



बी एड - 134

वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय, कोटा

स्व - अवबोध

Understanding the Self

पाठ्यक्रम अभिकल्प समिति

संरक्षक प्रो. अशोक शर्मा कुलपति वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय, कोटा	अध्यक्ष प्रो. एल.आर. गुर्जर निदेशक (अकादमिक) वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय, कोटा
---	--

संयोजक एवं सदस्य

** संयोजक डॉ. अनिल कुमार जैन सह आचार्य एवं निदेशक, शिक्षा विद्यापीठ वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय, कोटा	* संयोजक डॉ. रजनी रंजन सिंह सह आचार्य एवं निदेशक, शिक्षा विद्यापीठ वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय, कोटा
---	--

सदस्य

प्रो. (डॉ.) एल.आर. गुर्जर निदेशक (अकादमिक) वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय, कोटा	प्रो. जे. के. जोशी निदेशक, शिक्षा विद्या शाखा उत्तराखंड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी
प्रो. दिव्य प्रभा नागर पूर्व कुलपति ज.रा. नागर राजस्थान विद्यापीठ विश्वविद्यालय, उदयपुर	प्रो. दामीना चौधरी (सेवानिवृत्त) शिक्षा विद्यापीठ वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय, कोटा
प्रो. अनिल शुक्ला आचार्य शिक्षा, लखनऊ विश्वविद्यालय, लखनऊ	डॉ. रजनी रंजन सिंह सह आचार्य एवं निदेशक, शिक्षा विद्यापीठ वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय, कोटा
डॉ. अनिल कुमार जैन सह आचार्य, शिक्षा विद्यापीठ वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय, कोटा	डॉ. कीर्ति सिंह सहायक आचार्य, शिक्षा विद्यापीठ वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय, कोटा
डॉ. पतंजलि मिश्र सहायक आचार्य, शिक्षा विद्यापीठ वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय, कोटा	डॉ. अखिलेश कुमार सहायक आचार्य, शिक्षा विद्यापीठ वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय, कोटा

*डॉ. रजनी रंजन सिंह, सह आचार्य एवं निदेशक, शिक्षा विद्यापीठ 13.06.2015 तक

* डॉ. अनिल कुमार जैन, सह आचार्य एवं निदेशक, शिक्षा विद्यापीठ 14.06.2015 से निरन्तर

समन्वयक एवं सम्पादक

समन्वयक (बी.एड.) डॉ. कीर्ति सिंह सहायक आचार्य, शिक्षा विद्यापीठ वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय, कोटा

लेखन एवं सम्पादक

1. डॉ. पतंजलि मिश्र सहायक आचार्य, शिक्षा विद्यापीठ वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय, कोटा

अकादमिक एवं प्रशासनिक व्यवस्था

डॉ. भारत सिंह कुलपति वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय, कोटा	प्रो. एच. बी. नंदवाना निदेशक संकाय विभाग वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय, कोटा	योगेन्द्र गोयल प्रभारी पाठ्य सामग्री उत्पादन एवं वितरण विभाग वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय, कोटा
---	--	--

पाठ्यक्रम उत्पादन

योगेन्द्र गोयल सहायक उत्पादन अधिकारी वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय, कोटा

उत्पादन

प्रतियां:**ISBN : 978-81-8496-554-4**

इस सामग्री के किसी भी अंश को व.म.खु.वि.वि., कोटा, की लिखित अनुमति के बिना किसी भी रूप में अन्यत्र पुनः प्रस्तुत करने की अनुमति नहीं है। व.म.खु.वि.वि., कोटा के लिए कुलसचिव, व.म.खु.वि.वि., कोटा (राजस्थान) द्वारा मुद्रित एवं प्रकाशित।

मुद्रक:

पाठकों से आग्रह

प्रिय पाठकों,

शिक्षक शिक्षा के लिए राष्ट्रीय पाठ्यचर्या 2009 एवं 2010 में शिक्षक प्रशिक्षण के लिए दी गई अनुशंसाओं के क्रम में एनसीटीई द्वारा 2014 में तैयार किये गये पाठ्यक्रम की अनुपालना में विश्वविद्यालय ने अपनी विद्या परिषद् की स्वीकृति के पश्चात अन्तिम रूप में बने बी.एड. (ओडीएल) पाठ्यक्रम के अनुसार प्रथम वर्ष की स्व-अधिगम सामग्री (SLM) तैयार की है। यह पाठ्यसामग्री विश्वविद्यालय के शिक्षा संकाय के सदस्यों और विश्वविद्यालय से जुड़े हुए अन्य शिक्षाविदों के अथक प्रयास से तैयार की गई है। यह एनसीटीई द्वारा 2014 में सुझाये गये नये पाठ्यक्रम के प्रकाश में किया गया प्रथम प्रयास है। आप प्रबुद्ध पाठक हैं। आपको इस SLM के किसी विषय, उप विषय, बिन्दु या किसी भी प्रकार की त्रुटि दिखाई पड़ती है या इसके परिवर्द्धन हेतु आप कोई सुझाव देना चाहते हैं तो शिक्षा विद्यापीठ सहर्ष आपके सुझावों को अगले संस्करण में सम्मिलित करने का प्रयास करेगा। आप अपने सुझाव हमें निदेशक, शिक्षा विद्यापीठ, वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय, कोटा, रावतभाटा रोड, कोटा - 324010 या मेल soe@vmou.ac.in पर भेजने का कष्ट करें।

धन्यवाद



(डॉ. अनिल कुमार जैन)

निदेशक

शिक्षा विद्यापीठ

वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय, कोटा

स्व - अवबोध (Understanding the Self)

इकाई की रूपरेखा

- 1.1 निर्देशिका का प्रयोजन एवं उद्देश्य
- 1.2 कार्यशाला का आयोजन (Organising the Workshops)
- 1.3 फिल्म या डाक्युमेंटरी देखना और उसकी समीक्षा करना (Watching and Review of Film or documentary)
- 1.4 संवाद मंच का आयोजन (Organising Discussion Forum)
- 1.5 कला, नृत्य एवं कहानी लेखन के द्वारा स्व का प्रकटीकरण (Self Disclosure through art, dance and story writing)
- 1.6 समुदाय के लोगों से सम्पर्क स्थापित करना (Meeting people within community)
- 1.7 परामर्श एवं निर्देशन के द्वारा वास्तविक जीवन (परिवार/महाविद्यालय या समुदाय के बीच) में प्रतिभाग करना या निर्देशन करना (Participate or lead in real life intervention (within families/college or community through guidance and counselling)
- 1.8 व्यक्तिगत कथाओं, जीवन गाथा एवं व्यक्तिगत संवाद की आलोचना (Review of Personal Narratives, Life Stories and Personal Interaction)
- 1.9 योग शिविर आयोजित करना (Organising Yoga Camp)
- 1.10 स्वयं के बचपन का अनुभव तथा अपने किसी साथी के बचपन के अनुभव को याद करना (Revisiting one's childhood experiences and Childhood experiences of one's peers)
- 1.11 प्रोजेक्ट रिपोर्ट लिखने सम्बन्धी आवश्यक निर्देश
- 1.12 सन्दर्भ ग्रन्थ / अन्य अध्ययन

1.1 निर्देशिका का प्रयोजन एवं उद्देश्य

Objective (उद्देश्य)

- 1) छात्र-अध्यापकों के अंदर स्वयं को एक व्यक्ति एवं एक अध्यापक के रूप में स्वयं के बारे में समझ विकसित करना।
- 2) छात्र-अध्यापकों के अंदर स्वयं को तार्किक एवं प्रभावशाली सम्प्रेषण हेतु तैयार करना और साथ ही साथ सुनने एवं अवलोकन की क्षमता विकसित करना।
- 3) छात्र-अध्यापकों के अंदर एक तार्किक, समन्वयात्मक एवं सम्पूर्णता के साथ व्यक्तित्व एवं मानवीय-स्व का विकास और व्यक्तित्व के प्रति विकासवादी दृष्टिकोण विकसित करना।
- 4) मानवता एवं समाज को प्रगति पथ पर अग्रसर करने वाले दृष्टिकोण का विकास करना।

प्रस्तुत प्रोजेक्ट में हम निम्न बातों का अध्ययन एवं उनके विश्लेषण (Study and Analysis) पर ध्यान केन्द्रित करेंगे।

1. कार्यशाला का आयोजन (Organising the workshops)
2. फिल्म या डाक्यूमेंटरी देखना और उसकी समीक्षा करना (Watching and Review of Film or Documentary)
3. संवाद मंच का आयोजन (Organising Discussion Forum)
4. कला, नृत्य एवं कहानी लेखन के द्वारा स्व का प्रकटीकरण (Self Disclosure through art dance and story writing)
5. समुदाय के लोगों से सम्पर्क स्थापित करना (Meeting people within community)
6. परामर्श एवं निर्देशन के द्वारा वास्तविक जीवन (परिवार/ महाविद्यालय या समुदाय के बीच) में प्रतिभाग करना या निर्देशन करना (Participate or lead in real life intervention (within families/college or community) through guidance and counselling)
7. व्यक्तिगत कथाओं, जीवन-गाथा एवं व्यक्तिगत संवाद की आलोचना (Review of Personal narratives, life stories and personal interaction)
8. योग-शिविर आयोजित करना (Organising Yoga Camp)
9. स्वयं के बचपन का अनुभव तथा अपने किसी साथी के बचपन के अनुभव को याद करना (Revisiting one's childhood experiences and Childhood experiences of one's peers)

1.2 कार्यशाला का आयोजन (Organising the Workshops)

किसी भी विषय के सन्दर्भ में विशिष्ट जानकारी प्रदान करने हेतु कार्यशालाओं का आयोजन किया जाता है। इसका आयोजन सामाजिक चेतना में संवर्धन, किसी अकादमिक विषय के संवाद सहित विभिन्न प्रकार की सामाजिक कुरीतियों को मिटाने आदि में किया जा सकता है। कार्यशाला का आयोजन जागरूकता लाने और विशेषज्ञता प्राप्त करने दोनों के लिए किया जा सकता है। किसी भी प्रकार की कार्यशाला के आयोजन में निम्न पद समायोजित होने चाहिए।

1. विषय का चुनाव (Selecting Topic)
2. सम्बन्धित विषय के रिसोर्स पर्सन का चुनाव (Selecting Resource Person for concerned Subject)
3. कार्यशाला हेतु तिथि, समय एवं स्थान का निर्धारण (Deciding date, time and place for Workshop)
4. कार्यशाला जिन भी व्यक्तियों के लिए आयोजित की जा रही है उनकी पहचान (Identifying the person for whom the workshop is being organized)
5. कार्यशाला का उद्देश्य (Objective of Workshop)
6. प्रमाण पत्र का वितरण (Distribution of Certificates)

उपरोक्त बिंदुओं की व्याख्या की जा रही है :

1. **विषय का चुनाव (Selecting Topic):** कार्यशाला के आयोजन के लिए सबसे पहला और सबसे महत्वपूर्ण कदम विषय का चुनाव करना है। गलत विषय का चुनाव सम्पूर्ण सार्थक परिश्रम को गलत दिशा में ले जा सकता है। विषय के चुनाव हेतु उस क्षेत्र के विशेषज्ञों से राय मशविरा भी कर लेना चाहिए।
2. **सम्बन्धित विषय के विषय विशेषज्ञ (Resource Person) का चुनाव (Selecting Resource Person for concerned Subject):** जिस विषय पर कार्यशाला का आयोजन किया जा रहा है उस विषय से सम्बन्धित रिसोर्स पर्सन का पैनल भी तैयार कर लेना चाहिए। कई बार जिस रिसोर्स पर्सन को हम कार्यशाला हेतु बुलाना चाहते हैं, वह कार्यशाला प्रारम्भ होने के अन्तिम क्षणों में आने से मना कर देता है। हमें ऐसी परिस्थितियों का सामना करने के लिए भी अन्य व्यवस्था बना के रखनी चाहिए।
3. **कार्यशाला हेतु तिथि, समय एवं स्थान का निर्धारण (Deciding date, time and place for Workshop) :** कार्यशाला हेतु तिथि, समय एवं स्थान का निर्धारण ठीक तरीके से और सभी की आवश्यकताओं को ध्यान में रखकर करना चाहिए।
4. **कार्यशाला जिन भी व्यक्तियों के लिए आयोजित की जा रही है उनकी पहचान (Identifying the person for whom the workshop is being organized):** जिन भी व्यक्तियों के लिये कार्यशाला आयोजित की जा रही है उनकी ठीक तरीके से पहचान की जानी आवश्यक है। पहचान के उपरान्त ऐसे व्यक्तियों को ठीक तरीके से सूचित किया जाना चाहिए।

5. **कार्यशाला का उद्देश्य (Objective of Workshop):** कार्यशाला किन उद्देश्यों ध्यान में रख कर आयोजित की जा रही है , उन उद्देश्यों की भी पहचान ठीक तरीके से की जानी चाहिए। उद्देश्यविहीन कार्यशाला आयोजित करने का कोई महत्व नहीं होता है।
6. **प्रमाण-पत्रों का वितरण (Distribution of Certificates):** कार्यशाला के उपरान्त रिसोर्स पर्सन एवं प्रतिभागियों को प्रमाण-पत्रों का वितरण कार्यशाला के आयोजन का आखिरी चरण है।

प्रोजेक्ट के इस अंश में आप से यह अपेक्षा की जाती है कि आप किसी ज्वलंत सामाजिक मुद्दे (Burning social issue) पर एक कार्यशाला आयोजित करें एवं 200-300 शब्दों में उसकी रिपोर्ट बना कर प्रस्तुत करें। कार्यशाला आतंकवाद (Terrorism), नशामुक्ति, दहेज प्रथा (Dowry System) या इसी अन्य सामाजिक मुद्दों (Social Issues) पर आयोजित की जा सकती है।

1.3 फिल्म या डाक्युमेंटरी देखना और उसकी समीक्षा करना (Watching and Review of Film or documentary)

आज के आधुनिक समाज में सिनेमा या फिल्म देखने का प्रचलन बढ़ा है। इसके कई कारण हो सकते हैं जैसे अत्याधुनिक थियेटर का विकास। पुराने समय में भारत में रामलीला, कृष्णलीला या महाभारत जैसे अभिनय आधारित मंचन देख कर लोग आनंदित होते थे। आज जब सिनेमा या फिल्म देखने का प्रचलन बढ़ा है, तब दर्शक इस बात के प्रति भी सचेत हुआ है कि कोई भी सिनेमा एक बहुत सुन्दर कलाकृति (Beautiful Piece of Art) का नमूना है या बेकार की चीज़ है। कोई भी फिल्म चाहे अच्छी हो या खराब ही क्यों न हो, सदा एवं सर्वदा समीक्षा के लायक होती है। एक अच्छी फिल्म समीक्षा (Film Review) वो है जो मनोरंजन करे, समझाए और जानकारी दे, साजिशसे दूर असली और निष्पक्ष विचार दे। एक महान फिल्म समीक्षा अपने आप में कलाका काम होती है। इस मैनुअल के द्वारा हम यह सीखने की कोशिश करेंगे कि फिल्म की समीक्षा कैसे की जाए ? और कैसे एक मनोरंजक फिल्म समीक्षा (Entertaining Film Review) लिखी जाए।

फिल्म के बारे में बुनियादी तथ्यों को इकट्ठा करें। इसे आप फिल्म देखने से पहले या बाद में कर सकते हैं लेकिन आप ये निश्चित तौर पर फिल्म की समीक्षा लिखने से पहले कर लें, क्योंकि आपको अपनी समीक्षा में तथ्यों की बुनाई करने की आवश्यकता होगी। यहाँ आपको क्या जानने की जरूरत है:

- फिल्म का शीर्षक (Title of the Film), और उसके प्रदर्शित होने का साल (Year of the Release)
- निर्देशक का नाम (Name of the Director)
- प्रमुख पात्रों के नाम (Name of the important character) (अभिनेताओं और अभिनेत्रियों के नाम)।
- फिल्म की शैली (Style of the movie)

- फिल्म का कथानक/पटकथा (Plot and Subplot of the movie)
- फिल्म के प्रमुख संवाद (Dialogue of the movie) (कभी-कभी फिल्म के संवाद ही फिल्म को श्रेष्ठ बनाते देते हैं)
- फिल्म का क्लाइमेक्स (Climax of the Movie)

जब आप फिल्म देखें तो नोट बनायें। आप जब फिल्म देखने के लिए बैठें तो पहले, एक नोटपैड या नोट्स लेने के लिए लैपटॉप बाहर निकाल लें। फिल्म लम्बी होगी और आप आसानी से जानकारी या प्रमुख साजिश को बताना भूल सकते हैं। नोट लेने से आप छोटी-छोटी बातें लिख सकते हो जिन पर आप बाद में वापिस लौट सकते हो।

- जैसे ही आपको कोई बात दिखाई पड़े चाहे वह अच्छी हो या बुरी, आप उसे नोट करें। यह वेशभूषा (Dress), मेकअप (Make UP), सेट डिजाइन (Set Designing), संगीत (Music) आदि हो सकती है। इस बारे में सोचें कि यह आगे की फिल्म से किस तरह सम्बंधित है और आपकी समीक्षा के संदर्भ में इसका क्या मतलब हो सकता है।
- जैसे-जैसे फिल्म आगे बढ़ती है आप उसके पैटर्न (Pattern) को नोट करें।
- बार-बार पॉज बटन का उपयोग करें ताकि आप सुनिश्चित कर सकें कि कोई भाग छूटा नहीं है, और आवश्यकता पड़ने पर फिल्म को फिर से चलायें।

फिल्म की क्रियाविधि का विश्लेषण करें। जब आप फिल्म देख रहे हैं तो एक साथ आने वाले विभिन्न घटकों (Different Component) का विश्लेषण करें। फिल्म देखने के दौरान और बाद में अपने आप से ये सवाल पूछें कि सिनेमा ने आप पर इन क्षेत्रों में क्या प्रभाव छोड़ा:

- **निर्देशन (Direction):** निर्देशक पर विचार करें और उसने किस तरह कहानी में घटनाओं को चित्रित करने का प्रयास किया या उनकी व्याख्या की है। फिल्म धीमी थी अथवा तेज, या उन चीजों को शामिल नहीं किया है जो आपको लगता है कि आवश्यक हैं, तो आप निर्देशक को आरोपित कर सकते हैं। आपने एक ही व्यक्ति द्वारा निर्देशित अन्य फिल्मों को देखा है, तो आप उनकी तुलना कर सकते हैं और जो आपको सबसे अधिक पसंद है उसे निर्धारित करें।
- **छायांकन (Cinematography):** सिनेमा को बनाने में किस तकनीक का इस्तेमाल किया गया? क्या फिल्म के सेट और पृष्ठभूमि ने एक निश्चित टोन देने में मदद की?
- **लेखन (Writing):** संवाद और पात्र वर्णन सहित स्क्रिप्ट का मूल्यांकन करें। क्या आपने महसूस किया कि कहानी का विषय मौलिक (Original) और अप्रत्याशित था या उबाऊ (Boring) और कमजोर (Weak) था? पात्रों के संवाद में आपको विश्वसनीयता लगी?
- **संपादन (Editing):** फिल्म टुकड़े-टुकड़े सी थी या एक दृश्य से दूसरे दृश्य में सुचारू रूप से धारा प्रवाह तारतम्यता चल रही थी? प्रकाश व्यवस्था (Lighting) और अन्य परिवेश के उपयोग का ध्यान रखें। यदि सिनेमा में कंप्यूटर ग्राफिक्स (Computer Graphics) का

उपयोग हुआ है तो ध्यान दें कि वह यथार्थवादी (Realistic) दिखाई देता हो और इस फिल्म के बाकी भाग के साथ सम्बंधित है या नहीं।

