जनवरी-जून, 2014
ISSN: 2321-0443

ज्ञान गरिमा सिंधु

संयुक्तांकः 41-42

वैज्ञानिक तथा तकनीकी शब्दावली आयोग
मानव संसाधन विकास मंत्रालय (उच्चतर शिक्षा विभाग) भारत सरकार
Commission for Scientific and Technical Terminology
Ministry of Human Resource Development
(Department of Higher Education)
Government of India

ज्ञान गरिमा सिंधु

(त्रैमासिक पत्रिका)

संयुक्तांक : 41–42
जनवरी–जून 2014

वैज्ञानिक तथा तकनीकी शब्दावली आयोग
मानव संसाधन विकास मंत्रालय
(उच्चतर शिक्षा विभाग)
भारत सरकार

© कापीराइट 2014

प्रकाशक :
वैज्ञानिक तथा तकनीकी शब्दावली आयोग,
मानव संसाधन विकास मंत्रालय (उच्चतर शिक्षा विभाग)
भारत सरकार, पश्चिमी खंड-7, रामकृष्णपुरम,
नई दिल्ली-110 066

विक्रय हेतु पत्र-व्यवहार का पता :
वैज्ञानिक अधिकारी,
बिक्री एकक,
वैज्ञानिक तथा तकनीकी शब्दावली आयोग,
नई दिल्ली-110 066
दूरभाष - (011) 26105211
फैक्स - (011) 26102882

बिक्री स्थान :
प्रकाशन नियंत्रक,
प्रकाशन विभाग,
भारत सरकार,
सिविल लाइन्स,
दिल्ली - 110 054

सदस्यता शुल्क :

	भारतीय मुद्रा	विदेशी मुद्रा	
व्यक्तियों / संस्थाओं के लिए प्रति अंक	रु. 14.00	पौंड 1.64	डॉलर 4.84
वार्षिक चंदा	रु. 50.00	पौंड 5.83	डॉलर 18.00
विद्यार्थियों के लिए प्रति अंक	रु. 8.00	पौंड 0.93	डॉलर 10.80
वार्षिक चंदा	रु. 30.00	पौंड 3.50	डॉलर 2.88

पत्रिका में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं।
संपादक मंडल की इनसे सहमति अनिवार्य नहीं है।

संपादन एवं समन्वय

प्रधान संपादक

प्रो. केशरी लाल वर्मा
अध्यक्ष, वैज्ञानिक तथा तकनीकी शब्दावली आयोग

संपादक

डॉ. प्रेमनारायण् शुक्ल
सहायक निदेशक

प्रकाशन

डॉ. प्रेमनारायण शुक्ल
सहायक निदेशक

कर्मचंद
प्र. श्रे. लि.

जनवरी-जून 2014 • अंक 41-42

अनुक्रम

अध्यक्ष की ओर से		v
संपादकीय		vii
आलेख शीर्षक	**लेखक**	
1. सामाजिक न्याय की धुरी : स्त्री अधिकारिता	अंजली सिन्हा	1
2. दूरस्थ शिक्षा की आवश्यकता	प्रो. आर.पी. पाठक	12
3. अधिकार-रक्षण में पत्र-पत्रिकाओं की भूमिका	राकेशरेणु	20
4. भारत-पाकिस्तान सियाचीन विवाद	सतीश चन्द्र सक्सेना	26
5. भारतीय सिक्कों में नागरी लिपि	कैलाश नाथ गुप्त	33
6. बहुभाषिकता और अनुवाद	प्रसेनजीत कुमार	41
7. आपदा प्रबंधन	आशा त्रिपाठी	47
8. तीर्थ का महत्व	डॉ. राम सुमेर यादव	55
9. ज्ञान-चर्चा		
I	सूर्यभान सिंह	63
II, III	सतीश चन्द्र सक्सेना	68

विविध स्तंभ

- ☐ इस अंक के लेखक 78
- ☐ मानक शब्द-भंडार 79
- ☐ लेखकों से अनुरोध 88
- ☐ आयोग के कार्यक्रमों में सहयोजित होने के लिए प्रोफार्मा 91
- ☐ पत्रिका की सदस्यता हेतु ग्राहक/अभिदान फार्म 92
- ☐ हमारे प्रकाशन 93
- ☐ बिक्री संबंधी नियम 102

अध्यक्ष की ओर से

पिछले अंक में मैंने देश में ज्ञान-विज्ञान के क्षेत्र में तेजी से हो रही प्रगति और छोड़े गए मंगलयान की चर्चा की थी। वर्ष 2014 के पहले सप्ताह में ही इसरो ने प्रायः दो दशक की साधना और दो असफलताओं के बाद देश का पहला क्रायोजेनिक (प्रशीतीत) इंजन वाला रॉकेट जीएसएलवी डी-v सफलतापूर्वक प्रक्षेपित करने में कामयाबी पाई। उसने प्रायः दो टन वजन वाले मौसम उपग्रह को प्रक्षेपण के 17 मिनट के भीतर कक्षा में स्थापित कर दिया। इस प्रकार क्रायोजनिक इंजन तकनीक में सफलता हासिल करने वाला भारत दुनिया का छठा देश बन गया है। इसरो के अनुसार, इसी साल क्रायोजेनिक इंजन वाले दो और प्रायोगिक रॉकेट छोड़े जाने की योजना है उसके बाद पीएसएलवी रॉकेट की तरह जीएसएलवी का भी भारत व्यावसायिक उपयोग करने और विश्व के दूसरे देशों के उपग्रह छोड़ने के लिए इस्तेमाल करने लगेगा।

वैज्ञानिक तथा तकनीकी शब्दावली आयोग के सम्मुख इन आश्चर्यजनक उपलब्धियों के साथ मानक भाषा और शब्द-भंडार के स्तर पर कदमताल करने की चुनौती है।

आयोग की स्थापना, 1960 के राष्ट्रपति के आदेश के अनुसार पहली अक्तूबर, 1961 को हुई थी। इसकी स्थापना के समय से लेकर अब तक आयोग ने हिंदी भाषा एवं अन्य भारतीय भाषाओं में नए-नए तकनीकी पर्यायों के निर्धारण का कार्य किया है, और विगत 54 वर्षों में विज्ञान और प्रौद्योगिकी के क्षेत्र में हिंदी के लगभग 8 लाख

पारिभाषिक शब्दों का निर्माण किया है। आयोग ने अपनी योजनाओं के माध्यम से तकनीकी शब्दों और ज्ञान-विज्ञान के विभिन्न क्षेत्रों में हिंदी भाषा के अस्तित्व को बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। आयोग राष्ट्रीय स्तर पर शब्दावली संबंधी गतिविधियों का केंद्र बना हुआ है। उल्लेखनीय है कि आयोग हिंदी एवं भारतीय भाषाओं में वैज्ञानिक तथा तकनीकी शब्दों के निर्माण और निर्धारण के साथ-साथ तकनीकी कोशों, शब्दावलियों, परिभाषा-कोशों और विश्वकोशों के प्रकाशन का कार्य भी कर रहा है। साथ ही आयोग यह भी सुनिश्चित करने का कार्य कर रहा है कि निर्मित शब्दों और उनकी परिभाषाओं का ज्ञान छात्रों, शिक्षकों, विद्वानों, वैज्ञानिकों समेत सभी प्रयोक्ताओं को उपलब्ध हो। आयोग के कार्य को जन-जन तक पहुँचाने के लिए यह प्रचार-प्रसार के विभिन्न साधनों, यथा– कार्यशालाओं, प्रशिक्षण कार्यक्रमों, अभिविन्यास कार्यक्रमों, संगोष्ठियों एवं सम्मेलनों के आयोजन के माध्यम से शब्दावली के उचित प्रयोग के प्रचार-प्रसार का कार्य भी करता है। इनके अलावा आयोग वैज्ञानिक और मानविकी विषयों के लिए दो पत्रिकाओं का प्रकाशन करता है ताकि इनमें प्रकाशित लेखों में संबद्ध विषयों की शब्दावलियों का प्रयोग करके उन्हें लोकप्रिय बनाया जा सके। 'ज्ञान गरिमा सिंधु' इन्हीं दो पत्रिकाओं में से एक है। इसके माध्यम से आयोग मानविकी-विषयक शब्दावलियों का प्रयोग करने और उन्हें लोकप्रिय बनाने हेतु प्रयासरत है। पत्रिका का संयुक्तांक 41-42 पाठकों के समक्ष प्रस्तुत है।

मुझे पूर्ण आशा है कि देश के विभिन्न भागों में आयोग द्वारा आयोजित विभिन्न कार्यक्रमों में विद्यालयों, कॉलेजों, विश्वविद्यालयों तथा तकनीकी संस्थाओं के शिक्षकों, वैज्ञानिकों, पत्रकारों, लेखकों, आदि का सक्रिय सहयोग प्राप्त होगा और यह पत्रिका अपने लक्ष्य को प्राप्त करने में सफल होगी।

(प्रो. केशरी लाल वर्मा)
अध्यक्ष

नई दिल्ली

संपादकीय

प्रत्येक वर्ष आठ मार्च को अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस के रूप में मनाया जाता है। विश्व की प्रायः आधी स्त्री जनसंख्या, समाज के अर्द्धांग जिसके बगैर पुरुष पूरा नहीं होता; उसे परिवार, समाज और देश के व्यावहारिक जीवन में गरिमा प्रदान करने की दिशा में इस दिन का महत्वपूर्ण स्थान है। इस अवसर पर अपने पाठकों को वैचारिक खुराक देने के लिए अंक 41-42 का आरंभ हम सुश्री अंजली सिंहा के आलेख 'सामाजिक न्याय की धुरी : स्त्री अधिकारिता' से कर रहे हैं। किंतु यत्र-तत्र कुछ निबंधों के प्रकाशन-मात्र से समाज में स्फुरण तो लाया जा सकता है, उसमें किसी क्रांतिकारी परिवर्तन की उम्मीद तब तक नहीं की जा सकती, जब तक वह पूरी तरह न केवल साक्षर, बल्कि ज्ञान-दीप्त और वैज्ञानिक तर्क-क्षमता से आलोकित न हो जाए। इसके लिए एक-एक भारतवासी तक शीघ्रातिशीघ्र शिक्षा का प्रकाश फैलाना होगा। किंतु अब भी भौतिक संसाधन हमारे पास कम हैं, हम वस्तुतः जन-संसाधन बहुल देश हैं। इस बहुल जन तक शिक्षा पहुंचाने के लिए हमें उसकी अनेक प्रविधियों को आजमाना होगा। प्रोफेसर आर. पी. पाठक का 'दूरस्थ शिक्षा की आवश्यकता' ऐसी ही एक शिक्षण प्रविधि की चर्चा करता है।

इस अंक में लेख अनेक हैं और सब एक से बढ़कर एक। श्री सतीशचंद्र सक्सेना जहां बर्फ आच्छादित सियाचीन में भारत की सामरिक स्थिति और वहां सैन्य उपस्थिति की जरूरत रेखांकित करते

हैं वहीं श्री राकेशरेणु अपने आलेख में जाग्रत समाज में पत्र-पत्रिकाओं की भूमिका और जनतांत्रिक व्यवस्था में नागरिकों को अधिकार-सम्पन्न बनाने की दिशा में उनकी भूमिका का वर्णन करते हैं। श्री प्रसेनजीत कुमार ने बहुभाषिकता और अनुवाद पर चर्चा की है, वहीं सुश्री आशा त्रिपाठी ने आधुनिक समाज की प्राकृतिक और भौतिक आपदाओं के प्रबंधन की प्रविधियों की व्याख्या की है।

रोचक तथा पठनीय सामग्रियों से भरपूर लेख और नियमित स्तंभ इस अंक में और भी कई हैं और सुधी पाठकों को वे जरूर पसंद आएंगे। पाठकों की प्रतिक्रिया का इंतजार रहेगा।

डॉ. प्रेमनारायण शुक्ल
सहायक निदेशक

सामाजिक न्याय की धुरी स्त्री अधिकारिता

अंजली सिन्हा

डार्विन का शक्तिशाली की उत्तरजीविता का सिद्धांत वस्तुतः पशु जगत का सिद्धांत है। लेकिन मनुष्य चूँकि मूलतः पशु ही है, इसलिए डार्विन के आगमन से काफी पहले, आदिमकाल से इस सिद्धांत का अनुपालन करता आया है। शिक्षा और अन्य अर्जित संस्कारों की वजह से भले ही उसमें किंचित मनुष्यता आ गई हो, इसके बावजूद बुनियादी रूप से आज भी उसमें उतनी ही पशुता मौजूद है जितनी आदिम व्यवस्था में रही होगी। इसीलिए जो शक्ति-संपन्न है, वह आज भी शिरोधार्य है। वैश्विक स्तर पर जो देश शक्तिशाली है वह कमजोर राष्ट्रों की कीमत पर अपनी उत्तरजीविता सुनिश्चित करता है, पुरुष अपने शारीरिक बल की बदौलत अपने से कमजोर तबकों और स्त्रियों पर अपना प्रभुत्व जताता है।

लेकिन स्त्रियाँ शांतिप्रिय, सहिष्णु और सहृदय होती हैं और वैसे ही घर-परिवार एवं समाज की रचना करती हैं। भारतीय सांस्कृतिक परंपरा में स्त्रियों को प्रेम, बलिदान और विनम्रता की प्रतिमूर्ति बना कर पेश किया जाता है, सराहना की जाती है। लेकिन व्यवहार में पुरुष वर्चस्व वाली यही संस्कृति उससे उसके समस्त अधिकार छीन अपनी

अनुगामिनी बनाता रहा है। जहाँ कहीं किसी स्त्री ने इस साजिश को नकारते हुए अपनी स्वतंत्र इयत्ता को आजमाना चाहा, उसे अपमानित करने, मान-मर्दन करने और समाज बहिष्कृत करने की पाशविक विधि प्रयोग में लाई गई।

आश्चर्य है कि जिस सांस्कृतिक परंपरा में स्त्रियों को दुर्गा, लक्ष्मी और सरस्वती के रूप में शक्ति के प्रायः सभी रूपों– शरीर बल, धन बल और ज्ञान बल की अधिष्ठात्री माना गया, कालांतर में उनमें इतनी हीन भावना भर दी गई कि स्त्री रूप में जन्म लेने मात्र से वे गहरे अपराध बोध से ग्रसित हो गईं और बालिका भ्रूण हत्या जैसे जघन्य कृत्य की अनुमति देने के लिए विवश हुईं। लेकिन इसे रेखांकित करना आवश्यक है कि भ्रूण हत्या, गर्भपात और जन्म के उपरांत बालिकाओं के प्रति बरते जाने वाले भेदभाव के पीछे स्त्रियों की सहज स्वीकृति नहीं, वरन उनकी परवशता-विवशता है जो उनकी कमजोर आर्थिक स्थिति, अशिक्षा अथवा अल्प और अनुपार्जक शिक्षा तथा सामाजिक व्यवस्था के कारण हर निर्णय के लिए पुरुषों की मुँहदेखी से उपजती है। लेकिन यहाँ हमारा अभीष्ट इसके पीछे के सामाजिक-ऐतिहासिक कारणों की पड़ताल करने के बजाए उन्हें अधिकार-संपन्न बनाने के प्रयासों का विश्लेषण अधिक है।

यह सही है कि स्वतंत्रता के बाद भारतीय स्त्री की स्थिति में क्रांतिकारी परिवर्तन हुआ और संवैधानिक दृष्टि से स्त्री-पुरुष की समानता स्वीकार कर ली गई है, उन्हें अधिकार संपन्न बनाने के लिए अनेक कानून बनाए गए और विभिन्न कार्यक्रम चलाए गए हैं। इन प्रावधानों के कारण स्त्रियाँ बड़े पैमाने पर प्रगति पथ पर आगे बढ़ चलीं। स्त्री-केंद्रित कार्यक्रमों और नीतियों की बदौलत औरतों का शैक्षणिक स्तर बढ़ा, उनकी जागरुकता बढ़ी और अपने होने को सिद्ध करने की इच्छा मजबूत हुई। लेकिन यह परिवर्तन प्रायः शहरी और खाते-पीते मध्यवर्ग तक ही सीमित रहा। बृहत्तर स्त्री समाज, खासकर गाँवों और जनजातीय अंचलों के स्त्री समाज की हैसियत आज भी

कमजोर बनी हुई है। शिक्षा, स्वास्थ्य, रोजगार, आर्थिक भागीदार आदि मामलों में उनकी स्थिति आज भी पुरुषों के मुकाबले कमतर है।

राजनीतिक स्वतंत्रता के लिए 150 वर्ष पहले हुए प्रथम क्रांति के इर्द-गिर्द उसी कालखंड में एक सामाजिक क्रांति भी घटित हो रही थी जो समाज के समस्त वंचित तबकों को समान हक और अधिकार दिए जाने की पैरोकार थी। इसी क्रांति के प्रतिफलन के रूप में स्वतंत्रता प्राप्ति के बाद स्त्रियों को प्रत्येक क्षेत्र में पुरुषों के समकक्ष अधिकार देने, उन्हें सामाजिक और आर्थिक नजरिए से पुरुषों के बराबर लाने की नीति अपनाई गई। भारत के संविधान में स्त्री-अधिकारों, गौरव और सम्मान की रक्षा के लिए समुचित प्रावधान किए गए। इनके लिए अनुच्छेद 14,15(3), 16(2), 19(1), 39(क), (ङ), 42, 44, 51(क) की व्यवस्था की गई और उनमें स्त्री अधिकारों की व्याख्या और विस्तार का मार्गदर्शक सिद्धांत निरूपित किया गया। इनके साथ ही स्त्री अधिकारों को और व्यापक बनाने हेतु अनेक कानून भी बनाए गए। संविधान के अनुच्छेदों, विभिन्न कानूनी, नीतिगत प्रावधानों का विवरण बॉक्स-1 में प्रस्तुत है।

बॉक्स–1

स्त्री अधिकार सुनिश्चित करने वाले संवैधानिक, कानूनी और नीतिगत प्रावधान

संवैधानिक प्रावधान

महिला-पुरुष समानता की प्रतिबद्धता नीति-निर्माण के सर्वोच्च स्तर पर पर अर्थात् भारत के संविधान में भली-भाँति स्थापित है। महिलाओं के लिए बनाए कुछ महत्वपूर्ण संवैधानिक उपबंध इस प्रकार हैं :

- अनुच्छेद 14 – राजनीतिक, आर्थिक एवं सामाजिक क्षेत्रों में समान अधिकार एवं अवसर।
- अनुच्छेद 15 – लिंग के आधार पर भेदभाव निषिद्ध।

- अनुच्छेद 15(3) – महिलाओं के पक्ष में सकारात्मक भेदभाव का अधिकार।
- अनुच्छेद 139 – आजीविका के समान साधन तथा समान कार्य के लिए समान वेतन।
- अनुच्छेद 42 – कार्य की न्यायोचित एवं मानवीय दशाएँ; प्रसूति सुविधाएँ।
- अनुच्छेद 51 (क) और (ङ) – महिलाओं के प्रति अपमानजनक प्रथाओं के त्याग का मौलिक दायित्व।

राष्ट्रीय महिला सबलीकरण नीति, 2001 में यह परिकल्पना की गई है कि महिला उन्मुखी दृष्टिकोण को बजट में एक क्रियात्मक कार्यनीति के रूप में शामिल किया जाए।

इन उपबंधों को कानूनी ढाँचे के द्वारा लागू किया जाता है एवं समर्थ बनाया जाता है। ऐसे कुछ कानून इस प्रकार हैं :

महिला विशिष्ट कानून

- अनैतिक व्यापार (निवारण) अधिनियम, 1956
- प्रसूति सुविधा अधिनियम, 1961
- दहेज निषेध अधिनियम, 1961
- स्त्री अशिष्ट रूपण (निषेध) अधिनियम, 1986
- सती प्रथा (निवारण) अधिनियम, 1987
- घरेलू हिंसा से महिलाओं का संरक्षण अधिनियम, 2005
- कार्यक्षेत्र में महिलाओं का संरक्षण कानून, 2013

आर्थिक कानून

कारखाना अधिनियम, 1958, न्यूनतम मजदूरी अधिनियम, 1948, पारिश्रमिक अधिनिमय 1976, कर्मचारी राज्य बीमा अधिनियम, 1948, बागान श्रम अधिनियम, 1951 बंधित श्रम पद्धति (उत्पादन) अधिनियम, 1976।

संरक्षण कानून

भारतीय दंड प्रक्रिया संहिता, 1973 के संगत उपबंध-वर्ष 2013 में यथा संशोधित, भारतीय दंड संहिता के विशेष उपबंध, विधि व्यवसायी (महिला) अधिनियम, 1923, प्रसवपूर्व निदान तकनीक (विनियमन और दुरुपयोग निवारण) अधिनियम, 1994।

सामाजिक कानून

कुटुंब न्यायालय अधिनियम, 1984, भारतीय उत्तराधिकार अधिनियम, 1925, गर्भ का चिकित्सीय समापन अधिनियम, 1971, बाल विवाह अवरोध अधिनियम, 1929, हिंदू विवाह, 1955, हिंदू उत्तराधिकार, 1956 (वर्ष 2005 में यथा संशोधित), भारतीय विवाह-विच्छेद अधिनियम, 1969।

लोकतंत्र को मजबूत बनाने में जितनी गहरी भूमिका वंचित और प्रायः उपेक्षित बहुसंख्यक आबादी की है उतनी शायद नागर समाज जिसे हम सिविल सोसायटी कहते हैं, की नहीं।

जनतंत्र में इस बहुसंख्यक तबके की गहरी आस्था है और इसके जरिए वह सत्ता में अपनी भागीदारी देखता है। इस तबके में आर्थिक, सामाजिक, लैंगिक तीनों दृष्टियों से समाज के सबसे कमजोर वर्ग शामिल हैं। इसलिए विधायिका, कार्यपालिका और न्यायपालिका के साथ-साथ मीडिया जैसे जनतंत्र के विभिन्न प्रतिष्ठानों की यह जिम्मेदारी बनती है कि विकास और अधिकार संपन्न बनाने की किसी भी कोशिश में इन तत्वों को वरीयता दे। इस परिदृश्य में यह देखना आवश्यक होगा कि मानव अधिकारों के विचार के प्रसार, पोषण और संवर्धन में हिंदी मीडिया अपनी भूमिका का निर्वहन किस प्रकार कर रहा है। मीडिया का मूल चरित्र ही मानव अधिकारों के सरोकार का है। दुनियाभर में जनतांत्रिक सरकारों की उपस्थिति ने मीडिया को वह अपेक्षित जमीन उपलब्ध कराई है जो मानव अधिकारों के संरक्षण और संवर्धन के लिए, उसकी पैरवी का आधार बन सके।

