURING THE CORONA PERIOD	133
37.	PROF. SUNITA S. BALAPURE H.O.D. Home Home Economics, Late Dattatray Pusadkar Arts College, Nandgaon Peth, Dist.Amravati.	IMPORTANCE OF BALANCED DIET AND PROPER EXERCISE FOR THE STUDENTS	138
38.	DR. SUGHAND BAND Director Of Physical Education Shri. Shivaji Science College, Amravati	A COMPARATIVE STUDY OF COGNITIVE STYLE OF SPORTS PERSON	140
39.	PROF. ANJALI DIGAMBAR BARDE S.K.N. Goenka College, Karanja	PHYSICAL ACTIVITY FOR MENTAL AND PHYSICAL HEALTH	142
40.	DR. AJIT J. BHISE G.S. Tompe Arts Commerce and Science college, Chandur bazaar, Dist. Amravati	ENHANCING SPORTS PERFORMANCE: NUTRITION AND FITNESS	145
41.	PRASHANT SUDHAKARRAO CHARJAN Director of Physical Education. Dr. Shyamaprassad Mukherjee Arts College, Shendurjanaghat TQ Warud Dist Amravati charjanps@rediffmail.com	INFLUENCE OF INDIAN MODERN AND TRADITIONAL TRAINING METHODS ON WRESTLERS' SPEED AND MUSCULAR ENDURANCE	148
42.	PROF. MAHENDRA W. DESHMUKH Director of Physical Education and Sports Late Panchfulabai Pawade Kala, Vanijya Mahila Mahavidyalay, Warud, Dist. Amravati	SIGNIFICANT ROLE OF NUTRITION IN ENHANCING SPORTS PERFORMANCE	151

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Warud, Dhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Warud

CS Scanned with CamScanner

31.	PUNAM DASTAGIR MUJAWAR Director of Physical Education and Sports, Sree Narayana Guru College of Commerce Chembur- Mumbai Suburban poonampathan123@gmail.com	PROCEDURE FOR ATTITUDE SCALE CONSTRUCTION AND IT'S APPLICATION IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS	117
32.	PROF. DR. SHIRISH S NAKHATE Associate Professor, Head of Department Department of Economics, Smt. R. M Patel Mahila College, Bhandara shirishnakhate@gmail.com	STRESS MANAGEMENT IN LIBRARIANSHIP	120
33.	YOURAJ RATHOD Research Scholar DR. MANISHA PAWAR Assistant Professor, M.S.M. Physical Education College Khakdeshwar Aurangabad	ACHIEVEMENT MOTIVATION OF STUDENTS ARE AFFACTED BY PARTICIPATION IN OUTDOOR AND INDOOR SPORTS	124
34.	MR. AJINKYA AVADHUT KUDTARKAR, Phd Scholar, College Director of Physical Education & Sports, VVM's Shree Damodar College of Commerce & Economics, Margao, Goa. DR. BHADKE DILIP DATTATARYARAO, Sports Director Head, Vai. Dhunda Maharaj Deglurkar Mahavidhyalaya Degloor, Nanded District, Maharastra	A STUDY OF CORRELATION BETWEEN BODY MASS INDEX (BMI) AND TRIGLYCERIDES OF OVERWEIGHT WOMEN OF GOA	128
35.	PROF. DR. KHUSHAL J. ALASPURE Director of Physical Education & sports, Shri Narayanrao Rana Mahavidyalaya, Badnera (MS)	EFFECTS OF YOGA ON SELF-ESTEEM AMONG ADOLESCENT BOYS OF RURAL AREA	131
36.	VIDHYA T. AMBHORE Asst. Professor, Psychology Department Mahatma Jyotiba Fule Mahavidyalaya, Amravati. vidhyakhadse.123@gmail.com	A STUDY OF THE STRESS AND MENTAL HEALTH OF ADULTS WHO PRACTICED YOGA AND DID NOT PRACTICE YOGA DURING THE CORONA PERIOD	133
37.	PROF. SUNITA S. BALAPURE H.O.D. Home Home Economics, Late Dattatray Pusadkar Arts College, Nandgaon Peth, Dist.Amravati.	IMPORTANCE OF BALANCED DIET AND PROPER EXERCISE FOR THE STUDENTS	138
38.	DR. SUGHAND BAND Director Of Physical Education Shri. Shivaji Science College, Amravati	A COMPARATIVE STUDY OF COGNITIVE STYLE OF SPORTS PERSON	140
39.	PROF. ANJALI DIGAMBAR BARDE S.K.N. Goenka College, Karanja	PHYSICAL ACTIVITY FOR MENTAL AND PHYSICAL HEALTH	142
40.	DR. AJIT J. BHISE G.S. Tompe Arts Commerce and Science college, Chandur bazaar, Dist. Amravati	ENHANCING SPORTS PERFORMANCE: NUTRITION AND FITNESS	145
41.	PRASHANT SUDHAKARRAO CHARJAN Director of Physical Education. Dr. Shyamaprassad Mukherjee Arts College, Shendurjanaghat TQ Warud Dist Amravati charjanps@rediffmail.com	INFLUENCE OF INDIAN MODERN AND TRADITIONAL TRAINING METHODS ON WRESTLERS' SPEED AND MUSCULAR ENDURANCE	148
42.	PROF. MAHENDRA W. DESHMUKH Director of Physical Education and Sports Late Panchfulabai Pawade Kala, Vanijya Mahila Mahavidyalay, Warud, Dist. Amravati	SIGNIFICANT ROLE OF NUTRITION IN ENHANCING SPORTS PERFORMANCE	151

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay
Bhandara

Scanned with CamScanner

DOI PREFIX 10.22183
JOURNAL DOI 10.22183/RN
SIF 7.399

RESEARCH NEBULA
An International Refereed, Peer Reviewed & Indexed Quarterly
Journal in Arts, Commerce, Education & Social Sciences

ISSN
ISSN 2277-8071

INDEXED

PROF. DR. SHIRISH S NAKHATE

Associate Professor
Head of Department
Department of Economics
Smt. R. M Patel Mahila College, Bhandara
shirishnakhate@gmail.com

One Day International Interdisciplinary E-Conference On
ROLE OF PHYSICAL ACTIVITIES, HEALTH AND FITNESS IN TODAY'S CRISIS
On 16th October, 2021 @
Mahatma Jyotiba Fule Mahavidyalaya, Amravati. , Late Dattatraya Pusadkar Arts College, Nandgaon Peth, Amravati. & Narayanrao Rana Mahavidyalaya, Badnera, Amravati.

STRESS MANAGEMENT IN LIBRARIANSHIP

ABSTRACT

Being universal element, stress has become a major concern of the modern times and is faced in every walk of life by both Library Professionals and Library Organizations. A group of researchers have already anticipated that the level of stress in libraries and information centers will continue to rise in the future, if not properly understood and managed. Another group have investigated the aspects of techno stress of librarians owing to the introduction of new technologies in the library field. This paper attempts to define stress in the light of Library and Information Science profession. It describes about the types of stress in libraries and its reasons and remedies. Also critically analyses the best ways to manage the pressures and stress of LIS professionals in digital library environment

Introduction

Pressures and Stress are the changes which our bodies experience as we adjust to our continuous changing environment. The rapid adoption of information and communication technologies and their extensive use in learning institutions and system administration has introduced new library and information services. Introduction of different learning modes and expansion of academic programs have also resulted in the librarian, facing more challenges as compared to his predecessors. It is the fact that the librarians have exposed to a considerable number of pressures and stress in their work. Many factors are responsible to create stress; like staff problem, inadequate budget allocation and management support, too much responsibility with secondary duties & heavy workload, working with changing technology, changing users' demands etc. According to Pantry (2007) library workers deal with constantly changing technology, shrinking budgets, outsourcing, excessive workload, and burnout, all of which can precipitate internal stress and conflict. Libraries are also vulnerable to stress from external sources as a result of their accessibility to the general public, welcoming atmosphere, and service ethic. However, in the words of (Shaughnessy, 2006; Naess, 2007) workplace stress may be manifest by lack of motivation, ill health, poor employee performance at work.

Definitions

A library is a means of access to information, ideas and works of imagination. The term "library" isoften taken to equate to "public library". However, there is a huge variety of other kinds of libraries,fulfilling different purposes and serving different client groups. National libraries are required tocollect and preserve the national publishing output of the country for current users as well as for futuregenerations. Public libraries provide services free of charge to anyone who wishes to use them and actas an information point for the availability of local public services. They collect and preserve a widerange of materials relating to the history and development of the locality. School libraries clearly needto support the curriculum, but they also collect books and other to meet the needs of the teachers andstudents and administrative staff. University libraries are usually among the most advanced in terms ofdeveloping electronic based services. Many have large collections of electronic journals, as well as sophisticated searching tools available both to students and faculty. According to The Librarian's Book of Lists, "A library is a collection of resources in a variety of formats that is (1) organized by information professionals or other experts who (2) provide convenient physical, digital, bibliographic, or intellectual access and (3) offer targeted services and programs (4) with the mission of educating, informing, or entertaining a variety of audiences (5) and the goal of stimulating individual learning and advancing society as a whole.

Coordinator IQAC
Smt. Ravaben M. Patel Mahila Kala Mahavidyalaya, Bhandara

Officiating Principal
Smt. Ravaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya

Scanned with CamScanner

DOI PREFIX 10.22183
JOURNAL DOI 10.22183/RN
SIF 7.399

RESEARCH NEBULA
An International Refereed, Peer Reviewed & Indexed Quarterly
Journal in Arts, Commerce, Education & Social Sciences

ISSN INTERNATIONAL STANDARD SERIAL NUMBER INDIA
ISSN 2277-8071

Technology

Technology is defined as the organization of knowledge for the achievement of practical purposes. Technology is one major component that is changing constantly. Oxford Dictionary defines Technology as 1) The application of scientific knowledge for practical purposes, especially in industry. 2) Machinery and devices developed from scientific knowledge. 3) The branch of knowledge dealing with engineering or applied sciences. According to Kumar et. al (1999) technology consists of two primary components: 1) a physical component which comprises of items such as products, tooling, equipment's, blueprints, techniques, and processes; and 2) the informational component which consists of know-how in management, marketing, production, quality control, reliability, skilled labor and functional areas. By scrutinizing the technology definition, there are two basic components that can be identified: 1) 'knowledge' or technique; and 2) 'doing things.

Pressure

Pressure is a situation in which you perceive that something at stake is dependent on the outcome of your performance. Pressure involves feelings--often of an anxious and fearful nature--of a "do or die" type situation. When you've only got one shot to get it right--like being at bat in the ninth inning of the World Series with the tying run in scoring position, or a presentation to a client or job interview-- you'll experience pressure. The reality is pressure makes us do worse, and sometimes leads us to fail utterly.

Stress

There are many definitions of Stress. Defining the term stress and choosing a definition of stress can be difficult even for those who are considered experts in the field of stress, stress management and stress relief. It is a reaction to a changing and demanding environment. It is primarily a physical response when the body thinks it is under attack, it 'reacts' or comes into 'reaction mode', and releases a complex mix of hormones and chemicals to prepare the body for physical action and our body goes into a state of stress in the inappropriate situations. Beside it creates many other types of challenges including anxiety and tension. According to Cox (1985). the concept of 'stress' is elusive because it is poorly defined. There is no single agreed definition in existence. It is a concept which is familiar to both layman and professional alike. It is understood by all when used in a general context but by very few when a more precise account is required and this seems to be the central problem. Skinner (1985) defined stress as "a reaction of a particular individual to a stimulus event". In the words of Pollock, (1988). Stress is something which is not naturally occurring but is a manufactured concept which has now become a 'social fact'. Tension is a natural reaction to anxiety. In other words, Stress is a response to an inappropriate level of pressure. Stress can also be described as the distress that is caused as a result of demands placed on physical or mental energy. Continuing stress can lead to feelings of lethargy and tiredness, migraine, severe stomach upset and sleeplessness and many other abnormalities.

Types of Stress in Libraries

The stress psychology triangle shows that stress rarely comes from a single source. Stress is most often caused by a combination of several work-related sources. The individual's private life and the expectations and demands the person has to himself also play an important role. However, the Pressures and stress of Library and Information Centers in the present times of digital library environment can be broadly divided into following types:

1. Technological Stress: The development and application of information technologies in libraries is the major stress for library and information science professionals. Due to rapid change in computer hardware & software, obsolescence of existing hardware & software is a common phenomenon in almost all libraries. Further due to financial, technological constraints, it is difficult to keep pace with the changing technologies. Besides the change in information storage media, form print to electronic, then digital Medias have resulted in the storage space facilities. Denny (2001) investigated the aspects of techno stress of librarians owing to the introduction of new technologies in the library field.

2. Stress relating to security of job: The application of Information Communication Technologies has compelled the library professionals to acquire new knowledge along with the traditional library functions and services. On the contrary, there is limited scope for them to undergo in service training programme, higher studies, refresher courses etc., which has increased a considerable amount of stress among library professionals. Further, with the increasing intrusion and appointment of Information technology professionals into the library profession have created fear among library professionals about their job security in future.

3. Physical Stress: The Digital Library Environment has changed the physical structure of the job

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

JOURNAL DOI 10.22183/RN
SIF 7.399

RESEARCH NEBULA
An International Refereed, Peer Reviewed & Indexed Quarterly Journal in Arts, Commerce, Education & Social Sciences

ISSN 2277-8071

environment. Due to this sitting in front of computers for log hours, working in air-conditioned environment etc., have also resulted in the physical pressures and stress related illness. Mental stress can be traced to a person's mental state of mind, which involves expectation, fears, regrets etc. Situational stress is derived from interaction with the outer world like interaction with modern technologies, role as a library manager etc. According to Routray and Satpathy (2007) stress has both physical and emotional effects on people and can create positive or negative feelings.

Factors of Stress in Libraries

The findings from many studies revealed that apart from too much load of work affecting the health of workers, there were more factors and sources bringing greater pressure and stress on the library professionals. During the past few years, libraries, like many other institutions, have been experiencing change at an accelerating rate. The digital library environment has exhibited a drastic change in the functions & services of libraries. Accordingly, the library & Information Science professionals have exposed to a considerable number of pressures and stress in their different events which are responsible for stress factors. Being unhappy in job, poor management, a heavy workload or too much responsibility in libraries are some of the reasons and factors. Besides this working for long hours, passive participation in the decision-making process, facing discrimination and working under dangerous conditions are also some more factors and reasons of stress among library professionals. Schneider (1991) explained, life stress associated with getting married, divorce, financial obligations, death of a loved one, loss of a job, emotional problems, chronic illness, fear and uncertainty, attitude and perceptions, unrealistic expectations etc. as some more reasons of stress in libraries. Accordingly, the following factors and reasons are considered for making pressures and stress on library professionals in the present age of 21st century:

1. **Change in Technology:** The information and communication technology (ICT) is a fast-changing phenomena. Accordingly, the application of ICT in libraries is also changing at an alarming rate, which creates pressures and stress among library professionals. Routray and Satpathy (2007) described the types of stress in digital library environment and broadly divided them into: Technological, Physical, Mental and Situational. Technological stress was described as the stress due to the development and application of information technologies among the library and information professionals.
2. **Change in Library Environment:** Many libraries have migrated from older manual system to automated systems and more recently to newer more sophisticated digital library systems. Staff members must unlearn old habits and procedures and learn to understand the new system. "Academic librarians, paraprofessional staff and administrators are all susceptible to experiencing the effects of stress burnout because of the nature of academia, the stress of providing customer service to students and the pressures of trying to meet promotion and tenure requirements (Huprich, 2007).
3. **Change in Type of Document:** In addition to hard copy, most libraries are now acquiring at least some materials in alternative formats, such as CD-ROM or electronic documents or digital format. These materials, which were once handled on an adhoc basis, must now be incorporated into the normal acquisition's workflow.
4. **Change in Library Physical facility:** Problems or changes in physical facilities have become a vital problem in today's libraries. With the increased use of electronic formats, the library authorities are reluctant to expand facilities to cope with increasing space requirements. Some libraries are actually moving into new facilities with less space or losing space to other functions. But the hybrid type of libraries having both print and non-print documents face much problems relating to change in physical facilities of the library.
5. **Users' Changing demands:** With the development of various micro subjects, information explosion, time bound academic programmes etc.users' attitude towards pin pointed information have changed. Accordingly, the acquisition, organization and retrieval of information in quickest possible time have given a tremendous amount of stress in the mind of library professionals.
6. **Reduction in staff strength:** Restructuring, layoffs, loss of staff positions, and doing more with fewer people have become increasingly common which has been a source of stress with the increasing workload. Further problems such as illness, disability, or death of a member of the library community have a growing impact on co-workers.