- **कॉस्ट्यूम डिजाइन (Costume Design) :** क्या परिधान चुनाव फिल्म की शैली के अनुरूप था? बजायेविषय से दूर रहने के क्या उन्होंने समग्र टोन में योगदान किया?
- **डिजाइन सेट (Design Set):** विचार करें किस तरह सेट ने फिल्म के अन्य तत्वों को प्रभावित किया। इसने आपके अनुभव में कुछ जोड़ा या घटाया? यदि फिल्म असलीस्थान पर फिल्माई गई है तो क्या स्थानों का चयन सही था?
- **स्कोर या साउंडट्रैक (Score or Sound Track) :** क्या इन्होंने दृश्य के साथ काम किया? क्या इनका बहुत कम / बहुत अधिक प्रयोग हुआ? यह संदेहात्मक / दिलचस्प / परेशान करने वाला था? साउंडट्रैक एक फिल्म को बना या बिगाड़ सकता है खास तौर पर तब जब फिल्म के गाने में एक विशेष संदेश या अर्थ हो।
- **कथानक/पटकथा (Plot):** किसी भी फिल्म का कथानक या पटकथा उस फिल्म का आधार होती है। जब लोगों के पास मनोरंजन का कोई साधन नहीं था तब बात और थी, परन्तु आज आधुनिक तकनीकी (Modern Technology) ने लोगों की सोच का दायरा विस्तृत कर दिया है। ऐसे समय में उनके विचारों को प्रभावित करने वाली कहानी को परदे पर उतारने के लिए कोई विशेष कहानी की आवश्यकता रहती है। कहानी / पटकथा / कथानक के आधार पर फिल्म को प्रशंसा और निंदा का सामना करना पड़ता है। अतः समीक्षक को यह भी बताना चाहिए की कहानी क्या है?, कैसे फिल्म का प्रारम्भ, उसके अंत से मेल खाता है?, समाज के किस पक्ष को प्रभावित करती है?, समाज को क्या संदेश देती है? आदि।

फिल्म को एक बार और देखो। एक बार में देख कर पूरी फिल्म को समझना असंभव है खासकर तब जब आपने नोट लेने के लिए अक्सर इसे रोक-रोक कर देखा हो। अपनी समीक्षा लिखने से पहले कम से कम एक बार पूरी फिल्म फिर से देखें। उन विवरणों पर ध्यान दें जो पहली बार में चूक गए थे। इस बार नए बिन्दुओं पर ध्यान दें; यदि आपने पहली बार में अभिनय पर बहुत सारे नोट बनाये थे तो इस बार फिल्म के छायांकन को ध्यान से देखें और नोट बनायें। अपने विश्लेषण के आधार पर मूल शोध (Basic Thesis) लिखें। अब आपने अच्छी तरह से फिल्म का अध्ययन कर लिया है, अब आप क्या अद्वितीय अंतर्दृष्टि (Unique Insight) मेज पर ला सकते हो? आगे आइये चर्चा के लिए एक केंद्रीय मत (Central Thought) और उसको समर्थन करने वाले फिल्म के विभिन्न तत्वों पर अपने विचारों के साथ। आपकी समीक्षा के पहले अनुच्छेद में थीसिस की चर्चा होनी चाहिए। थीसिस आपकी समीक्षा को एक फिल्म सारांश से कहीं आगे जाकर फिल्म आलोचना के दायरे में ले जायेगी जो कि अपने आप में एक कला का रूप है। अपनी समीक्षा के लिए एक अच्छी सम्मोहक थीसिस के लिए अपने आप से निम्नलिखित प्रश्न पूछें:

- फिल्म मौजूदा घटना को या समकालीन मुद्दे (Contemporary Issues) को प्रतिबिंबित करती है? यह एकबड़ी बातचीत में उलझाने का निर्देशक का रास्ता हो सकता है। फिल्म के प्रकरणको "वास्तविक(Real) " दुनिया से संबंधित करने के तरीके को देखें।
- फिल्म में क्या कोई संदेश (Message) दिखाई पड़ता है? क्या यह दर्शकों से एक विशेष प्रतिक्रिया या भावना को निकालने का प्रयास करती है? आप इस बारे में चर्चा कर सकते हैं कि फिल्म अपने स्वयं के लक्ष्यों को प्राप्त करने में सफल हुई या नहीं।
- फिल्म एक व्यक्तिगत स्तर(Personal Level) पर आप के साथ जुड़ पाई? आप अपनी खुद की भावनाओं से उपजी समीक्षा लिख सकते हैं और उसको पाठकों के लिए और दिलचस्प बनाने के लिए एक व्यक्तिगत कहानी (Personal Story) में भी पिरो सकते हैं।

अपनी समीक्षा में अनुच्छेद (Paragraph) के शुरुआत में सारांश (Summary) लिखें। पाठकों को यह सलाह देना अच्छा होगा कि आपकी समीक्षा पढ़ने के बाद यदि वो यह फिल्म देखते हैं तो उन्हें कैसा अनुभव होगा। एक संक्षिप्त सारांश दें जिसमें मुख्य पात्रों की पहचान (Introduction to main characters) , फिल्म के सेट का वर्णन (Description of the Set of the Movie) और फिल्म के संघर्षकेंद्र (Point of Conflict in the movie) या बिंदु का ज्ञान दें। कभी भी फिल्म समीक्षा का पहला नियम न तोड़ें और फिल्म के बारे में बहुत ज्यादा भी ना बता डालें। अपने पाठकों के लिए फिल्म को बर्बाद न करें।

- जब आप अपने विषय सारांश (Summary) में पात्रों के नाम दें तो साथ में कोष्ठक में अभिनेताओं और अभिनेत्रियों के नामों का उल्लेख करें।
- फिल्म के निर्देशक का नाम और फिल्म के शीर्षक का उल्लेख करने के लिए कोई जगह का पता लगाएं।
- यदि आपको लगे कि आपकी किसी जानकारी से पाठकों के लिए बात "खराब" हो सकती है इसकी उन्हें पहले से चेतावनी देनी चाहिए।

फिल्म का अपना विश्लेषण करें। अपनी थीसिस के समर्थन में फिल्म के दिलचस्प तत्वों पर चर्चा करते हुए विभिन्न अनुच्छेद लिखें। अपने पाठकों को बांधे रखने के लिए फिल्म के मनोरंजक गद्य का उपयोग करते हुए अभिनय, निर्देशन, छायांकन, फिल्म के सेट आदि पर चर्चा करें।

- अपने लेखन को स्पष्ट और समझने में आसान रखें। फिल्म निर्माण के बहुत ज्यादा तकनीकी शब्दजाल का उपयोग न करें और अपनी भाषा को कुरकुरा और सुलभ (Easy) बनाये।
- तथ्य (Fact) और अपनी राय (Opinion) दोनों का उल्लेख करें। उदाहरण के लिए, आपने उल्लेख "यह संगीत फिल्म के लिए एक अजीब पसंद था" की बजाय कुछ इस तरह कर दिया "बॉक्स ऑफिस संगीत 20वीं सदी की स्थापना के लिए एक विवाद विपरीत था" जो की जरूरत से बहुत ज्यादा जानकारी देता हुआ है।

अपने तर्कों के समर्थन में प्रचुर मात्रा में उदाहरणों (Examples) का उपयोग करें। आप फिल्म के बारे में कोई बयान करते हैं, तो इसके समर्थन में एक वर्णनात्मक उदाहरण (Descriptive Example) दें। दृश्यों का वर्णन करें, किसी अभिनेता ने कैसा काम किया, कैमरे के विभिन्न कोणों पर फिल्मांकन करने इत्यादि का वर्णन करें। आप अपने तर्क को बनाने के लिए किसी डायलॉग (Dialogue) का उपयोग भी कर सकते हैं। इस तरह आप अपने पाठकों को फिल्म का अनुभव करा रहे हैं साथ ही साथ फिल्म की आलोचना भी व्यक्त करना जारी रखें हुए हैं।

आप अपनी समीक्षा को कॉलेज के औपचारिक निबंध का रूप दे सकते हैं, लेकिन यह और भी दिलचस्प हो सकता है यदि आप इसे अपना स्वयं का बनाएं यदि आपकी लेखन शैली आमतौर पर मजाकिया और मजेदार है, तो आपकी समीक्षा के लिए कोई अपवाद नहीं होना चाहिए। आप गंभीर और नाटकीय हैं, वह भी काम करता है। अपनी भाषा और लेखन शैली को अपने अद्वितीय परिप्रेक्ष्य और व्यक्तित्व को प्रतिबिंबित करने दें यह पाठक के लिए और अधिक मनोरंजक होगा।

निष्कर्ष के साथ अपनी समीक्षा की समाप्ति करें। यह अपने मूल थीसिस से वापस बंधी हो और दर्शकों का मार्गदर्शन करे कि उन्हें फिल्म देखने जाना चाहिए या नहीं। आपका निष्कर्ष भी सम्मोहक या अपने दम पर मनोरंजक होना चाहिए क्योंकि यह आपकी इस समीक्षा लेखन का अंत होगा। अपनी समीक्षा का संपादन (Editing) करें। जैसे ही आप पहला प्रारूप समाप्त करें, इसे अच्छी तरह से पूरा पढ़ें और निर्णय लें कि क्या इसमें लय है और इसकी संरचना सही है। हो सकता है आपको अनुच्छेद को विस्थापित करना पड़े, वाक्यों को हटाना पड़े या फिर भागों को भरने के लिए इधर-उधर थोड़ी सामग्री जोड़नी पड़े। अपनी समीक्षा को सम्पादकीय रूप से अच्छा बनाने के लिए कम से कम एक बार सम्पादकीय तौर पर जाँचें और शायद दो या तीन बार भी।

- अपने आप से पूछें कि क्या आपकी समीक्षा आपके शोध के लिए सही बनी है? क्या आपका निष्कर्ष आपके प्रस्तावित प्रारंभिक विचारों के साथ तारतम्यता (Co-Ordination) रखता है?
- निर्णय लें कि आपकी समीक्षा में फिल्म के बारे में पर्याप्त जानकारी शामिल है। पाठकों को फिल्म के बारे में एक बेहतर समझ देने के लिए आपको समीक्षा में वापस जा कर यहाँ-वहाँ और अधिक विवरण जोड़ने पड़ सकते हैं।
- तय करें कि आपकी समीक्षा इतनी दिलचस्प हो कि वह अकेले एक लेखनी के टुकड़े के रूप में खड़ी रह सके। क्या आपने इस चर्चा में कुछ मूल योगदान दिया था? पाठकों को आपकी समीक्षा पढ़ने से क्या फायदा होगा जो उन्हें केवल फिल्म देखने मात्र से नहीं मिलेगा?

अपनी समीक्षा को संशोधित करें। सुनिश्चित करें कि आपने सभी पात्रों यथा अभिनेताओं और अभिनेत्रियों के नाम सही लिखे हैं और सभी तिथियां सही लिखी हैं। टाइपिंग की सभी त्रुटियाँ व्याकरण की त्रुटियाँ और अन्य वर्तनी त्रुटियाँ अच्छी तरह से दूर हो गयी हैं। एक साफ, संशोधित समीक्षा मूर्खतापूर्ण गलतियों से भरी हुई समीक्षा से कहीं अधिक पेशेवर लगती है।

अपनी समीक्षा प्रकाशित करें या साझा करें। अपने ब्लॉग पर पोस्ट करें, फिल्म चर्चा के फोरम पर शेयर करें, फेसबुक पर इसे डालें या अपने दोस्तों और परिवार के सदस्यों को ईमेल करें। सिनेमा हमारे समय

की सर्वोत्कृष्ट कला का रूप होता है और अन्य कलाओं की तरह ही वह विवाद को चिंगारी, आत्म प्रतिबिंब के लिए एक स्थल प्रदान करती है और हमारी संस्कृति को बहुत प्रभावित करती है। इन सब का मतलब है कि वे चर्चा के लायक हैं चाहे वह फ्लॉप हो या शुद्ध प्रतिभा का काम हो।

सलाह (Suggestion)

- यह समझें कि यदि फिल्म आपके पसंद की नहीं है, इसका मतलब यह नहीं है कि एक बुरी समीक्षा दे देना चाहिए। एक अच्छा समीक्षक लोगों को अपनी पसंद की फिल्म खोजने में मदद करता है और क्योंकि आपकी पसंद दूसरों की पसंद से अलग है तो आपको लोगों को बताने में सक्षम होने की जरूरत है यदि वह फिल्म का आनंद लेते हैं तो।
- बहुत सारी फिल्म समीक्षा पढ़ें और विचार करें कि क्या चीज है जो कुछको दूसरों की तुलना में अधिक उपयोगी बनाती है। फिर, एक समीक्षा का मूल्य हमेशा उसकी सटीकता में नहीं (पाठक कितना समीक्षक के साथ सहमत हैं), बल्कि उसकी उपयोगिता में (समीक्षक कितनी अच्छी तरह अनुमान लगा सकता है कि पाठक फिल्म का आनंद ले सकते हैं) में है।
- यदि आपको फिल्म पसंद नहीं आती है तो आप नीचा और अपमानजनक महसूस न करें। यदि संभव हो, तो उन फिल्मों को देखने से बचें जिन्हें आप कतई पसंद नहीं करते हैं।
- सुनिश्चित करें कि विफलता नहीं जोड़ेंगे।

सामान्यतः यह माना जाता है कि एक बढ़िया सिनेमा को लोगों का मनोरंजन करने के साथ-साथ लोगों को शिक्षित एवं सूचित भी करने वाला भी होना चाहिए। साथ ही साथ यह भी विश्वास किया जाता है कि एक बढ़िया फिल्म की समालोचना लिखना स्वयं में एक महान कलाकृति का नमूना हो सकता है बशर्ते कि इसको लिखने में आलोचक कुछ महत्वपूर्ण बातों का ध्यान रखे एवं वस्तुनिष्ठ होकर इसकी रचना करे। यहाँ आपके लिए कुछ महत्वपूर्ण बातें बतायी जा रही हैं जो फिल्म की समालोचना करने में सहायक सिद्ध हो सकती हैं।

- i. यदि संभव हो तो फिल्म को एक बार से ज्यादा देखना चाहिए क्योंकि यह संभव है कि एक बार देखने में फिल्म से सम्बंधित कई महत्वपूर्ण बातें छूट जाएँ। एक बार से ज्यादा देखने से आप फिल्म के प्लॉट को ज्यादा बेहतर तरीके से समझ सकते हैं। इस प्रकार आप ज्यादा बेहतर तरीके से फिल्म के बारे में लिख सकते हैं।
- ii. आप वस्तुनिष्ठ तरीके से फिल्म या फिल्म के सन्दर्भ में अपने विचार रखने के लिए स्वतंत्र हैं किन्तु अपनी आलोचना से पीछे न हटें। यदि आप फिल्म की किसी बात से सहमत नहीं हैं तो आप को सही कारण लिखना चाहिए। जहाँ तक हो सके व्यक्तिगत रूप से कोई भी आरोप लगाने से बचना चाहिए। किसी भी अभिनेता, निर्देशक या पटकथा लेखक पर व्यक्तिगत रूप से कोई भी आरोप लगाना एक असफल आलोचना का उदाहरण है।
- iii. पाठक के लिए आपको अपने आलोचना के तरीके को बदलते रहना चाहिए जिससे कि यह नीरस न हो।

- iv. आलोचना करते समय सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि आप प्लाट (Plot) के महत्वपूर्ण बिंदुओं को उजागर न करें। ऐसा करने से पाठक का फिल्म के प्रति रुझान खत्म हो सकता है जो कि फिल्म प्रोडक्शन को नुकसान पहुंचा सकता है

प्रोजेक्ट के इस अंश में आप से यह अपेक्षा की जाती है कि आप किसी डाक्युमेंटरी फिल्म की 500-600 शब्दों में समीक्षा लिख कर प्रस्तुत करेंगे। यदि फिल्म शिक्षा से जुड़ी हुई हो तो यह ज्यादा बेहतर होगा। उदाहरण के लिए एक फिल्म समीक्षा प्रस्तुत की जा रही है -

- फिल्म: पीके
- बैनर: विनोद चोपड़ा फिल्म्स, राजकुमार हिरानी फिल्म्स
- निर्माता: विधु विनोद चोपड़ा, राजकुमार हिरानी
- निर्देशक: राजकुमार हिरानी
- संगीत: शांतनु मोइत्रा, अजय-अतुल
- कलाकार: आमिर खान, अनुष्का शर्मा, संजय दत्त, सुशांत सिंह राजपूत, बोमन ईरानी, सौरभ शुक्ला, परीक्षितसाहनी, रणबीर कपूर (मिहमान कलाकार)

पीके फिल्म का नाम इसलिए है क्योंकि मुख्य किरदार (आमिर खान) को लोग पीके कहते हैं। वह प्रश्न ही ऐसे पूछता है कि लोगों को लगता है कि होश में कोई ऐसी बातें कर ही नहीं सकता। "पीके हो क्या?" जैसा जवाब ज्यादातर उसको सुनने को मिलता है और वह मान लेता है कि वह पीके है।

पीके पृथ्वी ग्रह का रहने वाला नहीं है। वह एलियन है। चार सौ करोड़ किलोमीटर दूर से पृथ्वी पर आया है। अपने ग्रह पर वापस जाने वाला रिमोट कोई उससे छीन ले गया है। जब रिमोट के बारे में वह लोगों से अजीब से सवाल पूछता है तो जवाब मिलता है कि भगवान ही जाने। वह भगवान को ढूंढने निकलता है तो कन्फ्यूज (Confuse) हो जाता है। मंदिर जाता है तो कहा जाता है कि जूते बाहर उतारो, लेकिन चर्च में वह बूट पहन कर अंदर जाता है। कही भगवान को नारियल चढ़ाया जाता है तो कही पर वाइन। एक धर्म कहता है कि सूर्यास्त के पहले भोजन कर लो तो दूसरा धर्म कहता है कि सूर्यास्त होने के बाद रोजा तोड़ो। भगवान से मिलने के लिए वह दान पेटी में फीस भी चढ़ाता है, लेकिन जब भगवान नहीं मिलते तो वह दान पेटी से रुपये निकाल लेता है।

पीके फिल्म की पटकथा को राजकुमार हिरानी और अभिजात जोशी ने मिलकर लिखा है। धर्म के नाम पर हो रही कुरीतियों पर उन्होंने कड़ा प्रहार किया है। पीके को एलियन के रूप में दिखाना उनका मास्टर-स्ट्रोक (Master-stroke) है। एक ऐसे आदमी के नजरिये से दुनिया को देखना जो दूसरे ग्रह से आया है एक बेहतरीन संप्रत्यय (Concept) है। इसके बहाने दुनिया में चल रही बुराइयों तथा अंधविश्वासों को निष्पक्ष तरीके से देखा जा सकता है। इंटरवल से पूर्व फिल्म में कई लाजवाब दृश्य देखने को मिलते हैं। जो हंसाने के साथ-साथ सोचने पर मजबूर करते हैं। एक साथ मन में दो-तीन भावों को उत्पन्न करने में लेखक और निर्देशक ने सफलता हासिल की है। भगवान के लापता होने का

पैम्फलेट (Pamphlet) पीके बांटता है। वह मंदिर में अपनी चप्पलों को ताला लगाता है। उसे समझ में नहीं आता है कि वह कौन सा धर्म अपनाए कि उसे भगवान मिले। यह बात भी उसके पल्ले नहीं पड़ती कि आखिर इंसान कौन से धर्म का है, इसकी पहचान कैसे होती है क्योंकि इंसान पर कोई ठप्पा तो लगा नहीं होता। इन बातों को लेकर कई बेहतरीन सीन गढ़े गए हैं जो आपकी सोच को प्रभावित करते हैं।

भगवान के नाम पर कुछ लोग ठेकेदार बन गए हैं और उन्होंने इसे व्यापार (Business) बना लिया है। फिल्म में एक सीन है जिसमें एक महाविद्यालय के बाहर पीके एक पत्थर को लाल रंग पोत देता है। कुछ पैसे चढ़ा देता है और विज्ञान पढ़ने वाले विद्यार्थी उस पत्थर के आगे पैसे चढ़ाने लगते हैं। इस सीन से दो बातों को प्रमुखता से पेश किया गया है। एक तो यह कि धर्म से बेहतर कोई धंधा नहीं है। लोग खुद आते हैं, शीश नवाते हैं और खुशी-खुशी पैसा चढ़ाते हैं। दूसरा ये कि विज्ञान पढ़ने वाले भी अंधविश्वास का शिकार हो जाते हैं। बचपन से ही संस्कार के नाम पर उनमें कुछ अंधविश्वास डाल दिए जाते हैं जिनसे वे ताउम्र मुक्त नहीं हो पाते।

फिल्म उन संतों को भी कटघरे में खड़ा करती है जो चमत्कार दिखाते हैं। हवा से सोना पैदा करने वाले बाबा चंदा क्यों लेते हैं या देश की गरीबी क्यों नहीं दूर करते? धर्म के नाम पर लोगों में भय पैदा करने वालों पर भी नकेल कसी गई है। जब ऊपर वाले ने तर्क-वितर्क की शक्ति दी है तो क्यों भला हम अतार्किक बातों पर आंखें मूंद कर विश्वास करें?