कुछ वर्ष पूर्व भोपाल के एक मुस्लिम युवक और हिंदू युवती ने प्रेम विवाह किया किंतु इसके लिए उन्हें भाग कर मुंबई जाना पड़ा ताकि वे कट्टरपंथियों की निगाह से बच सकें। अपनी जान-माल की रक्षा के लिए उन्हें मीडिया का सहारा लेना पड़ा। स्वेच्छा से विवाह करने का अधिकार हमें संविधान देता है। देश की धर्मनिरपेक्ष व समतामूलक सरकार अंतर-धार्मिक और अंतर-जातीय विवाह हेतु आर्थिक सहायता सहित विभिन्न प्रोत्साहन देती है ताकि समाज से धर्म-जाति आधारित भेदभाव समाप्त किए जा सकें। इसलिए धर्म, जाति और वर्ग के आधार पर ऐसे विवाह में बाधा नहीं खड़ी की जा सकती। बावजूद इसके कुछ लोगों ने इस घटना की ऐसी व्याख्या की मानों हिंदुत्व के सामने घोर संकट आ खड़ा हो। समाचार चैनलों पर दिनभर यह खबर अलग-अलग बयान के साथ और अलग-अलग कोण से दिखाई जाती रही। इसका सकारात्मक परिणाम यह हुआ कि नवविवाहित दंपति को दर्शकों की सहानुभूति और व्यवस्था का संरक्षण हासिल हुआ। जाति और धर्म से ऊपर उठ कर जीवन साथी चुनने के नागरिकों के मौलिक अधिकार को ताकत मिली। पिछले सालों में लगातार उत्तर भारत में ऑनर किलिंग की अनेक घटनाएँ घटित हुई हैं। स्वतंत्र चेतना-संपन्न युवाओं और स्त्रियों को समाज-बहिष्कृत करने, और तो और उनकी जान ले लेने में हरियाणा और उत्तर प्रदेश सबसे आगे हैं। राष्ट्रीय राजधानी दिल्ली और पंजाब भी इस सोच और कुकृत्य से बहुत अलग नहीं रहे।

न केवल स्त्री अधिकारिता, वरन समग्रतः मानव अधिकारों के संदर्भ में बात करें तो मीडिया का मूल चरित्र ही मानव अधिकारों के पैरोकार की है। उन्नीसवीं-बीसवीं शताब्दी में दुनियाभर के अधिकांश देशों में जनतांत्रिक व्यवस्था के अभ्युदय और गुलाम देशों में आजादी की कसमसाहट ने संचार माध्यमों को जरूरी स्वतंत्रता और वह अपेक्षित जमीन उपलब्ध कराई जहाँ से समाचार पत्र-पत्रिकाएँ तथा

आगे चल कर, इनके साथ-साथ इलेक्ट्रानिक माध्यम भी मानव अधिकारों के पैरोकार की अपनी भूमिका का निर्वहन कर सकें। इन सब का मकसद लोगों को संस्कारित करना और उन्हें अधिकार-चेतन बनाना रहा।

अतः इस आलोक में स्त्री अधिकारिता की संकल्पना को मजबूत करने के लिए मीडियाकर्मियों को भारत में मानवाधिकारों की संकल्पना को सही परिप्रेक्ष्य में और पौराणिक संदर्भों के साथ प्रस्तुत करने का बीड़ा उठाना होगा। यह कार्य जितना आवश्यक है उतने ही खतरे भी इसमें सन्निहित हैं। परंपरा में मौजूद मानवाधिकारों का विश्लेषण करते-करते उन्हें धर्म के महिमामंडन की ओर बहक जाने से बचना होगा, निरपेक्ष रह कर सही-गलत का निर्वचन करना होगा तथा आधुनिक दृष्टि के साथ उनका समामेलन करना होगा ताकि पाठकों-श्रोताओं-दर्शकों के सम्मुख सम्यक तस्वीर पेश की जा सके।

मानवाधिकारों के सैद्धांतिक पहलुओं को प्रचारित करने से कहीं ज्यादा महत्वपूर्ण नित घट रही घटनाओं, मानवाधिकार हनन के मामलों, अधिकारों के संरक्षण के लिए बनाए गए सरकारी नीतियों-कार्यक्रमों को सामने लाना तथा उनके पक्ष-विपक्ष का विश्लेषण करना है। वस्तुतः मानवधिकारों के दायरे में जीवन के प्रायः सभी क्षेत्र आते हैं। हमारी साामाजिक, राजनीतिक, नागरिक और आर्थिक व्यवस्था के मानवीय लक्ष्य मानवाधिकार ही निर्धारित करते हैं। इसीलिए सार्वजनिक तथा सामाजिक स्तर पर घटने वाली प्रत्येक घटना, शासन तंत्र द्वारा लिया जाने वाला प्रत्येक निर्णय, नीति और कार्यक्रम मानवाधिकारों के दायरे में आते हैं। इस संदर्भ में यह एक सुखद तथ्य है कि हमारे संचार माध्यम मानवाधिकारों के इस क्षेत्र विस्तार और इसमें अंतनिर्हित संभावनाओं से अवगत हैं। फलस्वरूप मानवाधिकार संबंधी मुद्दों को व्यापक कवरेज मिल रहा है। रोजगार गारंटी कार्यक्रम तथा सूचना के अधिकार की चर्चा यहाँ उपयुक्त होगा। ये दोनों ही आज कानून का

रूप ले चुके हैं। इसी तरह महिलाओं को संसद एवं विधानसभाओं की एक तिहाई सीटों पर आरक्षण दिलाने सहित महिला अधिकारों के हनन के तमाम मामलों को मीडिया ने प्रमुखता दी है। महिलाओं पर घर में होने वाली हिंसा निरोधी कानून तथा उसके आलोक में दर्ज शिकायतों को भी अखबारों ने उठाया है। इनमें से पहले दो को वैधानिक मान्यता दिलाने के लिए जिन लोगों और स्वयंसेवी संगठनों ने वर्षों मेहनत की, उन्हें भी हमारा मीडिया, खासकर हिंदी और भाषायी मीडिया लगातार कवरेज और शक्ति प्रदान करता रहा। 16 दिसंबर, 2012 को दिल्ली में घटित बलात्कार (सामूहिक) के बाद आई जागृति और आंदोलन संभव न होता, यदि उसे मीडिया का भरपूर समर्थन और कवरेज़ न मिला होता। इसकी परिणति भारतीय दंड संहिता के संगत प्रावधानों-धाराओं में संशोधन कर उन्हें और कारगर बनाने में तो हुई ही, समाज में, खासकर महिलाओं में अभूतपूर्व जागृति और साहस का उदय हुआ; वे खुलकर हर प्रकार के शोषण; विशेषतः यौन शोषण का विरोध करने लगीं। लेकिन कुछ अन्य मामलों में जहां सरकार को बजटीय प्रावधान करने थे; खास समूहों ने जिनमें कुछ अंग्रेजी के समाचार पत्र भी शामिल हैं, अपने विशेष एजेंडे के तहत इन अधिनियमों-कार्यक्रमों पर आपत्तियाँ भी उठाई, लेकिन वे आपत्तियाँ मानव अधिकारों को दृष्टिगत कर नहीं, बल्कि संकुचित वैचारिक मान्यताओं और आर्थिक-व्यावसायिक हितों के तहत की गई थीं।

भारतीय परिप्रेक्ष्य में संचार माध्यमों को ताकत स्वाधीनता आंदोलन से मिलती है जहाँ न केवल उनकी जड़ें स्थित हैं बल्कि जहाँ से उनका उद्‌गम भी हुआ। स्वतंत्रता संग्राम के दिनों से ही समाचार पत्र-पत्रिकाओं का स्वयंसेवी संगठनों से भी गहरा नाता बना रहा जो स्वाधीनता के बड़े और व्यापक मानवाधिकार लड़ाई के भीतर विभिन्न सामाजिक सुधारों, लड़ाइयों, मसलन सती प्रथा का उन्मूलन, वर्ण आधारित छुआछूत और भेदभाव के समापन सहित नागरिक जीवन में

विभिन्न मानवाधिकार आंदोलन की जमीन तैयार कर रहे थे। पत्र-पत्रिकाएँ इन छोटी-बड़ी लड़ाइयों का संदेशवाहक थीं। इनके संपादक और प्रकाशक स्वयं इन संघर्षों से और व्यापक स्तर पर आजादी की लड़ाई से प्रत्यक्ष रूप से जुड़े थे। राजा राम मोहन राय से लेकर भारतेंदु हरिश्चंद्र, महात्मा गांधी, गणेश शंकर विद्यार्थी, भगत सिंह आदि सभी इनमें शामिल रहे। इस पृष्ठभूमि से निकले संचार माध्यम आज भी स्वयंसेवी संगठनों के साथ रचनात्मक सहकार बनाए हुए हैं और मानवाधिकारों की लड़ाई को परिप्रेक्ष्य और प्रसार दे रहे हैं। यही वजह है कि आज जब पड़ोसी देशों सहित तीसरी दुनिया के अधिकांश देशों में मानवाधिकार-कर्मी और समाचार-पत्र प्रायः बिखरे हुए हैं और उनमें रचनात्मक सहयोग का अपेक्षतः अभाव है, भारत के मीडियाकर्मी और मानवाधिकार-कर्मी अतीत से हासिल प्रेरणा और प्रमाणरूपी शक्ति की बदौलत अधिकार संबंधी विभिन्न मुद्दों के बारे में नागरिकों को जागरुक करने और जनमत बनाने के काम को सफलतापूर्वक अंजाम दे रहे हैं।

मानवाधिकारों का दायरा काफी व्यापक है, इसलिए हनन के मामले भी कमोबेश प्रायः उन सब क्षेत्रों में गोचर होते हैं। लेकिन इस प्रसंग में जो दो-चार क्षेत्र सर्वाधिक ध्यान आकर्षित करते हैं उनमें महिलाओं के अधिकार हनन का मामला सर्वप्रमुख है। हालांकि इंटरनेशनल वूमंस मीडिया फाउंडेशन द्वारा 2001 में कराए गए एक अध्ययन के अनुसार मीडिया के क्षेत्र में कार्यरत महिलाओं का हिस्सा विश्व में 41 प्रतिशत है। महिलाओं के अधिकार हनन के मामलों को मीडिया प्रमुखता से उठाता है, बावजूद इसके अनेक ऐसे क्षेत्र हैं जिनमें मीडिया की भूमिका भी संदिग्ध नजर आती है। मुक्त बाजार व्यवस्था के तहत विगत वर्षों में तमाम व्यावसायिक प्रकल्पों की तरह मीडिया को नियंत्रित करने वाले घरानों का भी निगमीकरण और वैश्वीकरण हुआ है। विश्व बाजार व्यवस्था में मीडिया के पश्चिमी चाल-ढाल से

2—187 मिनि. ऑफ एचआरडी/2015

प्रभावित घराने नारी सौंदर्य के पश्चिमी मानदंडों को ही सौंदर्य का मानक बनाने पर तुले हैं। इस क्रम में भारत सहित तीसरी दुनिया के अधिकतर देशों के देसी सौंदर्य प्रतिमान न केवल धूमिल हुए हैं बल्कि पश्चिमी मानकों से अलग पड़ने वाली स्त्रियों को भदेस और हास्यास्पद बना कर पेश करने की प्रवृत्ति बढ़ी है। इसी तरह पहनावे और चाल-ढाल में भी पश्चिमी नजरिये को तरजीह दी जा रही है। इसके तहत बात-बेबात महिलाओं की अर्धनग्न तस्वीरें छापना, विज्ञापनों में बिना वजह नारी देह का इस्तेमाल करना आम हो गया है। अब सिगरेट हो या शराब, कार हो या साइकिल उनके विज्ञापन के लिए नारी छवि और देह की प्रस्तुति आवश्यक सी बना दी गई है। और तो और, हँसी तो तब आती है जब पुरुषों के परफ्यूम के विज्ञापन भी महिलाओं से कराए जाते हैं।

वस्तुतः दुनियाभर की मीडिया में स्त्री-देह को एक वस्तु की तरह इस्तेमाल किया जाता है। भारत के संचार माध्यम इसका अपवाद नहीं हैं। रोजाना आपको इसके साक्ष्य मिलेंगे। लेकिन इस स्थिति के पीछे वजह क्या है? संचार माध्यमों में काम करने वाली जिन 41 प्रतिशत महिलाओं का आँकड़ा ऊपर पेश किया गया है, एशिया में वही हिस्सा, यूनेस्को के एक प्रकाशन 'एन अनफिनिश्ड स्टोरी : जेंडर पैटर्न इन मीडिया एम्प्लायमेंट, 1995 के अनुसार घट कर महज 21 प्रतिशत रह जाता है। भारत के संदर्भ में तो हिस्सेदारी 12 प्रतिशत पर ही सिमटी हुई है। यानी भारतीय मीडिया में केवल बारह प्रतिशत महिलाएँ ही कार्यरत हैं। ये महिलाएँ भी किन पदों पर काम करती है? जानना दिलचस्प होगा कि इंटरनेशनल वूमेंस मीडिया फाउंडेशन द्वारा महिला पत्रकारों के बीच कराए गए एक सर्वेक्षण में एशिया क्षेत्र में भाग लेने वाली 79 प्रतिशत प्रतिभागियों ने कहा कि उनकी कंपनी में 10 शीर्ष निर्णय लेने वाले व्यक्तियों में एक भी महिला नहीं है। (स्रोत : लीडिंग इन ए डिफरेंट लैंग्वेज : विल वूमेन चेंज द न्यूज मीडिया

2001) इस पुरुष एकाधिकार के परिणाम छुपे नहीं हैं। तमाम सदाशयता के बावजूद प्रकाशन संस्थानों की मीडिया नीति में व्याप्त पुरुषवादी दृष्टि प्रत्यक्ष-परोक्ष रूप में सामने आती रहती है। दो दशक पुराना पटना का बॉबी कांड हो अथवा राँची का सुषमा कुजूर कांड; मिस जम्मू प्रकरण हो अथवा श्रीनगर सेक्स स्कैंडल, बलात्कार का कोई भी मामला हो उनमें पीड़ित महिला के नाम और तस्वीर को पेश करने की प्रवृत्ति कम होने होने के बजाए बढ़ती ही जाती है। भारतीय प्रेस परिषद द्वारा निर्धारित आचार संहिता में ऐसा न करने के स्पष्ट निर्देश के बावजूद ऐसी घटनाएँ घटती रहती हैं। ऐसा वस्तुतः नारी देह को वस्तु मानने की पूँजीवादी दृष्टि तथा बाजार में अधिकाधिक सफल होने के व्यावसायिक दबाव के कारण होता है।

सवाल उठता है कि इसका विकल्प क्या है? मीडिया में स्त्री अधिकारिता को कैसे मजबूत किया जा सकता है? उत्तर आसान है किंतु उस पर अमल उतना आसान नहीं। क्योंकि यह मीडिया – इलेक्ट्रानिक और प्रिंट दोनों – की दृष्टि में बदलाव की माँग करता है। जरूरी है कि मीडिया में शीर्ष पदों पर निर्णय लेने और नीतियों बनाने के लिए जिम्मेदार पदों पर दृष्टि संपन्न और विवेक-चेतना संपन्न स्त्रियाँ आएँ जो स्त्रियों के बारे में स्त्री सशक्तीकरण की दृष्टि से, उन्हें अधिकार संपन्न बनाने की दृष्टि से आवश्यक निर्णय लें, मुनाफा कमाने और स्वामियों की जेब भरने की दृष्टि से नहीं। लेकिन पूँजी संचालित और कॉरपोरेट घरानों द्वारा नियंत्रित मीडिया घरानों में क्या ऐसा संभव है?

❖❖❖

दूरस्थ शिक्षा की आवश्यकता

प्रो. आर. पी. पाठक

दूरस्थ शिक्षा, अनौपचारिक शिक्षा का पर्याय या इसका रूप न होकर शिक्षा संबंधी एक नवीन अवधारणा है, शिक्षा का एक नवीन स्वरूप है। इसमें छात्र दूर बैठे शिक्षाविद् अध्यापक से प्रेषित पाठ्य-सामग्री एवं अन्य नवीन तकनीकी साधनों के माध्यम से अप्रत्यक्ष रूप से संपर्क स्थापित करता है। उसका अपने अध्यापक से संवाद भी पत्राचार या नवीन तकनीकी साधनों के माध्यम से होता है। अनौपचारिक शिक्षा के पूर्व निर्धारित उद्देश्य न होने के कारण यह अनायास अनिश्चित ढंग से प्रारंभ होती है, व्याख्यानमाला सुनने, पुस्तकों, पत्र-पत्रिकाओं के पठन, रेडियो, टी.वी. के माध्यम से आकस्मिक रूप से होती है, जो दूरवर्ती व समीपवर्ती दोनों रूपों में हो सकती है।

निश्चित स्थान, निश्चित समय के बंधन से मुक्त संस्था की चार दीवारी के बाहर अपने गृह में बैठे जिज्ञासु छात्र हेतु अधिगम का आयोजन ही दूरस्थ शिक्षा है। दूरस्थ शिक्षा में, औपचारिक शिक्षा की भाँति छात्र अपने अध्यापक का सामीप्य या साहचर्य प्राप्त न करने के कारण, परस्पर क्रिया-प्रतिक्रिया या प्रत्यक्ष संवाद तो नहीं कर पाता लेकिन विषय-विषेषज्ञ अध्यापक से उसका अप्रत्यक्ष संपर्क, पत्राचार या तकनीकी साधनों के माध्यम से निरंतर रहता है। यह शिक्षा, सुनिश्चित

उद्देश्य लेकर एक सुगठित संस्था द्वारा संचालित होती है, लेकिन इसमें संस्था की चारदीवारी से मुक्त खुली शिक्षण प्रक्रिया चलती है। दूरस्थ शिक्षा में स्वाध्याय का पर्याप्त अवसर मिलने के कारण वास्तविक अधिगम होता है, कक्षा शिक्षण की भाँति छात्र केवल अध्यापक द्वारा दिए गए व्याख्यान की पुनरावृत्ति नहीं करता, अपितु आयु एवं मस्तिष्क से परिपक्व छात्र अपनी अंतःप्रेरणा से निर्णय के आधार पर शिक्षा की ओर प्रवृत्त होता है। अतः शिक्षा में रुचि के कारण अपने कार्य के उपरांत अवकाश के समय का उपयोग अध्ययन में करता है। यही परिपक्व छात्र पाठ्य सामग्री के स्तर की समालोचना करके अध्यापक के समक्ष एक चुनौती बनकर उभरता है।

प्राचीन भारतीय शिक्षा पद्धि में, जहाँ गुरु-शिष्य के घनिष्ठ संबंधों पर बल दिया जाता था, वहाँ भी दूरस्थ शिक्षा के उदाहरण मिलते हैं। गुरु द्रोणाचार्य के शिष्य एकलव्य ने दूर सघन वन में आचार्य से अंतःप्रेरणा लेकर धनुर्विद्या में इतनी कुशलता अर्जित की कि द्रोणाचार्य के प्रिय एवं नियमित छात्र अर्जुन को भी परास्त कर दिया। यह तथ्य अलग है कि आचार्य अपने राजकुमार शिष्य की पराजय स्वीकार करने का साहस न जुटा सके और उस प्रतिभाशाली शिष्य का अंगूठा ही गुरु दक्षिणा में लेकर उसे सर्वदा के लिए लाचार बनाकर, अर्जुन के लिए विश्व का महान तीरंदाज बनने का मार्ग प्रशस्त कर दिया।

आधुनिक युग में नवीन तकनीकी के विकास के साथ दूरस्थ शिक्षा की लोकप्रियता दिन-प्रतिदिन बढ़ती जा रही है। इस समय विश्व के लगभग सभी देशों में दूरस्थ शिक्षा को अपनाया गया है। भारत जैसे विकासशील देश में जहाँ आर्थिक समस्या व साधनों के अभाव में इतनी शिक्षण संस्थाएँ खोलना बहुत ही कठिन है, जिनमें समस्त इच्छुक छात्रों को प्रवेश दिया जा सके, दूरस्थ शिक्षा, शिक्षा

प्रसार में वरदान सिद्ध होगी। इससे प्रतिवर्ष शिक्षण संस्थाओं व विश्वविद्यालय पर छात्रों के प्रवेश हेतु पड़ने वाला दबाव भी कम होगा।

इंदिरा गाँधी राष्ट्रीय विश्वविद्यालय की स्थापना से पूर्व भारत में कई विश्वविद्यालयों में दूरस्थ शिक्षा के नाम पर केवल पत्राचार पाठ्यक्रम ही चल रहा था। इनमें शिक्षा के प्रसार को ध्यान में रखकर, केवल संख्यात्मक पहलू पर ही ध्यान दिया गया, गुणात्मक विकास पर नहीं। इसलिए छात्र पत्राचार पाठ्यक्रम में प्रवेश कोई अन्य विकल्प न होने पर ही लेता है, पत्राचार द्वारा शिक्षा से प्रभावित होकर नहीं। उदाहरणार्थ, राजस्थान विश्वविद्यालय छात्र को स्वयंपाठी छात्र के रूप में स्नातक व स्नातकोत्तर परीक्षा देने की अनुमति देता है, अतः राजस्थान विश्वविद्यालय द्वारा चलाये जा रहे पत्राचार पाठ्यक्रम में राजस्थान के छात्रों की संख्या नगण्य सी रहती है। इसके अतिरिक्त प्रवेश लेने के उपरांत पढ़ाई बीच में छोड़ देने वाले छात्रों की भी काफी संख्या रहती है। कुछ अपवादों को छोड़कर, बहुधा छात्र सामान्य अंक प्राप्त कर परीक्षा उत्तीर्ण करते हैं।

इंग्लैंड के मुक्त विश्वविद्यालय ने अपने देश में उल्लेखनीय कार्य किया है। इसी प्रकार भारत में भी शिक्षा प्रसार की दृष्टि से दूरस्थ शिक्षा के केवल संख्यात्मक पहलू पर ध्यान न देकर, गुणात्मक विकास पर भी ध्यान देना आवश्यक है। नई दिल्ली में इंदिरा गाँधी विश्वविद्यालय की स्थापना ने हम सब में एक नवीन आशा का संचार किया है। संभवतः अब आर्थिक कठिनाई के कारण दूरस्थ शिक्षा के विकास में बाधा नहीं आएगी। पत्राचार के साथ-साथ अब नवीन वैज्ञानिक संचार साधनों का भी प्रभावशाली प्रयोग हो रहा है। लेकिन ऐसा प्रतीत होता है कि अभी कुछ समय तक पत्राचार द्वारा शिक्षण सामग्री का प्रेषण दूरस्थ शिक्षा का व्यापक एवं प्रभावशाली माध्यम रहेगा।

अब मुक्त राष्ट्रीय विश्वविद्यालय की स्थापना के उपरांत राज्य में इसी प्रकार का अन्य विश्वविद्यालय प्रारंभ करने का कोई औचित्य प्रतीत नहीं होता, लेकिन राष्ट्रीय विश्वविद्यालय के प्रत्येक राज्य में केंद्र स्थापित किए जाने चाहिए, जो प्रत्येक पाठ्यक्रम के पाठों का क्षेत्रीय भाषा या हिंदी में अनुवाद करके छात्रों को उपलब्ध कराएँ। क्षेत्रीय आवश्यकतानुसार कुछ व्यवसायोन्मुखी पाठ्यक्रम चलाने की स्वायत्तता इन्हें प्रदान की जा सकती है, लेकिन जो पाठ्यक्रम राष्ट्रीय विश्वविद्यालय में चल रहा हो, उसे दोहरा चलाने से क्या लाभ? इन केंद्रों पर छात्रों की सुविधा हेतु पुस्तकालय, परामर्शदाता व ट्यूटर भी नियुक्त किए जाने चाहिए। इन्हीं केंद्रों के संरक्षण में उपकेंद्र भी चलाए जाने चाहिए जो यदि संभव हो तो दूरस्थ कस्बों व गाँवों में स्थापित किए जाएँ। ग्रामीण क्षेत्रों की सुविधा हेतु इन केंद्रों में भी पुस्तकालय व परामर्शदाता उपलब्ध कराए जाने चाहिए। ये परामर्शदाता छात्रों से व्यक्तिगत संपर्क कर उनकी अध्ययन संबंधी समस्याओं का निराकरण करेंगे।