Stress prevention management among library professionals

Smt. Rewaben Mangalbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara
Officiating Principal

DOI PREFIX 10.22183
JOURNAL DOI 10.22183/RN
SIF 7.399

RESEARCH NEBULA
An International Refereed, Peer Reviewed & Indexed Quarterly
Journal in Arts, Commerce, Education & Social Sciences

ISSN INTERNATIONAL STANDARD SERIAL NUMBER INDIA
ISSN 2277-8071

Stress levels are higher than ever these days and stress affects more than just your energy levels. It can directly impact on the health and appearance of your skin and body. As stated earlier, the stress reaction is triggered by the perception of danger, which may be physical and emotional. In such situation it is better to adopt more moderate and try to reduce the intensity of emotional reactions to stress. To maintain the emotional reserves, stress prevention requires a joint effort at work, as stress is a shared responsibility. Everyone in the workplace must therefore work to prevent and limit stress, and all levels of the workplace must be involved in this work. Work Stress can be minimized by coping strategies such as integrating new skills into professional responsibility, effective communication within the environment, giving close attention to physical health, acquiring technological skills continuously and thereby lead to increased feelings of confidence and competence, attending yoga classes and doing regular exercises to reduce stress.

Conclusion

In the changing environment of modern technological advancement, the traditional concept of the library profession is subjected to rapid changes. Related to technological stress librarians also have cataloguing electronic resources stress McClellan, (2011). The advent of computer, software, internet technologies etc. have shaken the existing concept of the profession. With such changes, the structure and nature of library profession has also changed in a dynamic way. The library and information professionals experience stress as they readjust their lives with the changing library environment, job structure, job promotion etc. Of course, many library professionals/librarians are suffering with various types of work pressures, frustrations and stress in the libraries with various reasons. It is not possible to remove the all-work stress to all librarians but stress is not illness in itself and library professionals can manage or reduce their work stress by various personal, planning, team work, managerial skills and organizational strategies. The present study has been focused on not only to study the causes and effect of stress but also suggesting the methods to manage the stress.

References

1. Cox (1985). Handbook of Stress, Coping, and Health: Implications for Nursing. Virginia Hill Ricehttps://books.google.co.in/books?isbn=0761918213
2. Elisa F. Topper, (2007) "Stress in the library workplace", New Library World, Vol.108 Iss: 11/12,pp.561 - 564
3. George M. Eberhart, George M. (2010). The Librarian's Book of Lists, ISBN: 9780838910634Publication Date: 2010-05-01
4. Kinman, Gail (1998). Pressure Points: A survey in to the
5. causes and consequences of occupationalstress in UK academic and related staff. London: Association of University Teachers. Pp.1-
6. Kumar, V., Kumar, U., & Persaud, A. (1999). Building Technological CapabilitythroughImporting Technology: The Case of IndonesianManufacturing Industry. Journal ofTechnology Transfer, 24, 81-96. http://dx.doi.org/10.1023/A:1007728921126
7. Lehnert, Paul (2002). "Stress Management" Baylor Health Care system. In www.baylorhealth.edu
8. Liz Farler, Judith Broady-Preston, (2012) "Workplace stress in libraries: a case study", AslibProceedings, Vol. 64 Iss: 3, pp.225 – 240

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

Impact Factor-8575 (SJIF) ISSN-2278-9308

B.Aadhar

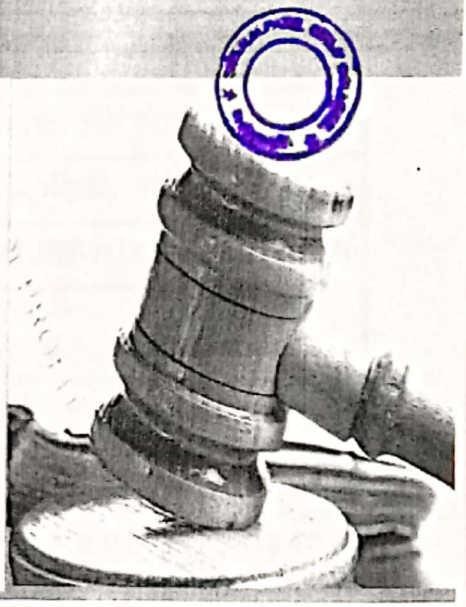
Peer-Reviewed & Refreed Indexed

cipliner tional Research Journal

March -2022







Chief Editor
Prof. Virag S. Gawande
Director
Aadhar Social
Research & Development
Training Institute Amravati

Editor:
Dr.Dinesh W.Nichit
Principal
Sant Gadge Maharaj
Art's Comm,Sci Collage,
Walgaon.Dist. Amravati.

Executive Editor:
Dr Sanjay J. Kothari
Head, Deptt. of Economics,
G.S. Tompe Arts Comm.Sci Collage
Chandur Bazar Dist. Amravati

This Journal is indexed in :
- Scientific Journal Impact Factor (SJIF)
- Cosmos Impact Factor (CIF)
- International Impact Factor Services (IIFS)

For Details Visit To : *www.aadharsocial.com*

Bhandara.
Aadhar Publications

18	अँड्रॉइड मोबाइलचा अध्ययनाकरिता उपयोग – एक अभ्यास गीतांजली शुद्धोधन नागदेवे/ डॉ. कविता साळुंके	83
19	दुरस्थ शिक्षणाची आव्हाने डॉ. श्री. प्रमोद हरीभाऊ पौनिकर	88
20	कथेची जेव्हा पटकथा होते:माध्यमांतर प्रक्रिया प्रा. डॉ. सायली योगेश आचार्य	94
21	जात आधारीत जनगणना **प्रा. विजय गावंडे**	99
22	सतुंलीत आहार आणि आरोग्य डॉ.अल्का दहीकर	102
23	मूल्याधिष्ठित शिक्षणाचे प्रणेते- डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर **कु. वैशाली वैकुंठराव वानखडे**	106
24	वृध्दांना उद्भवणाऱ्या शारीरिक, सामाजिक व आर्थिक समस्या डॉ. कैलाश वि. बिसांद्रे	108
25	अचलपूर शहर - अल्लाउद्दीन खिलजी आणि प्रशासकिय घडामोडी डॉ.ओमप्रकाश सा. बोबडे	115
26	महामारीचा इतिहास प्रा. डॉ. सुरेश कातळे	119
27	विद्येची देवता सरस्वती की सावित्री : एक शोध प्रा. डॉ. जितेंद्र कदम	126
28	मराठी संत परंपरा आणि काव्य डॉ. गणेश चव्हाण	131
29	स्वातंत्र्य सेनानी योगीराज भणसाळीजींचे कार्य व कर्तृत्व मीना संतोषराव फुले	136
30	थोर शास्त्रज्ञ व विज्ञान लेखक डॉ. जयंत नारळीकर डॉ. मीनाक्षी देव (निमकर)	140
31	भारत चीन सीमा विवाद – एक राजनैतिक मंथन प्रा.राजेंद्र घोरपडे	144
32	अनुसूचित जाति बलई का लोकनाट्य : रासमंडल डॉ. सतीश पावड़े	148
33	भारतीय पुरूषप्रधान संस्कृती : एक चिंतन प्रा. अनिता पी. गणोरकर	152
34	आदिवासी जमात, आश्रमशाळा व शिक्षण सौ. संगीता सचिंद्र शिंदे/प्रा. डॉ. ललिता चंद्रात्रे	155
35	75 Yearsof Indian Economy: Status And Goals problems of marginalized sections **Prof. Shirish S. Nakhate**	159
36	Right to Health and Medical Assistance as a fundamental right under article 21 of Constitution **Shweta Shiraskar**	162

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

B.Aadhar International Peer-Reviewed Indexed Research Journal
Impact Factor -(SJIF) -8.575,Issue NO, 345 (CCCXLV)
ISSN : 2278-9308
March, 2022

75 Yearsof Indian Economy: Status And Goals problems of marginalized sections

Prof. Shirish S. Nakhate
Associate Professor Head of Department Department of Economics
Smt. R. M Patel Mahila College, Bhandara
Email: shirishnakhate@gmail.com **Mob. No.: 9420865877**

- **Abstract**

The author starts by explaining the definition and meaning of the word marginalization, what causes it and what constitutes it, as part of the introduction. He then goes on to explain certain sections of the society that have faced marginalization and discrimination. A detailed substantiation of the same has been made using graphs and other statistical figures.

Immediately after, the author switches to explaining about the Garo tribe in North East India and provides the historical background, present status and study area profile of the same. Elaborating upon the educational and socio-cultural status of the tribe, he goes over the suggestions and recommendations made by certain NGOs in India to reduce the marginalization being faced by this tribe. In furtherance of the recommendations, a conclusion is drawn by him mentioning ways to improve and execute the programs intended to protect this tribe.

- **Introduction**

Marginality is an experience that affects millions of people throughout the world. People who are marginalized have relatively little control over their lives, and the resources available to them. This results in making them handicapped in delving contribution to society. A vicious circle is set up whereby their lack of positive and supportive relationships means that they are prevented from participating in local life, which in turn leads to further isolation. This has a tremendous impact on the development of human beings, as well as on society at large.

As the objective of development is to create an enabling environment for people to enjoy a productive, healthy, and creative life, it is important to address the issue of marginalization. Development is always broadly conceived in terms of mass participation. Marginalization deprives a large majority of people across the globe from participating in the development. It is a complex problem, and there are many factors that cause marginalization. This complex and serious problem needs to be addressed at the policy level. This project deals with the problems associated with the groups suffering from marginalization and the ways to reduce them.

- **Meaning of Marginalized Groups and Marginalization**

In general, the term 'marginalization' describes the overt actions or tendencies of human societies, where people who they perceive to undesirable or without useful function, are excluded, i.e., marginalized. These people, who are marginalized, from a GROUP or COMMUNITY for their protection and integration and are known as 'marginalized groups'. This limits their opportunities and means for survival. Peter Leonard defines marginality as, ". . . being outside the mainstream of productive activity and/or social reproductive activity".

The Encyclopaedia of Public Health defines marginalized groups as, 'To be marginalized is to be placed in the margins, and thus excluded from the privilege and power found at the centre". Latin observes that "'Marginality' is so thoroughly demeaning, for economic well-being, for human dignity, as well as for physical security. Marginal groups can always be identified by members of dominant society, and will face irrevocable discrimination."

These definitions are mentioned in different contexts and show that marginalization is a slippery and multi-layered concept. Marginalization has aspects in sociological, economic, and political debates. Marginalization may manifest itself in forms varying from genocide/ethnic-cleansing and other xenophobic acts/activities at one end of the spectrum, to more basic economic and social hardships at the unitary (individual/family) level.

Of course, the forms of marginalization may vary—generally linked to the level of development of society; culturally, and as (if not more) importantly, with relation to economics. For example, it

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

would generally be true, that there would exist more "marginalized" groups in the Third World", and developing nations, that in the Developed/First-World nations.

- **Various Marginalized Groups and their Problems**

Most vulnerable marginalized groups in almost every society can be summarized as below:

1. Women –

Under different economic conditions, and under the influence of specific historical, cultural, legal and religious factors, marginalization is one of the manifestations of gender inequality. In other words, women may be excluded from certain jobs and occupations, incorporated into certain others, and marginalized in others. In general, they are always marginalized relative to men, in every country and culture. Women (or, men) don't present a homogeneous category where members have common interests, abilities, or practices. Women belonging to lower classes, lower castes, illiterate, and the poorest region have different levels of marginalization than their better-off counterparts.

2. People with disabilities –

People with disabilities have had to battle against centuries of biased assumptions, harmful stereotypes, and irrational fears. The stigmatization of disability resulted in the social and economic marginalization of generations with disabilities, and, like many other oppressed minorities, this has left people with disabilities in a severe state of impoverishment for centuries. The proportion of the disabled population in India is about 21.9 million.

The percentage of the disabled population to the total population is about 2.13 percent. There are interstate and interregional differences in the disabled population. The disabled face various types of barriers while seeking access to health and health services. Among those who are disabled women, children and age are more vulnerable and need attention.

3. Schedule Castes (Dalits) –

The caste system is a strictly hierarchical social system based on underlying notions of purity and pollution. Brahmins are on the top of the hierarchy and Shudras or Dalits constitute the bottom of the hierarchy. The marginalization of Dalits influences all spheres of their life, violating basic human rights such as civil, political, social, economic and cultural rights.

A major proportion of the lower castes and Dalits are still dependent on others for their livelihood. Dalits do not refer to caste but suggest a group who are in a state of oppression, social disability and who are helpless and poor. Literacy rates among Dalits are very low. They have meagre purchasing power and have poor housing conditions as well as have low access to resources and entitlements.

4. Scheduled Tribes –

The Scheduled Tribes like the Scheduled Castes face structural discrimination within Indian society. Unlike the Scheduled Castes, the Scheduled Tribes are a product of marginalization based on ethnicity. In India, the Scheduled Tribes population is around 84.3 million and is considered to be socially and economically disadvantaged. Their percentages in the population and numbers, however, vary from State to State. They are mainly landless with little control over resources such as land, forest, and water.

They constitute a large proportion of agricultural laborers, casual laborers, plantation laborers, industrial laborers etc. This has resulted in poverty among them, low levels of education, poor health and reduced access to healthcare services. They belong to the poorest strata of the society and have severe health problems.

5. Elderly or Aged People –

Aging is an inevitable and inexorable process in life. In India, the population of the elderly is growing rapidly and is emerging as a serious area of concern for the government and the policy planners. According to data on the age of India's population, in Census 2001, there are a little over 76.6 million people above 60 years, constituting 7.2 percent of the population. The number of people over 60 years in 1991 was 6.8 percent of the country's population. The vulnerability among the elderly is not only due to an increased incidence of illness and disability but also due to their economic dependency upon their spouses, children, and other younger family members. According to the 2001 census, 33.1 percent of the elderly in India live without their spouses.

- **Conclusion**

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

The pertinent question therefore is where do the marginalized groups stand today? Though there has been some improvement in certain spheres and despite some positive changes, the standard of living for the marginalized communities has not improved. Therefore, what Minimum needs to be done?

- Improved Access to Agricultural Land-

The reasons for the high incidences of poverty and deprivation among the marginalized social groups are to be found in their continuing lack of access to income-earning capital assets (agricultural land and non-land assets), heavy dependence on wage employment, high unemployment, low education, and other factors.

- Active Role of the State in Planning-

It is necessary to recognize that for the vast majority of the discriminated groups, State intervention is crucial and necessary. Similarly, the use of economic and social planning as an instrument of planned development is equally necessary. Thus, planned State intervention to ensure fair access and participation in social and economic development in the country is necessary.

- Education and Human Resource Development-

Firstly, lower literacy/level of education and the continued discrimination of SC/STs in educational institutions pose a major problem. The government should take a second look at the Education Policy and develop major programmes for strengthening the public education system in villages and cities on a much larger scale than today. There is a necessity to reallocate government resources for education and vocational training.

- Public Health System-

The public health system in rural areas has also been by and large neglected. Therefore, the primary health system for rural areas and public health system in urban areas must be revived and more funds should be allocated for the same.