बातें बड़ी-बड़ी हैं, लेकिन उपदेशात्मक तरीके से इन्हें दर्शकों पर लादा नहीं गया है। हल्के-फुल्के प्रसंगों के जरिये इन्हें दिखाया गया है जिन्हें आप ठहाके लगाते और तालियां बजाते देखते हैं। इंटरवल के बाद जरूर फिल्म दोहराव का शिकार लगती है। गाने लंबाई बढ़ाते हैं, लेकिन फिल्म से आपका ध्यान नहीं भटकता। पीके देखते समय "ओह माय गॉड" की याद आना स्वाभाविक है, लेकिन पीके अपनी पहचान अलग से बनाती है।

ऋषिकेश मुखर्जी, गुलजार और बासु चटर्जी की तरह निर्देशक राजकुमार हिरानी मिडिल पाथ (Middle-Path) पर चलने वाले फिल्मकार हैं। वे दर्शकों के मनोरंजन का पूरा ध्यान रखते हैं साथ ही ऐसी कहानी पेश करते हैं जो दर्शकों को सोचने पर मजबूर करे। "पीके" में वे एक बार फिर उम्मीदों पर खरे उतरें हैं। सिनेमा के नाम पर उन्होंने कुछ छूट ली है, खासतौर पर जगतजननी (अनुष्का शर्मा) और सरफराज (सुशांतसिंह राजपूत) की प्रेम कहानी में, लेकिन ये बातें फिल्म के संदेश के आगे नजरअंदाज की जा सकती हैं। अपनी बात कहने में हिरानी अक्सर वक्त लेते हैं और यही वजह है कि उनकी फिल्में लंबी होती हैं। संपादक के रूप में वे कुछ सीन और गानों को हटाने का साहस नहीं दिखा पाए। कुछ प्रसंग धार्मिक लोगों को चुभ सकते हैं जिनसे बचा भी जा सकता था।

आमिर खान पीके की जान हैं। उनके बाहर निकले कान और बड़ी आंखों ने किरदार को विश्वसनीय बनाया है। उनके चेहरे के भाव लगातार गुदगुदाते रहते हैं वे अपने किरदार में इस तरह घुस गये हैं कि आप आमिर खान को भूल जाते हैं। परदे पर जब वे नजर नहीं आते तो खालीपन महसूस होता है।

ऐसा लगता है कि सारा समय वे आंखों के सामने होना चाहिए। यह उनके करियर के बेहतरीन परफॉर्मेंसेस (Performances) में से एक है।

हिरानी की फिल्मों में आमतौर पर महिला किरदार प्रभावी नहीं होते, लेकिन "पीके" में यह शिकायत दूर होती है। अनुष्का शर्मा को दमदार रोल मिला है। वे बेहद खूबसूरत नजर आईं और आमिर खान जैसे अभिनेता का सामना उन्होंने पूरे आत्मविश्वास के साथ उन्होंने किया है। सुशांत सिंह राजपूत, संजय दत्त, सौरभ शुक्ला, बोमन ईरानी और परीक्षित साहनी का अभिनय स्वाभाविक रहा है। फिल्म के गाने भले ही हिट नहीं हो, लेकिन फिल्म देखते समय ये गाने प्रभावित करते हैं।

1.4 संवाद मंच का आयोजन (Organising Discussion Forum)

संवाद की बहुत-सी परिभाषाएँ हैं लेकिन सामान्यतया, संवाद एक ऐसा माध्यम है जिसके तहत किसी व्यक्ति की भावना किसी दूसरे व्यक्ति तक पहुँचाई जाती है। दूसरे शब्दों में 'कोई भी व्यक्ति की गई भावना जो एक-दूसरे को समझ आ जाए' उसे संवाद कहते हैं। आज के दौर में संवाद और ज्ञान ऐसे दो पाँख हैं जिनके सहारे असमान की ऊँचाईयों को छुआ जा सकता है।

संवाद करते समय अपनी बातों को स्पष्ट रूप से रखने के लिए सही उच्चारण करना, प्रभावशाली शब्दों का उपयोग करना प्रमुख है। इस हुनर एवं कौशल की मदद से अपने जनसंपर्क को न सिर्फ बरकरार रखा जा सकता है बल्कि बुलंदियों पर पहुँचाया जा सकता है।

संवाद के कई प्रकार होते हैं, लेकिन जब हम संवाद की बात करते हैं तो आमतौर पर चार प्रकार के संवाद का प्रयोग किया जाता है जो निम्नलिखित हैं:

1. मौखिक-संवाद

2. सांकेतिक-संवाद

3. लिखित-संवाद

4. वेब-संवाद

मौखिक-संवाद (Verbal Dialogue): जब कोई व्यक्ति अपनी भावनाओं को मौखिक रूप से व्यक्त करता है हम उसे मौखिक संवाद कहते हैं। दैनिक जीवन में सबसे ज्यादा इसका उपयोग किया जाता है।

सांकेतिक-संवाद (Signal Dialogue): जब कोई व्यक्ति अपनी भावनाओं को मौखिक रूप से न व्यक्त कर अपने चेहरे अथवा शरीर के हाव-भावों से और कभी-कभी आँखों से व्यक्त करे तो उसे सांकेतिक संवाद कहा जाता है। कई बार गुप्त संवाद के लिए इसका प्रयोग होता है। यह संवाद का एक प्रभावशाली माध्यम है। लेकिन सांकेतिक संवाद की अपनी कमियाँ/खामियाँ भी हैं। एक ही इशारा दो

व्यक्तियों के लिए अलग-अलग संवाद का सूचक हो सकता है। ऐसी स्थिति में परशानी हो सकती है क्योंकि प्रेषक और लक्षित संवादकर्ता के बीच एक भ्रम की स्थिति उत्पन्न हो सकती है। इसका निराकरण सांकेतिक संवाद से नहीं हो सकता। उदाहरण के लिए कालिदास और राजकुमारी विद्योत्तमा का शास्त्रार्थ जब विद्योत्तमा ने शास्त्रार्थ में सभी विद्वानों को हरा दिया तो अपमान से दुखी कुछ विद्वानों ने कालिदास से उसका शास्त्रार्थ कराया। विद्योत्तमा मौन शब्दावली में गूढ़ प्रश्न पूछती थी, जिसे कालिदास अपनी बुद्धि से मौन संकेतों से ही जवाब दे देते थे। विद्योत्तमा को लगता था कि कालिदास गूढ़ प्रश्न का गूढ़ जवाब दे रहे हैं। उदाहरण के लिए विद्योत्तमा ने प्रश्न के रूप में खुला हाथ दिखाया तो कालिदास को लगा कि यह थप्पड़ मारने की धमकी दे रही है। उसके जवाब में कालिदास ने घुंसा दिखाया तो विद्योत्तमा को लगा कि वह कह रहा है कि पाँचों इंद्रियाँ भले ही अलग हों, सभी एक मन के द्वारा संचालित हैं। विद्योत्तमा और कालिदास का विवाह हो गया तब विद्योत्तमा को सच्चाई का पता चला कि कालिदास अनपढ़ हैं।

लिखित-संवाद (Written Dialogue): यह एक बहुत ही अहम भाग है जिसका उपयोग ई-मेल, सूचना-पत्र, रिपोर्ट और पत्र-लेखन में किया जाता है। लिखते समय सही शब्दों का उपयोग करना, मात्राओं को ध्यान में रखते हुए सही वाक्य बनाना और उसका सही-सही उपयोग करना जरूरी है, ताकि लक्षित संवादकर्ता बिना किसी भ्रान्ति के सारा संवाद समझ जाये।

वेब-संवाद (Web Dialogue): आधुनिक दौर में इंटरनेट (Internet) संवाद अति आवश्यक है। जन-संपर्क में कम समय में ज्यादा से ज्यादा संपर्क बढ़ाने के लिए वेब-संवाद रखना बेहद जरूरी है। इस संवाद की मदद से आप बहुत जल्दी, बहुत ही कम समय में, कहीं से भी संवाद कर सकते हैं। अपने व्यवसाय को ज्यादा से ज्यादा बढ़ाने के लिए यह हुनर आवश्यक है।

सम्यक संवाद की भारत में एक दीर्घ परंपरा रही है। जबसे असहिष्णुता हमारे समाज में घर करने लगी है और उदारता की भावना क्षीण होने लगी है, तब से हमारा समाज संवाद से संवादहीनता की ओर बढ़ने लगा है। आज समाज की अनेक समस्याओं का समाधान संवाद में निहित है। हत्या व आत्महत्या आदि अपराधों से बचा जा सकता है, बशर्ते हम परस्पर संवाद की भावना का विकास करें। आज के वैश्विक महानगरीय जीवन में किसी के पास अन्य के लिए समय नहीं है। सभी अपनी-अपनी दिनचर्या में व्यस्त हैं। अन्य समस्त कार्यों के संपादन के लिए समय है, परंतु स्वस्थ संवाद की स्थापना के लिए समयाभाव की स्थिति है। माता-पिता के पास अपने बच्चों से बात करने तक का समय नहीं है। समाज के हर वर्ग में परस्पर बातचीत की प्रक्रिया सिकुड़ गई है। ऐसे में हम न केवल अपने सुख को बांटने से वंचित रह जाते हैं बल्कि अपना दुख भी नहीं बांट पाते। सुख बांटने के लिए कोई न भी मिले तो भी कोई विशेष प्रभाव नहीं पड़ता, परंतु दुख बांटने के लिए यदि कोई न मिले तो जीवन हताशा व अवसादग्रस्तता की ओर बढ़ता है, जो आगे चलकर चोरी, लूट-खसोट, हत्या अथवा आत्महत्या जैसे जघन्य अपराध का कारण बन सकता है।

स्वस्थ संवाद भ्रमों व संदेहों का निवारण करता है और जीवन को सही दिशा की ओर ले जाता है। संवाद के अभाव से वैचारिक संकीर्णता घर करती जा रही है। बढ़ती वैचारिक संकीर्णता व जड़ता

परस्पर लड़ाई-झगड़े का कारण है। संवाद का स्तर गिरने से समाज में अशांतिका वातावरण बनता है। प्रत्येक व्यक्ति एक-दूसरे को संदेह की दृष्टि से देखने लगता है। यही संदेह आगे चलकर भयंकर विनाश व त्रासदी का कारण बनता है। सामाजिक व पारिवारिक जीवन में विभिन्न व्यक्तियों में परस्पर मतभेद और मनमुटाव एक स्वाभाविक प्रक्रिया है। ऐसा इसलिए, क्योंकि प्रत्येक व्यक्ति के मस्तिष्क में भिन्न-भिन्न विचार होते हैं, परंतु यही मतभेद व मनमुटाव परस्पर संवाद के अभाव के चलते कब बड़ी दार में परिवर्तित होकर अपूर्णनीय क्षति का कारण बनता है, इसका पता ही नहीं चलता। संबंध बिखर रहे हैं। परिवार टूट रहे हैं। व्यक्ति का जीवन एकाकी और अवसादग्रस्त बनकर नर्क में परिवर्तित हो रहा है। चारों तरफ बेतहाशा दौड़ है, जिसमें कहीं विराम नहीं दिखाई पड़ता।

प्रोजेक्ट इस अंश में आप से यह अपेक्षा के जाती है कि आप अपने विद्यालय में विद्यार्थियों एवं अध्यापकों की सहायता से एक संवाद-शाला का आयोजन करेंगे। संवाद-शाला में आप उस क्षेत्र के किसी संभ्रांत व्यक्ति को जो शिक्षा, चिकित्सा या समाजसेवा से जुड़ा हो को आमंत्रित करेंगे। इस संवाद शाला की आयोजन की आप 300-400 शब्दों में एक रिपोर्ट तैयार कर प्रस्तुत करेंगे।

1.5 कला, नृत्य एवं कहानी लेखन के द्वारा स्व का प्रकटीकरण (Self Disclosure through art, dance and story writing)

कला का महत्व (The Importance of Art):

कला (Art) शब्द इतना व्यापक है कि विभिन्न विद्वानों की परिभाषाएँ केवल एक विशेष पक्ष को छूकर रह जाती हैं। कला का अर्थ अभी तक निश्चित नहीं हो पाया है, यद्यपि इसकी हजारों परिभाषाएँ दी गयी हैं। भारतीय परम्परा के अनुसार कला उन समस्त क्रियाओं को कहते हैं जिनमें कौशल अपेक्षित हो। यूरोपीय शास्त्रियों ने भी कला में कौशल को महत्वपूर्ण माना है। कला एक प्रकार का कृत्रिम निर्माण है जिसमें शारीरिक और मानसिक कौशलों का प्रयोग होता है। कला शब्द का प्रयोग शायद सबसे पहले भरत के "नाट्यशास्त्र" में ही मिलता है। पीछे वात्स्यायन और उशनस ने क्रमशः अपने ग्रंथ "कामसूत्र" और "शुक्रनीति" में इसका वर्णन किया।

"कामसूत्र", "शुक्रनीति", जैन ग्रंथ "प्रबंधकोष", "कला-विलास", "ललित-विस्तार" इत्यादि सभी भारतीय ग्रंथों में कला का वर्णन प्राप्त होता है। अधिकतर ग्रंथों में कलाओं की संख्या 64 मानी गयी है। "प्रबंधकोष" इत्यादि में 72 कलाओं की सूची मिलती है। "ललित-विस्तार" में 86 कलाओं के नाम गिनाये गये हैं। प्रसिद्ध कश्मीरी पंडित क्षेमेंद्र ने अपने ग्रंथ "कला-विलास" में सबसे अधिक संख्या में कलाओं का वर्णन किया है। उसमें 64 जनोपयोगी, 32 धर्म, अर्थ, काम, मोक्षसम्बन्धी, 32 मात्सर्य-शील-प्रभावमान सम्बन्धी, 64 स्वच्छकारिता सम्बन्धी, 64 वेश्याओं सम्बन्धी, 10 भेषज, 16 कायस्थ तथा 100 सार कलाओं की चर्चा है। सबसे अधिक प्रामाणिक सूची "कामसूत्र" की है।

यूरोपीय साहित्य में भी कला शब्द का प्रयोग शारीरिक या मानसिक कौशल के लिए ही अधिकतर हुआ है। वहाँ प्रकृति से कला का कार्य भिन्न माना गया है। कला का अर्थ है रचना करना अर्थात् वह कृत्रिम है। प्राकृतिक सृष्टि और कला दोनों भिन्न वस्तुएँ हैं। कला उस कार्य में है जो मनुष्य करता है। कला और विज्ञान में भी अंतर माना जाता है। विज्ञान में ज्ञान का प्राधान्य है, कला में कौशल का। कौशलपूर्ण मानवीय कार्य को कला की संज्ञा दी जाती है। कौशलविहीन या बेढब ढंग से किये गये कार्यों को कला में स्थान नहीं दिया जाता। जीवन, ऊर्जा का महासागर है। जब अंतःचेतना जागृत होती है तो ऊर्जा जीवन को कला के रूप में उभारती है। कला जीवन को सत्यम् शिवम् सुन्दरम् से समन्वित करती है। इसके द्वारा ही बुद्धि, आत्मा का सत्य स्वरूप झलकता है। कला उस क्षितिज की भाँति है जिसका कोई छोर नहीं, इतनी विशाल इतनी विस्तृत अनेक विधाओं को अपने में समेटे, तभी तो कवि मन कह उठा-

“साहित्य संगीत कला विहीनः साक्षात् पशुः पुच्छविषाणहीनः”

रवीन्द्रनाथ ठाकुर के मुख से निकला “कला में मनुष्य अपने भावों की अभिव्यक्ति करता है।” तो प्लेटो ने कहा - “कला सत्य की अनुकृति की अनुकृति है।”

टालस्टाय के शब्दों में अपने भावों की क्रिया, रेखा रंग ध्वनि या शब्द द्वारा इस प्रकार अभिव्यक्ति करना कि उसे देखने या सुनने में भी वही भाव उत्पन्न हो जाए कला है। हृदय की गहराईयों से निकली अनुभूति जब कला का रूप लेती है तो कलाकार का अन्तर्मन मानो मूर्त रूप ले उठता है चाहे लेखनी उसका माध्यम हो या रंगों से भीगी तूलिका या सुरों की पुकार या वाद्यों की झंकार। कला ही आत्मिक शान्ति का माध्यम है। यह कठिन तपस्या है, साधना है। इसी के माध्यम से कलाकार सुनहरी और इन्द्रधनुषी आत्मा से स्वप्निल विचारों को साकार रूप देता है।

कला में ऐसी शक्ति होनी चाहिए कि वह लोगों को संकीर्ण सीमाओं से ऊपर उठाकर उसे ऐसे ऊँचे स्थान पर पहुँचा दे जहाँ मनुष्य केवल मनुष्य रह जाता है। कला व्यक्ति के मन में बनी स्वार्थ, परिवार, क्षेत्र, धर्म, भाषा और जाति आदि की सीमाएँ मिटाकर विस्तृत और व्यापकता प्रदान करती है। व्यक्ति के मन को उद्घात बनाती है। वह व्यक्ति को “स्व” से निकालकर “वसुधैव कुटुम्बकम्” से जोड़ती है। कला ही है जिसमें मानव मन में संवेदनाएँ उभारने, प्रवृत्तियों को ढालने तथा चिंतन को मोड़ने, अभिरुचि को दिशा देने की अद्भुत क्षमता है। मनोरंजन, सौन्दर्य, प्रवाह, उल्लास न जाने कितने तत्त्वों से यह भरपूर है, जिसमें मानवीयता को सम्मोहित करने की शक्ति है। यह अपना जादू तत्काल दिखाती है और व्यक्ति को बदलने में, लोहा पिघलाकर पानी बना देने वाली भट्टी की तरह मनोवृत्तियों में भारी रुपान्तरण प्रस्तुत कर सकती है।

कलाओं में जो कला श्रेष्ठ मानी जाती है, वह है चित्रकला। मनुष्य स्वभाव से ही अनुकरण (Imitation) की प्रवृत्ति रखता है। जैसा देखता है उसी प्रकार अपने को ढालने का प्रयत्न करता है। यही उसकी आत्माभिव्यंजना (Self Expression) है। अपनी रंगों से भरी तूलिका से चित्रकार जन भावनाओं की अभिव्यक्ति (Express) करता है तो दर्शक हतप्रभ रह जाता है। पाषाण युग से ही जो चित्र पारितोषक होते रहे हैं ये मात्र एक विधा नहीं, अपितु ये मानवता के विकास (Evolution of