संचार साधनों में, रेडियो व टेलीविजन का प्रभावशाली प्रयोग होना चाहिए। इस हेतु सरकार या तो प्रातः व सायं का समय आरक्षित करे या नया चैनल प्रारंभ करे। टी.वी. रेडियो पर पाठों के प्रसारण प्रारंभ करने की एक पूर्व शर्त है– पाठों के प्रसारण हेतु कुशल व अनुभवी शिक्षाविदों का उपलब्ध होना। कक्षा शिक्षण में परस्पर क्रिया-प्रतिक्रिया द्विपक्षीय होती है जबकि प्रसारण में एकपक्षीय। इसमें शिक्षाविद् को स्वयं पाठ को रुचिकर एवं सुगम बनाते हुए, विषय को इस प्रकार स्पष्ट करना होगा जो दूरस्थ शिक्षा के विभिन्न क्षेत्रों, भिन्न भाषा-भाषी, विभिन्न आयु व मानसिक स्तर वाले छात्रों को बोधगम्य हो एवं पाठ का स्तर उनकी आकांक्षा के अनुकूल हो।

टी.वी., रेडियो, दृश्य-श्रव्य उपकरण, टेलीविजन आदि का उपयोग अत्यंत कुशलतापूर्वक किया जाना चाहिए, जिससे ये प्रभावशाली अधिगम में सहायक हो सकें। इनके पाठ या वार्ता तैयार करते समय ऐसे अनुभवी शिक्षाविदों को आमंत्रित किया जाना चाहिए जो केवल अपने विषय में ही पारंगत न हों, अपितु विषय को सुगम, रुचिकर एवं बोधगम्य बनाने की क्षमता भी रखते हों। आर्थिक पक्ष पर अधिक ध्यान न देकर यदि आवश्यकता हो तो देश-विदेश से भी विद्वानों को आमंत्रित किया जाना चाहिए। ये खर्चीले माध्यम यदि छात्रों की आकांक्षा के अनुरूप प्रतिफल न दे सके तो भविष्य में छात्र इनसे निराश होकर, इनके प्रयोग में विश्वास खो बैठेंगे।

यही बात मुद्रित पाठ्य-सामग्री पर भी घटित होती है। वर्तमान में अधिकांश पाठ्य पुस्तकें नोट्स जैसी ही परिलक्षित होती हैं। कुछ पाठ इतने गहन गंभीर ज्ञान से परिपूर्ण होते हैं कि पाठ्यक्रम से भी मेल नहीं खाते। सामान्यतः छात्रों को शिकायत रहती है कि पाठों का स्तर उनकी आकांक्षा या अपेक्षा के अनुकूल नहीं रहता। कुशल संपादन के अभाव में भाषा के स्वाभाविक प्रवाह का अभाव व वर्तनी संबंधी अशुद्धियाँ भी परिलक्षित होती हैं।

छात्रों की दूसरी सामान्य शिकायत यह है कि पाठ उन्हें समय से प्राप्त नहीं होते, यह एक प्रशासनिक कठिनाई है। इस प्रकार छात्रों से प्राप्त उत्तर पत्रों का समय पर मूल्यांकन व उचित सुझावों के साथ समय से प्रेषण न होना भी छात्रों को निराश करता है। वे समझते हैं कि एक बार प्रवेश देकर संस्था ने अपने कर्त्तव्य की इतिश्री समझ ली, अब वहाँ के अध्यापक या प्रशासक उनकी समस्याओं के प्रति संवेदनशील नहीं हैं।

प्रत्येक पत्राचार संस्थान, वर्ष में एक बार किसी स्थान पर संपर्क शिविर का आयोजन करता है। इन शिविरों में छात्रों की उपस्थिति की

अनिवार्यता नहीं होती, साथ ही शिविर में बाहर से आने वाले छात्रों को छात्रावास आदि की सुविधा उपलब्ध नहीं कराई जाती, अतः सामान्यतः छात्रों की संपूर्ण संख्या में से बीस या तीस प्रतिशत छात्र ही इन शिविरों में उपस्थित होते हैं। इससे स्पष्ट है कि इन संपर्क शिविरों का लाभ केवल बीस प्रतिशत छात्र ही पाते हैं। इन शिविरों में भी, अधिकतर पूर्व में भेजी गई पाठ्य-सामग्री को ही दुहराया जाता है। इनमें छात्रों की विषय संबंधी कठिनाई को दूर करने हेतु प्रयास नहीं किया जाता।

सुझाव

पत्राचार अध्ययन संस्थान का अपना केंद्रित स्टाफ होना चाहिए। इनमें अध्यापकों की नियुक्ति पत्राचार संस्थानों की अपनी कार्य प्रणाली के अनुरूप होनी चाहिए। कक्षा शिक्षण एवं पाठ्य सामग्री का लेखन दोनों कार्य भिन्न-भिन्न क्षमता व कुशलता के हैं। अतः पत्राचार अध्ययन संस्थान में अध्यापकों का चयन केवल मौखिक साक्षात्कार के आधार पर न होकर विषय के गहनतम ज्ञान, लेखन क्षमता व भाषा पर अधिकार के परीक्षण के उपरांत होना चाहिए। इसके लिए लिखित परीक्षा का आयोजन भी किया जा सकता है।

प्रशासनिक अधिकारियों एवं अन्य कर्मचारियों की नियुक्ति के उपरांत इन्हें दूरस्थ शिक्षा की कार्य प्रणाली के अनुरूप प्रशिक्षण प्रदान किया जाना चाहिए जिससे उनमें दूरस्थ शिक्षा के अनुरूप व्यावसायिक कुशलता का विकास हो सके। शिक्षण सामग्री के स्तर के सुधार हेतु बाहर से विषय-विशेषज्ञों को पाठ लिखने हेतु आमंत्रित किया जा सकता है। इस पाठ के लेखन के उपरांत, इनका भाषाविदों द्वारा कुशल संपादन होना चाहिए।

लेखन के उपरांत, पाठ्य सामग्री का मुद्रण व प्रेषण भी कम महत्वपूर्ण नहीं। प्रेस का चयन, आकर्षक टाइप, सुंदर कागज आदि

शिक्षण सामग्री के कलेवर को चित्ताकर्षक बना देते हैं। इस सामग्री का समय से प्रेषण भी कम चुनौती वाला कार्य नहीं। समस्त सामग्री के समय से प्रेषण हेतु प्रशासक को कुशलता से योजना बनानी होती है व डाक-तार विभाग के साथ समन्वय रखना भी अत्यंत आवश्यक है।

छात्रों से प्राप्त उत्तर प्रत्रों का उचित समय पर मूल्यांकन व अध्यापक के सुझावों के साथ प्रेषण में निरंतरता बनाए रखने पर ही दूर बैठे छात्रों को संतुष्ट किया जा सकता है। इस प्रक्रिया के सफलतापूर्वक संचालन हेतु अध्यापकों, प्रशासकों व कर्मचारियों में समायोजन होना आवश्यक है तथा कर्मचारियों में विशेष प्रकार की कार्यकुशलता भी चाहिए (जिसके लिए उन्हें प्रशिक्षित करना आवश्यक है)।

स्थानीय केंद्रों पर पुस्तकालय की सुविधा होनी चाहिए, साथ ही इन केंद्रों पर परामर्शदाता व ट्यूटर नियुक्त किए जाने चाहिए। ये छात्रों से व्यक्तिगत संपर्क स्थापित करके उनकी पढ़ाई संबंधी व्यक्तिगत समस्याओं का निदान एवं उचित सुझाव देकर निराकरण भी करेंगे। दूरस्थ शिक्षा में किसी कोर्स को उत्तीर्ण करने की समय सीमा में लचीलापन होना चाहिए। इनमें व्यवसायोन्मुखी पाठ्यक्रम भी चलाए जाने चाहिए। ये पाठ्यक्रम व्यवसायरत व्यक्तियों की कार्य-कुशलता बढ़ाने में सहायक होंगे। कुछ पाठ्यक्रम कुटीर उद्योगों से संबंधित हों जिससे कुटीर उद्योगों में रत व्यक्ति, अपने व्यवसाय संबंधी विशेष ज्ञान अर्जित करके उत्पादन बढ़ा सकें।

संपर्क शिविर एक स्थान पर न होकर, छात्रों की संख्या के आधार पर विभिन्न स्थानों पर होने चाहिए। संपर्क शिविर में बाहर से आने वाले छात्रों हेतु छात्रावास की व्यवस्था होनी चाहिए, तभी अधिकांश छात्र इन शिविरों का लाभ उठा सकेंगे। इन शिविरों में छात्रों

की शैक्षिक समस्याओं का निराकरण व विचार-विमर्श हेतु समय भी दिया जाना चाहिए। इन संस्थानों को केंद्र सरकार, राज्य सरकार व विश्वविद्यालय अनुदान आयोग द्वारा समुचित आर्थिक सहायता दी जानी चाहिए। व्यवसायरत उच्च वेतन पाने वाले विद्यार्थियों से उनकी आय के आधार पर अधिक शिक्षण शुल्क भी लिया जा सकता है।

दूरस्थ शिक्षा के क्षेत्र में आगे बढ़ने हेतु हमारे लिए केवल पश्चिमी अनुकरण ही लाभदायक नहीं होगा अपितु भारतीय परिवेश में इन व्यय साध्य साधनों के अतिरिक्त कुछ अन्य साधनों का भी अनुसंधान करना होगा। अभी हमें दूरस्थ शिक्षा के गुणात्मक विकास के भगीरथी प्रयास करने होंगे क्योंकि देश की जनसंख्या जिस गति से बढ़ रही है शिक्षार्थियों की बढ़ती संख्या के आधार पर शिक्षण संस्थान उस अनुपात में नहीं बढ़ रहे हैं। दूरस्थ शिक्षा ही इस कमी को दूर करने में सक्षम है। भारत जैसे विकासशील देश में सभी के लिए शिक्षा व्यवस्था उपलब्ध कराना दूरस्थ शिक्षा की समसामयिक आवश्यकता है।

❖❖❖

अधिकार रक्षण में पत्र-पत्रिकाओं की भूमिका

राकेशरेणु

हाल ही में जारी दो सर्वे रिपोर्टों की ओर आपका ध्यान खींचना चाहता हूँ। इनसे आप में से ज्यादातर लोग अवगत होंगे। पहली रिपोर्ट बीते साल अगस्त के आखिर में जारी नेशनल रीडरशिप सर्वे की हैं जिसमें कहा गया है कि देश के 10 सबसे अधिक प्रसारित समाचारपत्रों में एक भी अंग्रेजी अखबार नहीं है। इन 10 अखबारों में पाँच पत्र हिंदी के है और बाकी पाँच अन्य भारतीय भाषाओं के। दूसरी रिपोर्ट कुछ समय पूर्व बीबीसी न्यूज द्वारा जारी एक सर्वे की है। एनओपी वर्ल्ड कल्चर स्कोर इंडेक्स नामक इस रिपोर्ट में कहा गया है कि भारतवासी दुनिया के सबसे पढ़ाकू या किताबी कीड़े हैं और औसतन प्रत्येक भारतीय हफ्ते में पौने ग्यारह घंटे पढ़ने में लगाता है। अब इन दोनों रिपोर्टों को एक जगह रखकर कोई निष्कर्ष निकालने की कोशिश करें तो क्या तस्वीर बनती है? पहली तो यह कि लाख शोरो-गुल के बावजूद भारतीय लोग अब भी टीवी पर ज्यादा समय नहीं बिताते और छपे हुए पाठ को अधिक विश्वसनीय मानते हैं। दूसरी, और ज्यादा महत्वपूर्ण बात जो सामने आती है, वह यह कि इन पढ़ाकू लोगों में ज्यादातर वे हैं जो भारतीय भाषाओं के पाठक हैं और महानगरों में नहीं छोटे शहरों-कस्बों-गाँवों में रहने वाले हैं।

इस तस्वीर के मद्देनजर हिंदी और भारतीय भाषाओं पर भारी जिम्मेदारी आ पड़ती है कि वे वस्तुनिष्ठता बनाए रखें, किसी खास समूह, वाद या विचारधारा का पल्लू पकड़ने के बजाए निरपेक्ष दृष्टि साधे रखें, बाजार और उपभोक्ता संस्कृति का साथ निभाने की मजबूरी के बीच सकारात्मक और समाज को जोड़ने वाली घटनाओं, समाचारों को प्रमुखता दें और नित घट रही अधिकार हनन की घटनाओं की कवरेज के क्रम में पाठकों को उनके अधिकारों के सैद्धांतिक और व्यावहारिक पहलुओं से अवगत कराते चलें।

हम जानते हैं कि मानव अधिकारों के दायरे में जीवन के प्रायः सभी क्षेत्र आते हैं। हमारी सामाजिक, राजनीतिक, नागरिक और आर्थिक व्यवस्था के मानवीय लक्ष्य मानवाधिकार ही निर्धारित करते हैं, और उन्हें ही निर्धारित करना चाहिए। इस तरह, प्रत्येक सार्वजनिक या सामाजिक घटना, शासन-व्यवस्था द्वारा लिया जाने वाला प्रत्येक निर्णय, नीति और कार्यक्रम मानवाधिकारों के दायरे में आते हैं। हिंदी की पत्र-पत्रिकाएँ और पत्रकार मानव अधिकारों के इस क्षेत्र विस्तार से अच्छी तरह वाकिफ हैं जिसकी वजह से अधिकारों से जुड़े मुद्दों को व्यापक कवरेज भी मिल रहा है। यहाँ रोजगार गारंटी कार्यक्रम और सूचना के अधिकार को मिले व्यापक कवरेज का उल्लेख करना होगा। आज ये दोनों कानून का रूप ले चुके हैं, लेकिन उनका कितना अनुपालन हो रहा है और कितना उल्लंघन, यह समाचार और विश्लेषण का विषय बना रहा है और हमेशा बना रहेगा। इसी तरह, महिला अधिकारों के हनन के तमाम मामलों को अखबारों ने प्रमुखता दी है। हाल ही में बने महिलाओं पर घरेलू हिंसा विरोधी कानून और उसके आलोक में दर्ज शिकायतों को भी समाचारपत्रों ने उठाया है। रोजगार गारंटी कार्यक्रम और सूचना के अधिकार को कानूनी हैसियत दिलाने के लिए जिन लोगों और संगठनों ने वर्षों मेहनत की, हिंदी और भाषायी पत्र-पत्रिकाएँ उन्हें भी लगातार कवरेज़ और ताकत प्रदान करते रहे।

लेकिन यह तस्वीर का एक पहलू है जो काफी सीधा-सरल है। तस्वीर का दूसरा पहलू किंचित जटिल है। उपभोक्तावाद का वर्चस्व समूचे विश्वग्राम में देखा जा सकता है। बीते डेढ़ दशक में इसने भारतीय समाज को भी अपने पाश में ले लिया है। फलतः संचार माध्यमों और कर्मियों पर व्यावसायिकता और कैरियरिज्म हावी हो चुका है। व्यावसायिकता और कैरियरिज्म के दबाव में प्रायः समाचार पत्र भी, मालिकानों के व्यावसायिक, राजनीतिक और वैचारिक हितसाधन का उपकरण बन जाते हैं। अनेक मर्तबा सनसनीखेज बनाने के लिए उन्हें असंगत अथवा गलत रंग दे दिया जाता है अथवा अनुचित रूप से अधिक कवरेज दिया जाता है। गुजरात दंगों के आरंभिक दिनों में उनकी जैसी कवरेज कुछ अखबारों ने की, उसका स्मरण आपको होगा। ऐसी चीजों से मानवाधिकारों के पैरोकार की पत्र-पत्रिकाओं की छवि धूमिल होती है।

एक दूसरा उदाहरण दूँ। सर्वोच्च न्यायालय ने डी.के. बसु मामले में यह व्यवस्था दी कि विचाराधीन कैदियों को हथकड़ी पहनाना उनके मानवाधिकारों का हनन है। बावजूद इसके हम जानते हैं कि विचाराधीन कैदियों को खुलेआम हथकड़ी पहनाई जाती है। अज्ञानतावश, अति उत्साह में या खबर को सनसनी देने के लिए अखबार/मीडिया चैनल उनकी तस्वीरे भी साया कर देते हैं। बेहतर तो यह है कि हम ऐसी तस्वीरें न दिखाएँ। यदि हम उन्हें दिखा ही रहे हैं तो कैप्शन अथवा खबर में न्यायालय की व्यवस्था का जिक्र करते हुए बताएँ कि यह पुलिस अत्याचार और मानवाधिकार हनन की एक बानगी है।

पिछले एक-डेढ़ दशक में पत्र-पत्रिकाओं में एक चिंताजनक परिवर्तन यह आया है कि उनमें धार्मिक कवरेज बढ़ गई है। यह परिवर्तन भाषायी पत्र-पत्रिकाओं में अधिक हुआ है। कुछ मीडियाकर्मियों का तर्क है कि पाठक इसक बारे में पढ़ना चाहते हैं। लेकिन इस तर्क की सच्चाई से हम सब वाकिफ़ हैं। अव्वल तो तीर्थस्थलों और विभिन्न धार्मिक उपक्रमों पर फीचर लेख समाचार नहीं हैं, दूसरे ये पत्रकारिता

की निरपेक्ष छवि के विपरीत हैं। धार्मिक बहुलता वाले भारतीय समाज में यदि कोई समाचार पत्र किसी एक धर्म के बारे में बार-बार छापे तो यह और भी खतरनाक है। हिंदी में इसका परिणाम यह हुआ है कि वह हिंदुओं की भाषा मान ली गई है। उर्दू मुसलमानों की भाषा हो गई है। एक धर्मनिरपेक्ष समाज में धार्मिक कवरेज से सामाजिक ताने-बाने के धर्म के आधार पर विभाजन के खतरे भी निहित हैं। इसलिए इनसे जितना अधिक बचा जाए, उतना बेहतर।

कुछ बातें पत्र-पत्रिकाओं के अंदरूनी जनतंत्र और मानवाधिकारों की स्थिति के बारे में। कहा जाता है कि पत्रकारिता में अच्छी संख्या में महिलाएँ हैं। देश में संवैधानिक रूप से लिंग आधारित भेदभाव की अनुमति नहीं है। लेकिन व्यवहार में, महिलाएँ काम और वेतन दोनों मामले में भेदभाव का शिकार होती हैं। इस स्थिति से निबटने के लिए कुछ समय पहले हरियाणा के मानेसर में इंटरनेशनल फेडरेशन ऑफ जर्नलिस्ट्स के एक सम्मेलन में महिला पत्रकारों के लिए एक जेंडर काउंसिल गठित करने का निर्णय लिया गया। इस निर्णय में पत्रकार संगठनों की अहम भूमिका रही। लेकिन यह काउंसिल कितना और कैसे काम करता है, यह अभी तक स्पष्ट नहीं हो पाया है।

हाल के वर्षों में हिंदी के दो प्रमुख साप्ताहिकों ने आपसी स्पर्धा में स्त्री-शरीर को ही अपना केंद्रीय विषय बना डाला है। इनके लिए देश-दुनिया में घटने वाली कोई भी घटना वह महत्व नहीं रखती जो नारी देह, दैहिक सुख और अनैतिक संबंधों का है। बिक्री बढ़ाने के लिए आखिर कोई कितना गिर सकता है।

यह पुरुषवादी दृष्टि केवल समाचार कवरेज तक ही सीमित नहीं है। विज्ञापनों और फीचर लेखों के साथ छपने वाले रंगीन छाया चित्र भी इसी सोच का हिस्सा हैं। सुप्रीम कोर्ट ने श्लील-अश्लील संबंधी एक निर्णय के द्वारा इस तरह की सामग्री परोसने वालों को एक नया तर्क और ताकत दे दी है, लेकिन इसके बावजूद पुरुषवादी दृष्टि का आरोप समाप्त नहीं हो जाएगा।

महिला पत्रकारों से जुड़े मामले इस अंदरूनी जनतंत्र का महज एक पहलू हैं। दूसरा महत्वपूर्ण पहलू दलितों से जुड़ा है। संचार माध्यमों के भीतर दलित पत्रकारों की संख्या के बारे में कोई प्रामाणिक आँकड़ा उपलब्ध नहीं है। बावजूद इसके, यह भी सर्वमान्य है कि संचार माध्यमों सहित समस्त निजी क्षेत्र में सवर्ण जातियों और समाज के उच्च-मध्य तथा मध्यवर्ग का वर्चस्व है। इसका परिणाम क्या हो रहा है? हम पाते हैं कि आरक्षण का विरोध कर रहे खाते-पीते घरों के मुट्ठीभर बच्चों की खबरें मुख्य समाचार बन जाते हैं, मानो देश के सभी छात्र-छात्राओं का मिजाज वही हो। दरअसल आरक्षण का मुद्दा रोजगार से, और रोजगार व्यक्ति की आर्थिक स्थिति और सामाजिक हैसियत से जुड़ा है। इसलिए दलित अधिकारों के पैरोकार खाते-पीते लोग भी जब अपने वर्ग के लिए अबतक सुरक्षित जमीन का बँटवारा होते देखते हैं, तो उसे स्वीकार नहीं कर पाते।

मीडिया के अंदरूनी जनतंत्र का तीसरा पहलू पिछले सालों में खूब चलन में आई ठेकेदारी प्रथा से जुड़ता है। नवउदारवादी आर्थिक व्यस्था में श्रम-सुधारों के नाम पर अन्य क्षेत्रों की तरह पत्रकारिता में भी ठेकेदारी प्रथा को व्यापक मान्यता दी गई। फलस्वरूप जो नए पत्रकार अब नौकरी करने आ रहे हैं उन्हें प्रायः एकमुश्त राशि दे दी जाती है। किसी किस्म का सेवा-लाभ नहीं। कई बार यह एकमुश्त राशि उतनी भी नहीं होती जितने पर उनसे हस्ताक्षर कराया जाता है। एक समाचारपत्र समूह से कुछ समय पहले एक साथ दर्जनभर पत्रकारों को निकाल दिया गया। और, इनमें से एक भी पत्रकार नौसिखुआ नहीं था, सभी स्थापित नाम थे। जानकारों की मानें तो इस समूह में नौकरी शुरू करने के साथ ही इस्तीफे पर हस्ताक्षर करा लिया जाता है। जैसे ही प्रबंधन ने यह समझा कि आप उनके लिए उपयोगी नहीं रहे, इस्तीफे में तारीख डाल आपको उसकी सूचना दे दी जाती है। लेकिन अखबारों के भीतर मानवाधिकार हनन के ये मामले कहाँ और कितना बाहर आ पाते हैं? आपने जैसे ये मुद्दे

उठाए, इस्तीफे पर तारीख डली। 'हायर एंड फायर' नीति के तहत ठेके पर आए पत्रकारों के लिए तो यह औपचारिकता भी वांछित नहीं। बाद की सरकारों ने भी इस दिशा में कोई बदलाव करने की पहल नहीं की। उन पर मालिकान का दबाव है। मालिकान कॉरपोरेट हाउसेस के स्वामी हैं। वैश्वीकरण की विश्वव्यापी आँधी में सरकारों के साथ उनकी तालमेल जरूरी है। सरकार मीडिया नियमन की, उनके लिए कोई कानून या व्यवस्था बनाने की बात करती है। लेकिन कॉरपोरेट ऐसी किसी बंदिश के लिए राजी नहीं। सरकार अभिव्यक्ति की आजादी का हवाला देकर वापस हट जाती है। उनकी पसंद-नापसंद की अनदेखी कैसी की जा सकती है? लेकिन यह स्थिति कब तक जारी रहेगी? इससे निजात पाने के लिए पत्रकार संगठनों के साथ-साथ राष्ट्रीय मानव अधिकार आयोग को भी आगे आना होगा।