- **References**

1. Chandrima Chatterjee and Gunjan Sheoran, (2007): "Vulnerable groups in India" The Centre for Enquiry into Health and AlliedThemes (CEHAT), Mumbai.
2. Leonard, P. (1984): Personality and ideology: Towards a materialist understanding of the individual. London: Macmillan.
3. Barry, Peter (2004): Beginning Theory. Manchester University Press, Manchester.
4. Dattani, Mahesh (2000) Collected Plays. Penguin books India Pvt. Ltd. New Delhi.
5. Lal Dena, (2014): Historical Perspectives of the process of Marginalization: A Study of the hill people's experience in Manipur.
6. Nagda, B. L (2007): "Demographic determinants of Tribal Health in Rajasthan", Mohammad Akram (ed.) "Health Dynamics andMarginalized communities", Rawat publications.
7. Pranay G. Lal and Byword (2005): "Report of the National Commission on Macroeconomics and Health", Ministry of Health andFamily Welfare, Government of India, Aug.
8. Mishra, Manasee (2006): "Gendered vulnerabilities: women's health and access to healthcare in India", The Centre for Enquiryinto Health and Allied Themes (CEHAT), India (Mumbai).
9. Nayar, K.R. (2007): "Social exclusion, caste & health: A review based on the social determinants framework", Indian Journal ofMedical Research, Centre of Social Medicine & Community Health, Jawaharlal Nehru University, India.
10. Reproductive and Child Health, (2006) District Level Household Survey, International Institute for Population Sciences, 2002-04,Mumbai: India.
11. Nidhi Sadana, (2009): "Dalit children in rural India: issues related to exclusion and deprivation", Indian Institute of Dalit studies,Vol. III, No. 5, New Delhi, India.
12. Babu B. V., Kusuma Y.S. (2007): "Tribal Health Problems; Some Social Science Perspectives" in Mohammad Akram (ed.) HealthDynamics and Marginalized communities, Rawat Publication, India.
13. Chaudhari, Leni (2006): "Disability, Health and Human Rights", Centre for Enquiry into Health and Allied Themes (CEHAT),India (Mumbai), 2006; Online Available: www.cehat.org.
14. "Report on Morbidity and Treatment of Ailments", National Sample Survey Organisation (NSSO) -52nd Round, Report No. 441,Government of India, 1998.
15. Ranjan Irudaya, (2006): "Population Aging and Health in India", Centre for Enquiry into Health and Allied Themes (CEHAT),Mumbai, India

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

ISSN 2231-1629
Knowledge Resonance
A Half Yearly National Peer-Reviewed & Indexing with SJIF Impact Factor Research Journal
IMPACT FACTOR 8.072

WHEN WORDS FAIL,MUSIC OF PEACE RULES THE WORLD:TRANSLATION OF OMPRAKASH SHIV'S POETRY INTO ENGLISH

DR. CHANDRASHEKHAR B. SHARMA
Head, Department of English
SMT.REWABEN MANOHARBHAI PATEL
MAHILA KALA MAHAVIDYALAYA , BHANDARA

HHH

"[reading a work in translation] is like viewing a piece of Flemish tapestry on the wrong side."- Cervantes

Modern Age is the age of hope,desire and undying quest for balancing the unequal nuances of musical notes echoing in the galleys of this queer world.Poets with poetic sensibility explore innumerable possibilities to pacify this violent outburst with peace wrapped in musical diction and soothing expressions.One such very familiar voice emerges from the hustle and bustle of the Nagpur city holding pen in one hand and a white dove in another.Omprakash Shiv is one of most popular poets of the region with a very long experience of writing articles,columns,research papers,several collections of poetry,essays,etc[1]. He is the recipient of many national and international awards.He writes in Hindi and some of his works are translated into Marathi and English.His poetry advocates peace,prosperity and unconditional welfare of mankind on this beautiful planet.

The present paper is an endeavour to present some of Shiv's poems translated into English.His poems primarily focus on violence,blood -shed ,terrorism,peace,protest,Nature,and many more issues directly related to mankind. Unanswered Questions presents the barbaric massacre of the Army school children in Peshawar.Promise Writ In Water is a real picture of the havoc painted with filth and dirt on this planet.War presents turmoil and tumult in the world, and Eternal saga of suffering is an elegy written in the graveyard of FUKUSHIMA DAIICHI nuclear disaster. Man Sans Birds glorifies and laments the split in the relationship between Man and Nature.All poems were published in NAVBHARAT[Nagpur edition] in 2015.

Translation of poetry poses a major challenge when the translator has do mind-mapping or read the mind and soul of the source language poet.Shiv's poems comprises of lucid diction:very simple and straight forward expressions.It was a great source of joy and academic satisfaction for me to delve deep into his poetry .

UNANSWERED QUESTIONS

(dedicated to the Army school children who were brutally murdered in Peshawar in a terror attack)

Tiny tots frolicking in the haven of hospitality
Are drowning in the pool of red-blood inhospitality
Soft buds blooming in the heavenly garden
Are destined to be crushed brutally
Unpardoned !
Their sons and daughters
Are my own children
Now they are
the children of my world !
Pleas fall on deaf ears
Bullets mute the little angels' wails
In high-pitched sound
the unbloomed buds of lesser god
Rose to martyrdom!
Lessons of Unity and integrity echo
in the hub of education
blood stained hands move the cradle of innocence
unanswered questions linger in the universe
the butchered school children
tremble on the floor
Agony and pain rule the world.
Can peace be conceived in the womb of terror ?
Can terrorists rule my world?
Can a Terrorist
Read and write the story of humanity?
venom-roots of terror are engulfing
the desperate pleas of mothers
and we have to answer the questions
scribbled on the face of dead children
Alas!We have to answer
the unanswered questions!

PROMISE WRIT IN WATER

Your moon is extremely beautiful
But it's image looks ugly
in the dirty ditch.
The filthy odour
ozze out of open drains...
fierce heat of the sun unfurl
specks of rotten breath!

Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

Load shedding at night
Prepares gutters foul
The breeding ground for mosquitoes.
Behold I
ugly image of your beautiful moon
in the dirty trenches.
My home
My city looks beautiful
In the sunshine
Looks beautiful in the twinkling night!
The trees planted on the eight lane highway
Are placards on 'save nature'.
Overcrowded colonies
Suffocates in smoky oxygen.
The broken sewer line
Contanimates
the pure drinking water...
the slogan of safe drinking water
is a promise writ in water!

WAR

Nuclear test
Harbinger of hell
Invites blue sky
To die!
To die!
To die!
Warmongers are bold
Cruelty uncontrolled
kills humanity
Once more!
Once more!
Once more!
Gift of god
Dollars oozes from oily walls
Gulf- tycoon enthrals
Incessantly!
Incessantly!
Incessantly !

World -war mania
Deadly schizophrenia
Broken Ozone pollutes pure
Air !
Air !
Air!
Dance of death
Radiation creates unrest
Annihilation everywhere
Limitless!
Limitless!
Limitless!
Landmines are curse
Design hate-networks
Seal the borders
Worse!
Worse!
Worse!

Eternal saga of suffering

(elegy written in the graveyard of FUKUSHIMA DAIICHI nuclear disaster)

Earthquake...
Tsunami...
Inferno...
Radiation...
Five celestial elements stifled
Strangulated...
Serpentine curves of human growth
Heading towards annihilation !
Earth didn't quaked
Ripped opened like a bamboo stick
The eternal Time
Untimely passed away...
The joy of life
In a flicker of moment
Buried under the elm!
Earth lost her pride
The existence
Speed of Time!
The blue deeps snarl
Tsunami dance
Engulfed the city of snow -clad mountains.
Cars on the waves
Ships unlocked from the harbours
Drowned the children of god
Concrete jungle
Into the sea of development...
Relics lingering
Garbage of life
on the shore !
With its broken wires
The mad circuit
Burnt everything...
Burnt the human nests
Shopping malls
factories!
Saga of suffering
Pierced the heart of humanity
Pity and terror
rule the world

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

3.3.2 Num
Sl. No.

Scanned with CamScanner

the T.V.screen!
Venomous stings of nuclear hub
Unlocks the gates of Hades
Radiation penetrates
Blinds god's own sons!
Death dance
In a trance
On earth,sea and sky!
The hissing snake
Crawls in the lanes of humanity
Radiation trails on the forbidden tracks
Mission annihilation
Will it cease ?
Sunrise uncertain
future incarceration!
Alas!Man will repeat the history
Agony
Pain
And destruction!
Hiroshima
Nagasaki
Chernobyl
Semipalatinsk
Wailing on the pyre of human psyche
and humanity!
The cry of pain
Fukushima -the agony of shame
Isn't it the nude dance of fame?

Man Sans Birds

Now
birds do not fly in the sky
cannot touch its azure beauty
their ancestors
once upon a time
Conquered the cerulean sphere with fluttering wings
Conceived and pampered annals of civilisation
art and culture
Dreams swimming in eyes
triggered by the winged-wanderers
rose in a crescendo
Taught man-made wonder
aeroplanes
artistic movements of flying
On the breast of sky!
But now,
the crowd of these flying machines
destroyed the green bushes
The long endless runways
Fathered wastelands
And the poor winged-creatures
Ponder mass suicide.
Like the leg of Angad
Imperial towers
Shakes their wandering passion
forget to descend in celestial beauty.
Now we do not hear chirping
From their mute nests
Radiation has marred their winged-world
Inhumanity
confiscated their ancestry of eternity.
Segregated from the embelical cord
Away from the womb of mother nature
winged-beauties are in grief
venom-laden breeze suffocate their breath
Chemicals
disable fluttering-wonder of the world.
Desperate to save themselves and their progeny
Migrating to another
unknown world
mass exodus of the winged- brethren threatens
humanity
query fundamental
lingers in chaos
Can man live without birds?

Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara.

REFERENCES:

Omprakash Shiv. Academic bio data

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

IMPACT FACTOR – 5.61

2021-22

ISSN 2349-5189

LangLit

An International Peer-Reviewed Open Access Journal

Latur (MS) India

AIPROAJ

SMOKE: POETIC/DRAMATIC TRANS-CREATION OF PADMA SACHDEVA'S SHORT-STORY *DHUAAN* INTO ENGLISH

--DR. CHANDRASHEKHAR B. SHARMA
Department of English
Smt.Rewaben .Manoharbhai.Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya
Bhandara -441904
Maharashtra

I

Ruined *Dhayan Kaur*

Bewails – thumps ,

beats her breasts ,endlessly !

Her lump of wrinkled flesh quivers

With every smash of rhythmic dance

Of her palms

On sighing lungs –

The deep layers of skin reddens

With echoes of heart-piercing screams:

She mourns her six sons and her husband !

The seven *kadas*

The seven blood-stained images

Dance with the dirge;

The wrinkled hands of the rag

Smell of fleshy soot—

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

IMPACT FACTOR – 5.61

LangLit

ISSN 2349-5189

An International Peer-Reviewed Open Access Journal

Latur (MS) India

AIPROAJ

Eyes flooded with tears

Caress them lovingly

Mutilated faces mock

Giggle !

She counts—

ONE....

TWO....

THREE....

FOUR....

FIVE....

SIX.....SEVEN !

She sings a *lohani:*

Chandan rukkh bdhaayo ji

lmmi paid bnayo ji

dolwa chauka payo ji

ulli chikh bnayo ji

chandan chikha bnayo ji

putt lggn paidi

haai haai maay

haai haai maay

DHPP.DHPP DHPP....

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

IMPACT FACTOR – 5.61

LangLit

ISSN 2349-5189

An International Peer-Reviewed Open Access Journal

Latur (MS) India

AIPROAJ

II

A sestet of widows

Statues of compassion and pathos

Surround her .

The half-blossomed jasmine

Speechless

Stares her *chuda* .

Like a frightened dove

She is submerged in the dark eerie world .

Titanic Future stares her fine serpentine curves of coiled forehead!

Slowly….sharp flakes of terror engulf the nerves.

All 're worn-out—

Palms ,lungs,eyes,ears,nostrils,

And the mind of the sestet,

The sestet of grief!

They await the fresh assault

The rhythmic *sayapa* of blurred fate!

O sister,when 'll my Kartar return?

She caress the *kadas*

And crosses the oft-travelled salty deluge.

SILENCE

Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

IMPACT FACTOR – 5.61

LangLit

ISSN 2349-5189

An International Peer-Reviewed Open Access Journal

Latur (MS) India

AIPROAJ

The courtyard trembles

When the query is slammed on the dung-covered floor!

Sometimes enigma flickers

Like *gauraiyaa*

In the four walls of their haven.

III

The sun is afraid to visit her courtyard.

Dhayan kaur hates sunshine

Her blood'shot eyes wearied of the salty deluge.

Mute children toddle on the traumatic floor.

A glass full of milky fear

Makes them forget

Their innocent frolicks!

They await the new assault…

Some miracle

To change the nuances of smoky clouds.

Suddenly

Sealed lips open

Flutters like the wild wings of dove—

The shrill cry of *Dhayan Kaur*

Break the silence

Coordinator, IQAC
Smt. R... Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

IMPACT FACTOR – 5.61

LangLit

ISSN 2349-5189

An International Peer-Reviewed Open Access Journal

Latur (MS) India

AIPROAJ

Oh Kartar,my dear son,

When 'll you return?

Oh Vaheguru!what 'll I do of these six wretched women?

What wrong they have done to You,O mere Rabba?

SILENCE

DEAD SILENCE

Children

Stunned ,surprised,mute

Withraw in the quilt!

IV

Dwarakaprasad's cab driver .*Kartar*

Has gone to the city of mishaps ,Bombay

And saved himself.

The smoky tempest forced *Dwarakaprasad*

Tumble down the stairs!

A couple of years before

He saw the same dusty clouds.

Today old and helpless he screamed:

Dhandei ,once more Lahore is burning

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

IMPACT FACTOR – 5.61

LangLit

ISSN 2349-5189

An International Peer-Reviewed Open Access Journal

Latur (MS) India

AIPROAJ

MUTTERINGS IN DELIRIUM

O Dhandei.Maqbul is here .

Quickly,hide him!

Save him!

Alas! What they will do of him!

O,Vaheguru!

Be quick!throw your ornaments into the well!

The dead corpse will sprout once we 're back .here!

Fire!Fire!Fire!

Dhandei,Lahore is burning!

Nothing survives in inferno!

Our home is a pyre

SOBBING...

Our house is falling down,falling down

Hai,Oye Rabba!

Maskina will never return.

She will never clean our house!

Is she the queen of a king,sitting beside him, on the throne?

Oye,Rubba!the horoscopes of my children 're in the locker!

Everything is ash!

Fire!Fire!Fire!

Run fast!

Your police-brother is driving the truck!

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

IMPACT FACTOR – 5.61

LangLit

ISSN 2349-5189

An International Peer-Reviewed Open Access Journal

Latur (MS) India

AIPROAJ

Sit quickly!sit !sit!

Oh dear!call Maqbul,my Maqbul!

Alas!Maqbul is coming with the torch!

Oye Rabba!He is burning our nest!

Fire!Fire!Fire!

Dhandei,serve him muli- parathas

He is hungry!

Oh Vaheguru! He 'll starve in our absence!

SOBBING…

Kake ke babuji,this is not Lahore!

We 're in Delhi

We 're safe in our country!

Look,your sons and daughter-in- laws 're happy.

We 're all happy!

O Vaheguru! You 're merciful!

A SUDDEN GUST OF WIND

SUDDEN CHANGE

Kartar went to Bombay,has he returned back?

O Vaheguru,you 're so kind.

He has regained his senses!

O yeah!Kartar is in Bombay !

Vaheguru saved him!

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

IMPACT FACTOR – 5.61

LangLit

ISSN 2349-5189

An International Peer-Reviewed Open Access Journal

Latur (MS) India

AIPROAJ

What about his family?

They 're in our garage!

SILENCE

DEAD SILENCE

V

FLASHBACK

Dramatic Personae

Dhandei's husband—Dwarkaprasad .alias Dwarku

Dhayan kaur's husband—Santoshsingh .alias Sakkhu

Dwarku Sakkhu flying colourful kites

Kite runners

Kings of marbles

Play,fight,shout in ecstasy!

Bhangra in Ravi river

SOBBING...

Dwarku memorizing tables:

Ek duni,duni

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Scanned with CamScanner

IMPACT FACTOR – 5.61

LangLit

ISSN 2349-5189

An International Peer-Reviewed Open Access Journal

Latur (MS) India

AIPROAJ

Do duni chaar

Teen duni chhey

Chaar duni aath...