Humanity) का एक निश्चित सोपान प्रस्तुत करते हैं। चित्रों के माध्यम से आखेट करने वाले आदिम मानव ने न केवल अपने संवेगों (Emotions) को बल्कि रहस्यमय प्रकृति और जंगल के खूंखार प्रवासियों के विरुद्ध अपने अस्तित्व के लिए किये गये संघर्ष को भी अभिव्यक्त किया है। धीरे-धीरे चित्रकला शिल्पकला सोपान चढ़ी। सिन्धुघाटी सभ्यता में पाये गये चित्रों में पशु-पक्षी मानव आकृति सुन्दर प्रतिमाएँ, ज्यादा नमूने भारत की आदि-सभ्यता की कला-प्रियता का द्योतक है। अजन्ता, बाध आदि के गुफा चित्रों की कलाकृतियाँ पूर्व-बौद्धकाल के अन्तर्गत आती है। भारतीय कला का उज्ज्वल इतिहास भित्ति चित्रों से ही प्रारम्भ होता है और संसार में इनके समान चित्र कहीं नहीं बने ऐसा विद्वानों का मत है। अजन्ता के कला मन्दिर प्रेम, धैर्य, उपासना, भक्ति, सहानुभूति, त्याग तथा शान्ति के अपूर्व उदाहरण प्रस्तुत करते हैं।

यही नहीं भारतीय संस्कृति (Indian Culture) में लोक कलाओं की खुशबू की महक आज भी अपनी प्राचीन परम्परा से समृद्ध है। जिस प्रकार आदिकाल से अब तक मानव जीवन का इतिहास क्रमबद्ध (Systematic) नहीं मिलता उसी प्रकार कला का भी इतिहास क्रमबद्ध नहीं है, परन्तु यह निश्चित है कि सहचरी के रूप में कला सदा से ही साथ रही है। लोक कलाओं का जन्म भावनाओं और परम्पराओं पर आधारित है क्योंकि यह जनसामान्य की अनुभूति की अभिव्यक्ति है। यह वर्तमान शास्त्रीय और व्यावसायिक कला की पृष्ठभूमि भी है। भारतवर्ष में पृथ्वी को धरती माता कहा गया है। मातृभूमि तो इसका सांस्कृतिक व परिष्कृत रूप है। इसी धरती माता का श्रद्धा से अलंकरण करके लोकमानव ने अपनी आत्मीयता का परिचय दिया। भारतीय संस्कृति में धरती को विभिन्न नामों से अलंकृत किया जाता है। गुजरात में "साथिया" राजस्थान में "माण्डना", महाराष्ट्र में "रंगोली" उत्तर प्रदेश में "चौक पूरना", बिहार में "अहपन", बंगाल में "अल्पना" और गढ़वाल में "आपना" के नाम से प्रसिद्ध है। यह कला धर्मानुप्राणित भावों से प्रेषित होती है, जिसमें श्रद्धा से रचना की जाती है। विवाह और शुभ अवसरों में लोककला का विशिष्ट स्थान है। द्वारों पर अलंकृत घड़ों का रखना, उसमें जल व नारियल रखना, वन्दनवार बांधना आदि को आज के आधुनिक युग में भी आदरभाव श्रद्धा और उपासना की दृष्टि से देखा जाता है।

आज भारत की वास्तुकला का उत्कृष्ट उदाहरण "ताजमहल" है, जिसने विश्व की अपूर्व कलाकृतियों के सात आश्चर्यों में शीर्षस्थ स्थान पाया है। दिल्ली में स्थित लालकिला, अक्षरधाम मन्दिर, कुतुबमीनार, जामा मस्जिद भी भारतीय वास्तुकला का अनुपम उदाहरण रहे हैं। मूर्तिकला, समन्वयवादी वास्तुकला तथा भित्तिचित्रों की कला के साथ-साथ पर्वतीय कलाओं ने भी भारतीय कला को समृद्ध किया है। सत्य, अहिंसा, करुणा, समन्वय और सर्वधर्म समभाव ये भारतीय संस्कृति के ऐसे तत्त्व हैं, जिन्होंने अनेक बाधाओं के बीच भी हमारी संस्कृति की निरन्तरता को अक्षुण्ण बनाए रखा है। इन विशेषताओं ने हमारी संस्कृति में वह शक्ति उत्पन्न की है कि वह भारत के बाहर एशिया, दक्षिण पूर्व एशिया में अपनी जड़े फैला सके।

हमारी संस्कृति के इन तत्त्वों को प्राचीन काल से लेकर आज तक की कलाओं में देखा जा सकता है। इन्हीं ललित कलाओं ने हमारी संस्कृति के सत्य, शिव और सौन्दर्य जैसे सकारात्मक पक्षों को चित्रित किया है। इन कलाओं के माध्यम से ही हमारा लोक-जीवन, लोक-मानस तथा जीवन का

आंतरिक और आध्यात्मिक पक्ष अभिव्यक्त होता रहा है, हमें अपनी इस परम्परा से कटना नहीं है अपितु अपनी परम्परा से ही रस लेकर आधुनिकता को चित्रित करना है

स्कूली पाठ्यक्रम में कला (Arts in School Curriculum)

कल्पनाशील सोच-विचार को शायद एक दक्षता न माना जाता हो लेकिन यह अधिकतर कलात्मक दक्षताओं से भी अधिक आधारभूत है। छोटी कक्षाओं में यह सिखाना बहुत मुश्किल है। कला के संसार में कल्पना की अलग ही उड़ान होती है और कला के इस संसार में प्रवेश कर पाना इतना भी आसान नहीं है। कला-शिक्षण के शुरुआत में सम्भव है कि किसी शिक्षक ने कोई आकृति बनाने या उसे रंगों से भरने या फिर सीधी लकीरें खींचने के लिए कहा हो। कभी-कभी बच्चे ऐसा करने में बोरियत महसूस करते हैं और कला की कक्षाओं में उनकी दिलचस्पी घटने लगती है। आमतौर पर उन्हें कोई रंग-बिरंगा दृश्यचित्र बनाने को दिया जाना चाहिए, या फिर जानवरों या किसी इन्सान की हल्की-फुलकी हंसी भरी तसवीर, तितलियाँ और चित्रकारी आदि। यदि यह उनका खुद का चुनाव होगा तो अधिक सम्भावना है कि वे इस पर मेहनत करेंगे। कभी-कभी वे शिल्प कार्य भी करते हैं। सामान्यतया यह देखा गया है कि उन्हें (छोटे बच्चों को) इस गतिविधि में अमूमन अधिक मजा आता है।

आमतौर पर कक्षा 6 से कक्षा 8 तक के बच्चों को जो वे करना चाहते हैं उसके चुनाव की छूट दी जाती है। कुछ दिलचस्पी लेते हैं और कुछ नहीं। बेहतर है कि विद्यार्थियों को ऐसा काम न दिया जाए जिसके लिए वे तैयार न हों। हम सब की कोशिश विभिन्न विषयों पर कुछ विचार उन तक पहुँचाने की रहती है जिन्हें वे अपनी स्केच-बुक में प्रयोग कर सकें। वे बहुत अच्छा प्रदर्शन न कर रहे हों तब भी उन्हें प्रोत्साहित किया जाना चाहिए। विद्यार्थी विचारों को अपना लेते हैं तो कुछ करने की इच्छा और प्रेरणा सबसे सशक्त होते हैं। यानी किए गए महत्वपूर्ण चुनाव में उनका दखल होना चाहिए। चुनाव वे स्वयं करेंगे तो काम भी बेहतर करेंगे।

नृत्य का महत्व (The Importance of Dance)

नृत्य भी मानवीय अभिव्यक्तियों (Human Expression) का एक अद्भुत प्रदर्शन है। यह एक सार्वभौम कला (Universal Arts) है, जिसका जन्म मानव जीवन (Human Life) के साथ हुआ है। बालक जन्म लेते ही रोकर अपने हाथ पैर मार कर अपनी भावाभिव्यक्ति करता है कि वह भूखा है, इन्हीं आंगिक-क्रियाओं से नृत्य की उत्पत्ति हुई है। यह कला देवी-देवताओं, दैत्य-दानवों, मनुष्यों एवं पशु-पक्षियों को अति प्रिय है। भारतीय पुराणों में यह दुष्ट नाशक एवं ईश्वर प्राप्ति का साधन मानी गई है। अमृत मंथन के पश्चात जब राक्षसों को अमरत्व प्राप्त होने का संकट उत्पन्न हुआ तब भगवान विष्णु ने मोहिनी का रूप धारण कर अपने लास्य नृत्य के द्वारा ही तीनों लोकों को राक्षसों से मुक्ति दिलाई थी। इसी प्रकार भगवान शंकर ने जब कुटिल बुद्धि दैत्य भस्मासुर की तपस्या से प्रसन्न होकर उसे वरदान दिया कि वह जिसके उपर हाथ रखेगा वह भस्म हो जाए। तब उस दुष्ट राक्षस ने स्वयं भगवान को ही भस्म करने के लिये कटिबद्ध हो उनका पीछा किया। एक बार फिर तीनों लोक संकट

में पड़ गये थे तब फिर भगवान विष्णु ने मोहिनी का रूप धारण कर अपने मोहक सौंदर्यपूर्ण नृत्य से उसे अपनी ओर आकृष्ट कर उसका वध किया।

भारतीय संस्कृति एवं धर्म आरंभ से ही मुख्यत नृत्यकला से जुड़े हैं। इन्द्र का अच्छा नर्तक होना तथा स्वर्ग में अप्सराओं के अनवरत नृत्य की धारणा से हम भारतीयों के प्राचीन काल से नृत्य से जुड़ाव की ओर ही संकेत करता है। विश्वामित्र-मेनका का भी उदाहरण ऐसा ही है। स्पष्ट ही है कि हम आरंभ से ही नृत्यकला को धर्म से जोड़ते आए हैं। पत्थर के समान कठोर व दृढ़ प्रतिज्ञ मानव हृदय को भी परिवर्तित करने की शक्ति इस कला में है। यही इसका मनोवैज्ञानिक पक्ष (Psychological Dimension) है। जिसके कारण यह मनोरंजक तो है ही, साथ ही धर्म, अर्थ, काम और मोक्ष का साधन भी है। यह स्व प्राप्ति का साधन भी है। यदि ऐसा नहीं होता तो यह कला, पुराणों और श्रुतियों से होती हुई आज तक अपने शास्त्रीय स्वरूप की धरोहर के रूप में हम तक प्रवाहित नहीं होती। इस कला को हिन्दु-देवी-देवताओं का प्रिय माना गया है। नटराज भगवान शिव का एक नाम है उस रूप में जिसे आनंद तांडव कहा जाता है और जिसमें वह सबसे उत्तम नर्तक हैं। उनका पंचकृत्य से संबंधित आनंद तांडव नृत्य सृष्टि की उत्पत्ति एवं रौद्र तांडव नृत्य संहार का प्रतीक भी है। भगवान विष्णु के अवतारों में सर्वश्रेष्ठ एवं परिपूर्ण कृष्ण नृत्यावतार ही है। इसी कारण वे "नटवर" कृष्ण कहलाये। भारतीय संस्कृति एवं धर्म के इतिहास में कई ऐसे प्रमाण मिलते हैं कि जिससे सफल कलाओं में नृत्यकला की श्रेष्ठता सर्वमान्य प्रतीत होती है।

नृत्य का प्राचीनतम ग्रंथ भरत मुनि का नाट्यशास्त्र माना जाता है। लेकिन नृत्य का उल्लेख वेदों में भी मिलता है, जिससे पता चलता है कि प्रागैतिहासिक काल में नृत्य की खोज हो चुकी थी। इतिहास की दृष्टि में सबसे पहले उपलब्ध साक्ष्य गुफाओं में प्राप्त आदिमानव के उकेरे चित्रों तथा हडप्पा और मोहनजोदड़ो की खुदाईयों में प्राप्त मूर्तियाँ हैं, जिनके संबंध में पुरातत्वेत्ता नर्तकी होने का दावा करते हैं। ऋग्वेद के अनेक श्लोकों में नृत्या शब्द का प्रयोग हुआ है। *इन्द्र यथा ह्यस्तितेपरीतं नृतोशग्वः। तथा नह्यंगं नृतो त्वदन्यं विन्दामि राधसे।* अर्थात् इन्द्र तुम बहुतों द्वारा आहूत तथा सबको नचाने वाले हो। इससे स्पष्ट होता है कि तत्कालीन समाज में नृत्यकला का प्रचार-प्रसार सर्वत्र था। इस युग में नृत्य के साथ निम्नलिखित वाद्यों का प्रयोग होता था। *वीणा वादं पाणिघ्नं तूणब्रह्मं तानृत्यान्दाय तलवम्।* अर्थात्- नृत्य के साथ वीणा वादक और मृदंग वादक और बांसुरीवादक को संगत करनी चाहिये और ताल बजाने वाले को बैठना चाहिये।

यजुर्वेद में भी नृत्य संबंधी सामग्री प्रचुर मात्रा में उपलब्ध है। नृत्य को उस युग में व्यायाम के रूप में माना गया था। शरीर को अरोग्य रखने के लिये नृत्यकला का प्रयोग किया जाता था। हरिवंश पुराण में भी नृत्य संबंधी घटनाओं का उल्लेख है। भगवान नेमिनाथ के जन्म के समय के कलापूर्ण नृत्य व गायन के समारोहों का वर्णन इसमें मिलता है। श्रीमद्भागवत महापुराण, शिव पुराण तथा कूर्म पुराण में भी नृत्य का उल्लेख कई विवरणों में मिला है। रामायण और महाभारत में भी समय-समय पर नृत्य पाया गया है। इस युग में आकर नृत्त, नृत्य और नाट्य तीनों का विकास हो चुका था। भरत के नाट्य शास्त्र के समय तक भारतीय समाज में कई प्रकार की कलाओं का पूर्णरूपेण विकास हो चुका था। इसके बाद संस्कृत के प्राचीन ग्रंथों जैसे कालिदास के अभिज्ञान-शाकुंतलम्, मेघदूतम्, वात्स्यायन

कृत कामसूत्र तथा मृच्छकटिकम् आदि ग्रंथों में इन नृत्य का विवरण हमारी भारतीय संस्कृति की कलाप्रियता को दर्शाता है। आज भी हमारे समाज में नृत्य-संगीत को उतना ही महत्व दिया जाता है जितना की प्राचीन काल में दिया जाता था। भारत के विविध शास्त्रीय नृत्यों की अनवरत शिष्य परंपराएँ हमारी इस सांस्कृतिक विरासत की धारा को लगातार पीढ़ी दर पीढ़ी प्रवाहित करती रहेंगी। छत्तीसगढ़ राज्य के खैरागढ़ में स्थित इन्दिरा कला संगीत विश्वविद्यालय संगीत, नृत्य और ललित कला के विकास को बढ़ावा देने में लगातार प्रयत्नशील है।

कहानी का महत्व (The Importance of Story):

कहानी हिन्दी में गद्य लेखन की एक विधा है। उन्नीसवीं सदी में गद्य में एक नई विधा का विकास हुआ जिसे कहानी के नाम से जाना गया। बंगला में इसे *गल्प* कहा जाता है। कहानी ने अंग्रेजी से हिंदी तक की यात्रा बंगला के माध्यम से की। कहानी गद्य कथा साहित्य का एक अन्यतम भेद तथा उपन्यास से भी अधिक लोकप्रिय साहित्य का रूप है। मनुष्य के जन्म के साथ ही साथ कहानी का भी जन्म हुआ और कहानी कहना तथा सुनना मानव का आदिम स्वभाव बन गया। इसी कारण से प्रत्येक सभ्य तथा असभ्य समाज में कहानियाँ पाई जाती हैं।

कहानी एक अत्यंत लोकप्रिय विधा के रूप में स्वीकृत हो चुकी है। प्रायः सभी पत्रपत्रिकाओं में, पाठकीय माँग के फलस्वरूप, कहानियों का छपा जाना अनिवार्य हो गया है। इस देश की प्रत्येक भाषा में केवल कहानियों की पत्रिकाएँ भी संख्या में कम नहीं हैं। रहस्य, रोमांस और साहस की कहानियों के अतिरिक्त उनमें जीवन को गंभीर रूप में लेने वाली कहानियाँ भी छपती हैं। साहित्यिक दृष्टि से इन्हीं का महत्व है। ये कहानियाँ चारित्रिक विशेषताओं, मूड (Mood), वातावरण, जटिल स्थितियों आदि के साथ सामाजिक-आर्थिक जीवन से भी सम्बद्ध होती हैं। सामान्यतः कहानी मीमांसा के लिए छः तत्वों का उल्लेख किया जाता है—

1. कथावस्तु

2. चरित्र-चित्रण

3. कथोपकथन

4. देशकाल

5. भाषाशैली और

6. उद्देश्य

किंतु इन प्रतिमानों का प्रयोग नाटक और उपन्यासों के लिए भी होता है। ऐसी स्थिति में भ्रान्ति उत्पन्न हो सकती है। लेकिन इसका परिहार यह कह कर लिया जाता है कि कहानी की कथावस्तु इकहरी होती है। चरित्र के लिए किसी पहलू का चित्रण होता है। कथोपकथन अपेक्षाकृत अधिक सूक्ष्म तथा

मर्मस्पर्शी होता है। कहानी में एक देश और एक काल की ज़रूरत होती है। 60 के दशक के बाद की कहानियों का तेवर बदला हुआ है। इन कहानियों को साठोत्तरी कहानी कहा जाता है। इस दौर में कई कहानी आंदोलन चले जिनमें अकहानी, सहज कहानी, सचेतन कहानी, समांतर कहानी और सक्रिय कहानी आंदोलन प्रमुख थे। बाद में जनवादी कहानी आंदोलन में इनका समाहार हो जाता है। नब्बे के दशक की कहानी और 21वीं सदी के पहले दशक की कहानी का अभी तक समुचित मूल्यांकन नहीं हो पाया है लेकिन उनमें वैश्वीकरण, सूचना तंत्र और बाजारवाद की अनुगूँजसाफ सुनी जा सकती है। किसी कहानी के द्वारा स्व का प्रकटीकरण किस प्रकार किया जा सकता है, इसका एक उदाहरण नीचे दिया जा रहा :

कहानी:

मैं एक प्राइवेट विद्यालय में शिक्षक था। मैं शुरू से ही शांत प्रकृति का इंसान था। एक दिन कक्षा में पढ़ाते हुए किसी बच्चे पर मुझे गुस्सा आ गया और मैंने उस बच्चे को डांट दिया। बच्चे को अपना अपमान बर्दाश्त नहीं हुआ, उसने अपनी कापी फाड़ दी और उसने मेरे सवालियों का जवाब भी नहीं दिया। मैंने इसके लिए न तो उस बच्चे को कोई सजा दी और न ही इसकी शिकायत शाला प्रबंधन और न ही उस बच्चे के अभिभावकों से की। इस घटना से मेरे दिल को बहुत ठेस पहुंची और उस बच्चे के प्रति मेरा व्यवहार बदल गया। मैंने फिर कभी उस बच्चे को कुछ नहीं कहा।

मेरा मन उस बच्चे द्वारा किए अप्रत्याशित व्यवहार और अपने अपमान के भाव को भुला नहीं पाया। मेरे मन के ये हालात हालांकि और किसी की समझ में नहीं आ रहे थे लेकिन इससे सबसे ज्यादा खुद मैं और वह बच्चा पीड़ित थे। खुद उस बच्चे ने मुझसे पूछा, सर! आप सबको उनकी गलतियों के लिए डांटते हैं लेकिन मुझे क्यों नहीं डांटते? मुझसे क्या गलती हो गई है, आप मेरे प्रति ऐसा व्यवहार क्यों कर रहे हैं?