❖❖❖

3—187 मिनि. ऑफ एचआरडी/2015

भारत-पाकिस्तान सियाचिन विवाद

सतीश चन्द्र सक्सेना

भारत व पाकिस्तान विवाद के कारण सियाचिन ग्लेशियर (हिमनद) का नाम आए दिन समाचार-पत्रों में आता रहता है। यह हिमनद हिमालय पहाड़ों में पूर्वी कराकोरम में स्थित है। यह प्वाइंट NJ 9842 से ठीक उत्तर-पूर्व में है जहाँ भारत व पाकिस्तान के मध्य जम्मू-कश्मीर में नियंत्रण रेखा समाप्त होती है। दूसरे शब्दों में, NJ (नाला जंक्शन) 9842 नियंत्रण रेखा का अंतिम बिंदु है। भारत व पाकिस्तान के मध्य 1972 में हुए शिमला समझौते में इस क्षेत्र का कोई उल्लेख नहीं है। यह हिमनद 70 किमी. (43 मील) लंबा है जो कराकोरम का सबसे बड़ा हिमनद और ध्रुवीय क्षेत्रों को छोड़कर विश्व का दूसरा सबसे बड़ा हिमनद है। शीर्ष इंदिरा कोल पर उसकी समुद्रतल से ऊँचाई 5,253 मीटर (18,875 फुट) है। चीन की सीमा पर यह जहाँ समाप्त होता है इसकी ऊँचाई 3,620 मीटर (11,875 फुट) रह जाती है।

सियाचिन हिमनद, यूरेशियन प्लेट को भारतीय उपमहाद्वीप से अलग करने वाले जल विभाजक (वाटर शेड) के ठीक दक्षिण में है। यह कराकोरम का विस्तृत अति हिमनदित भाग है जिसे कभी-कभी तृतीय ध्रुव भी कहा जाता है। यह हिमनद पश्चिम में साल्टो ब्रिज से लेकर पूर्व में मुख्य कराकोरम पर्वतमाला तक फैला हुआ है और इसका क्षेत्रफल 700 वर्ग किलोमीटर (270 वर्ग मील) है।

नामकरण

बाल्टी भाषा में सिया (sia) शब्द का अर्थ गुलाब परिवार के पौधों से है जो इस क्षेत्र में विस्तृत रूप से फैले हुए हैं। चुन (chun) का अर्थ किसी भी ऐसी वस्तु से है जिसकी बहुलता हो। अतः "सियाचिन" का अर्थ ऐसी भूमि से है जहाँ गुलाबों का बाहुल्य हो। इस नामकरण का श्रेय टॉम लांगस्टाफ को है।

विवाद

भारत और पाकिस्तान दोनों ही इस संपूर्ण क्षेत्र पर अपने अधिकार का दावा करते हैं। चूँकि यह क्षेत्र शिमला समझौते के अंतर्गत नहीं आता और पाकिस्तान के इरादे भाँपते हुए इसके पहले कि पाकिस्तानी सेना उस क्षेत्र में पहुँचती, भारतीय सेना ने 13 अप्रैल 1984 को एक गोपनीय सैन्य कार्रवाई कर सियाचिन की ऊँचाइयों के आस-पास अपना अधिकार जमा लिया। इस कार्रवाई को "ऑपरेशन मेघदूत" का नाम दिया गया था और सेना विमानों द्वारा भेजी गई थी। इस ऑपरेशन का नेतृत्व भारतीय सेना के दो जाँबाज ब्रिगेडियरों ने किया था। यह अस्थाई कार्रवाई पाकिस्तानी सेना को सियाचिन हिमनद पर कब्जा करने से रोकने के लिए की गई थी। आज लगभग अधिकांश सियाचिन और उसके सहायक हिमनदों तथा साल्टो ब्रिज के तीन मुख्य दर्रों पर भारत का अधिकार है। 1984 और 1999 के मध्य भारत और पाकिस्तानी के मध्य अक्सर कई झड़पें हुई हैं। आज पाकिस्तान और भारत के हजारों सैनिक आमने-सामने हैं और यह विश्व का उच्चतम युद्ध स्थल बन गया है। विकट मौसम की मार और बर्फीले तूफानों की चपेट से दोनों पक्षों के सैनिक बड़ी संख्या में हताहत हुए हैं। 7 अप्रैल 2012 को गियारी सेक्टर में पाक मिलिट्री कैंप के 140 सैनिक बर्फीले तूफान के कारण दबकर मर गए। 16 दिसंबर 1912 को हिमघात के कारण छह भारतीय सैनिकों की मृत्यु हो गई। सैनिकों की मृत्यु के अतिरिक्त सैनिकों और बंकरों के रखरखाव, युद्ध

सामग्री, रसद और ईंधन के परिवहन पर विपुल राशि व्यय होती है। पाकिस्तान ने अपने सैनिकों की मृत्यु संख्या का कोई खुलासा नहीं किया है। परंतु, वर्ष 2012 में भारत के रक्षामंत्री ए. के. एंटोनी ने लोकसभा को बताया कि पिछले 28 वर्षों के सियाचिन संघर्ष में 846 भारतीय सैनिकों की मृत्यु हुई और सैकड़ों सैनिकों के अंग विच्छेद करने पड़े।

भारत और पाकिस्तानी सेना के अलावा यह क्षेत्र निर्जन है। निकटतम नागरिक बस्ती वार्शी ग्राम है जो भारतीय बेस कैंप से 10 किमी. दूर है। यह क्षेत्र अलग-थलग सा है और सड़क सुविधा सीमित है। भारतीय क्षेत्र में सड़क, सैन्य बेस कैंप जिंगरुलमा तक जाती है जो ग्लेशियर के शीर्ष से 72 किमी. दूर है। भारतीय सेना ने सियाचिन क्षेत्र में पहुँचने के लिए अन्य साधन विकसित कर लिए हैं जिनमें दिल्ली-मनाली-लेह मार्ग भी शामिल है।

अतः अब यह चर्चा पुनः शुरू हो गई कि हिमनद से सेना हटाने संबंधी गतिरोध को कैसे समाप्त किया और सियाचिन को शांति शिखर कहा जाए। 1984 से इस विवाद को सुलझाने के कई प्रयास किए गए। भारत-पाक वार्ता के 13 राउंड होने पर भी मामला सुलझता नहीं दिखता। पिछले कुछ समय से अटलांटिक काउंसिल और ओटाबा विश्वविद्यालय ने इस दिशा में पहल की है और ट्रैक II अथवा "बैक चैनल" उच्चस्तरीय द्विपक्षीय कूटनीतिक वार्ता शुरू करवाई है। वार्ता दल में दोनों देश के उच्च सैनिक अधिकारी भी शामिल हैं। इस समिति की कई बैठकें हो चुकी हैं। कुछ सुझाव भी प्राप्त हुए हैं जो विचाराधीन हैं। कुछ सैन्य कमांडर भी गुप्त रूप से स्वीकार करते हैं कि सियाचिन में संघर्ष का विशेष लाभ नहीं है। वहाँ बिना युद्ध के बहुत-सी जानें चली गई हैं और रख-रखाव पर विपुल राशि खर्च हो रही है।

1999 में पाकिस्तान ने करगिल में विश्वासघात किया था। करगिल में अतिक्रमण से पाकिस्तानी सेना ने अपना विश्वास खो दिया

है। ऐसी स्थिति में भारत भी किसी समझौते की दिशा में ठोस कदम सेना के परामर्श से, सोच-समझ कर ही उठाना चाहता है।

सियाचिन विवाद के बारे में सेना के पूर्व ले. जनरल प्रकाश कटोच का कहना है– "हमने सामरिक दृष्टि से अति महत्वपूर्ण इस क्षेत्र की रक्षा में बहुत बलिदान किए हैं। अपने ही क्षेत्र से हमारे पीछे हटने का क्या औचित्य है, जबकि लगभग सभी ऊँचाइयों वाले महत्वपूर्ण क्षेत्र हमारे अधिकार में हैं।" वर्षों के प्रयास के बाद आज हम इस हिमनद में सैनिकों के परिवहन व उनके लिए युद्ध सामग्री, रसद व अन्य आवश्यक सुविधाएँ जुटाने में समर्थ हैं।

भारत चाहता है कि विसैन्यीकरण से पहले इस क्षेत्र में सभी प्वाइंटों को पाकिस्तान स्वीकार करे और उन्हें समुचित ढंग से चिह्नित करके उनका अनुप्रमाणीकरण हों। बिना अनुप्रमाणीकरण के इस बात की कोई गारंटी नहीं है कि भारत द्वारा खाली किए गए क्षेत्रों पर पाकिस्तानी सेना पुनः कब्जा न कर लेगी। चूँकि संपूर्ण क्षेत्र भारत के अधिकार में है अतः सेना की वापसी और विसैन्यीकरण का विरोध भी है क्योंकि इससे कश्मीर पर भारत का पक्ष भी कमजोर पड़ेगा।

पाकिस्तान का तर्क है कि भारत ने 1972 के शिमला समझौते का उल्लंघन करके सियाचिन पर अपना अधिकार जमा रखा है, अतः भारत को वर्तमान स्थिति के अनुप्रमाणन के बिना ग्लेशियर खाली कर देना चाहिए। भारत द्वारा प्रस्तावित अनुप्रमाणन स्वीकार करने का सीधा आशय यह होगा कि भारत के जम्मू और कश्मीर पर दावे को विधिक मान्यता प्राप्त हो जाएगी क्योंकि सियाचिन भी जम्मू और कश्मीर का भाग है। पाकिस्तान का यह भी तर्क है कि अनुप्रमाणन स्वीकार कर लेने पर, NJ 9842 के आगे के सीमांकन में भारत को विधिक आधार मिल जाएगा। अनुप्रमाणन स्वीकार न होने के कारण भारतीय सेना भी वापसी का विरोध कर रही है। पाकिस्तान को अपनी

कमजोर स्थिति का अहसास है अतः वह अटलांटिक काउंसिल द्वारा प्रस्तुत ट्रैक-II प्रस्तावों पर आस लगाए हुए है। पाकिस्तान के पूर्व राष्ट्रपति जनरल परवेज मुशर्रफ ने पाकिस्तान वापसी पर बयान दिया था कि भारत सियाचिन पर कोई बात ही नहीं करना चाहता। डॉ. मनमोहन सिंह भारत के ऐसे प्रथम प्रधानमंत्री हैं जिन्होंने सियाचिन का दौरा किया और विवाद के शांतिपूर्ण हल की इच्छा प्रकट की है। प्रधानमंत्री डॉ. सिंह की यात्रा से एक वर्ष पहले, पूर्व राष्ट्रपति डॉ. ए. पी. जे. अब्दुल कलाम भी सैनिकों का मनोबल बढ़ाने के लिए सियाचिन गए थे।

सियाचिन और पर्यावरण

1984 से पहले यह हिमनद निर्जन था। तब से अब तक हजारों सैनिकों की उपस्थिति से यहाँ प्रदूषण फैल गया है। ग्लेशियर भी पिघलना शुरू हो गया है। सैनिकों की सुविधा के लिए ग्लेशियर के बर्फ को भी रसायनों के प्रयोग द्वारा काटा गया है। विशाल मात्रा में जैव अनिम्ननीय (bio-nondegradable) अपशिष्टों के इकट्ठा होने और शस्त्रों और गोला-बारूद के प्रयोग से क्षेत्र का पारिस्थितिक तंत्र यथेष्ट प्रभावित हुआ है। सैनिकों द्वारा जनित अपशिष्ट भी हिमनदों की दरारों में जमा होता है। पर्वतारोहण अभियानकर्ताओं ने, इन स्थानों पर बड़ी मात्रा में गोला-बारूद के खाली खोल, पैराशूट आदि को जमा देखा है। यह सामग्री न अपघटित होती है, न ही ठंडे मौसम के कारण उसे जलाया जा सकता है। भारतीय सेना ने "हरित सियाचिन और स्वच्छ सियाचिन" अभियान प्रारंभ किया है जिसके अंतर्गत कचरे को विमान द्वारा अन्यत्र ले जाया जाएगा। ऑक्सीजन की अनुपस्थिति और कम ताप के कारण जैव निम्ननीय अपशिष्ट के लिए यहाँ जैव पाचियों के प्रयोग की योजना है। हिमनद पर लगभग 40 प्रतिशत अपशिष्ट (bio-digesters) प्लास्टिक और धात्विक संघटन का होता है। इसमें कोबाल्ट, कैडमियम और क्रोमियम जैसे आविषी (toxin)

तत्व होते हैं जो अंततः शायोक नदी (Shyok river) को प्रदूषित करते हैं। यह नदी स्कर्दू (Skardu) के निकट सिंधु नदी में मिल ही जाती है। सिंधु नदी जल का प्रयोग पेयजल तथा सिंचाई के कार्य में होता है। ऊर्जा और संसाधन संस्थान के वैज्ञानिक ऐसे तरीकों को खोजने का प्रयास कर रहे हैं जिनसे ग्लेशियर के कचरे का वैज्ञानिक विधियों द्वारा सफलतापूर्वक निपटान किया जा सके। रक्षा अनुसंधान और विकास संगठन (डीआरडीओ) के कुछ वैज्ञानिक जो एक अभियान में दक्षिणी ध्रुव गए थे, एक ऐसे जीवाणु को विकसित करने का प्रयास कर रहे हैं जो अति शीत अवस्था में पनपते हैं और जैव निम्ननीय अपशिष्ट के अपघटन में सहायक हो सकते हैं।

प्राणिजात और वनस्पतिजात

सियाचीन क्षेत्र के प्राणि और वनस्पतिजात भी बड़ी संख्या में सेना की उपस्थिति से प्रभावित हुए हैं। इस क्षेत्र में हिम तेंदुआ (स्नो लेपार्ड), ब्राउन बिअर तथा आइबेक्स जैसी विरल हिम प्रजातियाँ पाई जाती हैं जिन्हें अब खतरा पैदा हो गया है।

पर्वतारोहण और ट्रैकिंग अभियान

सितंबर 2007 से सेना ने इस क्षेत्र में सीमित पर्वतारोहण और ट्रेनिंग अभियानों की अनुमति दी है। पहले समूह में चायल मिलिट्री स्कूल, राष्ट्रीय स्कूल, राष्ट्रीय रक्षा अकादमी, एन.सी.सी., इंडियन मिलिट्री अकादमी तथा सशस्त्र सेना अधिकारियों के परिवार के सदस्य थे। इन अभियानों का उद्देश्य अंतरराष्ट्रीय जगत को यह भी दर्शाना था कि साल्टो ब्रिज की लगभग सभी प्रमुख ऊँचाइयाँ भारतीय सैनिकों के कब्जे में हैं। पाकिस्तानी सेना 70 किमी. लंबे सियाचीन हिमनद से 15 किमी क्षेत्र के बाहर ही है। पाकिस्तानी विरोध की उपेक्षा करते हुए भारत ने कहा कि उसे सियाचीन में ट्रैकरों को भेजने के लिए किसी की भी अनुमति नहीं चाहिए क्योंकि सियाचीन मूलतः भारत का एक भाग है।

निष्कर्ष

ट्रेक II या बैक चैनल कूटनीति के बावजूद सियाचीन विवाद का निकट भविष्य में कोई हल संभव नहीं प्रतीत होता। इस हिमनद को अपने अधिकार में रखने के लिए पिछले 30 वर्षों में भारतीय सैनिकों ने बहुत बलिदान किए हैं और विकट मौसम की मार तथा नाना प्रकार के कष्ट झेले हैं; ग्लेशियर तक पहुँचने के लिए मार्ग बनाने तथा आधार संरचना विकसित करने के लिए अथक प्रयास किए हैं। तब ही सेना आज के लाभ की स्थिति में है और इसने भारत की स्थिति को सुदृढ़ तथा सुरक्षित बनाया है। ऐसी स्थिति में सियाचीन से पूर्णतः अथवा अंशतः हटने का सेना द्वारा विरोध स्वाभाविक और युक्ति संगत है। इस हिमनद का आधुनिक युद्ध की गंभीरता को देखते हुए बहुत सामरिक महत्व है क्योंकि चीन व पाकिस्तान से कश्मीर और लद्दाख की सुरक्षा के लिए यह ग्लेशियर ढाल का काम करता है। ऐसी स्थिति में अपनी ही देश के भाग पर स्थित हिमनद से पूर्णतः अथवा अंशतः सैनिकों की वापसी और अपना अधिकार छोड़ना कहाँ तक बुद्धिमत्तापूर्ण एवं तर्कसंगत होगा ?

❖❖❖

भारतीय सिक्कों में नागरी लिपि

कैलाशनाथ गुप्त

नागरी लिपि का उद्‌भव एवं विकास किस प्रकार हुआ, यह अपने आप में एक रोचक कहानी है। उसी प्रकार नागरी लिपि का किस प्रकार भारतीय सिक्कों में प्रयोग शुरू हुआ और आज तक के रूप में वह विकसित हुई, इसकी भी अपनी एक कहानी है। इसके पूर्व कि हम इस बात पर विचार करें कि नागरी लिपि कैसे विकसित हुई तथा सिक्के किस प्रकार प्रचलन में आए, यहाँ यह जिक्र करना उचित होगा कि इतिहास के अनुसार मोहम्मद गजनी द्‌वारा चलाए गए सिक्कों पर अरबी कलमा "अयातमेकम मोहम्मद अवतार" का संस्कृत अनुवाद साफ-साफ देवनागरी शब्दों में लिखा हुआ है। देवनागरी का विकसित रूप मुस्लिम शासकों के सिक्कों पर बराबर जारी रहा। अलाउद्‌दीन, शेरशाह और अकबर ने भी अपने रामासिया सिक्कों पर देवनागरी का प्रयोग किया और तुलसीदास के समय की देवनागरी के रूप में सिक्कों पर रामासिया साफ-साफ तौर पर दिग्दर्शित की गई।

यही देवनागरी भारत की विभिन्न भाषाओं एवं बोलियों का मुख्य आधार बनी। हिमालय से नर्मदा (अर्थात् मध्य देश) भारतीय सभ्यता का केंद्र एवं पवित्र स्थान है। यहाँ हिंदी आपस में वार्तालाप एवं संचार की आम भाषा है। देवनागरी यहाँ की प्रमुख लिपि है जिसका इतिहास ब्राह्‌मी एवं संस्कृत से जुड़ा हुआ है।

देवनागरी भारत के विभिन्न भागों में प्रयोग में लाई जाती है। यह राजस्थान से बिहार तक व हिमालयी क्षेत्रों से नीचे मध्य प्रदेश तक प्रयोग में लाई जाती है। वैसे तो लगभग सभी जगह देवनागरी लिपि का प्रयोग है, पर कुछ क्षेत्र ऐसे हैं जहाँ देवनागरी लिपि का बाहुल्य है तथा कुछ जगहों पर कम। हिंदी देवनागरी लिपि में ही लिखी जाती है। मराठी देवनागरी का बलबोधा नाम से प्रयोग करती है और गुजरात में भी इसका प्रयोग होता है।

देवनागरी ब्राह्‌मी लिपि से अवतरित हुई। शुरू में ब्राह्‌मी का प्रयोग संस्कृत भाषा के लिए हुआ तथा बाद में देवनागरी में। ब्राहमी भारत की सबसे पुरानी लिपि है। यह लिपि अशोक (तीसरी शती ई. पूर्व) के समय में प्रयोग की जाती थी। उत्तर-दक्षिण संपूर्ण भारत देश की सभी भाषाओं की मूल लिपि ब्राह्‌मी ही है। अशोक के बाद ब्राह्‌मी लिपि में क्रांतिकारी परिवर्तन हुए जो आगे गुप्त काल में भी जारी रहे। धार्मिक ग्रंथों में भी इसका खुलकर प्रयोग हुआ। सिद्‌धम लिपि जापान के मंदिरों में भी पाई जाती है।

सातवीं शती तक नागरी लिपि अपने रूप में काफी उभर चुकी थी और आठवीं शती के आगे इसका पूर्णरूपेण विकास हुआ। आठवीं शती से दसवीं शती तक यह अपने निखरे हुए रूप में सामने आई तथा विभिन्न राजाओं के काल में इसका पूरा प्रयोग हुआ। जहाँ उत्तर भारत में इसका नाम देवनागरी है, दक्षिण में इसको नन्दिनागरी के नाम से जाना जाता है।

एक नवीन खोज "पदातातितकम" नाम के नाटक के अनुसार पाटलीपुत्र नगर के नाम से मशहूर हुआ। उत्तर भारत के शहरों से संबंधित कोई भी अभिव्यक्ति नागरा या नागरी अर्थात् उत्तरी लिपि के रूप में जानी जाने लगी। यह पहले शारदा और नागरी, दोनों ही सिद्‌धमद्रका के साधारण नाम से प्रचलित रही।

देवनागरी लिपि का विभिन्न भारतीय सिक्कों पर प्रयोग मिलता है–

1. देहली सुल्तान सिक्के – दिल्ली सल्तनत के सिक्के- अलाउद्दीन खिलजी-मोहम्मद गजनवी के सिक्के।
2. मध्यकालीन सिक्के – राजपूत सिक्के, कलचुरिय सिक्के, गढ़वाल सिक्के।
3. विजय नगर साम्राज्य के सिक्के – सोलहवीं शती एवं उसके आगे।
4. भारतीय राज्य के सिक्के – गायकवाड़ राज्य, ग्वालियर राज्य, उदयपुर राज्य।
5. ईस्ट इंडिया कंपनी के सिक्के – एक पाई या दो पाई आदि। 1885 के बाद 1910 में देवनागरी एडवर्ड सात के सिक्के में मिलती है।
6. स्वतंत्र भारत के सिक्के– इन सभी में देवनागरी लिपि अंकित है।

यहाँ पर यह भी जान लेना आवश्यक होगा कि भारतीय सिक्कों का किस रूप में विकास हुआ और जो निखरा रूप आज हम पाते हैं, उसकी यहाँ तक की यात्रा कैसे हुई।

प्रारंभ में मनुष्य के खाद्य पदार्थ अथवा वस्त्राभूषण आदि ही उसकी संपत्ति हुआ करते थे। पशुधन भी उनमें से एक था। संख्या में सीमित एवं उपयोगी होने के कारण पशु भी उस समय अधिक कीमती थे। साथ ही विनिमय के काम भी आते थे। भारत में वैदिक काल के लोग विनिमय के लिए गाय का उपयोग किया करते थे। सहज लेन-देन में गाय की उपयोगिता के प्रमाण कालांतर में पाणिनि के काल (लगभग 5वीं-6वीं शती ई.पू.) तक मिलते हैं। किंतु विनिमय के यह माध्यम अपनी शीघ्र नष्ट होने वाली और विभिन्न इकाइयों में

सरलता से विभक्त न हो सकने की प्रकृति के कारण स्थाई विनिमय माध्यम के रूप में सर्वथा अनुप्रयुक्त थे। धातु के छोटे-छोटे टुकड़ों ने इस अभाव की पूर्ति की, जो मुद्रा के साथ ही आर्थिक जीवन के क्षेत्र में भी मनुष्य की उल्लेखनीय प्रगति थी। शुरू में ये धातु खंड काफी खुरदरे और अनगढ़ होते थे। मुद्रा विकास के अगले चरण में इन्हें कभी काट कर और ऊपर से आहत (पंच) करके पहले से थोड़ा सुंदर और प्रारंभिक सिक्के जैसा रूप दिया गया।