Sakkhu selling *kulfis:*

Le lo,le lo, ek paihe di ek kulfi

Thandi thir,malai khir

Le lo kulfi!

SOBING...

What an idea!

Hide the coins in the heap of coals!

We 'll enjoy later on!

Oye Dwarkya,why my Bapu made me a gursikh?

Parshada in gurudwara is nice

But the long coiled braid ?

Oh Vaheguru,it is so painful!

Do you know,I 'll marry a sardarni?

Are yaar,I 'll wear a pagdi and dance in the barat!

Of course!

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

DEAD SILENCE

SOBBING...

Scanned with CamScanner

IMPACT FACTOR – 3.61

LangLit

An International Peer-Reviewed Open Access Journal

Dhandes I'm alright

Have you saved my friend and her lam

SILENCE

DEAD SILENCE

We can only save Dhayan Kaur and her daughter in laws

Alas! her six sons and her husband is no more

Oye Saddhu I saved you in Pakistan

But failed here

Oye Kabba! what should I do now?

Oye yaara I'll take care of your family

Mother please go home

Force Dhayan maast to have a glass of milk

She is starving since three days

Is there any news from Karnar?

God knows

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya
Bhandara

VI

Dhayan Kaur trembles

In her rhythmic dance

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

Scanned with CamScanner

IMPACT FACTOR – 5.61

LangLit

ISSN 2349-5189

An International Peer-Reviewed Open Access Journal

Latur (MS) India

AIPROAJ

Of her palms

Sings *lohani*!

Chandan rukkh bdhaayo ji

Immi paid bnayo ji

dolwa chauka payo ji

ulli chikh bnayo ji

chandan chikha bnayo ji

putt lggn paidi

haai haai maay!

DHPP,DHPP ….

Oye Kartara!when 'll you come from pardesh?

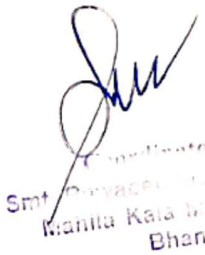
Bibi Dhandei,what should I do now?

What should I do of these widows?

Be calm!recite Sukhmani!

I can't!I don't believe in god !





Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

VII

Maasi,I don't want to face my mother!

Bachua!Be brave,my son!



Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

IMPACT FACTOR – 5.61

LangLit

ISSN 2349-5189

An International Peer-Reviewed Open Access Journal

Latur (MS) India

APPROAL

Religion is in our heart

Grow your hair later on !

A clean-shaved

Military haircut young man

Kartar

enters the grief-stricken haven.

The earth screamed

As if today ,

She lost her endless sky --

Her seven sons !

GLOSSARY

1.kada:an iron bangle worn by Sikhs

2.Lohni,Palla,Bain:Songs of mourning on the death of some dear one

Chandan rukkh bdhaayo ji

Immi paid bnayo ji

dolwa chauka payo ji

ulli chikh bnayo ji

chandan chikha bnayo ji

putt lggn paidi

haai haai maay!

DHPP,DHPP ….

(I have cut the sandalwood tree,

I made a ladder out of it,

My son is lying on the pyre ,

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

IMPACT FACTOR – 5.61

LangLit

ISSN 2349-5189

An International Peer-Reviewed Open Access Journal

Latur (MS) India

Alas!Alas! my mother!)

Dhpp ,Dhpp:phonetic sound of beating of the breast by mourning women.

These folk songs are sung on the occasion of death of some dearone.They are of two types ,*Lohanis* which are sung to the accompaniment of rhythm of beating of the breast in a fast tempo and the other *Palla* which are sung in a slow dirge –like movement laying stress on two words to the accompaniment of sobbing and weeping.

3.Chuda:colourful bangles worn by a new bride

4.Sayapa:to lament,mourn a dead kin

5.Gauraiyaa:sparrow or swallow

6.Vaheguru:Sikh guru

7.Mere Rabba:my god or my lord

8.Muli-parathas—A type of Punjabi (Indian)wheat -bread made without yeast ,stuffed with radish.

9.Kake ke babuji:father of my son

10.Bhangra:a type of popular music and dance that combines traditional Punjabi music and dance from India and Pakistan with western pop music and dance.

11.Ek Duni Duni:Maths Tables

2x1= 2

2x2=4

2x3=6

2x4=8

12.Kulfi:ice-candy

13.Le Lo kulfi:Take away ,take away

Ice –candy in one paisa

Enjoy the milky bar in one paisa!

14.Bapu:father

15.Gursikh:a person who follows Sikh religion

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

16.Parshada:sweets distributed in religious places,sacred offering from god

17.Gurudwara:a building in which Sikhs worship

18.Sardarni:married woman ;feminine gender of sardar(a man who follows Sikh religion)

19.Yaar:friend

20.Pagdi:turban worn in marriage procession(barat)by the men

21.Barat:marriage procession of bridegroom in India

22.Massi:mother's sister,maternal aunt

23.Pardesh:out of State

24.Sukhmani:scripture of Sikhs

25.Bachua:son

REFERENCE:

1.Sachdeva Padma:Godbhari; Bhartiya Jnanpith, New Delhi,2008

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

Impact Factor-8.575 (SJIF) ISSN-2278-9308

B.Aadhar

Peer-Reviewed & Refreed Indexed

Multidisciplinary International Research Journal

December-2022

ISSUE No - (CCCLXXXI) 381-B

75 YEARS OF INDIAN INDEPENDENCE STATUS & GOALS



Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya
Bhandara.

Chief Editor
Prof. Virag S. Gawande
Director
Aadhar Social
Research & Development
Training Institute Amravati

Executive Editor
Dr. Archana S. Dahane
Principal
Officiating Principal
Yeshwant Mahavidyalaya, Seloo
Dist. Wardha

Editor
Dr. Anant A. Rindhe
Associate Professor & Head
Department of History
Yeshwant Mahavidyalaya, Seloo
Dist. Wardha

This Journal is indexed in
Scientific Journal Impact Factor (SJIF)
Cosmos Impact Factor (CIF)
International Impact Factor Service (IIFS)

For Details Visit To : www.aadharsocial.com

Aadhar Publications

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

Aadhar' International Peer-Reviewed Indexed Research Journal
Impact Factor -(SJIF) -8.575, Issue NO, (CCCLXXXI.) 381 - B
ISSN : 2278-9308
December 2022

INDEX-B

No.	Title of the Paper	Authors' Name	Page No.
1	दहशतवाद एक आंतरराष्ट्रीय समस्या	प्रा. डॉ. अरुण मुकुंदराव शेळके	1
2	भारतीय स्वातंत्र्य आंदोलनामध्ये महाराष्ट्रातील स्त्रियांची भूमिका	डॉ. मनिष कान्हा चव्हाण	4
3	भारतीय लोकशाहीत न्यायव्यवस्थेची भूमिका	राजेश जगन्नाथ नंदनवरे	8
4	'भारतीय संविधानातील अभिव्यक्ती स्वातंत्र्य : तरतूद आणि उपयुक्तता'	डॉ. भुजंग पाटील	12
5	भारतीय चित्रपट आणि लोकशाही	प्रा. कृष्णा कचरूजी मेश्राम	16
6	संगीत शिक्षा का वर्तमान स्वरूप	डॉ. राहूल एम. भोरे	24
7	स्वतंत्र भारत में संगीत अध्ययन	डॉ. श्वेता दीपक वेगड़	28
8	सामाजीक सुधारणा चळवळ	प्रा.प्रमोदिनी ज्ञा. खोरगडे (सातंगे)	32
9	महाराष्ट्राच्या विकासात मराठी भाषेचे योगदान	डॉ. सुनील काशिनाथ खामगळ	37
10	आदिवासी समाजात स्त्रियांचा दर्जा आणि आदिवासी स्त्रियांच्या मध्यस्थितीचे अध्ययन	डॉ. पदमानंद मनोहर तायडे	40
11	सेवाग्राम आश्रम आणि भारताची स्वातंत्र्यचळवळ	डॉ.सुनील वोरकर	46
12	भारतीय संविधान आणि मानव अधिकार	प्रा.डॉ.शहाणे रंजना प्रल्हादराव	51
13	या भारतात बंधुभाव नित्य वसु दे.....	प्रा. डॉ. अस्मिता नानोटी	54
14	सत्यशोधक समाज : एक सामाजिक परिवर्तनवादी लोक चळवळ	डॉ. जयश्री संजय सातोकर	59
15	भारतीय संविधान आणि मानवी हक्क	डॉ. नितेश आर. रामटेके	65
16	दशा और दिशा शिक्षा निती में संगीत की भुमिका	प्रा. दिपक महादेव जामनिक	69
17	भारतातील आर्थिक सुधारणांची वाटचाल	डॉ. विठ्ठल घिनमिने	71
18	भारतीय राजकारणातील आव्हान – जात	डॉ. विनोद मारोतराव मुडे	76
19	स्वातंत्र्योत्तरकाळातील मराठी रंगभूमीचे स्वरूप	प्रा. भोजराज व्ही. बोदेले	80
20	विदर्भातील कृषीसमोरील समस्या व उपाययोजना – एक समिक्षण	डॉ. प्रशांत म. पुराणिक	84
21	वृद्ध स्त्रियांच्या आरोग्यविषयक पोषणविषयक समस्या	प्रा. वनिता किसनराव बोदडे	88

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

B.Aadhar International Peer-Reviewed Indexed Research Journal
Impact Factor -(SJIF) -8.575, Issue NO, (CCCLXXX.) 380 - B
ISSN : 2278-9308
December 2022

स्वतंत्र भारत में संगीत अध्ययन

डॉ. श्वेता दीपक वेगड़
संगीत विभाग, श्रीमती रेवाबेन मनोहरभाई पटेल महिला कला महाविद्यालय, भंडारा
ashwetavegad@gmail.com

प्रस्तावना:

भारतीय संगीत मे बीसवी शताब्दी स्वर्णाक्षरों में अंकित की जा सकती है। स्वतंत्रता के पश्चात् भारत ने एक नए उल्लासपूर्ण वातावरण और एक नए युग में प्रवेश किया। राजा–महाराजाओं का काल के पश्चात् जनतंत्र से आम आदमी को महत्व प्राप्त हुआ था। भारतीय ज्ञान, विज्ञान, साहित्य और संस्कृति पर नए सिरे से चिंतन किया जा रहा था। परिणामस्वरूप गायकी, वादन शैली, रागदारी, शास्त्रीय चिंतन, शिक्षण प्रणाली, प्रचार–प्रसार, मंचप्रदर्शन, लेखन, प्रकाशन जैसी सभी दिशाओं में भारतीय संगीत में इस शताब्दी ने नए युग का सूत्रपात किया। अंग्रेजो के काल में ही विश्व की विभिन्न संस्कृतियों से हमारा परिचय बढ़ गया था। मशीनीकरण और पश्चिमी तकनीक के आ जाने से देश में जैसे एक क्रांति आ गयी। संगीत ही नही साहित्य, चित्रकला, फिल्म, विज्ञान, राजनीति सभी क्षेत्रों में एक से बढ़कर एक प्रतिभाशाली और युग प्रवर्तक सम्मुख आए। इन परिवर्तनों का शिक्षा के क्षेत्र में भी प्रभाव पड़ा। यहाँ शैक्षिक परिवर्तनों के अंतर्गत संगीत शिक्षा की ही चर्चा की जानी अपेक्षित हैं।

संकेत शब्द: संगीत शिक्षा, दुरस्थ शिक्षा, आधुनिक काल में संगीत, शैक्षिक परिवर्तन।

आधुनिक शिक्षा पद्धति :–

आधुनिक काल अर्थात् अठारहवीं शताब्दी के उत्तरार्ध तक अंग्रेज सरकार का अधिपत्य पूर्णरूपेण स्थापित होने से शिक्षा प्रणाली में परिवर्तन होने लगे, जिसमें बड़े–बड़े शहरों में प्राथमिक, माध्यमिक तथा उच्च शिक्षा के लिये पाठशालाएं तथा महाविद्यालयों की स्थापना होने लगी। स्वतंत्रता के पश्चात् भारत सरकार ने शिक्षा में ललित कला के महत्व को पूर्णत: स्वीकार किया। इन विद्यालयों में संगीत की शिक्षा प्राप्त करने वाले विद्यार्थियों को शास्त्र तथा कला दोनों का समुचित ज्ञान प्राप्त होने लगा। होनहार छात्रों को छात्रवृत्ति दे कर, उनको किसी संगीत विद्यालय अथवा गुरु के पास शिक्षा प्राप्त करने हेतू भेजने की सुविधा उपलब्ध की गई। शिक्षा प्रणाली में पाठ्यपुस्तकों व ग्रंथों का पूर्ण आधार लिया जाता है। इस प्रकार सरकार एवं शिक्षा विदों के प्रयास से संगीत विषय को माध्यमिक विद्यालयों के पाठ्यक्रम में महत्व प्राप्त हुआ और शनै:–शनै: यह विषय उच्चतर माध्यमिक डिग्री व स्नातकोत्तरीय कक्षाओं में भी पढ़ाया जाने लगा और वर्तमान समय में तो ये अनेक विश्वविद्यालयों में शोध का विषय बन गया है। संगीत की उपाधि प्राप्त करने वाले संगीतज्ञों को नौकरी मिलने लगी। इस प्रकार विभिन्न पहलुओं द्वारा शासन संगीत [illegible] के विकास में योगदान कर रही है।

विद्यालयीन तथा महाविद्यालयीन शिक्षा प्रणाली :–

शिक्षा का पाश्चात्यीकरण होने के कारण अर्वाचीन शिक्षण प्रणाली पाश्चात्य रूपरेखा में ढल चुकी है। २०वीं षताब्दी मे पूर्व माध्यमिक विद्यालयों से लेकर परास्नातक पाठ्यक्रमों तक सभी कार्यक्रमों के लिए संगीत को संपूर्ण विषय के रूप में समाविष्ट कर लिया गया। शनै:–शनै: [illegible] सामूहिक प्रतिस्पर्धा की भावना उदित होने लगी, जिसने विद्यार्थियों को अधिकाधिक ज्ञान प्राप्त करने की जिज्ञासा से प्रेरित किया। समय समय में संगीत की प्रतियोगिताएं आयोजित होने से विद्यार्थियों में आत्मविश्वास की भावना प्रबल होने लगी। स्नातक स्तर पर गायकी के संपूर्ण अंगों, ग्रंथो व संगीत शास्त्रों की विस्तृत जानकारी के साथ–साथ मंच प्रदर्शन, कलाकार, शिक्षक, रचनाकार, आलोचक, शोधक तथा संगीत साधन के विशिष्ट लक्षणों का ज्ञान प्राप्त होने लगा।

विद्यालयों के पश्चात् महाविद्यालय में प्रशिक्षण के लिए संगीत का आश्रय लेकर शिक्षा प्रणाली को अधिक आकर्षक बनाया गया। इसमें ऐच्छिक विषय के रूप में सामूहिक रूप से संगीत विषय का पठन–पाठन के साथ–साथ क्रियात्मक पक्ष के प्रस्तुतीकरण की व्यवस्था की गई,

Coordinator
Smt. Rewaben Manibhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara
Officiating Principal
Smt. Rewaben Manibhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.
Scanned with CamScanner
Scanned with CamScanner

जिसके अंतर्गत महाविद्यालयों में शिष्यों को मंच प्रदर्शन करने के सुअवसर प्राप्त हुए तथा वे अपने आप को तथा अपनी कला को श्रोताओं के सामने प्रस्तुत करने में सक्षम हुए।