दरअसल मैं उस बच्चे को दिल से माफ नहीं कर पा रहा था। एक अध्यापक के नाते मैं, अपना अध्यापन का फर्ज तो निभा रहा था लेकिन अंदर ही अंदर अपने प्रति उस बच्चे के व्यवहार की खटास मुझे सहज नहीं होने दे रही थी। मेरा मन उस अपमान को भुला नहीं पाया था। उस बच्चे के व्यवहार से मुझे बहुत दुख पहुंचा था। ऐसा होते-होते कई दिन बीत गए। कुछ दिनों बाद मेरा शहर के एक ध्यान शिविर में जाना हुआ जहां ध्यान से पहले आत्म-शुद्धि के लिए एक सत्र चल रहा था। वहां अनुदेशक सब लोगों से अपने आपसे दूसरों को माफ करने के लिए कह रहा था। जिसने तुम्हारा दिल दुखाया उसे माफ कर दो। उसकी गलतियों की सजा भगवान् खुद देगा। तुम उसे माफ न करके अपने आपको पीड़ा दे रहे हो। माफ कर दो और अपने मन का बोझ हल्का कर दो। किसी के गलत व्यवहार को अपने मन में मत रखो, उसे भुला दो और उस इंसान को सच्चे दिल से माफ कर दो। माफ कर देना सजा देने से बड़ी बात है। मेरे ऊपर पर भी उस सेशन का असर पड़ा। मैं पिछले कई दिनों से उस बच्चे को माफ नहीं कर पा रहा था। इस ध्यान सत्र के दौरान मैंने भी उस बच्चे को माफ कर दिया। आज मुझे यह एहसास हुआ कि माफ कर देना जीवन की सबसे बड़ी जीत है।

प्रोजेक्ट के इस अंश में आप से यह अपेक्षा की जाती है कि आप स्व-प्रकटीकरण से सम्बंधित 400-500 शब्दों की एक कहानी लिखेंगे। इस हेतु अनिवार्य शर्त यह है कि वह आप के विद्यालयी जीवन से सम्बंधित हो।

1.6 समुदाय के लोगों से सम्पर्क स्थापित करना (Meeting people within community)

शिक्षा का महत्व तब तक ठीक तरह से प्रतिपादित नहीं होता है जब तक कि शिक्षा सामाजिक सरोकारों से संबद्ध नहीं होती है। सामाजिक सरोकार से तात्पर्य शिक्षा का या शैक्षणिक कार्यों से संबद्ध व्यक्तियों का सामाजिक मुद्दों से अंतरंगता के साथ जुड़ाव से है। आज के इस आधुनिक समय में हम सब अध्यापकों का जुड़ाव सामाजिक मुद्दों से अवश्यमेव होना चाहिए। इस इकाई में हम सब सामाजिक मुद्दों एवं समाज के सामान्य व्यक्तियों से कैसे सम्बन्ध स्थापित करें या कैसे संवाद स्थापित करें। इस पर चर्चा करेंगे।

सामान्यतया विद्यालय को हम सूक्ष्म समाज (Mini-Society) का दर्जा देते हैं क्योंकि समाज के प्रत्येक वर्ग को चाहे अमीर हो या गरीब हो चाहे हिंदू हो या मुस्लिम चाहे लड़का हो लड़की उसी सामाजिक ताने-बाने के बीच से होकर के विद्यालय में आता है। यदि हम यह कहें कि समाज विद्यालय के बिना एवं विद्यालय समाज के बिना संचालित नहीं हो सकता तो यह अतिशयोक्ति नहीं होगी। जॉन डी. वी. (1907) के शब्दों में "विद्यालय समाज का लघु प्रतिरूप है।" विद्यार्थियों में बेहतर एवं वाछिंत परिवर्तन लाने के लिए भी अध्यापकों को अपने अभिभावकों को निश्चित रूप से समुदाय का ही एक हिस्सा हैं, से सहयोग (Help) एवं सहभागिता (Participation) की अनिवार्य रूप से आवश्यकता होती है। इस आवश्यकता की पूर्ति हेतु अध्यापकों को समुदाय के लोगों से संवाद स्थापित करने की आवश्यकता पड़ती है। अध्यापकों द्वारा समुदाय से दो तरह से संवाद (Communication) स्थापित किया जा सकता है।

1. अध्यापक समुदाय के व्यक्तियों को विद्यालय में आमंत्रित करें।
2. अध्यापक स्वयं समुदाय में जाकर समुदाय के व्यक्तियों के साथ संवाद स्थापित करें।

एक अन्य तरीका यह भी हो सकता है कि समुदाय सहभागिता (Community Participation) सुनिश्चित करने हेतु समुदाय के किसी महत्वपूर्ण व्यक्ति को विद्यालय की प्रबन्धसमीति का सदस्य नामित किया जाय। जिससे कि उस व्यक्ति के महत्वपूर्ण सुझावों का उपयोग विद्यालय के कुशल संचालन में किया जा सके। प्रश्न यह उठता है कि आखिर समुदाय एवं विद्यालय का आपस में संवाद स्थापित होने से समुदाय के लोगों या विद्यालय के अध्यापक एवं विद्यार्थियों का क्या भला हो सकता है। इसका सीधा सा उत्तर यह हो सकता है कि इससे अध्यापक के अनुभव का साथ समाज को एवं समाज के अनुभव का लाभ विद्यालय को सहजता से प्राप्त होगा एवं इससे निश्चित रूप से समुदाय एवं विद्यालय दोनों का भला होगा।

अध्यापक एवं समुदाय का सम्बन्ध (Relationship between Community and Teacher)-

समुदाय एवं अध्यापक का एक-दूसरे के साथ का गहरा सम्बन्ध है इसलिए अध्यापक को विभिन्न मुद्दों एवं जागरूकता अभियानों (Awareness Campaign) के साथ समुदाय के बीच जाना ही चाहिए। सामान्यतया बहुत से अध्यापक ऐसा समझते हैं कि उनका काम केवल विद्यार्थियों को औपचारिक कक्षा-कक्ष परिस्थिति (Formal Classroom Situation) में पढ़ाना है किन्तु वास्तव में ऐसा न होकर के उनका दायित्व विद्यार्थियों को भावी जीवन हेतु तैयार करने के साथ-साथ सामुदायिक दायित्वों (Community Responsibilities) का निर्वहन करना भी है। सामुदायिक दायित्वों का निर्वहन समुदाय के व्यक्तियों से संवाद स्थापित किये बिना कदापि संभव नहीं है। विद्यालय भी अपने सामुदायिक दायित्वों के निर्वहन हेतु विभिन्न जागरूकता अभियानों का आयोजन कर सकते हैं। यथा-

1. पर्यावरण बचाओ जागरूकता अभियान
2. जल बचाओ जागरूकता अभियान
3. एड्स सुरक्षा अभियान
4. बेटी बचाओ और बेटी पढ़ाओ अभियान
5. स्वच्छता अभियान इत्यादि

इन अभियानों का चलाने हेतु भी अध्यापकों को सामुदायिक प्रतिभाग (Community Participation) को सुनिश्चित करना होता है। इन अभियानों को सफलता पूर्वक संचालित करने हेतु यह भी आवश्यक है कि सभाएं या रैलियां आयोजित की जायें। इसके अतिरिक्त समुदाय के बीच जाकर अध्यापकों को विभिन्न मुद्दों पर जागरूक लाने हेतु अपने स्तर पर भी प्रयास करना चाहिए।

प्रोजेक्ट (Project) के इस अंश में आप से यह अपेक्षा की जाती है कि इस हेतु एक अध्यापक जागरूकता अभियान (Teacher Awareness Campaign) या समुदाय से संवाद स्थापित करने के आयोजन की रिपोर्ट 300 शब्दों में तैयार कर प्रस्तुत करेंगे।

1.7 परामर्श एवं निर्देशन के द्वारा वास्तविक जीवन (परिवार/महाविद्यालय या समुदाय के बीच) में प्रतिभाग करना या निर्देशन करना (Participate or lead in real life intervention (within families/college or community through guidance and counselling))

परामर्श

परामर्श (Counselling) से तात्पर्य संयुक्त खोज की प्रक्रिया से है इस प्रक्रिया में एक ओर परामर्श लेने वाला होता है तथा दूसरी तरफ परामर्शक होता है। रेबर तथा रेबर (2001) ने लिखा है कि “परामर्श एक व्यापक शब्द है, जिसका उपयोग किसी व्यक्ति की व्यक्तिगत समस्याओं के समाधान में सहायता करने, भविष्य के लिए योजना बनाने आदि से सम्बद्ध साक्षात्कार, परिक्षण, निर्देशन, उपदेश आदि की अनेक प्रक्रियाओं के लिए किया जाता है। जो चिकित्सक वैवाहिक समस्याओं, औषध दुरुपयोग, व्यावसायिक चयन, सामुदायिक कार्य आदि में निर्देशन देने में विशेषज्ञ होते हैं, उन्हें परामर्श-मनोवैज्ञानिक कहा जाता है।”

परिभाषा

रोजर्स (Rogers) के अनुसार “परामर्श किसी व्यक्ति के साथ लगातार प्रत्यक्ष संपर्क की वह कड़ी है जिसका उद्देश्य व्यक्ति को उसकी अभिवृत्ति तथा व्यवहार में परिवर्तन (Change in behaviour) लाने में सहायता प्रदान करना है।”

ब्रेमरने परामर्श को स्व-समायोजन (Self Adjustment) की ऐसी प्रक्रिया माना जा सकता है जिसमें परामर्श लेने वाले को इस तरह सहायता की जा सके की वह पहले से अधिक स्व-निर्देशित (Self-Guided) बन सके।

निर्देशन

निर्देशन का अर्थ है मार्ग दिखाना या सहायता करना। जिससे व्यक्ति यह निश्चित कर सके कि वह अपने उद्देश्य को किस प्रकार से प्राप्त कर सकता है। निर्देशन एक प्रकार की व्यक्तिगत सहायता है जो किसी निपुण व्यक्ति के द्वारा दी जाती है। निर्देशन द्वारा व्यक्ति के अन्दर एक अंतर्दृष्टि (Insight) उत्पन्न की जाती है जिससे वह स्वयं अपनी समस्याओं का समाधान करने में समर्थ होता है। निर्देशन के द्वारा व्यक्ति को अपनी बुद्धि योग्यताओं, क्षमताओं, अभिरूचियों और व्यक्तित्व संबंधी विशेषताओं का ज्ञान प्राप्त होता है जिससे वह अपने जीवन को सार्थक बनाता है। इस प्रकार निर्देशन व्यक्ति के जीवन के लक्ष्य निश्चित करने में, सामंजस्य स्थापित करने में तथा समस्याओं को सुलझाने में सहायता प्रदान करता है।

निर्देशन, अंग्रेजी शब्द *Guidance* का हिन्दी रूपान्तरण है जिसका अर्थ है राय, मशविरा तथा सुझाव लेना या देना।

परिभाषा (Definitions)

स्किनर (Skinner) ने निर्देशन को परिभाषित करते हुए कहा है कि “नवयुवकों को स्वयं अपने प्रति, दूसरे के प्रति तथा परिस्थितियों के प्रति समायोजन करने की प्रक्रिया मार्गदर्शन है।”

क्रो एंड क्रो (Crow and Crow) के अनुसार “निर्देशन वह व्यक्तिगत सहायता है जो व्यक्ति को आत्म-निर्देशन के विकास में सहायता देती है। यह सहायता व्यक्ति विशेष को अथवा व्यक्ति समूह

को दी जाती है। इसमें व्यक्ति पर ध्यान केन्द्रित किया जाता है। इसमें व्यक्ति महत्वपूर्ण होता है समस्या नहीं।”

निर्देशन एवं परामर्शन में अंतर

क्रमांक	निर्देशन (Guidance)	परामर्श (Counselling)
1	निर्देशन का क्षेत्र व्यापक है।	परामर्श का क्षेत्र संकुचित है।
2	निर्देशन की आवश्यकता सभी व्यक्तियों को होती है।	परामर्श की आवश्यकता केवल उन व्यक्तियों को होती है जिन्हें गंभीर शैक्षिक, मनोवैज्ञानिक समस्याओं का सामना करना पड़ता है।
3	निर्देशन व्यक्तिगत या सामूहिक रूप से दिया जा सकता है।	परामर्श मुख्य रूप से सामूहिक दिया जाता है।
4	निर्देशन समय, शक्ति, तथा वित्तीय रूप से मितव्ययी है।	परामर्श में अधिक समय लगता है और खर्चीली प्रक्रिया है।
5	निर्देशनकर्ता मुख्यतः शैक्षिक एवं व्यावसायिक समस्याओं से सम्बंधित मार्गदर्शन करता है।	परामर्शदाता मुख्यतः संवेगात्मक और समायोजनात्मक समस्याओं से संबन्धित परामर्श देता है।
6	निर्देशनकर्ता प्रायः निर्देशन की विषयवस्तु का जानकार होता है।	परामर्शदाता, परामर्श की समस्या के बारे में पहले से नहीं जानता है।
7	निर्देशन में साक्षात्कार अनिवार्य नहीं है।	परामर्श में साक्षात्कार अनिवार्य है।
8	निर्देशन प्रदान करने के लिए परामर्शदाता और परामर्शीमें घनिष्ठता ज़रूरी नहीं है।	परामर्श प्रदान करने के लिए परामर्शदाता और परामर्शीमें घनिष्ठता ज़रूरी है।

विगत कुछ दशकों में राष्ट्रीय और अन्तर्राष्ट्रीय परिदृश्य में व्यापक परिवर्तन घटित हुआ है। जनसंख्या वृद्धि निरन्तर हो रही है। उद्योग जगत में स्वचालित मशीनों और कम्प्यूटरों का उपयोग हो रहा है जिससे रोजगार के अवसर घटे हैं। अन्तर्राष्ट्रीय प्रतिस्पर्धा तथा माँग में कमी के कारण उद्योग जगत अपने लाभ को संरक्षित करने के उद्देश्य से कर्मचारियों को कार्य मुक्त कर रहे हैं। विकास की दर में कमी आयी है, अभिष्ट आर्थिक विकास दर प्राप्त नहीं हो पा रही है। रोजगार के उपलब्ध अवसरों के लिए विशिष्ट शिक्षा, प्रशिक्षण और अनुभव की माँग की जा रही है। आर्थिक, औद्योगिक एवं अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर भूमण्डलीकरण का प्रभाव विविध रूपों में देखा जा रहा है। आज स्नातक और स्नातकोत्तर उपाधि प्रदान करने वाले महाविद्यालयों, विश्वविद्यालयों एवं तकनीकी संस्थानों में अध्ययनरत छात्रों की संख्या लाखों में पहुँच गई है। विद्यार्थियों के सामने शैक्षिक, व्यावसायिक, समायोजनात्मक और अन्य प्रकार के संकट विकराल रूप में विद्यमान हैं। परामर्श कार्यक्रम राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय स्तर की आर्थिक व्यावसायिक एवं औद्योगिक समस्याओं का समाधान नहीं कर सकता है। उन समस्याओं का समाधान उचित अधिकारी द्वारा ही किया जायेगा। लेकिन जब युवा विद्यार्थियों के सामने अनेक प्रश्न चिन्ह एक साथ प्रकट हो रहे हों, तब समस्याओं का सामना करने, प्रतिकूल परिस्थितियों के बीच से अपना मार्ग खोजने, सफलता अर्जित करने और समायोजन स्थापित कर पाने संबंधी विद्यार्थी के प्रयत्नों में परामर्श के स्तर से परामर्श कार्यक्रमों के माध्यम से सहयोग दिया जाना महत्वपूर्ण और वांछनीय हो जाता है। उच्च शिक्षा प्राप्त कर रहे छात्रों की संख्या तथा ऐसी शिक्षा प्रदान करने वाले संस्थानों की संख्या में निरन्तर वृद्धि हो रही है। शिक्षा के स्वरूप में बदलाव आया है। शिक्षा के क्षेत्र में विशेषज्ञ और विशिष्टताओं की माँग बढ़ गई है। अभियांत्रिकी, स्वास्थ्य शिक्षा, कम्प्यूटर, पत्रकारिता, फैशन टेक्नोलॉजी, बायोटेक्नोलॉजी, प्रबंधन और अन्य अनेक व्यावसायिक पाठ्यक्रमों में रोजगार आकर्षण होने तथा रोजगार मिलने की संभावना प्रबल होने के कारण प्रवेश पाने की इच्छा अधिकतर विद्यार्थियों और उनके माता पिता में भी प्रबल हो गयी है। उत्तर किशोरावस्था एवं आरम्भिक युवावस्था वाले विद्यार्थी अपने करियर (भविष्य) के लिए चिन्तित, परेशान, कुण्ठित और तनावग्रस्त (Stressed) देखे जा सकते हैं। इसलिए महाविद्यालयों, विश्वविद्यालयों तथा उच्च शिक्षा के संस्थानों में ऐसे परामर्श कार्यक्रमों की आवश्यकता होती है जो विद्यार्थियों को उनके अध्ययन काल में तथा अध्ययन समाप्त कर चुकने के कुछ वर्ष बाद तक भी उनकी शैक्षिक, व्यावसायिक, समायोजनात्मक, उपव्यावसायिक समस्याओं के साथ ही कभी-कभी व्यक्तिगत समस्याओं के समाधान हेतु उनके प्रयत्नों में सहयोग प्रदान करे।

महाविद्यालयों में अध्ययनरत विद्यार्थियों में परामर्श संबंधी आवश्यकताएं शिक्षा समायोजन और खाली समय के सदुपयोग हेतु परामर्श के अतिरिक्त व्यावसायिक क्षेत्र की दिशा में विस्तृत हो जाती हैं। शिक्षा के प्रथम चरण में होने के कारण विद्यार्थी स्वाभाविक रूप में अगली अवस्था-व्यावसायिक स्थापन के लिए चिंतित होता है। इन विद्यार्थियों की प्रमुख आवश्यकताओं का संक्षिप्त वर्णन निम्न है-

1. **विद्यार्थियों की शैक्षिक परामर्श संबंधी आवश्यकताएं (Necessity for Educational Counselling of Students)**-उच्च शिक्षा प्रदान करने वाली शिक्षण संस्थाओं की समाज और उद्योग जगत में अपनी अपनी पृथक पहचान होती है। अधिक प्रतिष्ठित संस्थाओं में प्रवेश कठिन होता है जबकि अन्य अनेक में प्रशिक्षण की गुणवत्ता

संदिग्ध होती है, इसलिए विद्यार्थियों को उच्च शिक्षण संस्थाओं के बारे में सही सूचना की आवश्यकता होती है। स्नातक स्तर के विद्यार्थियों को परास्नातक पाठ्यक्रमों (जैसे एम.सी.ए./एम.बी.ए.आदि) के लिए उपयुक्त संस्थाओं के चयन, प्रवेश प्रणाली, शुल्क संरचना एवं अन्य शर्तों के बारे में सूचना की आवश्यकता होती है। वर्तमान पठ्यक्रम के अन्तर्गत अनेक विशिष्टताएं (Specialisation) भी उपलब्ध होती हैं। ऐसे विकल्पों के प्रकट होने पर उपयुक्त विकल्प के चयन में परामर्श की आवश्यकता होती है। उच्च शिक्षा प्रदान करने वाले अच्छे संस्थानों की संरचना व्यापक एवं जटिल होती है। विद्यार्थियों को भौतिक संरचना, उपलब्ध पाठ्यक्रम, कार्यरत संकाय सदस्यों के बारे में एवं संस्थामें प्राप्त सुविधाओं जैसे छात्रवृत्ति, चिकित्सा सहायता, पुस्तकालयी सुविधा, निर्देशन सेवा, स्थापना सेवा (Placement Service) से संबंधित जानकारियों की आवश्यकता होती है। पुरानी स्थापित शिक्षण संस्थाओं के कतिपय मूल्य, परम्पराएं और ऊंचे लक्ष्य होते हैं जिनकी विद्यार्थियों द्वारा पूर्ति होनी चाहिए। अतः विद्यार्थियों को इस संदर्भ में पूर्वाभिमुखीकरण की प्राप्ति की आवश्यकता होती है।