भारतीय मुद्रा प्रणाली का प्रारंभ इन्हीं आहत अथवा पंच मार्क सिक्कों से माना जाता है। ये आकार में प्रायः चौकोर, चाँदी के टुकड़े जैसे हैं, जिन पर वृक्षों, पशु-पक्षियों तथा सूर्य आदि विभिन्न प्रकार के चिह्न अंकित मिलते हैं, किसी भी राजा अथवा राज-शक्ति के कोई संकेत नहीं मिलते। इन सिक्कों का प्रारंभ प्रायः ई.पू. की छठी शती से माना जाता है। इस समय से लेकर वे ईसा की प्रथम शती तक दैनन्दिन व्यवहार में आते रहे। अपने आकार, एवं आकृति में ये सिक्के किसी भी विदेशी प्रति-छाया से मुक्त, मूल रूप से सर्वथा भारतीय हैं। पंच मार्क सिक्कों के अतिरिक्त मौर्य साम्राज्य के विघटन के पश्चात् उत्तरी भारत के कतिपय छोटे-छोटे राज्यों में ताँबे के सिक्के प्रकाश में आए, जिन पर पहली बार ब्राह्मी लिपि के लेखों का अंकन मिलता है।

ईसा पूर्व की तीसरी से पहली शती के बीच भारतीय सीमा में ग्रीक अथवा यवनों के आगमन के बाद यहाँ की मुद्रा प्रणाली में आद्यंत कई परिवर्तन हुए, जिसके फलस्वरूप सिक्कों पर राजा के उर्ध्व भाग तथा पृष्ठ में किसी इष्ट देवी-देवता के स्तंभ अंकन की प्रक्रिया का प्रचलन हुआ। उर्ध्व भाग चिह्नित करने की यह प्रणाली यत्र-तत्र कुछ अपवादों तथा सुधार संस्कारों के साथ इस समय से लेकर मुसलमानों के आगमन तब बराबर चलती रही। आर्थिक तथा

धार्मिक महत्व के अतिरिक्त द्विलिपिक एवं द्विभाषिक होने के कारण इंडो-ग्रीक सिक्कों के सदस्य भाषा एवं लिपि के क्षेत्र में और भी अधिक हैं। राजा के चित्रों के साथ-साथ उनके नामों एवं उपाधियों के उल्लेख ऐतिहासिक दृष्टि से अन्यथा अप्राप्य सामग्री की पूर्ति करते हैं। इंडो-ग्रीक सिक्के की विशिष्टता (उर्ध्व भाग चित्रण) का अनुसरण कुषाणों, पश्चिमी शक-क्षत्रपों, आंध्र-सातवाहनों से लेकर गुप्त एवं उत्तर गुप्तकाल तक के सभी शासकों द्वारा प्रचुरता से हुआ है। कुषाण (प्रथम एवं द्वितीय शती ई.) सिक्कों पर ग्रीक, ईरानी, बौद्ध तथा ब्राह्मण देवी-देवताओं का अंकन उस समय की धार्मिक विविधता के साथ-साथ शासकों की धार्मिक सहिष्णुता का भी द्योतक हैं। भारतीय इतिहास में तिथि ज्ञान की दृष्टि से पश्चिमी क्षेत्रों के तिथि अंकित सिक्के कई समस्याओं का समाधान करते हैं। सतवाहनों, तीर- धनुष आदि का अंकन जहाँ एक ओर उस युग के सांस्कृतिक उद्वेलन को व्यक्त करते हैं वहीं जहाज के मस्तूल आदि का चित्रण समुद्री व्यापार एवं विनिमय की ओर भी संकेत करते हैं।

कलात्मक सौंदर्य एवं उत्कृष्टता की दृष्टि से गुप्त शासकों के सिक्के सर्वथा अनुपमेय हैं। इनमें सौंदर्य के साथ-साथ युग की धार्मिक तथा सांस्कृतिक भावनाओं का अनूठा सम्मिश्रण मिलता है। सिक्कों पर छंदोबद्ध लेख इस युग की काव्य, कला एवं भाषा (संस्कृत) के स्तर भी निरूपित हैं। गुप्त सिक्कों का ही बहुत कुछ अधोगामी रूप 10शती ई. काल तक विभिन्न हिंदू शासकों के सिक्कों में देखने को मिलता है। गांधार के शाही शासकों के वृषभ एवं अश्व तथा बैठी हुई आकृतियों और नागरी लिपि का अनुसरण न केवल छोटे-छोटे हिन्दू राज्यों ने किया अपितु मुस्लिम विजेताओं ने भी इन आकृतियों को अपने सिक्कों पर स्थान दिया।

दक्षिण भारत के सिक्के स्वयं में सर्वथा अलग हैं। उत्तरी भारत की तरह इस क्षेत्र की मुद्रा प्रणाली उत्तरोत्तर आक्रमणों के कारण

बार-बार परिवर्तित नहीं हुई। दक्षिण के राज्यों (चतुर्थ शती से 13वीं शती ई.) ने अधिकांश सोने तथा तांबे के ही सिक्के चलाए जिन पर कभी-कभी एक ओर तथा कभी दोनों ओर ध्वज लांछनों के अंकन मिलते हैं। इन ध्वज लांछनों में चेर सिक्कों पर गज, पूर्वी चालुक्य पर वाराह, पाण्ड्य सिक्कों पर मीन, कदंब सिक्कों पर कमल तथा चोल सिक्कों पर बैठे हुए व्याघ्र की आकृतियाँ मुख्य हैं। उत्तर भारत के प्रभाववश चोल सिक्कों में स्थानक (खड़ी) एवं आसनक (बैठी) आकृतियों का समावेश हुआ। विजय नगर के हिंदू राज्य द्वारा प्रचलित सोने तथा तांबे के सिक्कों पर बनी दैवाकृतियों का प्रभाव दक्षिण भारत में अर्वाचीन काल तक देखने को मिलता है। उसी संदर्भ में दक्षिण भारतीय मुस्लिम सिक्कों की चर्चा भी अवांतर न होगी। मैसूर के टीपू सुल्तान (18वीं शती ई.) के सिक्के खलीफा के नाम पर, रुपये इमाम के नाम पर तथा तांबे के सिक्के सौर मंडलीय ग्रह-नक्षत्रादि के नाम पर प्रचलित किए गए। इनकी विविधता एवं व्यापकता महत्वपूर्ण है। भारतीय क्षेत्र में यूरोपीय शक्तियों द्वारा स्थापित अधिष्ठानों के व्यवहार के लिए प्रचलित किए गए सिक्कों में ब्रिटिश, फ्रेंच, डच तथा पुर्तगाली सिक्के मुख्य हैं।

ईसा की 11वीं-12वीं शती के लगभग मुस्लिम शासकों के आने के साथ भारतीय मुद्रा प्रणाली में एक नए अध्याय का सूत्रपात हुआ। कतिपय अपवादों के अतिरिक्त मुस्लिम सिक्कों पर धार्मिक सिद्धांतों, राजा से संबंधित विवरणों एवं तिथि आदि के लेख के अतिरिक्त किसी भी प्रकार की आकृति नहीं मिलती। इसका मुख्य कारण कुरान का निर्देश था। इस अभाव की पूर्ति का प्रयास सिक्के पर सुलेख से किया गया। यही कारण है कि इस युग के सिक्के अपनी लिखावट की खूबसूरती के लिए बेजोड़ हैं। यह प्रक्रिया भारतीय इतिहास में इस समय से लेकर दिल्ली-सुल्तानों, उनके सामयिक अन्य शासकों तथा बाद में मुगलों के काल तक देखने को मिलती है। 12वीं से 16वीं शती ई. तक

के सभी दिल्ली-सुल्तानों एवं उनके अधीनस्थ शासकों ने अपने-अपने सिक्के चलाए। इनमें मुहम्मद बिन तुगलक के सिक्के अपनी सुंदर आकृति, अद्‌भुत लेख एवं लिपि आदि संबंधी कई नवीनताओं के कारण तत्कालीन मुद्रा प्रणाली को नया स्तर प्रदान करते हैं। सुल्तानी सिक्कों का यथेष्ट रूप शेरशाह के सिक्कों में देखने को मिलता है। शेरशाह के सिक्के कालांतर में मुगल शासक अकबर द्‌वारा चलाए जाने वाले सिक्के के स्तर एवं स्वरूप के लिए समुचित पृष्ठभूमि भी प्रस्तुत करते हैं।

मुगल काल में यद्‌यपि सोने के खूबसूरत सिक्के भी चलाए गए, किंतु इस समय के चांदी के रुपये तथा उसकी अन्य इकाइयां प्रसार की दृष्टि से विशेष लोकप्रिय रही हैं। साथ ही शेरशाह द्‌वारा चलाए गए तांबे के सिक्कों में भी काफी विकास हुआ। सौंदर्य एवं विविधता की दृष्टि से यद्‌यपि अकबर एवं जहाँगीर, दोनों के सिक्के उत्कृष्ट हैं, किंतु कलात्मक अभिलेख एवं अन्य कई क्षेत्रों में जहाँगीर के लेख और विविध राशियों (कुंभ, मीन, कन्या आदि) के अंकन अपेक्षाकृत अधिक शोभनीय लगते हैं।

मुगलों के चांदी के रुपये अपने कला, हिजरी सन् एवं टकसाल के स्थान निर्देश के साथ परंपरागत रूप से बहुत समय तक लोकप्रिय बने रहे।

मुगल बादशाह औरंगजेब की मृत्यु के बाद मुगलों की शक्ति विभिन्न इलाकों में शिथिल होने लगी, अनेक देशी रियासतें अपने सीमित क्षेत्र में स्वतंत्र होने लगीं। इन देशी रियायतों के सिक्के शुरू में मुगल शासकों, जैसे शाह आलम द्‌वितीय आदि के नाम से ही चलाए जाने के कारण थोड़े भिन्न होते हुए भी बहुत अलग नहीं मालूम देते। कुछ समय बाद जब यह अपनी रियासतों के नामांकन के साथ अपने-अपने राज्य संवत्, ईस्वी, हिजरी, सन् अथवा कभी-कभी सन् के

भी साथ प्रचलित हुए तो यह संदेह पूरी तरह दूर हो गया। लेकिन यह सब कुछ होते हुए भी राजनीतिक स्थिति की भाँति सिक्कों में भी पारस्परिक एकता का सर्वथा अभाव था जिसके निराकरण का प्रयास सन् 1816 में ब्रिटिश राज्य द्‌वारा सभी राज्यों के लिए निःशुल्क मुद्रा तैयार कराने के आश्वासन रूप में किया गया। इससे यद्‌यपि कुछ रियासतों ने आंशिक रूप से अपने टकसाल बंद कर दिए, लेकिन कतिपय अन्य रियासतें इसके विपरीत अपने तांबे के सिक्के लगभग 1913 तक चलाती रहीं। इस प्रकार 20वीं शती के प्रथम चरण तक आते-आते संपूर्ण देश के लिए स्तर की एकसमान मुद्रा प्रणाली प्रतिष्ठित हो चुकी थी। इसके बाद भी जिन रियासतों के सिक्के यत्र-तत्र प्रयुक्त होते रहे, उनका वास्तविक समापन स्वतंत्रता प्राप्ति के कुछ समय बाद ही हो सका, जब भारतीय गणराज्य ने समग्र देश के लिए समान रूप से व्यवहार्य अधिकृत मुद्रा का प्रचलन किया।

❖❖❖

बहुभाषिकता और अनुवाद

प्रसेनजीत कुमार

बहुभाषिक समाज को संपर्क सूत्र में बाँधने और एकीकृत राष्ट्र के रूप में संगठित करने के लिए अनुवाद परम आवश्यक हो गया है। राजभाषा राजनीतिक स्तर पर देश और समाज को एकीकृत करती है। बहुभाषी समाज के लोगों को सामाजिक, सांस्कृतिक और भावनात्मक स्तर पर एकता के सूत्र में पिरोना आवश्यक है। उन्हें निकट लाने और एकता के सूत्र में बाँधने में अनुवाद बहुत ही महत्वपूर्ण होते हैं। "मिले सुर मेरा तुम्हारा, तो सुर बने हमारा" – यह भारत की सांस्कृतिक, सामाजिक और राष्ट्रीय एकता का गीत है जो कई भाषाओं में प्रस्तुत हो कर संपूर्णता पाता है।

राष्ट्रीय स्तर पर कोई संदेश, सूचना या कार्यकलाप विभिन्न भाषा-भाषियों के बीच अनूदित हो कर पहुँचता है। हिंदी तथा अन्य भारतीय भाषाओं में काफी सारे तत्सम, तद्भव और विदेशी शब्द हैं जो मूलतः एक हैं या एक से लगते हैं। अनुवादक प्रायः इन बाह्य समानताओं के भ्रम में स्रोत भाषा के शब्दों के स्थान पर लक्ष्य भाषा के समान दिखने वाले शब्दों का प्रयोग कर देता है किंतु अर्थ का अंतर होने के कारण अनुवाद कुछ का कुछ हो जाता है।

4—187 मिनि. ऑफ एचआरडी/2015

जैसे इन शब्दों के माध्यम से देखा जा सकता है–

शब्द	अर्थ	हिंदी शब्द का अर्थ
अवसर	(तमिल) जल्दी	मौका
पशु	(तमिल) गाय	जानवर
अतीत	(तमिल) बहुत, बड़ा	भूत
आदर	(तमिल) सहारा	सम्मान
बही	(उड़िया) पुस्तक	हिसाब लिखने की पुस्तिका
काबू	(उड़िया) परास्त	नियंत्रण
सड़ना	(पंजाबी) जलना	सड़-गल जाना
कनक	(पंजाबी) गेहूँ	सोना
अभिमान	(बंगाली) गिला	गर्व
आँचल	(गुजराती) स्तन	साड़ी का पल्ला
माथा	(गुजराती) सिर	ललाट

एक बहुभाषिक समाज को एकता के सूत्र में बाँधने के लिए अनुवाद की आवश्यकता लिखित और मौखिक दोनों ही स्तरों पर पड़ती है। शुरू से मनुष्य दूसरे देशों, समाजों और भाषाओं के संपर्क में आता रहा है। उसने युद्ध, मैत्री, व्यापार आदि के संबंध बनाए हैं लेकिन आज विज्ञान की प्रगति के साथ दुनिया बहुत छोटी हो गई है। अधिकांश देशों में दूसरे देशों के लोग जाकर रहने लगे हैं। उनकी भाषाएँ भिन्न-भिन्न हैं लेकिन कार्यकलाप का प्रमुख माध्यम उन देशों की अपनी भाषा या अंग्रेजी है। इंग्लैंड, अमरीका, ऑस्ट्रेलिया में रहने वाले प्रवासियों के घर के भीतर कोई भी कार्य और व्यवहार की भाषा अंग्रेजी ही है। यहाँ काफी लोग भले ही एक से अधिक भाषाएँ जानते हों लेकिन उन्हें उस अर्थ में बहुभाषी देश नहीं कहा जा सकता जिस अर्थ में भारत एक बहुभाषी देश है। भारत की बहुभाषिकता का

भौगोलिक और सांस्कृतिक, साहित्यिक आयाम काफी विस्तृत और गहन है। यहाँ प्राचीन काल से भाषागत विविधता रही है। संस्कृत काल में भी लोकभाषाएँ काफी जीवंत और समृद्ध थीं। आधुनिक भारतीय भाषाओं के विकास के साथ तो भारतीय समाज की भाषिक विविधता ने रंग-बिरंगे फूलों के बगीचे का रूप ले लिया। बहुभाषिकता भारतीय परिवेश का एक सर्व-व्यापक तत्व है और देश के जीवन को प्रभाषित करता है। कहा जाता है कि बहुत सारी भाषाएँ, बहुत से धर्म-जातियाँ देश की एकता को तोड़ती हैं मगर यह धारणा भ्रामक है क्योंकि भारतीयता, विभिन्न भारतीय भाषाओं की सहायता से निर्मित हुआ है और प्रत्येक भाषा का अपना एक ऐतिहासिक महत्व है। समाज में जिस तरह बहुत सी भाषाएँ बोली जाती हैं उसी तरह हमारे लेखक भी अपनी रचनाओं में एक से अधिक भाषाओं का उपयोग करते हैं। कवि कालिदास ने अपने नाटक **'शकुंतला'** में संस्कृत के अतिरिक्त शौरसेनी, महाराष्ट्री तथा मागधी प्राकृत का प्रयोग किया है। मैथिली कवि विद्यापति ने अवहट्ट, संस्कृत तथा मैथिली में अपनी रचनाएँ की है। गुरुग्रंथ साहिब एक बहुभाषिक कृति है। नेहरू के अनुसार देश की बहुभाषिकता साझा स्वरूप की अभिव्यक्ति है और हमारे सांस्कृतिक स्वास्थ्य के लिए उपयोगी है। अनेक भाषाओं का विकास एकता को तोड़ता नहीं बल्कि देश को जोड़ता है। मध्ययुगीन भारत में भाषाओं के विकास ने देश की एकता को बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका अदा की थी।

जीवन प्रक्रिया और व्यवहार पर बहुभाषिकता के प्रभाव की चर्चा की जाए तो बांग्ला में जब कोई जाने लगता है तो 'मैं चला' या 'मैं जाता हूँ' नहीं कहता। यह अशुभ माना जाता है। ऐसा सोचा जाता है कि शायद वह कभी वापस ही नहीं आए। इसलिए चलते समय कहते हैं, 'मैं आता हूँ' (आमि आसछि) कन्नड़ में– यही नियम है 'मैं जाकर आता हूँ' (नानू होगी वरूत्ते ने)।

बहुभाषिक समाज में न केवल आपसी संवाद के लिए अनुवाद आवश्यक होता है बल्कि वहाँ के लोगों के जीवन के सामान्य कार्यकलाप से लेकर सभी महत्वपूर्ण जीवन-संदर्भों में यह जरूरी होता है। बहुभाषिकता चाहे सीमित स्तर की हो अथवा व्यापक स्तर की, अनुवाद नितांत आवश्यक है। जितनी अधिक भाषाएँ जितने अधिक प्रयोजनों के लिए प्रयुक्त होती हैं उतने ही अधिक क्षेत्रों में अनुवाद की जरूरत पड़ती है। उदाहरण के लिए हम भारतीय समाज को ही लें। हममे से अधिकांश लोग सहज अनुवाद करने के आदी हैं। अपने भाषा क्षेत्रों से बाहर के लोगों से हमारा वास्ता हर वक्त पड़ता है और हम अनजाने ही उनसे उस भाषा का इस्तेमाल करते हैं जो उनकी समझ में आ सके। अनुवाद के माध्यम से कथ्य का भाषिक अंतरण या आदान-प्रदान होता है। बहुभाषिक समाज का वैचारिक, सांस्कृतिक और प्रकार्यात्मक आदान-प्रदान अनुवाद पर टिका होता है। अनुवाद का आधार भाषांतरण होता है और भाषा का घनिष्ठ संबंध संस्कृति से होता है। भाषा अपने बोलने वालों की जीवन पद्धति, आचार-विचार और व्यवहार को संप्रेषित करने का माध्यम होती है। वह उनकी संस्कृति से जीवन ग्रहण करती है और उस संस्कृति को अभिव्यक्त करती है। इस तरह अनुवाद सांस्कृतिक आदान-प्रदान का माध्यम बनता है। यह भाषिक आदान-प्रदान केवल एक भाषिक संरचना से दूसरी भाषिक संरचना न होकर भाषा से जुड़ी संस्कृतियों के बीच भी होता है। हर भाषा किसी संस्कृति का वाहक होती है। किसी समाज की संस्कृति वहाँ की भाषा के माध्यम से ही व्यक्त होती है। इस तरह भाषा और संस्कृति दोनों एक दूसरे से अभिन्न होती हैं। जब कोई तथ्य एक भाषा से दूसरी भाषा में जाता है तो उसका भाषांतरण के साथ-साथ सांस्कृतिक अंतरण भी होता है। वह अपनी भाषा-संस्कृति से निकल कर एक नई भाषा-संस्कृति में प्रविष्ट होती है। जब शेक्सपियर के नाटक को हिंदी में अनुदित किया जाता है तो यूरोप की संस्कृति

भारतीय संस्कृति में अंतरित हो जाती है। उसके पात्र जो कहते हैं या जो करते हैं वह हिंदी भाषा की संवेदना के माध्यम से प्रकट होता है। शेक्सपियर ने उसे अंग्रेजी भाषी दर्शकों की समझ-सोच और संवेदना को दृष्टि में रखकर लिखा था लेकिन अनुवादक की दृष्टि में हिंदी-भाषियों की समझ-सोच, संवेदना होती है। अनुवाद भाषाओं का नहीं संस्कृतियों का होता है। शायद इसलिए किसी अनुवाद का कठिन या सरल होना संबद्ध संस्कृतियों के बीच निकटता की मात्रा, अर्थात् पारस्परिक समानता पर निर्भर रहता है। जिस संस्कृति की भाषा में अनुवाद किया जा रहा हो, यदि उसमें मूल संस्कृति से संबद्ध किसी अवधारणा, सामाजिक संस्था तथा व्यवहार पद्धति का अभाव हो तो अनुवादक को लक्ष्य भाषा में अभिव्यक्ति के किसी ऐसे साधन खोजने पड़ेंगे जिनके द्वारा मूल पाठ का कथ्य समग्रता से लक्ष्य भाषा के पाठक तक पहुँच जाए। ऐसी स्थिति में अनुवादक के लिए दोनों भाषाओं और उनसे संबद्ध संस्कृतियों की कुछ-न-कुछ जानकारी जरूरी होती है।

अनुवाद सांस्कृतिक आदान-प्रदान का माध्यम होता है। लेकिन यह आदान-प्रदान अनुवादक के सामने कई तरह की चुनौतियाँ खड़ी करता है। किसी विशेष भाषा-भाषी समुदाय, समाज या अनुभवों, विचारों और संवेदनाओं को अन्य भाषायी समुदायों तक पहुँचाने का शायद सबसे अधिक प्रभावी माध्यम अनुवाद होता है। अभिव्यक्ति के अन्य रूपों की तरह भाषिक अभिव्यक्ति वक्ता या लेखक के मंतव्य को नहीं बल्कि उसकी सांस्कृतिक बनावट को व्यक्त करती है।

निष्कर्ष

इस प्रकार कहा जा सकता है कि भारत जैसे बहुभाषा-भाषी समाज के संप्रेषण में अनुवाद अनिवार्य है। अनुवाद के माध्यम से कथ्य का भाषिक अंतरण या आदान-प्रदान होता है। यह भाषिक आदान-

अर्थ है *तरति पापादिकं यस्मात्*। शब्दकोश के अनुसार इसका अर्थ रास्ता, मार्ग, घाट, जलस्थान, पवित्रस्थान, दारा, जरिया, माध्यम, उपाय, पवित्र या पुण्यप्रद, व्यक्ति, गुरु, उद्गम स्थान, यज्ञ, सचिव, उपदेश, उपयुक्त स्थान, उपयुक्त पद्धति, हाथ के कई भाग जो देव और शिष्ट कार्य के लिए पवित्र माने जाते हैं।

तीर्थों में देवताओं का निवास माना गया है। इसीलिए धर्मशास्त्रों में तीर्थों में जाने पर बल दिया गया ताकि अधिक-से-अधिक लोग तीर्थ यात्राओं में जाएँ क्योंकि वहाँ जाने से पुण्यप्राप्ति होती है। *विष्णुधर्मसूत्र* में कहा गया है–