महाविद्यालयों में संगीत कला के प्रायोगिक एवं शास्त्रीय दोनों पक्षों की शिक्षा दी जाती है। महाविद्यालयों अर्थात् कॉलेजों मे बी.ए., बी.ए. ऑनर्स तक की कक्षाएं होती हैं। कहीं–कहीं महाविद्यालयो में एम. ए. स्तर की कक्षाएं भी होती हैं। इन कक्षाओं के अनुसार ही इनका मंच प्रर्दषन होता है। स्नातकोत्तर स्तर पर विद्यार्थी अपनी स्वतंत्र गायकी निर्मित कर, पुस्तकों का अध्ययन कर, स्वयं निष्कर्ष खोज कर तथा अपने मौलिक विचारों को अभिव्यक्त कर पाने की योग्यता हासिल कर लेता है। वैज्ञानिक पद्धति के कारण शिक्षण व्यवस्था में वैज्ञानिक संयंत्रों जैसे टेप रेकार्डर, रेकार्ड प्लेयर, सी.डी., डी.वी.डी., पेन ड्राईव, मोबाईल आदि ध्वनि यंत्रों की सहायता भी ली जाने लगी है। इस प्रकार अर्वाचीन शिक्षण पद्धति में कम समय में अधिक शिक्षा दिये जाने वाले साधनों पर बल दिया गया है।

विश्वविद्यालयों के अंतर्गत शिक्षण प्रणाली :–

संगीत शिक्षा का विश्वविद्यालयों में प्रवेश सर्वप्रथम् १९५० में हुआ। कुछ विश्वविद्यालयों की स्थापना विशेष रूप से संगीत शिक्षा को निश्चित दिशा मिलने के उद्देश्य से की गई। संगीत को विश्वविद्यालयों में स्थान प्राप्त हो जाने से निर्धारित पाठ्यक्रम, कक्षाएँ, परिक्षाएं तथा उपाधियाँ इत्यादि बातों को महत्व प्राप्त हुआ। विश्वविद्यालयों को दो वर्गों में विभाजित किया गया। प्रथम वर्ग में वह विश्वविद्यालय समाविष्ट हुए, जिनमें संगीत का विशेष अभ्यास कराया जाता है, जैसे महाराजा सयाजीराव विश्वविद्यालय, बड़ौदा, बनारस हिंदु विष्वविद्यालय बनारस (१९५०), विश्व भारती, शांति निकेतन; 'रविंद्र भारती' कलकत्ता; 'इंदिरा कला संगीत विश्वविद्यालय' खैरागढ़, Faculty of music and fine arts, Delhi; S.N.D.T university of Mumbai vkfnA

दूसरे वर्ग में विश्वविद्यालय सम्मिलित होते हैं, जहाँ संगीत को अन्य विषयों के अनुरूप ही एक विषय समझकर पढ़ाया जाता है। इस दूसरे प्रकार में अन्य सभी विश्वविद्यालय आते हैं, जहाँ संगीत में स्नातकोत्तर, डी. म्यु., एम. फिल. तथा पी.एच.डी. आदि की उपाधि के लिए प्रवेश दिया जाता है। परिणाम स्वरूप आज फिर से हमारा भारतीय शास्त्रीय संगीत सर्वसामान्य की पहुँच में है।

हालांकि विद्यालयीन तथा महाविद्यालयीन परंपरा से कानसेन तो बहुत तैयार हुए और संगीत का जन प्रसार तथा प्रचार का पं. विष्णु नारायण तथा पं. विष्णु दिगंबर पलुस्करजी का उद्देश्य भी सार्थक हुआ, परंतु यह भी अपने आप में संपूर्ण प्रणाली नहीं है। इसका ज्ञान होने पर कुछ विशेषज्ञों ने गुरू शिष्य परंपरा के गुणों के साथ शिक्षा को आगे बढ़ाने का निश्चय आज भी कायम रखा। निम्नलिखित स्थानों पर यह परंपरागत शिक्षा प्रणाली उपलब्ध है, जिसके अंतर्गत प्रतिभाशाली कलाकारों अर्थात् तानसेन की उत्पत्ति में कुछ नए एवं ठोस परिणाम की आशा की जा सकती है।

1- Shri Ram Bhartiya Kala Kendra, New Delhi.
2- University music centre, Mumbai.
3- National centre for the Performing Arts, Mumbai.
4- Sangeet Research Academy, Kolkatta.
5- Kendriya and Prantiya Sangeet Dance Acedamy (Under S.N.A.A.)

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

वर्तमान स्थिति :–

इस कार्यविधि को लगभग एक शताब्दी पूर्ण हो गई है, कहने को तो आज गुरू–शिष्य परंपरा विलिन होने के कगार पर है, फिर भी विद्यालयीन–महाविद्यालयीन शिक्षण पद्धति तथा गुरू–शिष्य परंपरा का समन्वय हमें दिखलाई पड़ता है। आज भी मंच का कलाकार बनने में रूचि रखनेवाले विद्यालयीन विद्यार्थी को किसी योग्य गुरू के चरणों में जाकर परंपरागत पद्धति से शिक्षा ग्रहण करने पर ही अपनी कला को सही मायनो में निखारने में सफलता प्राप्त होती है।

इस समय भारत के प्राय: सभी शहरों में, छोटे कस्बों, यहाँ तक कि गाँवों में भी संगीत अध्ययन–अध्यापन का प्रचलन बढ़ रहा है। शास्त्रीय के साथ–साथ उपशास्त्रीय तथा सुगम संगीत सिखाने की व्यवस्था सभी जगह है, संस्थागत शिक्षा पद्धति में संगीत सीखने वाले छात्रों की संख्या में काफी वृद्धि भी हुई है, सिखाने वाले शिक्षक, प्राध्यापक उच्च विद्या विभूषित भी हैं,

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

[illegible]

Smt. Pravaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

दूसरी विधाओं के क्षेत्र, समस्त देशभर में फैले संगीत के शिक्षण संस्थान अपने शिक्षार्थियों के साथ अनेक उपलब्ध आधुनिक संसाधनों, तथा मुद्रित सामग्री, डिस्क, मल्टीमीडिया, ई. लर्निंग एवं विडियो कान्फरेंसिंग के जरिये संपर्क स्थापित कर शिक्षण कार्य अधिक सक्षमतापूर्वक कर सकें। संगीत के अन्यान्य, समर्थ एवं अनुभवी गुरूओं को यथायोग्य आर्थिक सहायता एवं पारिश्रमिक देकर उनसे उत्तम प्रशिक्षण का लाभ लिया जा सकता है। इसमें आकाशवाणी, दूरदर्शन तथा अन्य संचार माध्यमों का प्रयोग जनसाधारण को शिक्षा हेतु अधिकाधिक किया जा सकता है। हमारा ध्येय यही होना चाहिए कि भारतीय संगीत की प्राचीनतम एवं समृद्ध संस्कृति का विश्व के कोने-कोने में स्थित व्यक्ति को सीखने का अवसर मिले।

निष्कर्ष:

हमने देखा कि बीसवीं सदी ने हिंदुस्तानी संगीत के लिए परंपरा और बदलाव के बीच की कशमकश को बड़े धैर्य के साथ देखा है और शास्त्रीय संगीत को आधुनिक लोकतांत्रिक आवश्यकताओं के अनुसार ढालने की सफल कोशिश की है। चिंता है तो इस बात की कि व्यापारिक मानसिकता के कारण आज की युवा पीढ़ी में प्रतियोगिता और ग्लेमर की जो मनोवृत्ति विकसित हो रही है, वह कहीं हमारे शास्त्रीय संगीत को जड़ों पर ही प्रहार न कर बैठे।

कला यह पूर्णत: मन से संबद्ध है तथा समर्पण के भाव, मन की वृत्ति, उपयुक्त वातावरण, परिस्थिति आदि पर आधारित संकल्पना से प्रेरित एवं आश्रित होती है। परंतु वास्तविकत: संगीत शिक्षा आज एक उन्नत व्यवसाय का स्वरूप धारण करता जा रहा है, परंतु यह पवित्र व्यवसाय राष्ट्रनिर्माण की भावना संजोये, जनमानस को सही ज्ञान प्रदान करने में सक्षम, सुयोग्य व्यक्तित्व का निर्माण करने प्रतिबद्ध हों, ऐसे उत्तम गुणवत्ता प्राप्त तथा शिक्षा के प्रति समर्पित गुरु व शिक्षक वर्ग सम्मुख आना चाहिए।

संगीत के लक्ष्य और आधुनिक तकनीकी के बीच समन्वय बनाकर दूरस्थ संगीत शिक्षा से सीना-ब-सीना तालीम की परंपरा खत्म होने के स्थान पर अधिक से अधिक जिज्ञासुओं को आकर्शित करेगी। आने वाले समय में यह शिक्षा गुरूओं के लिए ऐसा उपकरण बनेगी, जिनके माध्यम से वे अपनी पहुँच से बहुत आगे बढ़कर अधिकाधिक शिष्यों को लाभान्वित करेंगे। भारतीय शास्त्रीय संगीत में दूरस्थ शिक्षा प्रणाली का भविष्य उज्जवल है। जरूरत इस बात की है कि इसके लिए हम कम्प्युटर या सूचना प्रौद्योगिकी द्वारा दी गई हर तकनीक का अधिकाधिक प्रयोग करें और निश्चित रूप से इसमें हम सफल भी होंगे क्योंकि, 'जहाँ चाह है वहाँ राह है'।

संदर्भ ग्रंथ:

संगीत संचयन — सुभद्रा चौधरी
A history of Indian Music — स्वामी प्रजानंदा,
संगीत कला विहार जुलाई २०११ — डॉ. शिवेन्द्र प्रताप त्रिपाठी

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

(SJIF) Impact Factor-8.575 ISSN-2278-9308

B.Aadhar

Peer-Reviewed & Referred Indexed

Multidisciplinary International Research Journal

August-2022

ISSUE No- (CCCLVIII) 358- D



Rural Development

Chief Editor
Prof. Virag S. Gawande
Director
Aadhar Social
Research & Development
Training Institute Amravati

Editor
Dr. Baliram Pawar
Head, Department of Sociology
Mahatma Phule College Kingaon, Latur
Maharashtra

Editor
Lt.(Dr.) Vilok Singh
Associate Professor
Dept.of Sociology
Swami Sahjanand Snatkottar
Mahavidyalaya Ghazipur Uttar Pradesh

The Journal is indexed in:

Scientific Journal Impact Factor (SJIF)

Cosmos Impact Factor (CIF)

International Impact Factor Services (IIFS)

Aadhar International Publication

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

INDEX -D

No.	Title of the Paper	Authors' Name	Page No.
1	Rural Development Through Panchayati Raj Institutions in Assam.	Jayanta Madhab Borah	1
2	Role of Education in Rural Development of India.	Dr.Daisy rani Chutia	5
3	Challenges and Strategies of Rural Development in Assam : A Brief Study	Dr. Atowar Rahman	8
4	Marketing of Rural Products	Smt.Pushapabai. A.Kore	12
5	Rural Development And Education With Special Reference To Uttarakhand	Dr. Amita Srivastava	16
6	Mahatma Gandhi and Rural Development	Jolly Suresh Sonkar	20
7	Democratic Decentralization And Rural Development: A Framework At Understanding Through the Assam Panchyatiraj Act.	Dr. Kakali Borah	24
8	Problems Of Youth In Rural Area: Special Reference To Tinsukia District, Assam	Krishna Das	27
9	Nirmal Gram Puraskar	Dr. Rajnana A. Shringarpure	30
10	Inclusive Development Issues And Challenges: A Study Of Telangana State	Ramavath Sujatha	33
11	Role of education in rural development in assam: Prospects and perspective	Abdul Amin	37
12	Role of education in India's Rural development	Dr. Sunita Yadavrao Patil	41
13	Rural Development And Women	Dr. Salma Ab. Sattar	44
14	Watershed Management Programme and Rural Development	Pandurang Varhade1 , Deepanjali Jambhale	49
15	Forest fires in Uttarakhand: Emergence of a new calamity and a threat to rural development	Dr. Savita Chauniyal	56
16	भारतीय संगीत का सांस्कृतिक अवलोकन (ग्रामीण क्षेत्र के संदर्भ में)	डॉ. अनुपमा सक्सेना	62
17	ग्रामीण परिपेक्ष्य में महिलाओं की भूमिका एवं विकास	Dr. Vibha pandey	65
18	ग्रामीण अंचल में संगीत का स्वरूप	डॉ. प्रियदर्शिनी उपाध्याय	69
19	भारत वर्ष का पारम्परिक लोकसंगीत	डॉ. प्रभा वार्ष्णेय	72
20	पंचायत राज्य आणि ग्रामीण नेतृत्वाचा विकास	प्रा. अर्चना रमेश पगार	76
21	उत्तर प्रदेश ग्रामीण क्षेत्र में प्रचलित लोक सांगीतिक विधाऐं व गीत	डॉ. ऋतुपर्णा बर्मन गुप्ता	84
22	भारत का ग्रामीण विकास	आकांक्षा सिंह	89
23	ग्रामीण विकास में सूचना प्रौद्योगिकी की भूमिका	डॉ. सीमा कौशिक	93

Officiating Principal
Smt. Rewabeti Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

B.Aadhar International Peer-Reviewed Indexed Research Journal | ISSN : 2278-9308
Impact Factor -(SJIF) -8.575, Issue NO, 358 (CCCLVIII) D | August, 2022

Nirmal Gram Puraskar

Dr. Rajnana A. Shringarpure
Department of Political Science Smt. R.M. Patel Mahila Kala Mahavidyalay , Bhandara (M.S.)
Email : shringarpure104@gmail.com, Mo. 9822696674

Nirmal Gram Puraslkar has been one of the pioneering initiatives of the department of drinking water supply and sanitation under the Ministry of Rural Development to encourage the Panchyat Raj Institution to achieve full Sanitation coverage. The total Sanitation campaign of the Rajiv Gandhi National Drinking water mission, Govt. of India was launched to cover all households with water and Sanitation facilities and promote hygiene behavior for overall improvement of helath of the rural population. Govt. of India's rural Sanitation programme called Total Sanitation compaign (TSC) The involvement of panchyat Raj institutions (PRIs) in Scaling upto the TSC was felt necessary. Since sanitation promotion needed a large scale Social mobilization to lead to behavioural change. The National Gram Puraskar is an incentive to promote the (TSC). The main objective of Nirmal Gram Puraskar is to bring the topic of Sanitation out in the open in the social & political development scene of rural India and to develop defecation free clean villages.

A "Nirmal Gram" is an open Defecation Free" villages where all houses, schools and Aaganwadis having sanitary toilets and awareness against community on the importance of maintaining personal and community on the important of hygiene and clean enviornemnt. The NGP was to give innovative financial incentives to ignite positive sanitation and hygiene behavior changes in rural communities promoting the rural sanitation on a mass scale. This was started with the spirit that an incentive strategy can motivate the PRIs in taking up sanitation promotion activites and infrastructure projects and shift their priorities from hardware and being judged upon four criteria 1) All households having access to toilets with full use and no open defecation . 2) All school have sanitation facilities which are also put to use and all co-education school with separate toilets for boys and girls. 3) All Anganwadi have access to sanitation facilities. 4) General cleanliness in the settlement.

The Nirmal Gram Puraskar was launched by Govt. of India in the year 2003 with the objective to promote rural sanitation, especially to eliminate the practice of open defecation and to reward PRIs, Individual and Institution for their sustained efforts towards achieving it. NGP seeks to recognize the efforts made by PRIs and institutions who have contributed significantly towards ensuring full sanitation coverage in their areas of operation.

Total sanitation campaign (TSC) lays strong emphasis or information, Education and communication (IEC) , capacity building and hygiene education for effective behavior change with the involvement of PRIS, CBOs NGOs etc.

Water supply and sanitation were added to the national agenda during the country's first five years plan (1951-56). A direct relationship exists between water, sanitation, health, nutrition and human well being, consumption of contaminated drinking water, improper disposal of human excreta, lack of food hygiene and improper disposal of solid and liquid waste have been the major causes of many diseases. The main purpose of causes of many diseass. The main purpose of Nirmal gram Yojana is infection and morbidity levels will come down, lowering healthcare costs and enhancing productivity. So the government should step up investment in programs such as the Nirmal Gram Yojana that seek to build toilets, involving local communities to be with the centre. These guide lines have accordingly been formulated.

Object of NGP

- To Pormote safe sanitation and clean environment as a way of life in rural/ India.
- To sustain the initiative of clean environment.
- To incentivize PRIs to make the village open defection free
- To develop open defecation free and clean villages that will act as models for other to emulate.
- To increase social mobilization in TSC implementation.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Eligibility for Gram Panchayats.