2 समायोजन के क्षेत्र में परामर्श की आवश्यकताएं (Necessity of Counselling in the field of Adjustment)-

विद्यार्थियों के लिए संस्था की भौतिक संरचना और शैक्षिक परिवेश के साथ समायोजित होने के अतिरिक्त संस्था के सामाजिक परिवेश के साथ समायोजन स्थापित करना भी महत्वपूर्ण होता है। किशोरावस्था अवस्था के विद्यार्थियों के लिए कॉलेज, घर तथा समाज सभी जगहों पर अपनी स्वीकृति की आवश्यकता प्रबल होती है। यदि व्यक्ति को कहीं किसी परिवेश में स्वीकार नहीं किया जाता है तो समायोजनात्मक समस्याएं उत्पन्न होने लगती हैं। हरलॉक ने उत्तर किशोरावस्था एवं आरम्भिक युवावस्था वाले लोगों में स्वीकृति/अनुमोदन, स्नेह और उपलब्धि जैसी तीन प्रमुख आवश्यकताओं की ओर ध्यान आकृष्ट किया है। युवकों की प्रसन्नता की मात्रा इन तीन आवश्यकताओं की पूर्ति द्वारा प्रभावित होती है। आजकल महाविद्यालयों में रैगिंग (Ragging) की समस्या भी आम हो गई है, जिसका उचित समाधान करना ज़रूरी हो गया है। इस दिशा में परामर्श की आवश्यकता महाविद्यालय स्तर पर अति आवश्यक हो गई है क्योंकि कुसमायोजन की वजह से बहुत से किशोर और युवा नशे जैसी प्रवृत्ति में लिप्त होते जा रहे हैं। इसके अतिरिक्त परिवार, समाज की प्रतिष्ठा हेतु बिना इच्छा से चयन किया हुआ विषय अथवा संकाय भी कुसमायोजन की ओर ले जा रहा है, परिणाम स्वरूप आत्महत्या और अपराध की दिशा में किशोरों और युवाओं के कदम बढ़ने लगते हैं।

3 व्यावसायिक निर्देशन से संबंधित आवश्यकताएं (Necessity for Vocational Guidance)-

शिक्षा के सर्वोच्च सोपानों पर अध्ययनरत विद्यार्थियों के लिए व्यवसाय हेतु तैयारी शिक्षा का अत्यन्त महत्वपूर्ण अंग है। जो विद्यार्थी व्यावसायिक पाठ्यक्रम में अध्ययन कर रहे होते हैं उन्हें भी रोजगार क्षेत्र में प्रविष्ट होने से पहले अनेक प्रकार की तैयारियां करनी होती हैं। जबकि सामान्य पाठ्यक्रमों में अध्ययनरत विद्यार्थियों को तो व्यापक तैयारियों की आवश्यकता पड़ती है। विद्यार्थियों को व्यवसाय एवं उद्योग जगत के बारे में यह जानने की आवश्यकता होती है कि किस प्रकार की विशेषज्ञता अथवा अतिरिक्त अध्ययन और प्रशिक्षण की मांग की जा रही है। विद्यार्थियों को कार्य संबंधी अनुभव की आवश्यकता होती है। जिससे कि विभिन्न प्रकार के कार्यस्थलों में से किसी भी क्षेत्र में प्रविष्ट होने से पूर्व उचित दृष्टिकोण का विकास किया जा सके। महाविद्यालय के स्तर पर ऐसे कैंप (Camp) का आयोजन किया जाना चाहिये जिससे छात्र-छात्राओं के लिए देश भर में फैली हुई इकाईयों के साथ सम्पर्क स्थापित हो सके। जहां उन्हें नवीन रोजगार की सूचना व रोजगार के अवसर प्राप्त हो सकें।

महाविद्यालय परामर्शन के निम्न प्रयोजन हैं -

1. **आत्म-मूल्यांकन (Self-Evaluation):** महाविद्यालय में परामर्शन का उद्देश्य छात्रों को स्वयं को समझने में सहायता प्रदान करना है। इस हेतु परामर्शदाता विभिन्न प्रकार के प्रश्नों की सहायता से छात्रों को उसकी कुंठाओं से उबरने का अवसर प्रदान करता है। ब्राडल का मत है कि परामर्शदाता को आत्म-मूल्यांकन के लिए ऐसे प्रश्न बनाने चाहिए, जिससे कि वह छात्र का ध्यान उस ओर खींच सके, जो छात्र के भविष्य के लिए बहुत महत्वपूर्ण है।
2. **प्रोत्साहन (Encouragement):** प्रोत्साहन द्वारा छात्रों की मानसिक एवं नैतिक शक्ति को मजबूती प्रदान करने की कोशिश की जाती है। यदि परामर्श के आरम्भ में ही संपर्क सही तरह से स्थापित किया जा चुका है तो प्रोत्साहन संबंधी कार्य सरलता एवं सुगमतापूर्वक किया जा सकता है।
3. **आवश्यक सूचनाओं की पूर्ति (Supply of Necessary Information):** परामर्श प्रक्रिया के समय परामर्शदाता को प्रशिक्षण सुविधा या व्यवसाय के बारे में विशिष्ट सूचना की आवश्यकता अनुभव हो सकती है। परामर्शदाता को इतने प्रभावशाली ढंग से सूचना देनी चाहिए कि परामर्शदाता का उद्देश्य परामर्शी के दृष्टिकोण को विकसित करना तथा अधिकतम विकास के लिए संभावित उपयोगों के बारे में सुझाव देना ही है।
4. **नियोजन (Planning):** महाविद्यालय परामर्श का मुख्य कार्य छात्रों को स्वयं से संबंधित नियोजन में सहायता देना है। इस नियोजन की रूपरेखा स्व-मूल्यांकन विशेषज्ञों से एकत्रित सूचनाओं तथा परामर्शदाता द्वारा प्रदत्त प्रोत्साहन पर आधारित होती है। इस सम्पूर्ण कार्य के लिए अच्छे नियोजन की आवश्यकता होती है।
5. **आत्म-अन्वेषण (Self-Introspection):** परामर्श प्रक्रिया में परामर्श दाता का यह कर्तव्य है कि वह परामर्शी से अधिक से अधिक सूचनाएं प्राप्त करे। परामर्शी को इस

- प्रक्रिया में निष्क्रिय श्रोता के रूप में नहीं रहकर एक क्रियाशील अभिकर्ता के रूप में होना चाहिए। समस्या के समाधान में कर्मचारी का सहयोग अति आवश्यक है।
6. **व्याख्या करना (Explanation):** परामर्शदाता को चाहिए कि वह परामर्शीका पर्याप्त समय तक अवलोकन करके और आवश्यकतानुसार मनोवैज्ञानिक परीक्षणों का उपयोग करके उसकी योग्यताओं और क्षमताओं का निर्धारण करे तथा परीक्षण काल में उनको इनका (योग्यताओं और क्षमताओं का) संज्ञान भी करता रहे।
 7. **विश्लेषण (Analysis):** परामर्श प्रक्रिया का सबसे अधिक महत्वपूर्ण बिंदु विश्लेषण है। छात्र अथवा परामर्शी को अपनी योग्यताओं एवं क्षमताओं के ज्ञान के साथ-साथ अपनी विशेषताओं का विश्लेषण करने में सक्षम होना चाहिए। परामर्शदाता इस कार्य के लिए अवलोकन और मनोवैज्ञानिक परीक्षणों का प्रयोग कर सकता है।
 8. **स्पष्टीकरण (Clarification):** व्याख्या एवं स्पष्टीकरण में अंतर करना कठिन है। स्पष्टीकरण व्याख्या का एक अंग है। परामर्शदाता के लिए प्रत्यय को अधिक बोधगम्य बनाने की क्रिया स्पष्टीकरण है।
 9. **स्वीकृति (Acceptance):** कुछ मनोवैज्ञानिकों का मत है कि परामर्शदाता को प्रत्येक कार्य स्वयं करना चाहिए और परामर्शदाता को जल्दबाजी में अथवा बिना विश्लेषण किये अपनी स्वीकृति नहीं देनी चाहिए।
 10. **प्रबलन (Reinforcement):** प्रेरणा की उपस्थिति और क्रमिक सफलता का ज्ञान अधिगम प्रक्रिया के महत्वपूर्ण अंग है। कुछ मनोवैज्ञानिकों ने प्रबलन के स्थान पर पुरस्कार और दंड शब्द का प्रयोग किया है। परामर्शदाता को छात्र/परामर्शी की सहायता ऐसे कार्य का चयन करने के लिए करनी पड़ती है जिसको करने में वो सर्वथा समर्थ और सक्षम हो।
 11. **मूल्यांकन (Evaluation):** कर्मचारियों को ठीक ढंग से कार्य करने के लिए प्रेरणा मिले एवं कमियों को दूर करने के लिए ठीक तरीके से फीडबैक (Feedback) भी दिया जाय इसके लिए कार्यों का ठीक ढंग से मूल्यांकन भी किया जाना अपेक्षित है।

पारिवारिक परामर्श (Family Counselling):

पारिवारिक परामर्श की प्रक्रिया पारिवारिक समस्याओं पर केन्द्रित होती है, जिसमें परिवार के सदस्यों के साथ विचार-विमर्श, वार्तालाप व सौहार्दपूर्ण तर्क-वितर्क के आधार पर परिवार के सदस्यों को इस योग्य बनाया जाता है कि वे अपनी समस्याओं के समाधान के लिए स्वयं निर्णय ले सकें। बल्कि यह कहना चाहिए कि पारिवारिक परामर्श पूर्ण रूप से स्वयं-निर्णय निर्माण पर आधारित है और उत्तम पारिवारिक परामर्श के द्वारा लिये गये निर्णय के रूप में होता है। उत्तम पारिवारिक परामर्श 'फेमिली लॉ एक्ट' के अन्तर्गत व्यावसायिक रूप से प्रशिक्षित व्यक्ति द्वारा परिवार के पारस्परिक सम्बंध एवं भावनाओं को ध्यान में रखकर परिवार की समस्याओं को समाधान करने योग्य बनाना है।

परिवार की संरचना और प्रकार्य में बहुत तेजी से परिवर्तन आ रहे हैं। पाश्चात्य देशों के बारे में एक प्रश्न उठ खड़ा हो गया है कि क्या परिवार भविष्य में लुप्त हो जाएगा? उभरते तथ्यों को देखने से ऐसा

लगता है कि परम्परागत मूल परिवार का भविष्य खतरे में है। इस संदेह का कारण स्वाभाविक है क्योंकि तलाक के मामलों में वृद्धि हो रही है। विकसित देशों में लोग विवाह के पूर्व स्वच्छंद होकर यौन-इच्छाओं की पूर्ति और प्रजनन का कार्य कर रहे हैं। विभिन्न देशों के कानूनों द्वारा, यहाँ तक की भारत में भी “लिव इन रिलेशनशिप (Live in Relationship)” को मान्यता दे दी गई है। जिसमें बिना किसी की अनुमति के कोई भी पुरुष या महिला किसी भी अन्य पुरुष अथवा महिला के साथ बिना विवाह किये रह सकते हैं और अपनी यौन इच्छाओं की पूर्ति करते हुए संतान भी उत्पन्न कर सकते हैं। अकेले रहने वाले लोगों की संख्या में भी दिन-ब-दिन बढ़ोतरी हो रही है। बहुत सारे समाज वैज्ञानिक आज यह सोचने के लिए विवश हो गए हैं कि परिवार समिति एवं संस्था के रूप में धीरे-धीरे अपने पतन की ओर बढ़ रहा है और यह पतन सम्भवतः एक दिन परिवार को इसकी समाप्ति के कगार पर लाकर खड़ा कर देगा। ऐसी चिन्ता सिर्फ समाजशास्त्रियों एवं मानवशास्त्रियों तक ही सीमित नहीं, बल्कि आये दिन पश्चिमी देशों के कुछ राजनीतिज्ञों द्वारा भी व्यक्त की जा रही है। आधुनिकोत्तर समाज की अपनी परेशानियाँ हैं जो विभिन्न रूपों में समाज में प्रकट हो रही हैं। परन्तु यह भविष्यवाणी करना काफी कठिन है कि पाश्चात्य देशों में परिवार मुक्त समाज कब स्थापित होगा। मार्क्स एवं उनके अनुयायियों ने भी परिवार के भविष्य पर संदेह व्यक्त किया है, लेकिन उनके संदेह का कारण उस पर चर्चित कारणों से भिन्न है। मार्क्स एवं एंगल्स ने यह दलील दी है कि परिवार पूंजीवादी समाज की विशेषता है। पूंजीवादी समाज के अंतर्गत परिवार जैसी संस्था के माध्यम से बच्चों एवं महिलाओं का आर्थिक शोषण होता है। इस व्यवस्था में लोग महिलाओं को सम्पत्ति के रूप में देखते हैं। बच्चों और महिलाओं को उत्पादन के उपकरण के रूप में इस्तेमाल किया जाता है। प्रकार्यवादियों की तरह मार्क्सवादी चिन्तक कभी स्वीकार नहीं करते हैं कि परिवार सहज और सरल ढंग से एक संस्था के रूप में समाज में अपनी भूमिका निभाता है। वास्तविकता कुछ भी हो लेकिन इस तथ्य पर एक सवालिया निशानयह खड़ा होता है कि पूंजीवादी व्यवस्था की समाप्ति के बाद साम्यवादी व्यवस्था में परिवार नहीं रहेगा। क्योंकि यह पूंजीवादी व्यवस्था के शोषण का उपकरण जो है।

दूसरी तरफ जे.सी.बर्नार्डने अपनी पुस्तक में परिवार के भविष्य पर बहुत ही विस्तार-पूर्वक विचार किया है। इस सम्बंध में उनका कहना है कि पाश्चात्य देशों में परिवार का भविष्य कतई खतरे में नहीं है। इसका समर्थन अन्य समाजशास्त्रियों ने भी किया है। परिवारों पर किये गए एक अध्ययन में लिबिटन एवं विलॉस का कहना है कि अमरीका में परिवार का विघटन नहीं हो रहा है बल्कि वह दिन-ब-दिन विकसित होता जा रहा है। उसके स्वरूप बदल रहे हैं, पर परिवार समाप्त नहीं हो रहा है। उन्हें पहले की तुलना में अमरीकी परिवार कुछ ज्यादा ही मजबूत होता दिखाई दे रहा है। सभी समाज वैज्ञानिक इस बात से सहमत नहीं हैं कि परिवार समय के साथ समाप्त हो जायेगा या उसकी आवश्यकता नहीं रह जायेगी।

परिवार के सदस्य और परामर्शदाता के मध्य अन्तःक्रिया होने के कारण अनेक प्रकार की कठिनाइयाँ और समस्याएं प्रकट होती हैं। परामर्शदाता यदि निरन्तरता और अच्छे अभ्यास सम्बंधी मान्य नीतियों का पालन करता है तो इन समस्याओं का समाधान हो सकता है। ऐसे परामर्श में पर्यवेक्षण और संतुलित निर्णय/मूल्यांकन की आवश्यकता होती है। इस प्रकार परिवार की समस्याओं एवं समाज में हो रहे बदलावों को ध्यान में रखकर परिवार को सही रूप में बनाये रखने के लिए परामर्श ही मात्र एक

ऐसी प्रक्रिया है जिससे परिवार एवं समाज के परिवर्तनों की प्रक्रिया मेंसामंजस्य स्थापित किया जा सकता है।

बीसवीं शताब्दी के मध्य तक परामर्श एवं मनोपचार के लिए व्यक्ति को ही केन्द्र में रखा गया किन्तु उसके बाद परामर्शदाताओं ने यह अनुभव किया कि व्यक्ति की समस्याओं की उत्पत्ति और समाधान में उन व्यवस्थाओं या प्रणालियों की उपेक्षा नहीं की जा सकती है जिनमें वह जीवन-यापन करता है, यथा-परिवार, युगल, पति-पत्नी, कार्य समूह, संस्कृति आदि। परिवार एवं अन्य प्रणालियों में अंतःक्रियाओं और सम्बंधों की हमारे जीवन क्षेत्र सम्बंधी विश्वासों, व्याख्याओं और उसके प्रति अनुक्रिया में महत्वपूर्ण भूमिका होती है। परिवार के प्रभाव को मनोविश्लेषणात्मक उपागम में स्वीकार किया गया था, किन्तु यह व्याख्या पालन-पोषण की प्रक्रिया में व्यक्ति के आरम्भिक जीवन में माता-पिता के प्रभाव तक सीमित थी।

समाज विज्ञानों की आधुनिक दृष्टि में परिवार एवं अन्य-समूहों की यांत्रिक परिभाषा अस्वीकार कर दी गयी है। यद्यपि संचार के प्रारूप को आज भी महत्व दिया जाता है किन्तु अब यह समझने पर अधिक ध्यान दिया जाता है कि परिवार किसी प्रकार हमारे जीवन वृत्त के बारे में हमारे अर्थबोध, विश्वासों, व्याख्याओं की रूप-रचना करके हमारी संचार प्रणाली को प्रभावित करता है। आधुनिक चिंतन में परिवार को जैविक प्रणाली के रूप में देखा जाता है। समस्याओं को घटनाओं के प्रति दृष्टिकोण का प्रतिफल माना जाता है इसलिए उपचार या परामर्श प्रक्रिया में अर्थों केसंयुक्त प्रयासों द्वारा नवीनरचना के लिए प्रयास को सम्मिलित किया जाता है।

आरम्भ में व्यक्ति और परिवार उपचार तथा स्व एवं प्रणाली के मध्य विभेद किया जाता था किन्तु अब दोनों उपागमों के मध्य समाकलन का प्रयत्न किया जा रहा है। समाकलनात्मक प्रयत्नों के फलस्वरूप विवाह और परिवार परामर्श/उपचार का एक साथ विलय हो गया।

सर्वांगी दृष्टिकोण में सभी अन्तर्सम्बंधित अंगों को एक-दूसरे को एवं अंतः प्रणाली के कार्यों को प्रभावित करते हुए देखा जाता है। प्रणाली को अंगों के योग के रूप में नहीं अपितु उनके मध्य के जोड़ों के आधार पर परिभाषित किया जाता है जोड़ों को विविध प्रकार से संचार, अन्तःक्रिया, आदान-प्रदान, विश्वासों औरविचारों के रूप में परिभाषित किया जाता है जिसे सामूहिक रूप में सूचना भी कहा जाता है। सर्वांग या प्रणाली में किसी बिन्दु पर सूचना परिवर्तन का प्रभाव अन्य बिन्दुओं या अंगों पर भी पड़ता है। इस प्रकार माता -पिता के मध्य विचार विनिमय के फलस्वरूप पुत्र या पुत्री के प्रति माता-पिता का व्यवहार प्रभावित होता है और पुत्र या पुत्री की प्रतिक्रिया द्वारा माता-पिता प्रभावित होते हैं। अर्थात् किसी भी प्रणाली में घटकों के मध्य चक्रीय कारणात्मक सम्बंध पाया जाता है। इसलिए परिवार या सर्वांग उपागम की रूचि संबन्धन के प्रारूप में होती है।