क्षमा सत्यं दमः शौचं दानमिन्द्रियसंयमः।
अहिंसा गुरूशुश्रूषा तीर्थानुसरणं दया।
अर्जितं लोभशून्यत्वं देवब्राह्मणपूजनम्।
अनभ्यसूया च तथा धर्मः सामान्य उच्यते।।

(विष्णुधर्मसूत्र–2/16/17)

अर्थात् क्षमा, सत्य, मानस संयम, शौच, दान, इंद्रियसंयम, अहिंसा, सुश्रुषा, तीर्थयात्रा, ऋजुता, लोभशून्यता, देव-ब्राह्मण पूजन एवं ईर्ष्या मुक्ति आदि सामान्य धर्म माना गया है। परंतु आज आधुनिक काल में तीर्थों की स्थिति सर्वज्ञात है। कुछ पण्डों की लोभांधता, अज्ञानता एवं उबाऊ और बोझिल क्रियाकलाप निरर्थक प्रतीत होते हैं। यही कारण है तीर्थों के प्रति अरुचि का। अन्यथा शास्त्रों का अनर्गल प्रलाप मात्र थोड़े ही है। वैदिक वाङ्मय में तीर्थ शब्द अनेकशः प्रयुक्त हुआ है–

तीर्थे नार्यः पौस्यानि तस्यः।
तीर्थे नाच्छा तातृषाणमोको। *(ऋग्वेद-1/169–171/11)*

करन्न इन्द्रः सुतीर्थाभयं च।
अस्ति वां दिवस्पृथु तीर्थे सिंधूना स्थः।।
तीर्थे न दस्य मुप यन्तयुमाः।

यहाँ पर तीर्थ शब्द का अर्थ पवित्र स्थान से है। *तैत्तरीय संहिता* में भी यजमान को तीर्थ में जाकर पवित्र नदी में स्नान करने का निर्देश दिया गया है।

अस्यु स्नाति साक्षादेव दीक्षा तपसो अवरूंधे तीर्थे स्नाति। वैसे तीर्थ उस मार्ग को भी कहते हैं जो यज्ञ-स्थल से बाहर आने-जाने के लिए बनाया जाता है। *तैत्तरीय संहिता* के एक उदाहरण से तीर्थों का महत्व और भी बढ़ जाता है जहाँ कहा गया है कि रुद्र भी तीर्थों में विचरण करते हैं। एकदम यही बात *बाजस्नेयी संहिता* में भी कही गई है।

तीर्थों को तीन कारणों से पवित्र माना जाता है– 1. स्थल की आश्चर्यजनक प्राकृतिक विशेषताओं के कारण, 2. किसी जलीय स्थल की अनुपम रमणीयता के कारण, और 3. तपःयुत ऋषि अथवा मुनि के वहाँ स्नान करने और तपः साधना करने के कारण। इसीलिए तीर्थ का अर्थ स्थान, स्थल अथवा प्रयुक्त स्थान से है। अर्थात् जो अपने विलक्षण स्वरूप से जनमानस में पुण्यार्जन की पवित्र भावना का प्रस्फुरण करने में सक्षम हो। *स्कंदपुराण* में तो प्राचीनकाल के सत्पुरुषों के समीप जाने की बात कही गई है तीर्थ यात्रा करना तो आनुषंगिक है–

मुख्या पुरुषयात्रा हि तीर्थयात्रानुसग्ङतः।
सदिभः समाश्रितो भूय भूमिभागस्तथोच्य।।
यदधि पूर्वतमैः सदिभः सेवितं धर्मसिदधये।
तदवि पुण्यतमं लोके संतः तीर्थं प्रचक्षते।।

प्राचीन काल से तीर्थों एवं परमपुनीत धार्मिक स्थलों का उल्लेख होता आ रहा है। *स्कंदपुराण* के काशीखंड में अत्यंत स्पष्ट रूप में तीर्थ की महत्ता परिलक्षित होती है–

दानमिज्या तपः शौचं तीर्थसेवा श्रुतं मया।
सर्वायेतांयतीर्थानि यादि भावो न निर्मलः।।

5—187 मिनि. ऑफ एचआरडी/2015

ब्रह्मपुराण में एक उल्लेख अत्यंत ही विस्मयकारी मिलता है कि भारत में अधिसंख्य तीर्थ एवं पवित्र स्थल हैं। पृथ्वी पर नैमिषारण्य और अंतरिक्ष में पुष्कर तीर्थ की विशिष्टता का गुणगान *महाभारत* का वन पर्व करता है। तीर्थों की महत्ता से परिचित होकर तीर्थों में रहने वाले पंडे और पुरोहितों ने धनलोलुपता में संदिग्ध प्रमाणों के साथ ऐसे माहत्म्य के साथ तीर्थों का वर्णन कर दिया जिससे अंधविश्वास, पाखंड, दिखावा जैसे व्यर्थ के रोग समाज में फैल गए। जो विद्वान जहाँ का, जिस क्षेत्र का था उसने आस-पास के तीर्थों को अत्यधिक महत्व दिया, भले ही दूर-दराज के तीर्थ अतिशय महत्वपूर्ण रहे हों। इधर पंडों की लूट-खसोट के कारण तीर्थों के प्रति जनता के विश्वास और आस्था में न्यूनता आई है। उसका कारण आधुनिकीकरण तथा समय के अभाव और गार्हस्थिक आवश्यकताएँ भी हो सकती हैं। काल परिवर्तन सर्वत्र अपना असर डाल देता है।

तीर्थों के बारे में पर्याप्त साहित्य उपलब्ध हैं। लगभग 1110-1120 ई. के मध्य लक्ष्मीधर ने *तीर्थकल्पतरु* नामक पुस्तक की रचना की जिसमें आधे हिस्से में केवल वाराणसी और प्रयाग का सविस्तार वर्णन किया गया है। पुष्कर, बदरिकाश्रम तथा केदार प्रयाग जैसे तीर्थों का वर्णन भी उन्होंने किया परंतु बहुत अधिक नहीं। *तीर्थसार* ग्रंथ नृसिंह प्रसाद द्वारा लिखित है जिसमें अधिकतया दक्षिण भारत के तीर्थों के पण्ढरपुर, सेतुबंध, गोदावरी, कृष्णा, आदि का वर्णन है। गया का विस्तार से वर्णन नारायण भट्ट ने किया। उनके *विस्थली सेतु* नामक ग्रंथ में गया के साथ वाराणसी और प्रयाग का भी वर्णन है।

लेखकों तथा तीर्थ वर्णन कर्मियों की ऐसी मनोवृत्ति रही कि अत्यंत बढ़ा-चढ़ाकर वर्णन करने से सर्वत्र संदेह होने लगा। उदाहरणार्थ प्रयाग के बारे में कहा गया कि प्रयाग जाने पर सब पुण्य प्राप्त हो जाते हैं फिर कहीं जाने की जरूरत ही नहीं पड़ती, न ही जप, तप, यज्ञ, अध्ययन या किसी कर्म की जरूरत पड़ती है क्योंकि प्रयाग

पहुँचते ही व्यक्ति पापरहित हो जाता है और निष्पाप होकर स्वर्ग का वासी होने का पात्र हो जाता है। कुछ अतिशयोक्तियाँ ऐसी भी हैं जिन्हें पढ़कर हंसीपूर्वक मुँह चिढ़ाने की इच्छा होती है। यह तो कर्मयुग है, कर्म से सफलता मिलने वाली है न कि तीर्थों में केवल भ्रमण मात्र से। *महाभारत* के वनपर्व में यहाँ तक कह दिया गया है कि देवताओं और ऋषियों ने पुष्कर क्षेत्र में सिद्धि प्राप्त की थी। इसलिए उस पावन क्षेत्र में जो व्यक्ति स्नान करता है तथा श्रद्धा के साथ देवों और पितरों का पूजन करता है, उसे अश्वमेध करने से जो फल या पुण्य मिलता है, उसका दसगुना लाभ प्राप्त होता है।

पद्मपुराण के पाँचवें खंड में पुष्कर के संदर्भ लिखा है कि इससे बढकर संसार में कोई भी तीर्थ नहीं है। *महाभारत* के वनपर्व में शूद्रक की प्रशंसा में कहा गया है कि कुरुक्षेत्र अत्यंत पवित्र क्षेत्र है। सरस्वती नदी कुरुक्षेत्र से भी अधिक पुनीत है और पृथूदक सभी तीर्थों से श्रेष्ठ, उच्च और परमपुनीत है। *मत्स्यपुराण* इससे आगे की बात करता है; वह समस्त तीर्थों का मूल्यांकन सा करता प्रतीत होता है–

त्रिभिः सारस्वतं तोयं सप्ताहेन तु यामुनम्
सद्यः पुनाति गांगेयं दर्शनादेव नार्मदम्।

तथा अभिलषतार्थ चिंतामणि में भी ये तथ्य समान रूप में मिलते हैं– *सरस्वती त्रिभिः स्नानैः पंचभियमुनाधहृत। जाह्नवी स्नानमात्रेण दर्शनेव नर्मदा।* अर्थात् कोई सरस्वती में तीन दिन भी स्नान कर ले तो पुण्यभागी हो जाता है। यमुना में सात दिनों तक स्नान करने से पुण्य प्राप्त होता है। गंगास्नान तत्क्षण फल प्रदान करता है। किंतु नर्मदा के दर्शन मात्र से ही मनुष्य पुण्य प्राप्त करने का अधिकारी बन जाता है। *कूर्मपुराण* में प्राप्त होता है कि वाराणसी से बढ़कर कोई अन्य पवित्र स्थल नहीं है और न आगे कभी होगा।

अति तो तब हो गई जब लोगों ने यहाँ तक कह दिया कि आमरण काशी में निवास करने मात्र से व्यक्ति ब्रह्महत्या के पाप से

त्वरित मुक्त हो जाता है, जन्म-मरण के सांसारिक चक्र से भी मुक्त हो जाता है और फिर उसे जन्म नहीं लेना पड़ता।

लिंगपुराण में भी इन तीर्थों में मरने पर मुक्ति की बात कही गई है। *वामनपुराण* में कहा गया है कि मुक्ति के चार प्रकार हैं– ब्रह्मज्ञान, गयाश्राद्ध, छीनकर या भगाकर ले जाई गई गायों के बचाने में मरण तथा कुरुक्षेत्र में निवास। आगे वे एक बात और जोड़ते हैं। कहते हैं कि जो कुरूक्षेत्र में मर जाते हैं वे पुनः पृथ्वी पर लौटकर नहीं आते–

ब्रह्मज्ञानं गयाश्राद्धं गोग्रहमरणं ध्रुवम्।
वासःपुसां कुरुक्षेत्रे मुक्तिरुक्ता चतुर्विधा
ग्रहनक्षत्रताराणां कालेन पतनाद्भयम्।
कुरुक्षेत्रमृतानांच पतनं नैव विद्यते।।

यही तथ्य *वायुपुराण* में भी उपलब्ध होता है। लगभग पूरी की पूरी बात *अग्निपुराण* में इन्हीं शब्दों में कही गई है। *मत्स्यपुराण* में काशी की इतनी प्रशंसा की है कि काशी में जाने के बाद मनुष्य को अपने पैर पत्थर पर कुचलने चाहिए जिससे अन्य तीर्थों में न जाया जा सके। अर्थात् सदा के लिए काशी में बस जाना चाहिए–

अश्मना चरणौ हत्वा वसते काशीं न हि त्यजेत्।
अविमुक्तं यदा गच्छेत् कदाचित् कालपर्ययात्।
अश्मना चरणौ भित्वा तत्रैवनिधनं व्रजेत।
अश्मना चरणौ हत्वा वाराणस्यां वसेन्नरः।

तीर्थ प्रकाश में एकदम यही तथ्य प्राप्त होता है और *तीर्थ कालतरु* में भी अक्षरशः यही उद्घोष किया गया है।

ब्रह्मपुराण में विन्ध्य की छह नदियों और हिमालय से निर्गत छह नदियों को समस्त देवतीर्थों में परम पवित्र माना है। इनमें गोदावरी, भागीरथी, तुंगभद्रा, वेणिका, तापी पयोष्णी, नर्मदा, यमुना, सरस्वती,

विशोका एवं वितस्ता प्रमुख हैं। *ब्रह्मपुराण* ने तीर्थों को उनके पुण्यार्जन में सफलता की दृष्टि से मूल्यांकन करते हुए चार भागों में विभाजित किया है जिसमें दैव, आसुर, आर्ष व मानुष जाने जाते हैं। इनमें प्रत्येक पूर्ववर्ती अपने अनुवर्ती से अत्यंत उत्तम हैं–

चतुर्विधानि तीर्थानि स्वर्गे मर्त्ये रसातले।
दैवानि मुनिशार्दूल आसुराण्यारुषाणि च।
मानुषाणि त्रिलोकेषु विज्ञातानि सुरादिभिः।
ब्रह्मविष्णुशिवैर्देवैर्निषितं दैवमुच्यते।

तीर्थ प्रयाग में यही उद्धरण उपलब्ध होता है कि काशी, पुष्कर और प्रयाग देवतीर्थ हैं। *महाभारत* के वनपर्व में ब्राह्मण, क्षत्रिय, वैश्य शूद्र, किसी भी वर्ग का व्यक्ति हो, जो तीर्थ में स्नान कर लेता है उसका जन्म नहीं होता।

वनपर्व में कहा गया है कि जो स्त्री-पुरुष एक बार भी पुष्कर में स्नान करता है वह किए गए पापों से मुक्त हो जाता है। इससे यह भी स्पष्ट होता है कि स्त्रियों को तीर्थयात्रा करने का पूर्ण अधिकार था। *वामन पुराण* में यह तथ्य मिलता है कि ब्रह्मचर्य, गृहस्थ, वानप्रस्थ एवं संन्यास आश्रमों के लोग अपने कुल की सात पीढ़ियों की रक्षा करते हैं। *मत्स्यपुराण* के अनुसार, अनेक प्रकार के वर्गों और अज्ञातवर्णों, चाण्डालों और अनेक प्रकार के रोग एवं बढ़े हुए पापों से युक्त मनुष्य के लिए वाराणसी वास सबसे बड़ी औषधि है। यही तथ्य एवं वर्णन *कूर्मपुराण, तीर्थ प्रकाश, तीर्थकल्प, तीर्थ चिंतामणि, वामनपुराण* आदि में तीर्थों की प्रशंसा में गाए गए हैं।

प्राचीन धर्मशास्त्रियों ने भी तीर्थयात्राओं का अनुमोदन किया और एतदर्थ सहर्ष सहमति प्रदान की है। *विष्णु धर्म सूत्र* में कहा गया है कि वैदिक विद्यार्थियों, वानप्रस्थियों, संन्यासियों तथा गर्भवती महिलाओं एवं तीर्थ यात्रियों से शौल्किक को शुल्क नहीं लेना चाहिए–

ब्रह्मचारिवानप्रस्थभिक्षुगर्भिणीतीर्थानुसारिणां।
नाविकः शाल्विक शुल्कमादानश्च। तच्च तेषां द्दयोत्।।

तीर्थयात्रा के समय व्यक्ति को मुंडन भी करा लेना चाहिए। ऐसा निर्देश *पद्मपुराण* तथा *स्कंदपुराण* में अनिवार्य रूप से प्राप्त होता है–

तीर्थोपवासः कर्तव्यः सिरसो मुंडन तथा
शिरोगतानि पापानि यांति मुझउनतोयतः।।

तीर्थों में गंगा का अत्यधिक महत्व है। इसके तट पर हरिद्वार, कनखल, प्रयाग और काशी जैसे परम तीर्थ स्थित हैं। वनपर्व में भी गंगा प्रशस्ति की गई है।

इस प्रकार हम देखते हैं कि तीर्थों की अपनी गरिमा है, परंतु आजकल सारा नियम, धर्म, विशृंखलित दृष्टिगत होता है। तीर्थों के प्रति किसी की कोई आस्था नहीं होतीं बस एक-दूसरे की देखादेखी तथा अपने को धर्मनिष्ठ दिखाने के लिए लोग तीर्थों में भागे जा रहे हैं। यह यात्रा कम, पिकनिक ज्यादा प्रतीत होती है जो कि तीर्थों के महत्व को घटाने के लिए पर्याप्त है। तीर्थ में जाकर साबुन, तेल इत्यादि नहीं लगाना चाहिए तथा पत्नी संयोग भी वहाँ पर पवित्रता को सुरक्षित करने हेतु निषिद्ध है। द्यूतक्रीड़ा, जलक्रीड़ा, सुरापान आदि पूर्णतया वर्जित है। यह सब आज धड़ल्ले से हो रहे हैं जो कि धर्म के नाम पर आस्था रहित आडंबर मात्र है।

❖❖❖

I

मानव शरीर के जोड़ों की देखभाल

सूर्यभान सिंह

मानव शरीर की देखभाल मनुष्य स्वयं ही कर सकता है। आज के आधुनिक युग में मनुष्य कोई भी कार्य एक स्थान पर रहकर नहीं कर सकता, यह वैज्ञानिक युग है अतः किसी भी कार्य को पूरा करने के लिए शरीर तथा मस्तिष्क का प्रयोग करना पड़ता है।

प्रकृति ने हर अंग को सोच-समझ कर बनाया है तथा हर अंग का कार्य भी निर्धारित है। हर अंग का सही तरह से देखभाल स्वयं ही किया जा सकता है, परंतु इस मशीनी युग में मानव अपने शरीर का ध्यान कम रखकर कार्य को पूरा करने में इतना समय लगा देता है कि वह अपने शरीर का सही प्रकार से प्रयोग करने में असमर्थ हो जाता है।

अतः आवश्यकता इस बात की है कि हमें उचित परामर्श व जानकारी मिल सके जिससे हम अपने शरीर का ध्यान रख सकें और बीमारी से ग्रसित अंग को रोगमुक्त कर सकें।

हमारा शरीर 206 हड्डियों और 638 माँशपेशियों से मिलकर बना होता है। यदि हम उचित आसन व स्थितियों से अवगत रहें तो अनेक बीमारियों से बचा जा सकता है। ये बीमारियाँ निम्न हैं–

सर्वाइकल स्पॉन्डेलाइसिस (Cervical Spondylysis)

इस बीमारी का मुख्य लक्षण गर्दन दर्द, चक्कर आने की शिकायत, हाथों में कंपन या अंगुलियों का सुन्न रहना इत्यादि है।

क्या करें/क्या न करें–

- सोने के समय तकिया पतला व बिस्तर कठोर होना चाहिए।
- भारी वजन नहीं उठाना चाहिए।
- सिर झुकाकर कोई कार्य न करें।
- सोते समय हाथ को सिर के नीचे न रखें।
- यात्रा के समय गर्दन के झटकों से बचें।
- टी.वी. लेटकर न देखें।
- टी.वी. की स्थिति आँखों की सीध में होनी चाहिए।
- कंप्यूटर पर काम करते समय स्क्रीन की ऊँचाई आँखों के बराबर रखें। साथ ही काम करते समय भुजा विराम अवस्था में हो जिससे कंधों पर भार न पड़े।
- कोई भी कार्य अधिक देर तक बैठ कर न करें।
- लंबी दूरी की यात्रा बैठ कर न करें।
- आटा गूँथते समय बैठ कर हाथों का उपयोग करें। कंधों पर अधिक दबाब न डालें।
- कार को पीछे करते समय Front Mirror का इस्तेमाल करें।

कमर दर्द के मरीज

- कमर दर्द से ग्रसित मरीज कुर्सी पर बैठते समय, पीठ कुर्सी से सटाकर रखें।
- कोई भी कार्य करते समय आगे न झुकें।
- किसी भी कार्य को लगातार बैठकर अथवा खड़े होकर करने से परहेज करें।
- किसी भी सामान को दोनों घुटनों को मोड़कर, बैठकर उठाएँ जिससे

कमर पर अधिक दबाव न पड़े तथा कमर सीधी रहें।

- भारी वजन न उठाएँ।
- कोई भी कार्य जमीन पर बैठकर न करें।
- बैठकर लंबी यात्राओं से बचें।
- पाश्चात्य शौचालय का प्रयोग करें।
- सोने के लिए सख्त (कठोर) सपाट बिस्तर का प्रयोग करें। सोते और उठते समय करवट लेकर उठें।
- सीढ़ी का प्रयोग कम करें।
- नहाते समय स्टूल का प्रयोग करें।
- दोपहिया वाहन पर यात्रा न करें (झटकों से बचाव के लिए)
- रसोई की स्लैब आवश्यक ऊँचाई पर स्थित हो तथा स्लैब पर काम करते समय एक छोटा-सा लकड़ी का टुकड़ा (पीढ़ा) अपने एक पैर के नीचे रखें। दोनों पैरों पर बराबर वजन रखें।

ऑस्टीया-आर्थोशयरिस (OA)

ऑस्टीया-आर्थोशयरिस अधिकांशतः घुटने में होता है। यह 50 वर्ष से कम उम्र के पुरुषों में अधिक व 50 वर्ष के उपरांत महिलाओं में अधिक होता है। हम अपने घुटने की देखभाल निम्न प्रकार से कर सकते हैं–

- घुटने मोड़कर न बैठें (चौकड़ी बनाकर)।
- कुर्सी पर कार्य करते समय Foot rest का प्रयोग करें।
- नहाते समय स्टूल का प्रयोग करें।
- पाश्चात्य शैली के शौचालय प्रयोग में लाएँ।
- कोई भी कार्य करते समय ध्यान रखें कि घुटना एक अवस्था में न रहे। जैसे लंबी दूरी की यात्रा बैठकर न करें।
- सीढ़ी का प्रयोग कम करें।
- घुटने में झटका न लगे।

- मुलायम व गद्देदार जूते का प्रयोग करें।
- वाहन चलाते समय घुटने का विशेष ध्यान रखें।
- भारी वजन न उठाएँ।

रूमोटाईड आर्थराइरिस (Rheumatoid Arthriti – R. A.)