- The PRIs should have achieved objectives for all components as approved in the TSC project for that PRIs
- All household in the PRI area must have access to and all members should be using individual toilets or community complexes.
- Complete elimination of open defecation within the boundaries of the PRI.
- All public water sources to have proper platforms and drainages around them.
- All Government , private aided and unaided schools and Anganwadis must have functional and clean toilets and urinals.
- Adequate Toilets and urinal should be available separately for boys and girls.
- To encourage organizatious to play a catalytic role in social mobilization I the implementation of NBA

The concept of Nirmal Gram Puraskar (NGP) has been acclaimed internationally as a unique tool of social engineering and community mobilization and has helped a difficult program like rural sanitation to pick up. After TSC was launched in 1989 average coverage between 2001 to 2004 rise to 3% annually.

Govt. of India has been promoting sanitation coverage in a compagin mode to ensure better health and quality of life for people in rural India. GOI launched an award based incentive scheme for fully sanitized and open defecation free gram panchayats, blocks. Districts and states called "Nirmal Gram Puraskar" In October 2003 and gave away the first awards in 2005 as a component of its flagshit scheme total sanitation compaign. NGP aards have been given till the year 2011. The Incentive amount varies between Rs. 50000 to 50 Lakhs depending upon the population. As per the available information, Sikkim has been the first Nirmal state in the country having achieved full sanitation coverage NGP till 2011 was given by Ministry of Drinking water and sanitation , Government of India at all levels of PRIs. that gram panchayat. Block Panchyat and district panchyat.

It has how been decided that with the transition to Nirmal Bharat Abhiyan (NBA), Selection of Gram Panchyats to award NGP from the year 2012 shall be taken up by the states , while selection of the blocks and District Panchyats shall continue to be for Organisations.

Organisations such as NGOs. CBOs SHGs who have been the driving force for effecting full sanitation coverage in the respective PRIs area and recommended & nominated by the stats ale eligible to be considered for the NGP. The criteria for recommendation & nomination will be as follows.

- The area of operation of the organizations should be at the block or district level.
- The organization should have been working in at least 25% GPs of intermediate / District Panchyat and should have verifiable contributed to their gelling the NGP.
- The organizations should also have promoted Innovative methods like environment friendly garbage disposal, re-use and re-cycling of waster water and garbage or done exemplary word in special Circumstances like disasters.

Gram Panchyat Selection Procedure

District water and Sanitations mission will all for applications from GPIs verify the applicalious and forward the eligible applicants to the state. Ministry would draft a generic guideline detailing common survey methodology for states , that may be undertaken through Inter-district survey team. The survey reports will be put up to the DWSM that will examine them and mane the final recommendation to the state. The final recommendations received from the district shall be placed before the state NGP. State level committee shall be as follows.

- Principal secretary of Rural Sanitation of the Siale
- Representative from Rural Development PHE, Panchyat Raj
- Secretaries of State Govt. From Department of Helth, School Education, Women & child development.
- State NBA co-ordinator for sanitation.
- Director DDWS
- Representative of two organisatious of National /Intrenational Repute in the field of Sanitation.

Sample verification of at least 25% of the shortlisted GPs will be carred out by MODWS through an independent agencies, identified by MODWS for couducusling verification. State will

Officiating Principal
Smt. Revaben Mohanbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

finally select the qualifying UFO after results of sample verification are obtained. Award list shall displayed on the states website and shall also be upload on the NOF website by the state concerned within seven working days of declaration of award. Names of winning UFO will be published in Newspapers also.

References :-

https://economictimes.indiatimes.com/topic/normal-gram-yojana
https://www.hindiyojna.com/2016/02/essay-on-normal-gram-yojana-in-hindi.html
https://www.lokmat.com/chandrapur/accelerate-normal-gram-yojana-after/

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

Impact Factor-8.575 (SJIF) ISSN-2278-9308

B.Aadhar

Peer-Reviewed & Refreed Indexed

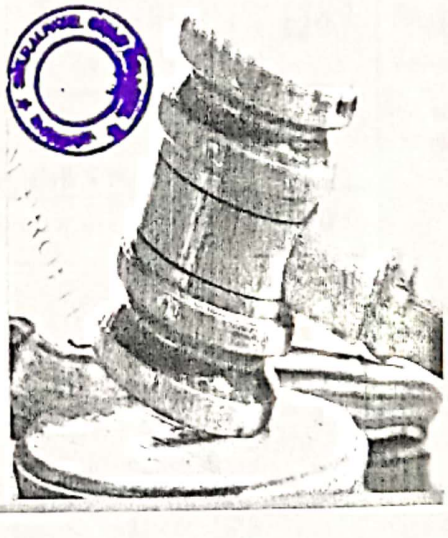
iplinar tional Research Journal

August -2022

(CCCLVII) 357







Chief Editor
Prof. Virag - Ga...
Director
Aadhar Social Research & Development Training Institute Amravati

Editor:
Dr Dinesh W Nichit
Principal
Sant Gadge Maharaj Art's Comm,Sci Collage, Walgaon.Dist. Amravati.
Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel Mahila Kala Mahavidyalaya, Bhandara

Executive Editor:
Dr Sanjay J Kothari
Head, Deptt. of Economics,
G.S.Tompe Arts Comm.Sci Collage
Chandur Bazar Dist. Amravati

This Journal is indexed in:
- Scientific Journal Impact Factor (SJIF)
- Cosmos Impact Factor (CIF)
- International Impact Factor Services (IIFS)

For Details Visit To : *www.aadharsocial.com*

Aadhar PUBLICATIONS

19	भारतीय संगीतातील बदलते संगीत प्रवाह डॉ. सरिता इंगळे	98
20	कोविड–१९ महामारीमुळे शिक्षण क्षेत्रात निमार्ण झालेल्या समस्या डॉ. जी. एल. शेंडगे प्रा. उषा कारभारी अहिरे	102
21	पर्यटनाच्या स्थळांच्या पायाभूत सुविधांच्या विकासाचा अभ्यास (विशेष संदर्भ - पश्चिम विदर्भ पर्यटन स्थळे) प्रा. शाम. किसनराव तंत्रपाळे	105
22	Attitude Of Secondary School Students Towards Online Learning Doing Covid-19 Pandemic Situation **Dr. Swati S. Raut**	110
23	A Study ofAchievement in English Grammar among Upper Primary Students **Anilesh Kumar Dr. Sangeeta**	114
24	भालचंद्र नेमाडे यांच्या कोसला या कादंबरीचे स्वरूप प्रा.डॉ.काशिनाथ विनायक बऱ्हाटे . प्रा .मनीषा रामेश्वर खंडारे	118
25	भारतातील अनुसूचित जातीच्या समस्या प्रा.डॉ.चावरे एम.व्ही.	127
26	आर्थिक विकासात सहकार क्षेत्राचे योगदान : वास्तव आणि आव्हाने डॉ. लिलाधर खरपुरिये	129
27	75 Yearsof Indian Economy:Opportunitiesand Challenges Opportunities In Agriculture, Industrial And Service Sectors **Prof. Dr. Shirish S Nakhate**	137
28	स्त्रियांच्या रोजगारसंदर्भात कौटिल्याचा दृष्टिकोन डॉ. भगवान नारायण पंडा	140

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

19	भारतीय संगीतातील बदलते संगीत प्रवाह डॉ. सरिता इंगळे	98
20	कोविड–१९ महामारीमुळे शिक्षण क्षेत्रात निमार्ण झालेल्या समस्या डॉ. जी. एल. शेंडगे प्रा. उषा कारभारी अहिरे	102
21	पर्यटनाच्या स्थळांच्या पायाभूत सुविधांच्या विकासाचा अभ्यास (विशेष संदर्भ - पश्चिम विदर्भ पर्यटन स्थळे) प्रा. शाम. किसनराव तंत्रपाळे	105
22	Attitude Of Secondary School Students Towards Online Learning Doing Covid-19 Pandemic Situation **Dr. Swati S. Raut**	110
23	A Study ofAchievement in English Grammar among Upper Primary Students **Anilesh Kumar Dr. Sangeeta**	114
24	भालचंद्र नेमाडे यांच्या कोसला या कादंबरीचे स्वरूप प्रा.डॉ.काशिनाथ विनायक बऱ्हाटे . प्रा .मनीषा रामेश्वर खंडारे	118
25	भारतातील अनुसूचित जातीच्या समस्या प्रा.डॉ.चावरे एम.व्ही.	127
26	आर्थिक विकासात सहकार क्षेत्राचे योगदान : वास्तव आणि आव्हाने डॉ. लिलाधर खरपुरिये	129
27	75 Yearsof Indian Economy:Opportunitiesand Challenges Opportunities In Agriculture, Industrial And Service Sectors **Prof. Dr. Shirish S Nakhate**	137
28	स्त्रियांच्या रोजगारसंदर्भात कौटिल्याचा दृष्टिकोन डॉ. भगवान नारायण पंडा	140

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

B.Aadhar Peer-Reviewed & Refereed Indexed Multidisciplinary International Research Journal

Impact Factor -(SJIF) –8.575, Issue NO, 359 (CCCLIX) A

ISSN : 2278-9308 August 2022

75 Yearsof Indian Economy:Opportunitiesand Challenges Opportunities In Agriculture, Industrial And Service Sectors

Prof. Dr. Shirish S Nakhate
Associate Professor Head of Department Department of Economics
Smt. R. M Patel Mahila College, Bhandara
Email: shirishnakhate@gmail.com **Mob. No.: 9420865877**

• **Abstract**

This study examines static and dynamic causality among sectoral incomes of agriculture, industry, service and the total GDP of India for the period 1950-51 to 2008-09, employing Engle-Granger and Impulse Response and Variance Decompositionframework, respectively. Static causality analysis indicates that the service sectorGranger causesindustry sectorand GDPand, theagriculture sectorGranger causes service sector. Dynamic causality results show that contribution to GDP forecast error by the industry sector is the highest, followed by agriculture and service sectors, while the contribution to the industry sector forecast error by GDP is the highest, followed by service sector and agriculture sector. In the case of the service sector, the explanation power of one standard deviation innovation in the industry and agriculture sectors to the forecast error variance is quite high (30.6% and 40%, respectively).

• **Introduction**

As observed by Katircioglu (2008), in contrast with the conventional path of transition from agrarian to industrial economy followed by somewestern economies, the developing economies followeda development model based on rapid industrialization. However, the integration with rest of the world is also considered an important source of development now. The dual economy model by Lewis (1954) influenced the thoughts of development economists to a large extent (Findlay, 1980). Within a classical economic framework, the Lewis model1 suggested a development strategy aiming at the development of industrial sector and the subsequent development of agriculture sector (subsistence sector) in countries inwhich labour is surplus. But the subsequent dual economy theories of Jorgenson (1961) and Thirlwal (1986) followed a neoclassical framework. The Thirlwal's model suggests a balanced form of development. The dual economy models are believed to be applicable in labour surplus economies like India. Lewis (1954), Ranis and Fei (1961), Eckaus (1955), Nurkse (1955) have supported the argument that surplus labor exist in the Indian economy. But Viner (1957), Oshima (1963) and Paglin (1965) questioned the assumption of surplus labour in the Indian economy. Paglin (1965), based on the Farm Management Studies data, argued that marginal productivity of labour in the Indian agriculture is not zero and employmentcreation within the agricultural sector is possible. He suggested that India could benefit from shifting labour within agriculture sector. Latest papers from the Manchester School, like Brown (2006) and Fields (2006), also pointed out the lack of clarity in the dual economy models, especially the Lewis model, on concepts like surplus labour, wage determination intraditional and modern sectors, and the labour flow from traditional to modern sectors. Recently, two authors from the Manchester School itself, Wang, and Piesse (2010), try to give micro economic foundations for dual economy models to explain the issues raised by Brown (2006) and Fields (2006).

• **Dataand Estimation Methodology**

Annual data on GDP, GDP of agriculture, industry and service sectors at constant prices (1999-2000 prices), for the period from 1950-51 to 2008-09, was collected from Handbook of Statistics on Indian Economy 2009. The present studyis intendedto identifythe static and dynamic causal relationship among theGDP andsectoral GDPs of agriculture, industry and service sector. Since this uses time series data, stationary property of the data series has to be checked, otherwise conclusions drawn from the study will be biased. To check for the stationary property of the data series, unit root analysis is conducted, employing, (augmented) Dickey Fuller (hereafter, DF/ADF), and Phillips and Perron (1988) (hereafter, PP) tests. Augmented form of the DF test is used when there is problem of serial correlation in DF test, and to choose appropriate lag length, Schwarz Information Criteria (hereafter, SIC) has been preferred. The PPtest has advancements over DF/ADF test in the sensethat whereas DF/ADF test usesa parametric auto-regression to approximate the ARMA structure of the

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

errors in thetest regression, the PP test corrects for any serial correlation and heteroskedasticity in the errors. In the PP test, to select appropriate lag length, we haveadopted Newey-West using Bartletkernel method.Inboth tests, null hypothesis is that series is non-stationary (possess a unit root) against the alternative hypothesis of stationarity characteristics of the series, and the criticalvalue isbased onMackinnon (1996). Both thesetests involvetesting ofthe coefficientassociated with thevalue of the dependent variable with one-year lag.

- **Data Analysis and Results Interpretation**

Firstly, unit root test has been carried out for all variables using DF or ADF (when the problem of autocorrelation is found to exist in DF estimation) and Phillips-Perron (PP) test. Results of unit roots are reported. It is evident that, all variables are nonstationary in their level form and they are stationary at first difference of log form indicating the first order integration of all the study variables, I (1). Since all studyvariable areintegrated at first order, wecan proceed for cointegration analysis. To proceed for cointegration first step is selection of appropriate lag length. Therefore, we have carried out a joint test of lag length selection which suggests that (based on AIC) we should take three lags of each variable.

So, we have chosen lag intervals (1, 3) and then joint test for cointegrating vector and model selection has been performed, that is what is known as Panthula Principle.

From the resultsof PanthulaPrinciple we found that SICand AIC have preferred model 3. Further, choosing model 3, and lag interval (1, 3) we have carriedout JJ cointegration test. Results of cointegration test are reported in the following. It is evident that both Trace and Eigenvalue criteria rejects the null hypothesis of at most one cointegrating vector against thealternative of two cointegrating vectors. Therefore, in the next step Granger-causality analysis has been carried out by taking lag interval (1, 3), model threeand two cointegrating vectors.

It is evident thatservice sectorGranger causes industry sector and GDP and agriculture sector Granger cause service sector. In any other case we could not find evidence for causality in any other direction in Indian context. Since none of the error term is significant whichindicate thatthere isno evidence of long-run causality amongthe test variables. Further, to check the validity of the results of Granger causality, we have carried out diagnostic checks analysis by employing Wald test for lag exclusion, LM test for serial correlation, White test for heteroskedasticity and J-B test for normality.

It is clear from diagnostic checks result reported that the VECM model is free from the problems of autocorrelation, heteroskedasticity andnon-normality of residuals. The favourable test results of LM test, JB test and residual heteroskedasticity tests allows us to carryout impulse response functions and Variance decomposition analysis which provides the dynamiccharacteristics of theGranger causality in the system. Therefore, we have carried out IRFs and VDs analysis and results of IRFs and VDs analysis.

As depictedthat innovations inother sectorshave a positive effect on GDP and industry over the 10-year period. But in case of agriculture theeffect of innovation in industry is positiveinitially and comes to zero at fort year and then again moves in positive direction. For an innovation in service sector the effect becomes negative at four and half years and after from fifth year onwards it again moves in positive direction. The innovations in agriculture have a positive effect on service sector during the first six and half years and then it becomes negative.

It is evidentthat in 10th year, a one SD innovation in industry, agriculture and service sector explains 15 percentages, 13.5percentages and 5 percentages of the forecast error variance of GDP respectively. One SD innovation in GDP, agriculture and Service sector explains 36.7, 2.6 and 17 percentages of forecast error variance in industry sector respectively while one SD innovation in industry and service sector explains only 5 and 0.94 percentage of forecast error variance. In case of10service sector the explanation power of one SD innovation in industry and agriculture sector in forecast error variance is quite high and it is 30.6 and 40 percentage respectively.