विकासात्मक दृष्टि से परिवार में जन्म से मृत्यु तक के जीवन चक्र में परिवर्तन घटित होते हैं। इन परिवर्तनों को प्रथम-क्रम और द्वितीयक-क्रम का परिवर्तन कहा जा सकता है। प्रथम-क्रम के परिवर्तन में किसी सदस्य में परिवर्तन आता है और द्वितीयक-क्रम में परिवार एक सर्वांग/प्रणाली के रूप में व्यक्तिगत स्तर के परिवर्तनों के साथ अनुकूलन स्थापित करता है। इस अनुकूलन की प्रक्रिया में अर्थ

और व्यवहार में परिवर्तन स्थापित किया जाता है तथा नयी अनुक्रिया शृंखलायें उत्पन्न होती हैं। सदस्यों में परिवर्तन और तदनुकूल परिवार रूपी प्रक्रम में परिवर्तन की आवश्यकता के फलस्वरूप विकासात्मक एवं अन्तःपीढ़ी तनाव उत्पन्न होता है। परिवार परामर्शदाता मूलतः परिवार के सदस्यों को अन्तःक्रियाओं के मूल्यांकन के लिए और इस प्रकार आवश्यक परिवर्तनों विशेषतः द्वितीय क्रम के परिवर्तन सम्बन्धी आवश्यकताओं का अनुभव करने के लिए अवसर देता है। परामर्शदाता ऐसे हस्तक्षेप के लिए विचार करता है जिनके द्वारा प्रक्रम के बारे में ऐसी सूचनाओं की प्रतिपूर्ति होती है कि सर्वांग में वांछित परिवर्तन उत्पन्न किया जा सके। इस दिशा में परिवार की सहायता करने के लिए परामर्शदाता सदस्यों के चिन्तन, अनुभूति और व्यवहार एवं सदस्यों की समूह में अन्तःक्रिया से सम्बन्धित प्रश्न पूछता है जिससे सदस्यों को यह ज्ञात हो सके कि वे किस प्रकार अन्तर्संबन्धित है तथा एक सर्वांग के रूप में वे कैसे चक्रीय रूप में व्यवहार करते हैं। सूचनाओं की उत्पत्ति के साथ-साथ सदस्यों को अन्तःक्रियाओं और अन्तर्सम्बन्धों के बारे में बोध अर्जित करने में सहायता मिलती है।

परिवार परामर्शन के लिए विविध परामर्शन उपागमों को प्रयुक्त किया जा सकता है किन्तु यह आवश्यक माना जाता है कि परानुभूति लगाव, सत्यनिष्ठा प्रकट होनी चाहिए। इसके लिए अनुभूति और अन्तःक्रिया का प्रत्यावर्तन किया जाना महत्वपूर्ण होता है। प्रत्यावर्तन की क्रिया द्वारा परामर्शदाता यह प्रदर्शित कर पाता है कि उसमें परिवार के लिए चिन्ता और रूचि है। प्रत्यावर्तन की क्रिया में चिन्तन करना और नये अर्थोंकी प्रस्तुति सम्मिलित की जाती है।

प्रोजेक्ट के इस अंश में आप से यह अपेक्षा की जाती है कि आप अपने विद्यालय या अन्य किसी विद्यालय के किसी एक विद्यार्थी को शैक्षिक परामर्श प्रदान कर उसकी रिपोर्ट 100-200 शब्दों में प्रस्तुत करें।

1.8 व्यक्तिगत कथाओं, जीवन गाथा एवं व्यक्तिगत संवाद की आलोचना (Review of Personal Narratives, Life Stories and Personal Interaction)

व्यक्तिगत कथा एवं जीवन गाथा

व्यक्तिगत कथा, अपने व्यक्तिगत जीवन के अनुभवों को साझा करने के लिए एक रचनात्मक तरीका है। यह एक ऐसा माध्यम है जिसके द्वारा व्यक्ति कुछ अनकहे और छिपे हुए तथ्यों को उजागर कर पाता है। इन्हें आत्म-कथा भी कहा जाता है। आत्मकथा व्यक्ति के द्वारा स्वयं के जीवन के सन्दर्भ में लिखी गई कथा होती है। एकाकीपन का सदुपयोग अथवा मन में पल रही ग्रंथियों को शांत करने का यह आसान तरीका है।

दूसरी तरफ जीवन गाथा या जीवनी किसी अन्य से प्रभावित होकर उसके जीवन दर्शन को व्यक्त करना है। किसी व्यक्ति विशेष के जीवन पर जब कोई दूसरा व्यक्ति लिखता है तो उसे जीवनी कहते

हैं। यह एक ऐसा माध्यम है जिसके द्वारा कोई व्यक्ति, प्रभावित करनेवाले के प्रति अपनी भावनाओं को प्रकट कर सकता है।

आत्मकथा और जीवनी दोनों ही व्यक्ति विशेष के जीवन की विविध घटनाओं एवं प्रसंगों के वर्णन की विधाएं हैं। आत्मकथा में लेखक निजी जीवन से जुड़ी गहराईयों से जुड़ा होता है परन्तु जीवनी अथवा जीवन गाथा में लेखक चरित नायक के जीवन शेषायद उतनी गहराई से नहीं जुड़ पाता है। आत्मकथा/व्यक्तिगत कथा, जीवनी की अपेक्षा अधिक विश्वसनीय होता है। आत्मकथा में लेखक अपना जीवनवृत्तस्वयं प्रस्तुत करता है और लेखक जितना स्वयं अपने बारे में जानता है उतना कोई दूसरा नहीं जानता। इसके विपरीत जब जीवनी लेखक किसी के बारे में कोई बात कहता है तो यह आशा का बनी रहती है कि शायद कुछ बात गोपनीय रह गई है, सत्य का कुछ अंश ढका रह गया है।

आत्मकथा लिखनेवाला व्यक्तिगत गाथा अपने जीवन-काल में ही लिखता है, जबकि जीवनी का लेखन आवश्यक नहीं कि चरितनायक के जीवन काल में ही हो। आत्मकथाकार/व्यक्तिगत कथाकार के पास अपने जीवन संबंधी सारी जानकारी उसके स्वयं के मस्तिष्क में ही रहती है, वहीं जीवनीकार को यही सामग्री विभिन्न श्रोतों से इकट्ठी करनी पड़ती है। यदि चरित नायक इतिहास-पुरुष है तो जीवनीकार को उसके जीवन को लेकर व्यापक शोध करना पड़ता सकता है यदि अधिक साक्ष्य उपलब्ध नहीं हैं तो।

जीवनी/जीवन गाथा जहाँ वस्तुनिष्ठ होती है वहाँ आत्मकथा/व्यक्तिगत गाथा आत्मिक, आत्मनिष्ठ होती है। जीवनी में लेखक बाहर से भीतर की ओर प्रविष्ट होता है, जबकि आत्मकथा में लेखक अपने आंतरिक जीवन को बाहर केलोगों के सामने प्रकट करता है। जीवनी में जहाँ बहुत-सी बातें अनुमान आश्रित रहती हैं, वहीं आत्मकथा में सब कुछ सत्य पर आश्रित होता है, स्वानुभव पर आधारित होता है।

कहा जा सकता है कि जीवनी एक ऐसी साहित्यिक विधा है जिसमें किसी व्यक्ति विशेष के जीवन की कथा किसी अन्य लेखक के द्वारा तटस्थ भाव से प्रस्तुत की गई कलात्मक रचना होती है। जबकि आत्मकथा स्वयं व्यक्ति के द्वारा अपनी ही जीवन-गाथा की वह प्रस्तुति है जो पूर्णतया निष्कपटपूर्ण गुण-दोषों पर प्रकाश डालते हुए बिना किसी कल्पना के कलात्मक ढंग से लिखी जाती है।

कुछ प्रमुख आत्म कथाएं/ व्यक्तिगत गाथाएं- महात्मा गाँधी की "सत्य के साथ मेरे प्रयोग", बाबर के द्वारा लिखित बाबरनामा, हिटलर की आत्मकथा "मेरा संघर्ष", हरिवंश राय बच्चन की आत्मकथा क्रमशः चार खण्डों "क्या भूलूँ क्या याद करूँ", "नीड़ का निर्माण फिर", "बसेरे से दू" और "दशद्वार से सोपान तक" आदि।

कुछ जीवनीयाँ/जीवन गाथाएं- महात्मा गाँधी, रवीन्द्रनाथ टैगोर, विवेकानंद, अरबिन्दो, भगत सिंह, महाराणा प्रताप आदि पर लिखित जीवनीयाँ

जीवन गाथा एवं आत्मकथा की समीक्षा: जीवन गाथा एवं आत्मकथा की समीक्षा करते समय निम्न बिन्दुओं पर ध्यान दिया जाए तो समीक्षा अधिक सटीक हो सकेगी-

1. भाषा शैली
2. चरित नायक के जीवन से जुड़े प्रमुख वर्णित तथ्य
3. लेख की विश्वसनीयता के स्रोत
4. चरित नायक पर हुए शोध
5. चरित नायक के जीवन से जुड़े अन्य लेख व प्रसंग
6. चरित नायक के परिवार और उससे जुड़े व्यक्तियों से प्राप्त साक्ष्य (व्यक्तिगत साक्षात्कार, लेख, प्रसंग आदि)

बच्चन जी ने अपनी आत्मकथा चार खण्डों में लिखी है। यहाँ आपकी सुविधा के लिए उनकी आत्मकथा के पहले भाग "क्या भूलूँ क्या याद करूँ" की समीक्षा दी जा रही है, जिससे आप इसका सन्दर्भ ग्रहण कर सकें।

लेखक: हरिवंश राय बच्चन

प्रकाशक: राजपाल

प्रकाशन वर्ष: 1969

जन्म: 27 नवम्बर 1907

स्थान: (प्रतापगढ़ जिला) इलाहाबाद

मृत्यु: 18 जनवरी 2003

बच्चन जी अपनी आत्मकथा के पहले भाग 'क्या भूलूँ क्या याद करूँ' की शुरुआत अपने पूर्वजों के इलाहाबाद में आकर बसनेजाने की कथा से शुरू करते हैं। इसमें उनके प्रारम्भिक संघर्ष की कहानी, उनकी श्यामा के साथ पहली शादी और श्यामा की मृत्यु तक का वर्णन है। वे इसमें अन्य महिलाओं के साथ अपने उन सम्बन्धों की ओर भी इशारा भी करते हैं जो हमारे समाज में अनुचित माना जाता है। इन सम्बन्धों की चर्चा का उनका ढंग भी अनूठा है। वे इसे न कहते हुए भी, सारी बात कह जाते हैं। इलाहाबाद विश्वविद्यालय में स्नातक की कक्षा में बच्चन जी के पास हिन्दी, अंग्रेजी और फिलॉसफी के विषय थे। फिलॉसफी विषय के अध्यापकों के बारे में बताते हुए बच्चन जी ने लिखा है कि "मेटाफिजिक्स" हमें मिस्टर ए. सी. मुखर्जी और "मॉडर्न एथिक्स" मिस्टर एन. सी. मुखर्जी ने पढ़ाया था। ए.सी. मुखर्जी अपनी विषय पर मजबूत पकड़ के लिए प्रसिद्ध थे। हरिवंश राय बच्चन लिखते हैं "हम लोग क्लास में पहुँचते और उनका धाराप्रवाह बोलना आरम्भ होता था। हमारी समझ में कुछ नहीं आता, सब सिर के ऊपर से तेज हवा-सा गुजरा जाता था। किसी को उठकर उनसे कुछ पूछने की हिम्मत नहीं होती। बीच में कोई सवाल वे ही पूछते थे। कोई उत्तर नहीं दे पाता। तो कहते अरे,

फलां कहां है, क्लास का सबसे तेजलड़का। वह तो नहीं है—इस नाम का कोई लड़का इस क्लास में नहीं है। कुछघबराकर पूछते थे| “व्हाट क्लास इज दिस?” (यह कौनसीकक्षा है?) कोई उत्तर देता, बी. ए. फर्स्ट इयर। प्रोफेसर साहब अपने दोनों हाथ अपने माथे से लगाते| “माई गॉड, आई थॉट इट वाज एम. ए. फाइनल! (मैंने समझा एम. ए. फाइनल कादर्जा है) और वे बी. ए. फर्स्ट इयर वाला लेक्चर शुरू कर देते।”

बच्चन जी कभी मेरे घर नहीं आते थे| क्योंकि मेरे यहां तोटौमीथा। टौमी का काम, सबसे पहले पूंछ हिला कर मेहमान का स्वागत करना फिरउनको सूंघना था| यदि यह न करने दिया तो फिर शामत ही समझिये| बैठना तक मुश्किलायह न करने देने पर वह इतनी जोर से भौंकना शुरू कर देता कि बात करनाअसम्भव लगता था। कुत्तों के बारे में बच्चन जी के विचार यह थेकि “देसी कुत्ते गांव भर मेंघूमते थे जो किसी अजनबी के गांव में घुसने पर भूकना शुरू कर देते थे। मुझेकुत्तों का घर भर में जगह-जगह लेटे-बैठे रहना बहुत बुरा लगता और मैं रहठेकी सोंठी से उन्हें मार-मार कर भगाता रहता। मेरे बहनोई कहते, जब से मेरेसाले साहब आए हैं घर में कहीं कुत्ते नहीं दिखलाई देते।”

यह किताब इलाहाबाद की यादों से भरपूर है इसमें इलाहाबाद के मोहल्लों, शहर और विश्वविद्यालय का वर्णन है। यदि आपकाइलाहाबाद से कुछ भी सम्बन्ध है तो आपको बहुत कुछ अपना लगेगा। किताब अच्छी है पर बच्चन जी अपने पूर्वजों का वर्णन इतने विस्तार से न करते तो अच्छारहता। यह इसको नीरस बनाता है।

व्यक्तिगत संवाद

शिक्षा अधिगम प्रक्रिया में व्यक्तिगत संवाद से आशय कक्षा-कक्ष में प्रत्येक छात्र से व्यक्तिगत वार्तालाप करना होता है, इसमें छात्रों से सामूहिक रूप से वार्तालाप न होकर उनसे व्यक्तिगत रूचि और योग्यता के आधार पर संवाद स्थापित किया जाता है। व्यक्तिगत संवादको परिभाषित करते हुए ए.जी.मेलबिन ने कहा है कि “विचारोंके आदान-प्रदान या व्यक्तिगत संवाद द्वारा बालकों के अध्ययन में सहायता, आदेश एवं निर्देश प्रदान करने के लिए शिक्षक का प्रत्येक बालक से पृथक-पृथक रूप में साक्षात्कार किया जाता है।”

एस.के.दूबे के शब्दों में “व्यक्तिगत संवाद का आशय शिक्षा एवं छात्रों के मध्य उस विचार विनिमय प्रक्रिया से है जिसका उद्देश्य किसी छात्र की व्यक्तिगत रूचि, योग्यता एवं स्तर के बारे में जानना है तथा उसके अधिगम स्तर में सुधार करना है।”

प्रोजेक्ट के इस अंश में आप से यह अपेक्षा की जाती है कि आप अपने किसी महापुरुष की आत्मकथा अथवा जीवन गाथा की रिपोर्ट 500-600 शब्दों में तैयार करके विश्वविद्यालय में प्रस्तुत करें।

1.9 योग शिविर आयोजित करना (Organising Yoga Camp)

बिना किसी समस्या के जीवन भर तंदरुस्त रहने का सबसे अच्छा, सुरक्षित, आसान और स्वस्थ तरीका योग है। इसके लिए केवल शरीर के क्रियाकलापों और श्वासलेने के सही तरीकों का नियमित अभ्यास करने की आवश्यकता है। यह शरीर के तीनमुख्य तत्वों; शरीर, मस्तिष्क और आत्मा के बीच संपर्क को नियमित करता है। यह शरीर के सभी अंगों के सञ्चालनको नियमित करता है और कुछ बुरीपरिस्थितियों और अस्वास्थ्यकर जीवन-शैली के कारण शरीर और मस्तिष्क सम्बन्धीपरेशानियों से बचाव करता है। यह स्वास्थ्य, ज्ञान और आन्तरिक शान्ति को बनाए रखने में मदद करता है। अच्छा स्वास्थ्य प्रदान कर यह हमारी भौतिक आवश्यकताओं को पूरा करता है, ज्ञान के माध्यम से यह मानसिक आवश्यकताओं को पूरा करता है और आन्तरिक शान्ति के माध्यम से यह आत्मिक आवश्यकता को पूरा करता है, इस प्रकार यह भौतिक और अभौतिक आवश्यकताओं के बीच सामंजस्य बनाए रखनेमें मदद करता है।

प्रतिदिन प्रातः योग का नियमित अभ्यास हमें अनगिनत शारीरिक और मानसिक तत्वों से होने वाली परेशानियों को दूर रखने के साथबाहरी और आन्तरिक राहत प्रदानकरता है। योग के विभिन्न आसन मानसिक और शारीरिक मजबूती के साथ ही अच्छाई की भावना का निर्माण करते हैं। यह मानव मस्तिष्क को तेज करता है, बौद्धिकस्तर को सुधारता है और भावनाओं को स्थिर रखकर उच्च स्तर की एकाग्रता में मदद करता है। अच्छाई की भावना मनुष्य में सहायता की प्रकृति का निर्माणकरती है और इस प्रकार, सामाजिक भलाई को बढ़ावा मिलता है। एकाग्रता के स्तरमें सुधार ध्यान में मदद करता है और मस्तिष्क को आन्तरिक शान्ति प्रदानकरता है। योग, प्रयोग किया गया दर्शन है, जो नियमित अभ्यास के माध्यम से स्व-अनुशासन और आत्म जागरूकता को विकसित करता है।

योग का अभ्यास किसी के भी द्वारा किया जा सकता है, क्योंकि स्वास्थ्य अन्य सभी विषम परिस्थितियों सेपरे है। यह अनुशासन और शक्ति की भावना में सुधार के साथ ही जीवन को बिना किसी शारीरिक और मानसिक समस्याओं के स्वस्थ जीवन जीनेका अवसर प्रदान करता है। पूरे संसार में इसके बारे में जागरूकता को बढ़ावा देने के लिए, भारत के प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने, संयुक्तराष्ट्रसंघ की सामान्य बैठक में 21 जून को अन्तरराष्ट्रीय योग दिवस के रूप में मनाने की घोषणा करने का सुझाव दिया था, ताकि सभी योग के बारे में जाने और इसके प्रयोग से लाभ लें। योग, भारत की प्राचीन परम्परा है, जिसकी उत्पत्ति भारतमें हुई थी, महर्षि पतंजलि को योग का प्रणेता माना जाता है। योगियों के द्वारा तंदरुस्त रहने और ध्यान करने के लिए इसकानिरन्तर अभ्यास किया जाता है। दैनिकजीवन में योग के प्रयोग के लाभों को देखते हुए संयुक्त राष्ट्रसंघ की सभा ने 21 जून को अन्तरराष्ट्रीय योग दिवस या विश्व योग दिवस के रूप में मनाने की घोषणा कर दी है। हम योग से होने वाले लाभों की गणना नहीं कर सकते हैं, हम इसे केवल एकचमत्कार की तरह समझ सकते हैं, जिसे मानव प्रजाति को भगवान ने उपहार के रूपमें प्रदान किया है। यह शारीरिक तंदरुस्ती को बनाए रखता है, तनाव को कमकरता है, भावनाओं को नियंत्रित करता है, नकारात्मक विचारों को नियंत्रितकरता है और भलाई की भावना, मानसिक शुद्धता, आत्म समझ को विकसित करता है, साथही प्रकृति से जोड़ता है।