इससे शरीर के विभिन्न अंग प्रभावित होते हैं। इसका प्रभाव माँसपेशियों तथा जोड़ों पर अधिक पड़ता है। यह अधिकतर महिलाओं में होता है। यह हाथ, पैरों की अगुलियाँ को अधिक प्रभावित करता है।

सुबह के समय इसके लक्षण अधिक पाए जाते हैं– रूमोटाईड आर्थराइटिस में जोड़ों का बचाव तथा देखभाल निम्न प्रकार से कर सकते हैं–

- स्वयं को तनाव रहित रखें।
- भारी वजन न उठाएँ।
- काम करते समय कमर सीधी रखें।
- कोई सामान दूर से न उठाएँ अपितु उसके पास जाकर उठाएँ।
- कोई भी कठिन कार्य एक साथ न करें। जैसे कपड़ा रोज धोएँ, न कि पूरे हफ्ते का एक दिन में।
- कोई भी कार्य करते समय, बीच-बीच में आराम अवश्य करें। यदि कार्य करते समय दर्द हो तो कार्य न करें।
- कमरे का तापमान उचित रखें।
- ताकत वाले काम, शक्ति-अनुरूप ही करने चाहिए।
- मजबूत जोड़ों का अधिक प्रयोग करें जैसे कंधे में टांग कर भारी बैग उठाएँ, हाथ से न उठाएँ।
- ऐसा कोई कार्य न करें जिसे मध्य में रोका न जा सके।
- छोटे जोड़ों का कम प्रयोग करें, जैसे- डिब्बे को खोलने के लिए हथेली का प्रयोग करें, न कि अंगुली का।
- लिखने के लिए कलम की ग्रीप (पकड़) अच्छी रखें (मोटी)।

कंधों का दर्द

कंधों में दर्द कई कारणों से हो सकता है, जैसे- कंधों पर चोट लगना, कंधों का जाम होना और मधुमेह की वजह से भी दर्द हो सकता है।

कंधों के दर्द से बचाव हम निम्न प्रकार से कर सकते हैं–

- जिस कंधे में दर्द हो, उस करवट लेकर न सोएँ।
- कंधों पर किसी प्रकार का झटका न लगे।
- बस में यात्रा करते समय उस कंधे का सहारा न लें जिसमें दर्द हो।
- सोते समय हाथ को सिर के नीचे न लगाएँ।
- जिस कंधे में दर्द हो, उस हाथ से भारी वजन न उठाएँ।

वेरिकोस वेन (Varicos Vein)

वेरीकोस वेन ज्यादातर पैरों में होता है। हर Vein (नस) में एक Walve होता है जो खून को Heart की तरफ जाते समय वह नीचे न जाए इसके लिए बंद हो जाता है। मगर वेरिकोज वेन में वह Walve खराब हो जाता है जिससे खून उस Vein में रुक जाता है, फलस्वरूप वह नस मोटी हो जाती है। इस कारण पैरों में दर्द होता है।

इससे पीड़ित लोग निम्न तरीके से देखभाल करें–

- बड़े एड़ी के चप्पल तथा जूते नहीं पहनें।
- सोते समय पैर को ऊँचा रखें। इसके लिए पैरों के नीचे तकिया रख लें या पैरों की तरफ से बिस्तर को ही ऊँचा कर लें।
- बैठते समय Foot rest का इस्तेमाल जरूर करें।
- बैठकर दूर की यात्रा न करें।

❖❖❖

II

बहुकार्य क्षमता : एक अनिवार्यता

सतीश चन्द्र सक्सेना

हम सब एक समय में विभिन्न प्रकार के कई कार्य एक साथ करते हैं। आधुनिक शोध कार्यों से स्पष्ट हुआ कि बिना सोचे समझे, एक समय में अंधाधुंध कार्य करने का स्वास्थ्य पर बुरा प्रभाव पड़ता है। ऐसे व्यक्तियों में अल्पकालिक स्मरण शक्ति का ह्रास, शरीर भार में वृद्धि और बहुकार्यण के कभी-कभी गंभीर परिणाम भी हो सकते हैं। *–मिनी पी. टामस*

दो या अधिक कार्यों के एक साथ करने की क्षमता बहुकार्यता (मल्टीटास्किंग) कहलाती है। अंग्रेजी के multitasking शब्द का प्रयोग संज्ञा के रूप में हुआ है। अतः इस आलेख में इस शब्द का बार-बार प्रयोग होने के कारण पूरा वाक्यांश बहुकार्य करने की क्षमता के स्थान पर *बहुकार्यण* शब्द का ही प्रयोग किया जाएगा।

तंत्रिका प्रतिबिंबन अध्ययनों (neuro imaging studies) से पता चला है कि मस्तिष्क एक समय में केवल एक ही कार्य को सुचारू रूप से कर सकता है। इसलिए बहुत लोग कहते सुने गए हैं कि *'ओनली वन थिंग एट ए टाइम'* अर्थात् एक समय में केवल एक ही कार्य। बहुकार्यण के समय व्यक्ति एक के बाद दूसरे कार्य को तत्परता के साथ संपन्न करने के लिए प्रवृत्त होता है। परिणाम यह होता है कि

दूसरे कार्य को शीघ्रता से संपन्न करने के प्रयास में पहला कार्य अधूरा रह जाता है। जब व्यक्ति पहले कार्य को अधूरा छोड़कर अधिक आवश्यक दूसरे कार्य को पहले करना चाहता है तो मस्तिष्क पर अधिक जोर पड़ता है।

विशेषज्ञों का मानना है मस्तिष्क की बहुकार्यण क्रिया मूलतः कार्यनीतिक अनुप्रयोगों (strategy application) से संबद्ध है। इसके अंतर्गत प्राथमिकता निर्धारण, कार्यों का आयोजन और उनका नियत अवधि में सफल निष्पादन करना होता है। निहित बहुकार्यण के घटकों के अंतर्गत, ठीक पिछली अर्थात् स्मृति (retrospective memory) भावी स्मृति (prospective memory) अर्थात् निकट भविष्य में क्या करना है, आदि का आयोजन आता है; ताकि समय की एक नियत अवधि में विभिन्न कार्यघटकों को समुचित क्रम में पूरा किया जा सके।

अध्ययनों से यह भी स्पष्ट हुआ है कि मस्तिष्क की सूचना प्रक्रमण (information processing) क्षमता की अपनी सीमाओं के कारण, विभिन्न कार्य घटकों की इष्टतमता में कमी आती है। यह सही है कि मानव मस्तिष्क की तंत्रिका कोशिकाएँ इस प्रकार संयोजित हैं कि एक साथ कई कार्य किए जा सकते हैं। प्रश्न यह है कि मस्तिष्क एक साथ कई कार्य किस प्रकार करता है? विभिन्न कार्यों के एक साथ करने की मस्तिष्क की अपनी क्रियाविधि है। जब हम दो कार्य एक साथ कर रहे होते हैं तो बहुकार्यण के लिए उत्तरदायी मस्तिष्क का भाग मध्यवर्ती पूर्वाग्र कॉर्टेक्स अर्थात् MFC (Medial Pre Frontal Cortex) विभिन्न लक्ष्यों के लिए कार्य विभाजन करता है। वाम MFC एक कार्य पर और दक्षिण (दायां) MFC दूसरे कार्य पर ध्यान केंद्रित करता है। आधुनिक अध्ययनों के आधार पर मस्तिष्क एक समय में केवल दो ही कार्य कर सकता है। शोधकर्ता यह भी कहते हैं कि यदि दो से अधिक कार्य करने का प्रयास किए जाए तो अव्यवस्था उत्पन्न हो सकती है।

मैसेच्यूसेट्स के मनोचिकित्सक डॉ. एडवर्ड एम. हैलोवेल बहुकर्मण को एक मनगढंत चीज मानते हैं। उनका मत है कि दो या अधिक कार्यों को एक साथ समान रूप से प्रभावी ढंग से संपन्न नहीं किया जा सकता। डॉ. हैलोवेल ने भी बहुकार्यण पर पहले किए गए अध्ययनों की पुष्टि की है। उनका भी यही कहना है– "दो जटिल समान रूप से महत्वपूर्ण कार्यों को एक साथ करने पर मस्तिष्क पर अनावश्यक दबाव पड़ता है, उत्पादकता में कमी आती है और त्रुटियों की संभावना बढ़ जाती है। जब हमारे हाथ में एक साथ कई काम होते हैं तो सूक्ष्म विवरण नजरअंदाज हो जाते हैं और उन्हें पूरा करने में समय भी अधिक लगता है।"

कुछ विशेषज्ञों का मानना है कि विभिन्न कार्यों को यथाशीघ्र संपन्न करने के प्रयास में हम एक कार्य के होते हुए दूसरे कार्य से तत्काल जुड़ जाते हैं लेकिन मस्तिष्क उतनी शीघ्रता से दूसरे कार्य के लिए तैयार नहीं हो पाता और अधिक उत्पादकता के भ्रम में हमारी दक्षता में कमी आ जाती है।

यदि बहुकार्यों का निष्पादन समुचित ढंग से न किया जाए तो एकाग्रता में कमी आती है, निष्पादन का स्तर गिर जाता है और इस कारण उत्साह भंग हो जाता है। ऐसी स्थिति में हमारे स्वास्थ्य पर भी बुरा प्रभाव पड़ता है। बहुकार्यण से शरीर भार में वृद्धि और स्मरण शक्ति में अल्पकालिक क्षीणता आती है। कार्य में शीघ्र बदलाव से मस्तिष्क को अधिक काम करना पड़ता है। आत्मसंयम में कमी आती है और पोषण आहार का भी ठीक से चयन नहीं हो पाता।

जनसंचार (मीडिया) बहुकार्यण के जोखिम

स्टेनफोर्ड विश्वविद्यालय के प्रोफेसर क्लिफोर्ड नास का कहना है– "अत्यधिक मीडिया (जनसंचार माध्यम) बहुकार्यण के अपने ही प्रच्छन्न जोखिम हैं। इससे हमारी उच्चस्तरीय कार्यक्षमता और विशेषकर

गंभीर चिंतन और विश्लेषण क्षमता पर नकारात्मक प्रभाव पड़ता है। उनका यह भी कहना है कि जो व्यक्ति एक बार में एक ही कार्य करते हैं उनकी तुलना में, सामान्य सोच के विपरीत बहुकार्य करने वाले व्यक्ति कार्य बदलाव के प्रति उतने सक्षम नहीं होते।

कार्य करने के समय हेडफोन का प्रयोग करना अथवा जो लोग तेज संगीत सुनने के आदी होते हैं उनकी ध्वनि संरचण क्रियाविधि (sound condution mechanism) प्रभावित होती है। इसके लिए अतिरिक्त रुधिर परिसंचरण (blood circulation) की आवश्यकता होती है। कान की आंतरिक कोशिकाएँ बहुत कोमल होती हैं जो ध्वनि तरंगों को मस्तिष्क तक संप्रेषित करती हैं। रुधिर परिसंचरण में कमी होने के कारण ऑक्सीजन की आपूर्ति बाधित हो सकती है जिससे ये संवेदी कोशिकाएँ क्षतिग्रस्त हो सकती हैं और श्रवण ह्रास हो सकता है।

बहुकार्यण : एक अनिवार्यता

महानगरों की कार्यशैली और जीवनशैली में बहुकार्यण एक अनिवार्यता हो गई है जहाँ कम से कम समय में अधिक से अधिक काम निपटाने की प्रतिस्पर्धा रहती है। महिलाएँ भी इस दौड़ में पीछे नहीं हैं। अपितु प्रयोगों (Experiments) के आधार पर किए गए सर्वेक्षण में कहा गया है कि महिलाओं में बहुकार्यण क्षमता पुरुषों से अधिक होती है। कामकाजी महिलाओं को ऑफिस के कार्यों के अतिरिक्त घरेलू दायित्वों का भी बोझ उठाना पड़ता है। कई महिलाएँ वरिष्ठ कार्यपालक के पद पर सफलतापूर्वक कार्य कर रही हैं और उनकी सफलता का रहस्य बहुकार्यण है।

हाल ही में सितंबर 2012 में साप्ताहिक 'Health' पत्रिका में एक मध्यमवर्गीय कार्यपालक महिला की दिनचर्या प्रकाशित हुई थी जो अपने आप में बहुकार्यण का अनूठा उदाहरण है। यह सब कुछ नए-

नए गजैटों, आई-पॉड, फेसबुक, कंप्यूटर की उपलब्धता के कारण संभव हुआ है। उक्त महिला की दिनचर्या का सारांश कुछ इस प्रकार है–

वे प्रातः उठती हैं और चार बर्नर वाले गैस के चूल्हे पर 20 मिनट से भी कम समय में नाश्ता तैयार कर लेती हैं। प्रातः 6 बजे तक बच्चों के टिफिन बॉक्स तैयार हो जाते हैं। वे नौकरानी या कुक रख सकती हैं। नौकरानी के नखरे अथवा देर से आना उन्हें पसंद नहीं है। वे मुस्कराते हुए कहती हैं कि मुझे हमेशा से ही एक साथ दो या तीन कार्य करना अच्छा लगता है। यदि मैं एक बार में एक ही कार्य करूँ तो मैं 'बोर' हो जाती हूँ और समय भी बर्बाद होता है। मैं खाना बनाने के साथ-साथ वाशिंग मशीन में कपड़े भी डाल देती हूँ। इसके बाद मुझे दिनभर जितने फोन करने होते हैं, उन्हें निपटा देती हूँ। शाम को वे बच्चों को उनके प्रोजेक्ट कार्य में सहायता करती हैं और अपने बाएँ हाथ का प्रयोग लैपटॉप से पिक्चर को 'डाउन लोड' करने में करती हैं। साथ ही साथ वे टीवी देखते हुए अपने कंधे और सिर के बीच मोबाइल दबाकर बात भी करती हैं। मनपसंद टीवी सीरियल देखने के समय वे सुबह के लिए सब्जियाँ काट लेती हैं।

एक अन्य महिला के बारे में इसी पत्रिका में कहा गया था। वे 15 किमी दूर कार्यालय जाते हुए समय का सदुपयोग अपने स्मार्टफोन पर इंटरनेट को ब्राउज कर मनपसंद संगीत सुनने में करती हैं। इसी समय में वे ऑनलाइन शॉपिंग करके परिवार के सदस्यों की वर्षगाँठ या अन्य शुभ अवसरों के लिए उपहार का आर्डर दे देती हैं। ऑफिस से वापस आते समय वे ईमेल देखकर उनके उत्तर दे देती हैं, फेसबुक पर अपने मित्रों से गपशप करती हैं और बॉलीबुड के अन्य समाचारों को देखती हैं। आज कंपनी के कार्यपालक कहते हैं कि एक समय में एक ही कार्य करना और उसी पर ध्यान केंद्रित करने का सवाल ही नहीं उठता।

एक दृष्टि से देखा जाए तो हम सभी अपने दैनिक जीवन में बहुकार्यण करते हैं और जो ऐसा नहीं करते वे रूढ़िवादी या दकियानूसी कहे जाते हैं। ऑफिस में कंप्यूटर पर कार्य करते समय यदि आप मित्रों की गपशप सुनते हैं, आवश्यक फोन करते या लेते हैं, अध्ययन करते समय संगीत सुनते हैं तो यह सब भी बहुकार्यण के अंतर्गत आता है।

अनेक कार्य परिवेशों में बहुकार्य क्षमता एक आवश्यक हुनर समझा जाता है। जो अधिकारी या कार्यपालक अपने मानसिक गियरों को शीघ्रता से बदल सकते हैं वे दूसरों की अपेक्षा अधिक पसंद किए जाते हैं। ऐसा समझा जाता है कि बहुकार्यण से अधिकारियों में जॉब अभिप्रेरण (job motivation) अपेक्षाकृत अधिक होता है। बहुराष्ट्रीय कंपनियों तथा भारत सरकार के प्रतिष्ठानों आदि में उच्च पदों पर नियुक्ति में बहुकर्मण क्षमता वाले व्यक्तियों को वरीयता दी जाती है क्योंकि ये व्यक्ति संगठनात्मक कौशल पूल (skill pool) को समृद्ध करते हैं। अधिकतर मुख्य कार्यपालक अधिकारी (CEO), बहुकर्मण को ही अपनी सफलता का रहस्य मानते हैं।

ड्राइविंग और मोबाइल

गाड़ी चलाते समय मोबाइल का प्रयोग न करें। ड्राइविंग करते समय ध्यान, प्रत्यक्षण (perception), दृश्य कौशल और प्रेरक कौशल आदि की संयुक्त रूप से आवश्यकता होती है और मस्तिष्क भी वैसा तारतम्य बनाए रखता है। इस कारण मोबाइल से बात करते समय ड्राइविंग और फोन पर वार्ता, दोनों की दक्षता प्रभावित होती है। कुछ लोग ट्रैफिक पुलिस को चकमा देने के लिए ड्राइविंग के लिए हाथ खाली रखते हुए स्पीकर फोन का इस्तेमाल करते हैं परंतु उन्हें स्मरण रखना चाहिए कि अधिक ट्रैफिक और दुर्घटना संभावित क्षेत्र में गाड़ी चलाने और फोन सुनने में आपका मस्तिष्क दोनों कार्यों पर समान रूप से ध्यान केंद्रित नहीं कर सकता और दुर्घटना की संभावना बढ़ जाती

6—187 मिनि. ऑफ एचआरडी/2015

है। साथी यात्री से बात करने में इतना खतरा नहीं रहता क्योंकि भीड़ वाले इलाके में वह चुप हो जाता है। प्राप्त आँकड़ों के आधार पर बंगलुरु में जनवरी और फरवरी 2012 में ड्राइविंग करते समय मोबाइल प्रयोग के 31,164 मामले दर्ज हुए। ट्रैफिक पुलिस का कहना है कि शहरी सीमा में मोबाइल में ध्यान बँट जाने से 15 प्रतिशत दुर्घटनाएँ होती हैं।

वाक एंड टॉक

मोबाइल के बढ़ते प्रचलन के कारण आजकल नवयुवक और युवतियाँ और बहुत से प्रौढ़ व्यक्ति भी अक्सर सड़क पर चलते समय मोबाइल पर बात करते अथवा कानों में प्लग लगाकर मनपसंद गाने सुनते देखे जा सकते हैं। वाकिंग और टाकिंग नहीं और हरगिज नहीं होना चाहिए। मोबाइल का प्रयोग करने वाले सड़क पर ठोकर खा सकते हैं अथवा पैदल चलने वालों से टकरा सकते हैं। यदि मोबाइल पर रोचक वार्ता हो रही हो तो उसमें तन्मय हो जाने के कारण वे किसी वाहन से टकराकर दुर्घटनाग्रस्त भी हो सकते हैं। अक्सर इस प्रकार की दुर्घटनाएँ कालेजों या आई.टी. कंपनियों के समीप देखी गई हैं। वार्ता में तल्लीन हो जाने के कारण आने-जाने वाली ट्रैफिक से ध्यान हट जाता है।

सारांश यह है कि आज की भागदौड़ की जिंदगी में बहुकार्यण एक अनिवार्यता है। सभी व्यक्ति अपने जीवन में बहुकार्यण करते हैं पर गंभीर और विचारणीय विषयों पर बहुकार्यण में कुछ ही लोग दक्ष होते हैं। अतः बहुकार्यण की कला सीखिए और शालीनता, शिष्टता तथा सावधानीपूर्वक उसका निष्पादन कीजिए।

❖❖❖

III

प्रोटीन पेय कितने लाभकारी ?

सतीश चन्द्र सक्सेना

आपने आम शेक (मैंगो शेक), केला शेक (बनाना शेक) और चीकू शेक आदि का नाम सुना होगा और इनका पान भी किया होगा। इनमें सामान्यतः डबलटोन्ड अथवा वसा रहित दूध का इस्तेमाल होता है और फल प्रयोग किए जाते हैं। उनकी गुणता यथा विटामिन, खनिज तथा रेखा (फाइबर) तो शामिल रहते ही हैं। कुल मिलाकर ये मिल्क शेक स्वादिष्ट, स्वास्थ्यप्रद तथा गुणकारी होते हैं।

आजकल युवा पीढ़ी उत्तम स्वास्थ्य प्राप्त करने के लिए बहुत सजग रहती है। एक प्रकार से उनमें अच्छा दिखने और बढ़िया स्वास्थ्य प्राप्त करने की होड़ लगी रहती है। सुगठित शरीर की नई प्रवृत्ति हमारे नवयुवकों में वाइरस की तरह फैल रही है। अधिकांश युवा सुगठित शरीर प्राप्त करने के लिए जिम में रोजमर्रा की कसरत के साथ-साथ *प्रोट्रीन शेक्स* का अधिक इस्तेमाल करने लगे हैं। इन प्रोटीन शेक्स का टी.वी. तथा समाचार पत्रों में ख्याति प्राप्त फिल्म अभिनेताओं तथा खिलाड़ियों द्वारा प्रचार भी दिया जा रहा है।

स्वास्थ्य बनाने के लिए कसरत करना या जिम जाना बुरी बात नहीं है परंतु प्रोटीनों का आवश्यकता से अधिक मात्रा में सेवन हानिकारक हो सकता है। सुगठित शरीर बनाने के लिए नवयुवक

इंस्ट्रक्टर अथवा आहारविद् (डाइटीशियन) से परामर्श करते हैं जो इन्हें अधिक मात्रा में प्रोटीन शेक के सेवन और अधिक समय तक कसरत की सलाह देते हैं। ये शेक्स न केवल बहुत महंगे होते हैं अपितु इनमें पोषक तत्वों का स्तर कम गुणता वाला होता है। भारत में कई कंपनियाँ इस प्रकार के शेक्स बनाती हैं। इस कंपनी के 500 ग्राम प्रोटीन शेक चूर्ण का मूल्य लगभग रु. 1800 है। इसमें संदेह नहीं कि शरीर निर्माण के लिए प्रोटीन आवश्यक है परंतु इनका सेवन उचित मात्रा में ही वांछनीय है। किसी भी निर्मित उत्पाद अथवा औषधि के लंबे समय तक सेवन के दुष्प्रभाव हो सकते हैं। प्रोटीन शेक के बारे में भी यही बात लागू होती है। प्रोटीन शेक के अधिक सेवन से गुरदों को क्षति पहुँचती है। गुरदे के लिए प्रोटीन की बची मात्रा को उपापचय (मेटाबोल्जिम) के द्वारा बाहर निकालना कठिन होता है। इस कारण कालांतर में उनके ऊतक क्षतिग्रस्त हो जाते हैं। इसके अतिरिक्त इनके सेवन से जिगर (यकृत) को अधिक श्रम करना पड़ता है क्योंकि अधिकतर प्रोटीन शेक्स में सोया प्रोटीन का प्रयोग किया जाता है। जांतब प्रोटीन की अपेक्षा सोया प्रोटीन को पचाना कठिन होता है। जांतब को हमारा शरीर आसानी से स्वीकार कर लेता है क्योंकि इसमें आवश्यक एमीनो अम्ल तथा अन्य पोषण तत्व मौजूद रहते हैं। प्रोटीन शेक्स में ऐसे पोषक तत्वों का सर्वथा अभाव रहता है। इस कारण यकृत को सोया प्रोटीन की अधिक मात्रा को पचाने में कठिनाई होती है।

प्रोटीन शेक्स की संरचना जटिल होती है और इनमें कृत्रिम स्वीटनर्स रहते हैं जो शरीर के रुधिर में शर्करा की मात्रा को तेजी से बढ़ा देते हैं। यह मधुमेह के रोगियों के लिए खतरनाक हो सकती है। इनमें डेयरी वसा होती है जिससे कालेस्टेरॉल असंतुलन हो सकता है क्योंकि ड्राइग्लिसराइडों की मात्रा बढ़ जाती है।

प्रोटीन शेक का सेवन करने वाले बॉडी बिल्डर्स के पैर में ऐंठन, गैस तथा कब्ज जैसी पाचन समस्याएँ भी देखने में आई हैं। रेशा (फाइबर) की अनुपस्थिति के कारण ऐसा हो सकता है। बॉडी बिल्डर्स को समझना चाहिए कि प्रोटीन की अधिक मात्रा माँस पेशियों के विकास में सहायक नहीं होती। परिणामस्वरूप अतिरिक्त कैलोरी, वसा के रूप में शरीर में जमा हो जाती है और वजन बढ़ने लगता है।

वास्तविक भोजन हमें संतुष्टि देता है। इसके विपरीत प्रोटीन शेक्स जैसे द्वीय भोजन हमें खालीपन का अहसास कराते हैं। इस कारण हम जरूरत से ज्यादा कैलारी का सेवन करते हैं। अत्यधिक खाने के कारण वजन बढ़ने लगता है। वास्तव में स्थिति और भी खराब हो जाती है जब युवा अपने भोजन के स्थान पर प्रोटीन शेक्स का सेवन करना शुरू कर देते हैं जो शरीर पर आविषी (toxic) तथा हानिकारक प्रभाव डालते हैं।