- **Conclusion**

We have analysed the causality and cointegration relationship between sectoral GDPs of agriculture, industry, service and the total GDP of India during the period 1950-51 to 2018-19.Since the ADF and PP test resultsindicates a first order integration, I(1) of the variables under consideration, we have employed the Johansen and Juselius (1990) cointegration test, VECM,

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

Scanned with CamScanner

Impulse response and Variance decomposition analysis to examine the static and dynamic relationships between the variables. The cointegration test results shows that the study sectoral incomes and GDP of India have a long-term relationship during the study period. Granger causality analysis found that service sector Granger causes industry sector and GDP and agriculture sector Granger cause service sector. In any other case we couldnot find evidence for causalityin any other direction in Indian context. This is against the results of Rangarajan (1982), who found that agricultural output influences the industrial output for the period 1961-1972. Recent study by Kanwar (2000) also confirmed that agricultural output determines the output in industry for the period 1950-1992. But we could not find any evidence for agriculture Granger causes industry. Instead of this we found that service sector is Granger causing Industry and GDP and agriculture is Granger causing service sector. Results from IRFs shows that innovations in other sectors have a positive effect on GDP and industry over the 10-year period. But in case ofagriculture theeffect of innovation in industry is positiveinitially and comes to zero at fort year and then again moves in positive direction. For an innovation in service sector the effect becomes negative at four and half years and after from fifth year onwards it again moves in positive direction. The innovations in agriculture have a positive effect on service sector during thefirst sixand half years and then it becomes negative. Finally, results from VDs reviles that contribution in GDP forecast error of Industry sector is highest followed by agriculture and service sector while contribution in industry sector forecast error of GDP is highest followed by service sector and agriculture sector. In case of service sector, the explanation power of one SD innovation in industry and agriculture sector in forecast error variance is quite high and it is 30.6 and 40 percentage respectively.

- **References**

1. Brown, Richard. (2006). OnLabour Market Dualism in the Lewis Model: A Comment. The Manchester School, 74, 350–354.
2. Eckaus, R. S. (1955). Factor proportions in underdeveloped countries. American Economic Review, 45, 539-65.
3. Fields, G. S. (2006). Labour Market Dualism in the Lewis Model: Reply. The Manchester School, 74, 355-359.
4. Findlay, R. (1980). On W Arthur Lewis's Contribution to Economics. Scandinavian Journal of Economics, 82, 62-76.
5. Gonzalo, J. (1994). Five alternative methods of estimating long-run equilibrium relationships. Journal of Econometrics, 60, 203–233.
6. Johansen, S., Juselius, K. (1990), Maximum likelihood estimation andinference on cointegration with applications to money demand. Oxford Bulletin of Economics and Statistics, 52, 169-210.
7. Jorgenson, Dale. W. (1961). The Development of a Dual Economy. Economic Journal, 71, 309-334.
8. Kanwar, S. (2000). Does the dog wag the tail or the tails wags the dog? Cointegration of Indian agriculture with non-agriculture. Journal of policy Modelling, 22. 533-556.

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

Impact Factor-8.575 (SJIF) ISSN-2278-9308

B.Aadhar

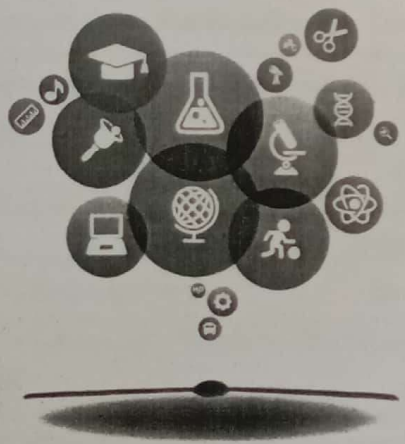
Peer-Reviewed & Refreed Indexed

Multidisciplinary International Research Journal

November-2022

(CCCLXXVIII) 378







Chief Editor
Prof. Virag S. Gawande
Director
Aadhar Social
Research & Development
Training Institute Amravati

Editor:
Dr.Dinesh W.Nichit
Principal
Sant Gadge Maharaj
Art's Comm,Sci Collage,
Walgaon.Dist. Amravati.

Executive Editor:
Dr.Sanjay J. Kothari
Head, Deptt. of Economics,
G.S.Tompe Arts Comm,Sci Collage
Chandur Bazar Dist. Amravati

This Journal is indexed in :
- Scientific Journal Impact Factor (SJIF)
- Cosmos Impact Factor (CIF)
- International Impact Factor Services (IIFS)

For Details Visit To : www.aadharsocial.com

Aadhar Publications

Officiating Principal
Smt. Revaben Mancharbhai Patel
Mahila Mahavidyalaya
Bhandara.

Scanned with CamScanner

21	स्त्री चळवळ व सुधार — प्रा. डॉ. नलिनी भगत	91
22	महिला सशक्तिकरण की दिशा में पंचायती राज की भूमिका: भारत के संदर्भ में — मनोज कुमार यादव	95
23	Sustainable Rural Development In India: Issues And Challanges — **Dr. Patil Bhagwan Shankar**	98
24	Ict Sector In Economic Growth Of India — **Dr. Sou. Parvati B. Patil**	103
25	Swami Charandas'sAshtanga Yoga is a holistic health concept — **Shri.Laxman B. Dodmani , Dr.D.B.Birnale**	107
26	China's expansion in the Indian Ocean Region and India's response — **Vinay Kumar**	110
27	The French Revolution Reforms the Erstwhile institutions of the Society — **Shanu A. Sahay**	113
28	Importance Of Parents Role In The Education Of Children — **M.K.Rakhonde**	117
29	Dr. Ambedkar's Vision of Dalit Emancipation — **Dr. Vikas Singh**	122
30	Ambedkar's Views on Caste and Equality — **Dr. Mini Pathak Dogra**	126
31	Elss Need of Refurbishing — **Prof. Dr. Ranjeet M. Athawale**	129
32	Constitutional and Legislative measures to protect the rights of tribals in India. — **Dr. Shweta Shiraskar**	132
33	Ananalysis On Key Problems Of Software Risk Management — **Maheshwari S Hiremath**	135
34	Problem Faced Indian Agriculture — **Dr. Surendra D. Pawar**	142
35	Significance Of Vivekanand's Vision In The Present Perspective Of Self-Reliant Bharat — **Divya Jaiswal**	146
36	Relation Between Actual Height and Agricultural Cultivated Land in Sipna Watershed of Melghat Region of Amravati District — **Ankush C Khobragade , Dr. Sunil B Akhare**	152
37	Role of Communication in Business Development — **Dr. Rajesh M. Deshmukh**	157
38	75 Years of Indian Economy: Opportunitiesand Challenges Problems Of Employees Women — **Prof. Dr. Shirish S Nakhate**	162
39	डॉ.शंकरराव खरात यांच्या 'तराळ–अंतराळ' हया आत्मचरित्रातील सामाजिक जीवन : एक परीक्षण — डॉ.चंद्रशेखर सुधाकर देवघरे	165
40	Sharfuddin Sahil ki Shairy ka Ajmali Jaiza — **Dr. Azhar Abrar Ahmad**	170

Coordinator IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

B.Aadhar Peer-Reviewed & Refereed Indexed Multidisciplinary International Research Journal

Impact Factor -(SJIF) –8.575, Issue NO, 378 (CCCLXXVIII)

ISSN : 2278-9308 November 2022

75 Years of Indian Economy: Opportunitiesand Challenges Problems Of Employees Women

Prof. Dr. Shirish S Nakhate

Associate Professor Head of Department Department of Economics Smt. R. M Patel Mahila College, Bhandara, Email: shirishnakhate@gmail.com, Mob. No.: 9420865877

• Abstract

Since independence Indian society travelled a long way to reach the remarkable place in the modern world by its own culture and tradition. In India, Women constitute nearly half of the population and play a major role in the economic growth aspects of the family and nation by their unconditioned support in different aspects especially in the technical reforms. The future of mankind is thus linked to the development of women's potential in the development phase. After independence, the Indian constitution has given the equal opportunities to men & women on paper as an Act yet women remain secondary to men. This study aimed to picture the issues and challenges faced by the women employees in the modern world with reference to the technical industries. For the study purpose focus group discussion were conducted among the 50 women employees in the different types of technical enterprises and the study results were narrated in the different headings. This study found that mostly women are feeling insecure in the work place due to many reasons but they are working the industries to prove themselves to the society in terms of various aspects such as fulfil the economic needs of the family, social recognition, passion and enjoy the social freedom from the traditional society. This study suggests the society and industries to treat all the gender in equal and maintain the social balance. Further, a greater number of industry specific studies are needed in this area to picture the reality of the women workers in the society and the modern world.

• Introduction

In ancient India, women had a status of dignity. This was lost in the medieval period because of socio-political changes. Today, their status is measured by means of indicators such as sex ratio, literacy, work participation et al. there are signs of hope on some fronts but on others, there is a decline in status. India has come a long way since independence. Women, who constitute nearly half of the population, play a very significant role in the homes and outside [4]. The future of mankind is thus linked to the development of women's potential. According to Pandit Jawaharlal Nehru, "To awake people it is the woman who must be awakened. Once she is on the moves & the nation moves." After independence, the constitution has given equal opportunities to men & women on paper yet women remain secondary to men. Women are said to be the weakersegment of the society and passive beneficiaries of the developmental programmes. A common myth about women says that they are non-workers. (National Perspective Plan for Women-IX). Human Rights, the rights that one has simply because one is a human being, are held equally and inalienably by all human beings. They are the social and political guarantees necessary to be protected by the modern state and modern markets Technically, "Human Rights mean the rights relating to life, liberty, equality and dignity of individual guaranteed by the constitution or embodied in the international covenants and enforced by courts in India" (Protection of Human Rights Act, 1993, section 2 [d]). Human rights are those minimal rights, which every individual must enjoy by virtue of being a member of the human society irrespective of any other consideration. Conceptually, the term „Human Rights has two meanings: First, human rights are those inherent and inalienable rights which are due to a person simply because of being human. These are all the moral rights, which are derived from humanness of every human being by birth, and they aim at ensuring their dignity in their lives. Second one is human rights are the basic rights that pertain to legal rights of every human of the nation. Legal rights are established according to the law-making processes of societies, both national and international. In the modern world scenario, both the moral and the legal aspects of rights relating to life, liberty, equality and dignity of the individual represent the core of Human Rights.

• Rightsof Women Employees

1.Right to equal remuneration for Equal work

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

2.Right to equal employment for women
3.Right to medical attention and primary health care
4.Right to safe drinking water
5.Right to good working environment
6.Right against torture and sexual harassment
7.Right to association
8.Right to participate the cultural life
9.Right to rest and leisure
10. Right to work and receive adequate wages
11. Right to be free from gender discrimination
12. Right against caste discrimination
13. Right to freedom of religion

- **Objectivesofthe Study**
- To understand the basic rights of women employees
- To study the issues and challenges faced by the women employees in the technical industries
- To suggest suitable measures to improve the work life balance of women employees in technical industries.

- **Methodology**

This study followed qualitative approach for its nature of study to fulfil the study objectives. For the study purpose Tamil Nadu in India was selected as a study area to collect the information from different sector women employees. Focus group discussion format was prepared and collect the information from the women employees working in the technical industries. Each sector totally 50 women employees were selected to collect the information for the study purpose. The information collected from focus group discussion were grouped and presented in the summary form to discuss the issues and challenges faced by the women employees in the technical industries.

- **Problems of Rural Women**

In the mid-eighties during the Seventh Five Year Plan, the focus was on economic development of women; new structures were created for this purpose. The Women Development Corporation was one such structure created at the state level. The National Perspective Plan for Women (1988-2000) recommended the setting up of these corporations and, in pursuance of the plan; several states have set up these corporations. The objectives of these corporations are manifold. They include creating awareness among women, training and skill development, technical support, financial assistance, arranging loans, consultancy, providing marketing facilities, coordinating and integrating women development programmes. In some states, women development corporations are also known as "Women Finance Corporation"; they usually work under the Department of Women and Child Development in their respective states though most of them are registered either as companies or as societies for operational purposes.

- **Problems of Urban Women**

Recent days most of the people were shifted their locality into urban places especially women due to better wage and salary. In urban places the problems and challenges faced by the working women are multidimensional and may be broadly classified into three types such as environmental, social and psychological problems and challenges. In the environmental sphere, a working person, especially a married one, has a dual responsibility of looking after her home, husband and children on one side and her job on the other; this creates a lot of strain for her. Women are also burdened with multiple responsibilities. Her sincerity towards all the responsibilities itself is a cause of trouble. Further, the efficiency of a working person is always suspected. The co-workers in the office cannot mentally accept the superiority of a woman. Her subordinate males do not like her authority over them. They are also sexually exploited and taken advantage of by their male bosses. This is often done by placing the promotion or increment before them and assigning comparatively more work to do. This results in overloading and they feel exhausted.

- **Women in Organised Sector**

Women are the mother of the race and the liaison between generations. The women have sustained the growth of society and moulded the future of nations. In today's complex scenario,

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara.

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

women have a pivotal role to play. The modern woman has broken her bonds, which have jeopardized her social and economic freedom and has emerged as a challenging power, in all employment categories and divisions of the work scenario in this modern world.

- **Suggestions**

More focused policies and provisions have to be made by the government to ensure the safety and equality in workplace. It's mandatory for the industries to follow the provisions made by the government for women without fail. Women have to come forward and register their complaints against the violation of duties and responsibilities in the workplace to safeguard them. Man, also needs to understand the importance of women in the society and their lives and how they are contributing more than the man. Gender sensitization program should be provided to all the counter part of the women.

- **Conclusion**

Women are not only the workers as like male; they have lot of responsibilities and duties to be performed in the office and home. Today, the Indian Government is committed to improving the status of women in India. The Indian Constitution provides not only equal rights and privileges for all citizens but specifically mentions the need for making special provisions for women. Since the First Five Year Plan, various welfare and development schemes have been introduced to improve the living conditions of women and to increase their access to and control over material and social resources. This study highlighted the issues and challenges faced by the women employees in the different sector. Government is able to make more policiesand provisions to safeguard the women but it's only possible when men come forward and help them to reach the highness in the society by their unconditioned support. So, it's a duty of every man to treat the women as equal when compare to them not only in workplace and also in society. Further, more empirical studies are needed in this area to improve the standard of living of Indian women in different aspects.

- **References**

1.Ponnuraj S., Vijayalakshmi, (1998) "Towards Complete Well-Being-Indian Women", Social Welfare, Vol.45, No.6, September.
2.MukhopadhyayLipi, (1999) "Status in the lives of Working Women and Coping Mechanism", Social Welfare, Vol.46, No.4, July.
3.Sukhadeo Thorat, (1999), "Social Security in Unorganized Sector in India: How Secure is the Scheduled Castes", The Indian Journal of Labour Economics, Vol. 42, No. 3, pp. 454-466.
4.Shrivasthava Ramesh. C, (2000), "Ensuring Gender Equity and Equality", Social Welfare, July, pp. 33-36.
5.Mehartaj Begam. S, (2000), "Women Rights and Rural Employment", Kurukshtra, April, pp. 60-64.
6.Neelima and Swaroop, (2000), "Training Women for Entrepreneurship", Social Welfare, Vol.47, No.4, July-3, pp.7-8.
7.Kamalaxi and Harish, (2000), "Empowerment of Women", A Human Right Problem and a Paradox, Third Concept, July pp. 31-34.
8.Vettriselvan R., & Ruben Anto., (2018) Pathetic Health Status and Working Condition of Zambian Women, Indian Journal of Public Health Research & Development, 9(9):259-264
9.R Vettriselvan., FSA Jesu Rajan & N, Arunkumar., (2018), Child Labour in Unorganized Mechanical Engineering Industries of Tamil Nadu: A Situational Analysis, International Journal of Mechanical Engineering and Technology, 9(10), pp. 809–819

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

CS Scanned with CamScanner

Impact Factor-8.575 (SJIF) ISSN-2278-9308

B.Aadhar

Peer-Reviewed & Refreed Indexed

Multidisciplinary International Research Journal

December-2022

ISSUE No - (CCCLXXXI) 381-B

75 YEARS OF INDIAN INDEPENDENCE STATUS & GOALS



Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Chief Editor
Prof. Virag S. Gawande
Director
Aadhar Social
Research & Development
Training Institute Amravati

Executive Editor
Dr. Archana S. Dahane
Principal
Officiating Principal
Yeshwant Mahavidyalaya, Seloo
Dist. Wardha

Editor
Dr. Anant A. Rindhe
Associate Professor & Head
Department of History
Yeshwant Mahavidyalaya, Seloo
Dist. Wardha

This Journal is Indexed in :
Scientific Journal Impact Factor (SJIF)
Cosmos Impact Factor (CIF)
International Impact Factor Services (IIFS)

Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara.