योग एक ऐसा विषय है जिसके पूरे ज्ञान के बिना इसे किया जाना अत्यन्त दुष्कर है इसलिए योग कैम्प लगा कर जनसामान्य या विद्यार्थियों को इस सम्बन्ध में जानकारी प्रदान की जा सकती है। योग शिविर आयोजित करने के लिए निम्न कदम उठाये जा सकते हैं।

1. स्थान चयन (Selection of Place)
2. सूचना प्रसार (Information Dissemination)
3. अवधि का निर्धारण (Deciding the Duration)
4. योगप्रशिक्षक का चयन (Selection of Yoga Trainer)
5. आवश्यकयोग सामग्री (The Materials Required for Yoga)

1. स्थान चयन (Selection of Place): योग शिविर आयोजित करने के लिए सर्वप्रथम उपयुक्त स्थान का चयन करना चाहिए। हमें योग हेतु-साफ़ सुथरा एवं प्राकृतिक वातावरण वाले स्थान को प्राथमिकता देना चाहिए जिससे कि प्राणायाम इत्यादि करने में हमें कोई असुविधा न हो। साथ ही साथ हमें यह भी ध्यान रखना चाहिये कि वहाँ कीड़े-मकोड़े एवं चीटियाँ न हों। इस हेतु हम अपने विद्यालय परिसर, किसी सामाजिक संस्थान के परिसर या किसी धार्मिक स्थल के परिसर का चयन कर सकते हैं। यदि हमें ऐसी कोई जगह नहीं मिल पाती है तो हम किसी शुद्ध वातावरण वाले स्थान को गमले इत्यादि लगाकर भी प्राकृतिक बना सकते हैं।

2. सूचना प्रसार (Information Dissemination): सभी विद्यार्थियों या जनसामान्य को योगकैम्प (YogaCamp) की सूचना प्रदान करना भी योगकैम्प आयोजित करने का एक प्रमुख हिस्सा होता है। यह सूचना हम व्यक्तिगत सम्पर्क, पम्फलेट (Pamphlet) बाँट कर या सार्वजनिक स्थानों के नोटिस बोर्ड पर सूचना अंकित करके कर सकते हैं। यदि शिविर का कोई शीर्षक भी निर्धारित कर लिया जाय तो यह और भी ज़्यादा उचित होगा।

3. शिविर की अवधि (Duration of the Camp): शिविर के शीर्षक के साथ-साथ हमें शिविर की सञ्चालन की अवधि का निर्धारण भी कर लेना चाहिए। योग शिविर एक दिवसीय, दो दिवसीय, साप्ताहिक या फिर मासिक हो सकता है। शिविर सुबह या सांयकाल किसी भी वक्त आयोजित किया जा सकता है किन्तु इस हेतु सुबह का समय ज़्यादा उचित होता है।

4. योग प्रशिक्षक का चयन (Selection of the Yoga Trainer): योग शिविर आयोजित करने के लिए एक योग्य प्रशिक्षक का होना अति आवश्यक है। हमें योग शिविर एक योग्य प्रशिक्षक के निर्देशन में ही आयोजित करना चाहिए। योग प्रशिक्षक के अभाव में किया गया अनियमित और बेतरतीब अभ्यास हानिकारक हो सकता है।

5. आवश्यकयोग सामग्री (The Material Required for Yoga): योग शिविर आयोजित करने हेतु समस्त आवश्यक सामग्री एकत्रित करना भी एक महत्वपूर्ण कार्य है। इस हेतु निम्न सामग्री आवश्यक रूप से जुटा लेना चाहिए -

1. योगा मेट (Yoga Mat)

2. माइक (Mike)

प्रोजेक्ट के इस अंश में आप से यह अपेक्षा की जाती है कि आप अपने विद्यालय में एक योग शिविर आयोजित कर उसकी रिपोर्ट 200-300 शब्दों में प्रस्तुत करना है।

1.10 स्वयं के बचपन का अनुभव तथा अपने किसी साथी के बचपन के अनुभव को याद करना (Revisiting one's childhood experiences and Childhood experiences of one's peers)

किसी भी व्यक्ति का बचपन उसके लिए अति महत्वपूर्ण होता है। बचपन की खट्टी-मीठी यादें जीवनभर हमें रोमांचित करती रहती हैं। कई बार हम यह महसूस करते हैं कि काश! हमारा बचपन फिर से हमें वापस मिल जाता, जिससे कि हम फिर से दादी-नानी के किस्सागोई का मज़ा ले पाते। किस्से हमारी सोच को एक नया आयाम प्रदान करते हैं और इस बात में कोई दोराय नहीं है कि नए आयाम से सोचने का एक नया तरीका प्राप्त कर पाते हैं। इस अभ्यास में आपको अपने एवं अपने किसी मित्र/साथी के बचपन के किसी एक रोचक अनुभव (कुल दो व्यक्तियों के अनुभवों) को लिपिबद्ध करना है। ध्यान रहे ये अनुभव आपके स्वयं के होने चाहिए। यदि आप अपने किसी मित्र के अनुभव को उसकी उत्तरपुस्तिका से नक़ल करके लिखते हैं तो आपको शून्य अंक प्रदान क्या जाएगा। आपके और आपके मित्र का अनुभव 400-600 शब्द के बीच का होना चाहिए। आप शब्द-सीमा का विशेष ध्यान रखें। उदाहरण के लिए नीचे एक कहानी दी जा रही है।

उदाहरण:

ऐसा रंग चढ़े

होली का दिन नज़दीक आता जा रहा था। मोहल्ले के बच्चों में काफी उत्साह था। नीरज, सलीम, मंजीत और डेविड सभी रोज़ शाम को नीरज के दादा जी के पास जा पहुँचते और होली के बारे में ढेर सारी बातें करते। दादा जी भी रस ले-लेकर उनकी बातें सुनते। नीरज और मंजीत ने पहले से ही रंग और पिचकारियाँ खरीद ली थीं और नए कपड़े सिलने को दे दिए थे। डेविड और सलीम ने भी धमाकेदार ढंग से होली मनाने की तैयारियाँ पूरी कर ली थीं।

शाम को जब चारों दादा जी के पास इकट्ठे होते तो बताते कि उन्होंने क्या-क्या तैयारियाँ कर रखी हैं। उनकी बातें सुनकर दादा जी गदगदहो उठते और उन्हें प्रोत्साहित करते। आज होलिका-दहन का दिन था। चारों सुबह से ही होलिका-दहन की सामग्री इकट्ठा करने के लिए लोगों की मंडली के साथ घूम रहे थे। शाम होते ही चारों दादा जी के पास जा पहुँचे और होलिका-दहन पर चलने की ज़िद करने लगे। दादा जी फटाफट तैयार हो गए। कंधे पर शाल डालकर और हाथ में छड़ी लेकर वह उनके साथ चल दिए। कुछ ही देर में सभी वहाँ जा पहुँचे। चौराहे के बीचों-बीच जलाने के लिए मोटी-मोटी लकड़ियाँ रखी गई थीं। जब उनमें आग लगाई गई तो ऊँची-ऊँची लपटें उठने लगीं। यह देख सारे बच्चे खुश होकर तालियाँ बजाने लगे। तभी एक चिंगारी छिटककर पास ही खड़े एक लड़के के कपड़ों पर जा गिरी। देखते ही देखते कपड़ों ने आग पकड़ ली। चीख-पुकार मच गई। किसी को समझ नहीं आ रहा था क्या किया जाए।

तभी दादा जी ने अपना शाल उतारकर उस लड़के को चारों ओर से ढँक दिया। आग फौरन बुझ गई। लड़के के कपड़े थोड़े-बहुत जल गए थे, पर उसकी त्वचा को नुकसान नहीं पहुँचा था। फिर भी घबराहट के कारण वह रोए जा रहा था। उसके माता-पिता दादा जी को धन्यवाद देकर, उसे घर लेकर चले गए। थोड़ी ही देर में वहाँ फिर से हँसी-खुशी का माहौल बन गया। लौटते समय दादा जी ने

बच्चों को बताया, 'बच्चो, ऐसे मौकों पर हमें सदैव सावधान रहना चाहिए। आग से काफी दूर खड़े होना चाहिए और रेशमी कपड़े तो बिल्कुल नहीं पहनने चाहिए। फिर भी अगर ऐसी दुर्घटना घट जाती है, तो हमें साहस खोकर चीखना-चिल्लाना नहीं चाहिए बल्कि उससे बचने का प्रयास करना चाहिए। मोटे कपड़े से ढँक देने से आग बुझ जाती है। यदि कपड़ा न मिले तो फौरन ज़मीन पर लेटकर लोटपोट लगाना चाहिए। इससे भी आग बुझ जाती है।' सुबह होली थी। रात में ही सभी ने रंग घोलकर रख लिया था और अपनी पिचकारियाँ भी अच्छी तरह जाँच ली थीं, ताकि समय पर धोखा न दे जाएँ। उस दिन खा-पीकर सब जल्दी ही सो गए, ताकि सुबह जल्दी उठ सकें। सुबह तक टब में घुला रंग बर्फ-सा ठंडा हो गया था। जैसे ही रंग शरीर पर पड़ता तो पल भर के लिए कँपकँपी बँध जाती। लेकिन उमंग और उत्साह के आगे यह नाकाफी था। चारों इधर से उधर उछलते-कूदते एक-दूसरे पर दनादन रंगभर-भरकर पिचकारियाँ छोड़ रहे थे। ढोलक की थाप और झाँझ-मजीरों की झनकार में बड़े-बूढ़े भी झूम रहे थे। जी भर होली खेलने के बाद चारों दादा जी के पास जा पहुँचे। उनके रंग-बिरंगे चेहरों से उल्लास टपक रहा था। दादा जी उन्हें देखते ही बोले, 'आओ-आओ, खेल आए होली? खूब मज़ा लूटा, क्यों डेविड?'

'जी, दादा जी! लेकिन, मैं डेविड नहीं, मैं तो मंजीत हूँ।' यह कहकर मंजीत मुस्कराया तो उसके रंग-बिरंगे चेहरे पर सफेद दाँत बिजली जैसे चमक उठे।

'और नीरज, तुम तो बिल्कुल लंगूर लग रहे हो!'

'लेकिन दादा जी, मैं तो सलीम हूँ!'

दादा जी ठठाकर हँस पड़े, 'तो तुम सबके चेहरे इस कदर रंगे हुए हैं कि मुझसे पहचानने में ही भूल हो गई।'

अचानक अगले ही पल उनके चेहरे पर गंभीरता छा गई। वह बोले, 'काश, ऐसा प्रेम का रंग हर भारतवासी के चेहरे पर चढ़ जाता जिसमें उसका धर्म, उसकी जाति सब कुछ रंग जाती। कोई अलग दिखाई नहीं देता। बस! उसकी पहचान सिर्फ हिंदुस्तानी के रूप में होती। सच, तब कितना अच्छा होता। मेरे बच्चों, तुम्हें देखकर यह विश्वास होता है कि ऐसा दिन जरूर आएगा।' भावावेश के कारण दादाजी ने उन सबको अपनी बाहों में भर लिया।

1.11 प्रोजेक्ट रिपोर्ट लिखने सम्बन्धी आवश्यक निर्देश

क्रम सं	उप बिंदु	क्या करना है	शब्द सीमा	अंक
---------	----------	--------------	-----------	-----

ख्या				
1.	कार्यशाला का आयोजन (Organising the workshops)	प्रोजेक्ट के इस अंश में आप से यह अपेक्षा की जाती है कि आप किसी ज्वलंत सामाजिक मुद्दे पर एक कार्यशाला आयोजित करें एवं 200-300 शब्दों में उसकी रिपोर्ट बना कर प्रस्तुत करें। कार्यशाला आतंकवाद, नशामुक्ति, दहेज प्रथा या इसी अन्य सामाजिक मुद्दों पर आयोजित की जा सकती है।	200-300	4
2.	फिल्म या डाक्युमेंटरी देखना और उसकी समीक्षा करना (Watching and Review of Film or documentary)	प्रोजेक्ट के इस अंश में आप से यह अपेक्षा की जाती है कि आप किसी डाक्युमेंटरी फिल्म की 500-600 शब्दों में समीक्षा लिख कर प्रस्तुत करेंगे। यदि फिल्म शिक्षा से जुड़ी हुई हो तो यह ज्यादा बेहतर होगा।	500-600	4
3.	संवाद मंच का आयोजन (Organising Discussion Forum)	प्रोजेक्ट इस अंश में आप से यह अपेक्षा की जाती है कि आप अपने विद्यालय में विद्यार्थियों एवं अध्यापकों की सहायता से एक संवाद-शाला का आयोजन करेंगे। संवाद-शाला में आप उस क्षेत्र के किसी सभ्रांत व्यक्ति को जो शिक्षा, चिकित्सा या समाजसेवा से जुड़ा हो को आमंत्रित करेंगे। इस संवाद शाला की आयोजन की आप 300-400 शब्दों में एक रिपोर्ट तैयार कर प्रस्तुत करेंगे।	300-400	4
4.	कला नृत्य एवं कहानी लेखन के द्वारा स्व का प्रकटीकरण (Self Disclosure through art dance and story writing)	प्रोजेक्ट के इस अंश में आप से यह अपेक्षा की जाती है कि आप स्व-प्रकटीकरण से सम्बंधित 400-500 शब्दों की एक कहानी लिखेंगे। इस हेतु अनिवार्य शर्त यह है कि वह आप के विद्यालयी जीवन से सम्बंधित हो।	400-500	4

5.	समुदाय के लोगों से सम्पर्क स्थापित करना (Meeting people within community)	प्रोजेक्ट (Project) के इस अंश में आप से यह अपेक्षा की जाती है कि इस हेतु एक अध्यापक जागरूकता अभियान (Teacher Awareness Campaign) या समुदाय से संवाद स्थापित करने के आयोजन की रिपोर्ट 300 शब्दों में तैयार कर प्रस्तुत करेंगे।	300	4
6.	परामर्श एवं निर्देशन के द्वारा वास्तविक जीवन (परिवार/महाविद्यालय या समुदाय के बीच) में प्रतिभाग करना या निर्देशन करना (Participate or lead in real life intervention (within families/college or community through guidance and counselling)	प्रोजेक्ट के इस अंश में आप से यह अपेक्षा की जाती है कि आप अपने विद्यालय या अन्य किसी विद्यालय के किसी एक विद्यार्थी को शैक्षिक परामर्श प्रदान कर उसकी रिपोर्ट 200-300 शब्दों में प्रस्तुत करें।	200-300	6
7.	व्यक्तिगत कथाओं, जीवन गाथा एवं व्यक्तिगत संवाद की आलोचना (Review of Personal narratives, life stories and personal interaction)	प्रोजेक्ट के इस अंश में आप से यह अपेक्षा की जाती है कि आप अपने किसी महापुरुष की आत्मकथा अथवा जीवन गाथा की रिपोर्ट 500-600 शब्दों में तैयार करके विश्वविद्यालय में प्रस्तुत करें।	500-600	4
8.	योग शिविर आयोजित करना (Organising Yoga Camp)	प्रोजेक्ट के इस अंश में आप से यह अपेक्षा की जाती है कि आप अपने विद्यालय में योग शिविर का आयोजन करें और उसकी रिपोर्ट 200-300 शब्दों में तैयार करके विश्वविद्यालय में प्रस्तुत करें।		4
9.	स्वयं के बचपन का अनुभव तथा अपने किसी साथी के बचपन के अनुभव को याद करना (Revisiting one's childhood experiences and Childhood experiences of	इस अभ्यास में आपको अपने एवं अपने किसी मित्र/साथी के बचपन के किसी एक रोचक अनुभव(कुल दो व्यक्तियों के अनुभवों) को लिपिबद्ध करना है। ध्यान रहे ये अनुभव आपके स्वयं के होने चाहिए। यदि आप अपने	400-600	10

	one's peers)	किसी मित्र के अनुभव को उसकी उत्तरपुस्तिका से नक़ल करके लिखते हैं तो आपको शून्य अंक प्रदान क्या जाएगा। आपके और आपके मित्र का अनुभव 400-600 शब्द के बीच का होना चाहिए। आप शब्द-सीमा का विशेष ध्यान रखें।		
--	--------------	--	--	--

- स्व अवबोध का यह कार्य कुल 50 अंकों का है।
- आपका प्रोजेक्ट रिपोर्ट आपकी हस्तलिपि में लिखा होना चाहिए।
- आप अपना कला एवं नाट्य शिक्षण का प्रोजेक्ट रिपोर्ट अपने निर्धारित अध्ययन केंद्र पर संपर्क कक्षाओं के दौरान जमा करें उसे सीधे विश्वविद्यालय को नहीं भेजें।
- इस निर्देशिका के सन्दर्भ में आपके सुझावों का हम स्वागत करते हैं। यह सुझाव इस निर्देशिका में प्रदत्त सामग्री के सन्दर्भ में हो सकते हैं या फिर आप कुछ नए क्रिया कलाप सुझाना चाहते हैं तो शिक्षा विद्यापीठ, वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय, कोटा के पते पर भेज सकते हैं या फिर उन्हें शिक्षा विद्यापीठ, वर्धमान महावीर खुला विश्वविद्यालय, कोटा को soe@vmou.ac.in या pmishra@vmou.ac.in पर ई मेल कर सकते हैं।

1.12 सन्दर्भ ग्रन्थ / अन्य अध्ययन

- Birnbaum, A. (2012). Education for Creative Living: Ideas & Proposals of Tsunesaburo Makiguchi, National Book trust, New Delhi.
- Childhood, culture and creativity and creativity: A literature review (n.d.). Retrieved August 24, 2016, from <http://www.creativitycultureeducation.org/wp-content/uploads/arts-in-education-and-creativity-2nd-edition-91.pdf>
- Contractor, M.R. (2011). Creative Drama & Puppetry in Education, National Book Trust, New Delhi.
- Drama - NCCA. (n.d.). Retrieved August 25, 2016, from http://www.ncca.ie/uploadedfiles/Curriculum/Primary_Drama_Guidelines.pdf
- John Dewey. "The School and Social Progress" Chapter-1 in *The School and Society*. Chicago: University of Chicago Press (1907): 19-44.

- NCERT (2006) Position Paper: National Focus Group on Art, Music, Dance & Theatre, NCERT, New Delhi.
- NCERT (2008) Syllabus of Art Education, NCERT, New Delhi.
- NCERT (2010) Country Report: Art Education in India, NCERT, New Delhi.
- NCERT (2015) Training Package in Art Education, NCERT, New Delhi.
- Prasad, D. (2014) Rabindra Nath Tagore: Philosophy of Education & painting, National Book Trust, New Delhi.
- SCERT (2013) कला एवं कला शिक्षण: दूस्थ डी. एड. हेतु स्व अध्ययन सामग्री, SCERT, छत्तीसगढ़ द्वारा प्रकाशित.
- The Arts, Creativity and Cultural Education: An International Perspective (Dec.2000). Retrieved August 26, 2016, from <http://steam-notstem.com/wp-content/uploads/2010/11/finalreport.pdf>
- डिप्लोमा इन एजुकेशन (डी.एड.) -CG. (n.d.). Retrieved August 26, 2016, from <http://www.scert.cg.gov.in/pdf/dedfirst2013/kalashikshan.pdf>
- राय, अमरनाथ एवं अस्थाना, मधु. (2009). निर्देशन एवं परामर्शन: संप्रत्यय, क्षेत्र एवं उपागम. नयी दिल्ली: मोतीलाल बनारसी दास.
- सुलेमान, म. (2007). उच्चतर शिक्षा मनोविज्ञान. नयी दिल्ली: मोतीलाल बनारसी दास.