For Details Visit To : www.aadharsocial.com

Aadhar Publications

Scanned with CamScanner

22	भारतीय साहित्य आणि प्रसार माध्यमे — प्रा.डॉ. अरविंद बा. पाटील	95
23	अस्तित्ववाद — प्रा. अनिल जानराव दौलतकर	99
24	मानवाधिकार आणि भारतीय राज्यघटना — डॉ.कन्हाळे विलास लिंबाजी	101
25	सुशासन आणि मानवाधिकार (संदर्भ – भारत) — प्रा. अविनाश मारोतराव फाळके	104
26	मानव अधिकार और आतंकवाद — जयंत राउत	108
27	भारतीय राजकारण आणि प्रसारमाध्यमे — वाल्मीक बबनराव घोडके	110
28	आरक्षणाचे धोरण आणि घटनादुरुस्ती — प्रा. डॉ. विनोद गायकवाड	112
29	आधुनिक प्रसार माध्यमांचा भारताच्या राजकारणावरील प्रभाव — Prof.Nikam Kalpana Devidas	116
30	भंडारा शहर भूमी उपयोजन : जमिनीचे अन्य उपयोग — Dr. Kailas U. Ishwarkar	120
31	स्त्रियांचे मुलभूत अधिकार व जमीनमालकीतील लिंगभाव असमानता –नाशिक जिल्हा एक अध्ययन क्षेत्र — प्रा. दिपक हरिभाऊ शिंदे	126
32	भारताचे राष्ट्रीय क्रीडा धोरण — Dr. Naresh P. Borkar	131
33	स्वातंत्र्याचा अमृत महोत्सव व आरोग्य विषयक पायाभूत सुविधा : संदर्भ वर्धा जिल्ह्याचा — संतोष देविदास मोहधरे	137
34	ग्रामीण राजकारण — प्राचार्य डॉ. दीपक कोटूरवार	142
35	भारतीय स्वातंत्र्याची ७५ वर्षे : सामाजिक, आर्थिक न्यायाची दशा आणि दिशा — प्रा.डॉ.किशोर बी. वासनिक	145
36	राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरण व ग्रंथालयांची भूमिका — भारत दिलीप सुरवसे	149
37	75 Yearsof Indian Economy: Opportunitiesand Challenges Problems and Solutions to Poverty in India — Prof. Dr. Shirish S Nakhate	152
38	Mahatma Gandhi's Educational Method :Nai-Talim Wardha Yojana — श्री चंद्रहास लक्ष्मण हिप्परकर , डॉ. विनय दत्तात्रय धोंडगे	155
39	डॉ.नरेंद्र जाधव यांचे 'आमचा बाप आन् आम्ही' हे आत्मचरित्र: एक विवेचनात्मक अभ्यास — डॉ.चंद्रशेखर सुधाकर देवघरे	160

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

B.Aadhar International Peer-Reviewed Indexed Research Journal | ISSN : 2278-9308 December 2022

Impact Factor -(SJIF) -8.575, Issue NO, (CCCLXXX.) 380 - B

75 Yearsof Indian Economy: Opportunitiesand Challenges Problems and Solutions to Poverty in India

Prof. Dr. Shirish S Nakhate
Associate Professor Head of Department Department of Economics
Smt. R. M Patel Mahila College, Bhandara
Email: shirishnakhate@gmail.com **Mob. No.: 9420865877**

- **Abstract**

Hegel used to say that "poverty is a social phenomenon''. Mahatma Gandhi thought that poverty was the worst crime to be committed by any civil society. Poverty in India has two facets, one, social and another socio-economic. Those who are poor socially are generally poor educationally and economically. Poverty in India is mostly counted in absolute terms. According to Damien and Rafi, poverty in India is visible to the naked eye of anyone who tries to understand it. According to them a poor cannot afford even to send his children to the government funded school where primary education provided free of any fees. He also could not afford to get his children treated in a primary health care centre run by the government. Incidence of poverty in India has been highlighted by several economist a few of them consist of Prof. Amartya Sen, and Jeanedreze, Suresh Tendulkar, N.C. Saxena to quote a few. According to them around 25 percent populations still live in abject poverty. Even the government of India has conceded that around 20 crore people in India live in a state of abject poverty with no access to portable drinking water, sanitation, and two square meals.

- **Introduction**

One of the ironies of our rapidly developing and increasingly progressive world is that poverty continues to remain widespread and rampant, and the vulnerable population seems to have grown ever more vulnerable. Ragner Nurske considers that those who are poor remain poor simply because at the mental and physical level they suffer from the pangs of poverty, he calls secondary poverty. The recent studies done by Thomas Picketty and Lucas in their essay from British Raj to Billionaire Raj, they argue that the gap between the rich and poor in 2013-2014 was the most glaring one as it had been in 1921-1922. [1] In India, despite several efforts by the government to lift the poor out of the poverty drag, still there are millions who don't have access to the basic amenities of life.

The intensity of poor and the downtrodden in India is a matter of serious concerns for both policy makers and academia. [2] It is because of its widespread implications. In absolute numbers, India accounts for largest number of poor persons amounting to nearly 300 million persons with a huge percentage of them being forced to live in abject poverty due to socioeconomic vulnerabilities. [3] While measuring their plight on the basis of Sen coefficient and multi-dimensional index, it appears that majority of people living urban and rural areas still struggle to eke out their living.

- **Causes of Poverty in India**

1. When the population rises at a whopping rate it leads to poverty in a country like India. This further leads to high level of illiteracy, poor health care facilities and lack of access to financial resources. Moreover, when the population reaches an inflection point which is generally referred to as population explosion, economic growth is broadly affected and as a result the per capita income also declines. [11] It is but natural that population in India would reach, as is the wildest guess and estimation, 1.5 billion by 2026 almost either equal to that of China or more than that. And, conversely, if India's economy falters behind the estimated line, it would leadto declining income coupled with increasing unemployment. Should this happen, one need to provide jobs to nearly 20 million unemployed every year. In this case there would be a burgeoning population growth with majority of people being pushed to the poverty drag.
2. It is a basic economic sense that if rising demand is not matched by the rising supply in proportion to the demand, the prices of basic commodities would see a rise with the result the poor would further face the plight of poverty. The government of India then had to face the wrath of the people which might cost it dearly in politics.
3. Rate of inflation and level of food prices is an important factor that causes poverty. Inflation, especially rise in food prices, raises the cost of minimum consumption expenditure required to meet the basic needs. [15] Therefore, inflation especially makes a dent in the pocket of the poor as a result

Coordinator, IQAC
Smt. Rewabai M. Patel Mahila Kala Mahavidyalay, Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewabai Maroti Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner

of the rises in food prices which consequently, pulls down several households further below the poverty line.

4. Besides above, the unskilled labourers are paid very low wages despite the fact that they do hard work on daily basis. Hence, the problem lies with the structure and style of functioning of unorganised sector which are largely still out of the regulatory framework of the government. The owners of such sectors are by and large exploitative in nature and make full use of the loopholes in the government system. Their primary concern is to minimise cost and prop up more profit. Due to this fact which is a tailing and sordid saga of labour exploitation, unskilled workers have no other option but to work for less money.

- **Solution & Steps Taken to Fight Against Poverty in India**

India has taken up various programmes and schemes and to provide employment to the poor so they can earn a daily wage since 1980s. However, recent schemes in the past decade to reduce poverty include:

• National Rural Livelihood Mission: Ajeevika (2011): The Ministry of rural Development launched this scheme in 2011. Its object to provide employment which will make able rural poor for good regular income on a monthly basis. To do so, self-help groups are formed in the villages to help those in need.

• The Fight Hunger First Initiative (FHFI) Program (2011): It is often seen that though numerous programs and schemes are started to help those in need, the assets do not reach the people who are in most need of them, be it due to exploitation, lack of awareness, or other reasons. The Fight Hunger First initiative was taken up by the government in 2011 to improve access of communities to the entitlements and rights accrued to them by the government schemes like employment, nutrition of child, basic education and food supplies. The focus of this scheme is on most five backward states of India i.e., Madhya Pradesh, Jharkhand, Orissa,West Bengal and Karnataka. FHFI seeks to support and help the community and grass-root organizations in activating the Indian authorities to provide minimum social support in the sectors mentioned above.

• Food Security Bill (2013): The Food Security Bill was tabled in the Parliament in 2011 and became an act on 12 September 2013 making it one of the largest food security schemes across the world. Under the provisions of this law, beneficiaries will get 5 kilogram of grains per person per month, including rice at Rs. three per kilogram, wheat at Rs. two per kilogram and coarse grains at Rs. one per kilogram. The bill proposes meal entitlement to specific groups, including pregnant women and lactating mothers, children between six months and fourteen years, malnourished kids, people affected by disaster, and those who are destitute, homeless and starving. The roll out entails covering 75% of the rural population, since they happen to be the most deprived section in the society, and up to 50% of the urban population

- **Conclusion**

Poverty as mentioned earlier is primarily a social function. That's why Justice B.P. Jeevan Reddy who was a key figure in the judgment which is popularly known as Indra Sawhney case or Mandal case providing 27 percent reservation to other backward classes in central government jobs, says that backwardness is mainly social moreover backwardness could relate to caste, occupation etc. but one should be judged poor or backward on the basis of his or her social position. The Supreme Court in Ashok Kumar Thakur case in 2008 endorsed the above view of Justice B.P. Jeevan Reddy. Poverty therefore, can be eliminated from the society not through economic measures but through the participation of the community in a way where historical wrongs are corrected and the poor irrespective of their caste and creed see the light of the day and are enabled by the state and the society to avail themselves of all the opportunities made available by the state and society. It is only through this measure the poor can be made to join the main stream of development contributing their worth to the nation building.

- **References**

1. Vicious Circle of Poverty and the Scarcity of Capital, available at http://www.economicsdiscussion.net/poverty/problem-poverty/the-problem-of-poverty-in-india-an-overview/12842(last visited on 21st December 2019)

2. Chandra Shekhar Gupta Boggarapu, "Poverty in India", Notion Press, Inc; 1 edition (23 May 2018)

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,

3. Poverty in India, available at https://www.indiacelebrating.com/social-issues/poverty/ (last visited on 24nd December 2019).
4. Poverty as a Challenge, available at https://www.toppr.com/guides/economics/p overty-as-a-challenge/poverty/ (last visited on 23rd December 2019)
5. S Mahendra Dev, ''Inclusive Growth in India'', Oxford University Press 2007, Oxford India Paperbacks 2010
6. Amartya Sen, "Poverty and Economic Distribution in India", Juggernaut Publication, Revised edition (5 April 2017)
7. Problem of Poverty in India, available at http://www.yourarticlelibrary.com/india2/poverty-i/problem-of-poverty-in-indiawith-statistics/62987 (last visited on 24th December 2019)
8. Poverty Estimation in India, available athttp://prsindia.org/hi/theprsblog/povertyestimation-india(last visited on 21st December 2019)
9. Poverty Estimation in India, available at https://www.drishtiias.com/to-thepoints/paper3/poverty-estimation-in-india (last visited on 22nd December 2019)
10. Amartya Sen, "Poverty and Economic Distribution in India", Juggernaut Publication, Revised edition (5 April 2017)
11. Poverty in India: Facts, Causes, effects, Injustice and Exclusion, available at https://www.poverties.org/blog/poverty-inindia (last visited on 22nd December 2019)
12. Main Causes of poverty in India, available at http://www.economicsdiscussion.net/povert y/problem-poverty/the-problem-of-povertyin-india-an-overview/12842(last visited 22nd December 2019).
13. Main causes of Poverty in India, available at http://www.yourarticlelibrary.com/poverty/4 -main-causes-of-poverty-in-indiaexplained/4819 (last visited on 24th December 2019)

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
-Bhandara.

Scanned with CamScanner

Impact Factor-8.575 (SJIF) ISSN-2278-9308

B.Aadhar

Peer-Reviewed & Refreed Indexed

Multidisciplinary International Research Journal

December-2022

ISSUE No - (CCCLXXXI) 381-B

75 YEARS OF INDIAN INDEPENDENCE STATUS & GOALS



Chief Editor
Prof. Virag S. Gawande
Director
Aadhar Social Research & Development Training Institute Amravati

Executive Editor
Dr. Archana S. Dahane
Principal
Officiating Principal
Yeshwant Mahavidyalaya, Seloo
Dist. Wardha

Editor
Dr. Anant A. Rindhe
Associate Professor & Head
Department of History
Yeshwant Mahavidyalaya, Seloo
Dist. Wardha

This Journal Is Indexed In :
Scientific Journal Impact Factor (SJIF)
Cosmos Impact Factor (CIF)
International Impact Factor Services (IIFS)

For Details Visit To : www.aadharsocial.com

Aadhar Publications

22	भारतीय साहित्य आणि प्रसार माध्यमे — प्रा.डॉ. अरविंद बा. पाटील	95
23	अस्तित्ववाद — प्रा. अनिल जानराव दौलतकर	99
24	मानवाधिकार आणि भारतीय राज्यघटना — डॉ.कऱ्हाळे विलास लिंबाजी	101
25	सुशासन आणि मानवाधिकार (संदर्भ – भारत) — प्रा. अविनाश मारोतराव फाळके	104
26	मानव अधिकार और आतंकवाद — जयंत राउत	108
27	भारतीय राजकारण आणि प्रसारमाध्यमे — वाल्मीक बबनराव घोडके	110
28	आरक्षणाचे धोरण आणि घटनादुरुस्ती — प्रा. डॉ. विनोद गायकवाड	112
29	आधुनिक प्रसार माध्यमांचा भारताच्या राजकारणावरील प्रभाव — **Prof.Nikam Kalpana Devidas**	116
30	भंडारा शहर भूमी उपयोजन : जमिनीचे अन्य उपयोग — **Dr. Kailas U. Ishwarkar**	120
31	स्त्रियांचे मुलभूत अधिकार व जमीनमालकीतील लिंगभाव असमानता –नाशिक जिल्हा एक अध्ययन क्षेत्र — प्रा. दिपक हरिभाऊ शिंदे	126
32	भारताचे राष्ट्रीय क्रीडा धोरण — **Dr. Naresh P. Borkar**	131
33	स्वातंत्र्याचा अमृत महोत्सव व आरोग्य विषयक पायाभूत सुविधा : संदर्भ वर्धा जिल्ह्याचा — संतोष देविदास मोहधरे	137
34	ग्रामीण राजकारण — प्राचार्य डॉ. दीपक कोटूरवार	142
35	भारतीय स्वातंत्र्याची ७५ वर्षे : सामाजिक, आर्थिक न्यायाची दशा आणि दिशा — प्रा.डॉ.किशोर बी. वासनिक	145
36	राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरण व ग्रंथालयांची भूमिका — भारत दिलीप सुरवसे	149
37	Mahatma Gandhi's Educational Method :Nai-Talim Wardha Yojana — श्री चंद्रहास लक्ष्मण हिप्परकर , डॉ. विनय दत्तात्रय धोंडगे	152

Coordinator, IQAC
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalaya,
Bhandara

Officiating Principal
Smt. Rewaben Manoharbhai Patel
Mahila Kala Mahavidyalay,
Bhandara.

Scanned with CamScanner