सुगठित शरीर प्राप्त करने के लिए प्राकृतिक मार्ग अपनाना ही सबसे उत्तम तरीका है। इच्छुक नौजवानों को प्राकृतिक प्रोटीन जैसे टोन्ड दूध, अंडा, मछली, माँस, घरेलू पनीर तथा थोड़ी मात्रा में टोफू का सेवन करना चाहिए जिन्हें शरीर सहर्ष स्वीकार कर लेता है। इस प्रकार वे नकली माँसपेशियों के बजाए गुणता वाली प्राकृतिक माँस पेशियाँ प्राप्त कर सकेंगे। इसके अतिरिक्त सभी प्रकार की दालों में प्रोटीन पाई जाती है।

सामान्यतः शरीर के किसी भाग की सर्जरी के बाद शीघ्र स्वास्थ्य लाभ प्राप्त करने के लिए सर्जन, अधिक प्रोटीन तथा विटामिन सी युक्त आहार की सलाह देते हैं ताकि नए ऊतक बन सकें और घाव जल्दी भर जाएँ। ऐसी स्थिति में प्राकृतिक प्रोटीन के साथ थोड़ी मात्रा में प्रोटीन शेक्स लाभदायक हो सकते हैं। लेकिन इनका सेवन सीमित मात्रा में ही करना चाहिए और किसी भी हालत में आदी नहीं होना चाहिए।

❖❖❖

इस अंक के लेखक

1. सुश्री अंजली सिन्हा – बी-10/207 बी, उदयगिरी सेक्टर-34, नोएडा (उ.प्र.)
2. प्रो. आर.पी. पाठक – शिक्षाशास्त्र विभाग श्री लाल बहादुर शास्त्री राष्ट्रीय संस्कृत विद्यापीठ, कुतुब सांस्थानिक क्षेत्र, नई दिल्ली-110016
3. श्री राकेशरेणु – बी-339, केंद्रीय विहार सेक्टर-51, नोएडा-201303
4. श्री सतीशचंद्र सक्सेना – बी.बी.-35 एफ, जनकपुरी नई दिल्ली-110058
5. श्री कैलाशनाथ गुप्त – डी–ए/115, डी ब्लॉक जनकपुरी, नई दिल्ली–110058
6. श्री प्रसेनजीत कुमार – 117, चंद्रभागा हॉस्टल जवाहरलाल नेहरू विश्वविद्यालय नई दिल्ली–110067
7. सुश्री आशा त्रिपाठी – क.न. 247, बी विंग, मानव संसाधन विकास निदेशालय डीआरडीओ भवन राजाजी मार्ग, नई दिल्ली
8. डॉ. रामसुमेर यादव – एसोसिएट प्रोफेसर, संस्कृत विभाग लखनऊ विश्वविद्यालय, लखनऊ
9. श्री सूर्यभान सिंह – व्यावसायिक चिकित्सक देवी हंसराजी रिहैबिलीटेशन सेंटर हरि नगर, नई दिल्ली-110064

❖❖❖

शब्द-भंडार

(पत्रकारिता एवं मुद्रण शब्दावली से)

feature syndicate	लेख सिंडीकेट
feature writer	रूपलेखन, प्रसंगलेखन
feature writing	रूपलेखन, फीचर लेखन
feculose (P.P.)	फेकुलोस
fee (I.&B.)	फीस
feed (I.&B.)	भरण
feed arm	भरक भुजा
feed board (P.P.)	भरक पटल
feed board bracket (P.P.)	भरक पटल बंधनी
feeder (P.P.)	भरक
feeder roller (P.P.)	भरक रूला
feed guide	भरण-नियामक
feed guide lever (P.P.)	भरण-नियामक उत्तोलक
feed guide lifting finger (P.P.)	भरण-नियामक उत्थापक
feed guide lifting mechanism (P.P.)	भरण-नियामक उत्थाक यांत्रिकत्व
feed guide shaft (P.P.)	भरण-नियामक शैफ्ट
feed guide stop and handle (P.P.)	भरण-नियामक रोक और हत्था
feed spool (I.&B.)	भरनी
feeler	टटोल, शोशा
felony	महापराध
felt (P.P.)	नमदा पट्ट
felt cap	फेल्ट-कैप (कागज का आकार)
felt direction mark (P.P.)	नमदा दिशा चिह्न
felt drier (P.P.)	नमदा शोषक
felt finish	नमदा मार्जन

felting power (P.P.)	नमदा शक्ति
felt mark (P.P.)	नमदा चिह्न
female die	दबा ठप्पा
ferreting out	रहस्य खोज
ferro-gallic paper (P.P.)	फेरो-गैलिक (फोटो) कागज
festoon drier (P.P.)	फेस्टन शोषक
fibre	1. लपेटन, रेपर, 2. रेशा
fictionized science	कथात्मक विज्ञान
fiduciary right	वैश्वासिक अधिकार
figure	अंक
file	1. प्रेषण, 2. रेती
file a story overhead	समाचार-तार प्रेषण
filler	पूरक
fillet (P.P.)	पच्चक, फन्नी
filling-in (P.P.)	टाइप में स्याही का भर जाना
film	1. फिल्म, चित्रपट, चलचित्र 2. परत
film impresario	फिल्म प्रस्तुत कर्ता
film laboratory (I.&B.)	फिल्म कार्यशाला
filmotype	फिल्मोटाइप (मशीन)
film processing (I.&B.)	प्रिंट करना, प्रति बनाना
film slide (I.&B.)	फिल्म स्लाइड
film star	फिल्मी सितारा
film strip (I.&B.)	फिल्म पट्टी
film transmission (I.&B.)	दूरदर्शन प्रेषण
filter (=filtering paper)	छन्ना कागज
filtering paper tester	छन्ना कागज परीक्षण यंत्र
finance news	वित्त समाचार, वित्तीय समाचार
financial copy	वित्त प्रति

financial editor	वित्त संपादक
financial page	वित्त पृष्ठ
financial reporter	वित्त समाचारदाता
financial resources	वित्तीय साधन
financial stability	वित्तीय स्थिरता वित्तीय स्थायित्व
fine etching	सूक्ष्म निक्षारण
fine grain print (I.&B.)	सुकण प्रति
fine paper	उत्कृष्ट कागज
fine writing	ललित लेखन
finger nails	कोष्ठक
finishing	परिष्करण, मार्जन
finishing process	मार्जन प्रक्रिया
fire brand	आग उगलने वाला
fire-proof paper	अग्निसह कागज
first class daily	प्रथम श्रेणी दैनिक
first class mail	प्रथम श्रेणी डाक
firstday story	प्रारंभिक समाचार
first hand investigation	प्राथमिक पड़ताल
first proof	पहला प्रूफ
first run cinema (I.&B.)	प्रथम प्रदर्शन सिनेमा
fish eyes	धब्बे
fix	जमाना
flag (=mast head)	1. महाशीर्ष, महापृष्ठ शीर्ष 2. मुद्र चेतावनी
flag line	चेतावनी
flair (e.g. for politics)	रुझान
flamboyant	भड़कीला

flap	आवरक, पल्ला
flash	कौंध समाचार, कौंध, तड़ित् संवाद
flashback (I.&B.)	अतीतावलोकन
flat	1. सपाट, समतल, चपटा, सादा 2. फ्लैट, चौरस कागज
flatbed	समतल
flat bed press	समतल प्रेस
flat colour	सादा रंग
flat rate	सपाट दर
flexible sewing (P.P.)	नम्य सिलाई
flexographic printing (=aniline printing)	फलैक्सोग्राफीय मुद्रण
flexoprint	फ्लैक्सो प्रिंट पद्धति
flick (I.&B.)	फ्लिक
filker (I.&B.)	स्फुरक
flint glazing (P.P.)	चमकदार पालिश
flint paper (=litho flint)	पृष्ठ वेष्टन कागज
flock printing (=frost printing)	फ्लॉक मुद्रण, मखमली मुद्रण
flong (=matrix board) (=matrix paper) (I.&B.)	आधात्री गत्ता, फ्लौंग
flong overlay (P.P.)	फ्लौंग ऊपरी गद्दी
floor (I.&B.)	रंगभूमि
flop, to	दिशांतर करना
fluff	1. रोयाँ छोड़ने वाला कागज 2. रोयाँ कागज 3. (I.&B.) उच्चारण त्रुटि
fluid duplicator	तरल प्रतिलिपित्र तरल प्रतिलिपिक
fluid spray	तरल फुहार

fluorescent printing (=luminescent printing)	फ्लुओरेसैंट मुद्रण, दीप्त मुद्रण
flush (printing)	बेहाशिया (मुद्रण), निरुपांत (मुद्रण)
flush cut block	सिरांत ब्लॉक
flush left	बायीं सिरांत रेखा
flush right	दायीं सिरांत रेखा
fly bars (=bars of the roll)	प्रस्तार छड़, रोल छड़
fly leaf	मुक्तपर्णी
fly paper	मक्खीमार कागज
fly wheel	उपचक्र
focal length (I.&B.)	फोकस दूरी
focus (I.&B.)	फोकस
fold	1. मुड़ई मशीन, 2. पुस्तक पेटिका 3. वलित प्रचार पर्ची 4. वलित आवरक
folded news	अनबिका समाचारपत्र
folder	1. फोल्डर, 2. पुस्तक पेटिका 3. मुड़ाई मशीन
folder, binding	बंधन फोल्डर
folding	मुड़ाई, मोड़
folding machine	मुड़ाई मशीन
folding mark	मोड़ चिह्न
folds	मोड़, मोड़ने की विधि
folio	1. फोलिओ, पृष्ठ संख्या 2. जुज, एकभंज
folk music (I.&B.)	लोक संगीत
folk song (I.&B.)	लोक गीत
folk tale (I.&B.)	लोक कथा
follw (=follow up)	अनुगामी समाचार

follow copy	लिप्यनुसार
follow lead	अनुगामी शीर्ष
folo (=follow)	अनुगमन करो
font (=founte)	घान
food show	खाद्य प्रदर्शनी
foolscap	फुलस्केप (कागज का आकार)
foolscap octavo	फुलस्केप सोलह-पेजी
footage (I.&B.)	फिल्म लंबाई (फुट में)
foot check lever (P.P.)	पदचालित रोध उत्तोलक
footnote	पाद टिप्पणी, तल टिप्पणी
fore edge	अग्र-उपांत, अग्र हाशिया
foreign correspondent	विदेश संवाददाता
foreign language printing	विदेशी भाषा मुद्रण
foreign news	विदेशी समाचार
foreign news service	विदेशी समाचार सेवा
foreign policy	विदेश नीति
foreign press correspondent	विदेशी प्रेस संवाददाता
foreign reprint right	विदेशी पुनर्मुद्रण अधिकार
foreman	अधिकर्मी
format	आरूप, फॉर्मेट
forme	फर्मा
forme clamp	फर्मा-शिकंजा
forme key	फर्मा-कुंजी
forme roller	फर्मा-रूला
forme close	फर्मा-अंत
fortnightly	पाक्षिक (पत्रिका)
forty-eightmo	अड़तालीस पेजी
fortymo	चालीस पेजी
forum	गोष्ठी

forward end (P.P.)	अगला सिरा
forwarding of mails	डाक-अग्रेषण
fotolist (=photolist)	फोटोलिस्ट
fotorite (photorite) (P.P.)	फोटोराइट प्रक्रिया
fotosetter (=photosetter) (=photo type setter) (P.P.)	फोटो टाइप सेंटर, फोटो-अक्षर योजित्र
foto setter machine (=photo setter machine)	फोटो सेटर यंत्र
fototronic (=phototronic) (P.P.)	फोटोट्रॉनिक, अक्षरयोजित्र
fototype (=phototype) (P.P.)	फोटोटाइप प्रक्रिया
foundary proof	ढलाई प्रूफ
foundary type (=founder's type)	ढलाईघर का टाइप
four colour printing	चौरंगा मुद्रण
fourth class mail	चतुर्थ श्रेणी डाक
fourth estate	राज्य का चतुर्थ स्तंभ, प्रेस
fractional	प्रभाजी, प्रभाजित
frame	ढांचा, चौखटा, फ्रेम
fraudulent passage	छद्म लेखांश
freedom of press	प्रेस की स्वतंत्रता, पत्र स्वातंत्र्य
free expression	स्वतंत्र अभिव्यक्ति
free lance (adj.)	स्वतंत्र
free lance journalist	स्वतंत्र पत्रकार
free lance writer	स्वतंत्र लेखक
free list (=free mailing list) (=complimentary list)	मानार्थ सूची
free mailing list	मानार्थ सूची
free press	स्वतंत्र प्रेस
freight	भाड़ा
freight forwarder	भाड़ा अग्रेषक

french chalk (P.P.)	फ्रेंच खड़िया
french fold	1. चौपेजी मोड़ 2. फ्रेंच फोल्ड (इकतरफा छपाई मोड़)
french sewing	फ्रांसीसी सिलाई
frequency	आवृत्ति, बारंबारता
freshness	ताजापन, नवीनता
friction board	घर्षण पट्ट
friction glazing (P.P.)	घर्षण चमक
frisket	1. (mask) आवरक 2. (frisket finger) अपसारक
frisket paper	आवरक कागज
front area reporter	मोर्चे का समाचार दाता
front edge	अग्रकोर
front guide plant (P.P.)	अग्र नियामक प्लेट
frontispiece	1. मुखचित्र, 2. मुख पृष्ठ
front lay (=gripper edge)	पकड़ कोर
front office	पत्र कार्यालय, प्रकाशनालय संपादनालय, प्रबंध कार्यालय
front page	1. मुख पृष्ठ, 2. पहला पृष्ठ
front page story	प्रथम समाचार
frost printing (=flock printing)	फ्रॉस्ट मुद्रण, मखमली मुद्रण
froth spot	झाग स्थल
fudge	छपते-छपते
fudge column	छपते-छपते
fugitive colour	अस्थायी रंग
fulerum (P.P.)	आलंब
full bound	पूरा मढ़ा
full colour (=pure colour)	शुद्ध रंग

full measure	पूरी माप, कालम माप
full position	विशिष्ट स्थान
full shot (I.&B.)	पूरा शॉट
full time assistant	पूर्णकालिक सहायक
fumigating paper	धूमन कागज
furniture	गुटका, लक्कड़, पट्टी
futura	फूचुरा टाइप
future	भावी ज्ञापन
future book	घटना डायरी
galley	गैली
galley proof	गैली प्रूफ
garamond (=garamont)	गारामौंड टाइप
garden editor	उद्यान संपादक
gasket paper	जोड़ कागज
gaslight paper	गैस प्रकाश कागज
gate	द्वार
gate fold	मुड़ा बड़ा पन्ना, मुड़ा अधिपृष्ठ
gathering	1. एकत्रीकरण 2. मिसिल उठाना
guage	प्रमापी, गेज
gazette	राजपत्र, गजट
gazette notification	राजपत्र अधिसूचना
gear gib (P.P.)	गिअर गिब
gelatine board	जिलेटिन बोर्ड
gelatine printing	जिलेटिन मुद्रण

❖❖❖

लेखकों से अनुरोध

'ज्ञान गरिमा सिंधु' एक त्रैमासिक पत्रिका है जिसमें मानविकी तथा सामाजिक विज्ञान विषयों से संबंधित लेख प्रकाशित होते हैं। इस पत्रिका का उद्देश्य हिंदी में अध्ययन करने वाले छात्रों के लिए मानविकी और सामाजिक विज्ञान विषयों से संबद्ध उपयोगी एवं नवीनतम मूल पाठप्रधान तथा पूरक साहित्य को लोकप्रिय बनाना है। यह पत्रिका मिले-जुले प्रकार की है जिसमें तकनीकी लेख, शोध-लेख, तकनीकी निबंध, मॉडल शब्दावलियाँ तथा परिभाषा-कोश, कविताएँ और मानविकी से संबंधित कहानियाँ, सामाजिक विज्ञान, व्यंग्य चित्र, तकनीकी सूचना, तकनीकी समाचार, पुस्तक-समीक्षा आदि से संबंधित सामग्री प्रकाशित की जाती है।

(i) पत्रिका के लिए भेजी गई पांडुलिपियाँ/लेख मौलिक और अप्रकाशित होने चाहिए। वे केवल हिंदी में होने चाहिए।

(ii) लेखकों को सलाह दी जाती है कि वे सामयिक विषयों/मुद्दों पर लेख भेजें।

(iii) लेख सरल और बोधगम्य भाषा में होने चाहिए।

(iv) लेख में अधिक से अधिक 4,000 शब्द होने चाहिए।

(v) लेख A-4 आकार के कागज पर एक तरफ डबल स्पेस में सफाई से टंकित किया गया या हाथ से स्पष्ट/सुपाठ्य लिखा गया होना चाहिए और दोनों तरफ पर्याप्त हाशिए छोड़े गए होने चाहिए।

(vi) लेख का सार-संक्षेप भी इसके साथ अवश्य भेजा जाना चाहिए।

(vii) लेखों में आयोग द्वारा निर्मित/परिभाषित वैज्ञानिक तथा तकनीकी शब्दावली का प्रयोग किया जाना चाहिए।

(viii) यदि आवश्यक हो तो लेख में प्रयुक्त तकनीकी शब्दों के अंग्रेजी पर्यायों को कोष्ठकों में भी दिया जा सकता है।

(ix) रंगीन और श्वेत-श्याम फोटोग्राफ स्वीकार किए जाते हैं। प्रस्तुत किए गए रेखाचित्र सफेद कागज पर ब्लैक इंडिया इंक से तैयार किए जाने चाहिए।

(x) किसी लेख का प्रकाशित किया जाना संपादक के विवेक पर होगा और इस संबंध में उसके निर्णय को अंतिम माना जाएगा।

(xi) लेखों को स्वीकार किए जाने के संबंध में कोई भी पत्र-व्यवहार करने का प्रावधान नहीं है।

(xii) अस्वीकृत लेखों को वापस नहीं किया जाएगा। लेखकों को सलाह दी जाती है कि वे उनके लिए टिकट लगे लिफाफे न भेजें।

(xiii) समीक्षा के लिए पुस्तक की दो प्रतियाँ प्रस्तुत की जाएँ।

(xiv) प्रकाशित लेखों के लिए मानदेय की दर रु. 250/– प्रति 1000 शब्द है लेकिन उसकी न्यूनतम राशि रु. 150/– और अधिकतम राशि रु. 1,000/– होगी।

(xv) सभी भुगतान पत्रिका के प्रकाशित होने के बाद किए जाते हैं।

(xvi) लेखक अपने लेखों की दो प्रतियाँ कृपया संबंधित पत्रिका के संपादक को भेज सकते हैं यथा...

डॉ. प्रेमनारायण शुक्ल
संपादक,
'ज्ञान गरिमा सिंधु',
वैज्ञानिक तथा तकनीकी शब्दावली आयोग,
पश्चिमी खंड-7, रामकृष्णपुरम,
नई दिल्ली- 110066

7—187 मिनि. ऑफ एचआरडी/2015

अभिदान से संबंधित सूचना

ज्ञान गरिमा सिंधु/विज्ञान गरिमा सिंधु के सभी अंक पत्रिका के ग्राहकों को डाक द्वारा भेजे जाते हैं।

अभिदान दरें इस प्रकार हैं :

सदस्यता शुल्क	भारतीय मुद्रा	विदेशी मुद्रा	
• व्यक्तियों/संस्थाओं के लिए प्रति कापी	रु. 14/–	पौंड 1.64	डालर 4.84
• वार्षिक शुल्क	रु. 50/–	पौंड 5.83	डालर 18.00
• छात्रों के लिए प्रति कॉपी	रु. 8/–	पौंड 0.93	डालर 10.80
• वार्षिक शुल्क	रु. 30/–	पौंड 3.50	डालर 2.88

छात्रों को अपनी शैक्षणिक संस्था के प्रधान द्वारा प्रदत्त इस आशय का प्रमाण-पत्र अवश्य संलग्न करना चाहिए कि वह संस्था का छात्र है।

❖❖❖

प्रोफार्मा

(आयोग के कार्यक्रमों में सहयोजित होने के लिए आत्मवृत्त भेजने हेतु)

1. नाम : _____
2. पदनाम : _____
3. पता : कार्यालय : _____
   निवास : _____

4. संपर्क नं. टेलीफोन/मोबाइल/ई-मेल _____
5. शैक्षिक अर्हता _____
6. विषय-विशेषज्ञता _____
7. भाषाओं का ज्ञान जिन्हें पढ़/लिख सकते हैं _____
*8. शिक्षण का अनुभव _____
*9. शोध कार्य का अनुभव _____
*10. शब्दावली-निर्माण का अनुभव _____
*11. शिक्षा माध्यम के रूप में हिंदी/क्षेत्रीय भाषा में शिक्षण का अनुभव _____

मैं आयोग से सहयोजित होना चाहता हूँ (कृपया टिक लगाएँ)

- ☐ शब्दावली-निर्माण सत्रों में विशेषज्ञ के रूप में
- ☐ आयोग के कार्यक्रमों में संसाधक के रूप में
- ☐ ज्ञान गरिमा सिंधु/विज्ञान गरिमा सिंधु में प्रकाश्य लेख के लेखक के रूप में या पाठ-संग्रह(मोनोग्राफ)/चयनिका के लेखक के रूप में
  - ☐ पांडुलिपि संलग्न है
  - ☐ अधिक जानकारी उपलब्ध कराएँ
- ☐ 'ज्ञान गरिमा सिंधु'/'विज्ञान गरिमा सिंधु' पत्रिका का ग्राहक बनकर
  - ☐ ड्राफ्ट/पोस्टल आर्डर संलग्न है
  - ☐ अधिक जानकारी उपलब्ध कराएँ

हस्ताक्षर

*जहाँ लागू हो

पत्रिका की सदस्यता हेतु ग्राहक फार्म

व्यक्ति/संस्थाएँ या छात्र निम्नलिखित फार्मेट में अभिदान के लिए आवेदन कर सकते हैं :–

प्रमाण-पत्र

प्रमाणित किया जाता है कि श्री/श्रीमती ..... इस स्कूल/कॉलेज/विश्वविद्यालय के ..... विभाग में वास्तविक छात्र/छात्रा है।

हस्ताक्षर

(प्रिंसिपल/विभागाध्यक्ष)

अभिदान फार्म

अध्यक्ष,
वैज्ञानिक तथा तकनीकी शब्दावली आयोग,
पश्चिमी खंड-7, रामकृष्णपुरम्, नई दिल्ली-110066

महोदय,

मैं, अध्यक्ष, वैज्ञानिक तथा तकनीकी शब्दावली आयोग, नई दिल्ली के नाम नई दिल्ली में ..... बैंक के खाते में देय डिमांड ड्राफ्ट नं. .... दिनांक ..... द्वारा त्रैमासिक पत्रिका 'ज्ञान गरिमा सिंधु/विज्ञान गरिमा सिंधु' के लिए वार्षिक अभिदान के रु. ..... भेज रहा हूँ/रही हूँ।

(हस्ताक्षर)

टिप्पणी : खाते में देय ड्राफ्ट अध्यक्ष, वैज्ञानिक तथा तकनीकी शब्दावली आयोग, नई दिल्ली के नाम नई दिल्ली के किसी भी राष्ट्रीयकृत बैंक के लिए बनवाया जा सकता है।

कृपया डिमांड ड्राफ्ट के पीछे अपना नाम और पता लिखें।

अभिदान से संबंधित पत्र-व्यवहार

अभिदान से संबंधित समस्त पत्र-व्यवहार निम्नलिखित के साथ किया जाए– वैज्ञानिक अधिकारी, बिक्री एकक, वैज्ञानिक तथा तकनीकी शब्दावली आयोग, पश्चिमी खंड-7, आर. के. पुरम्, नई दिल्ली-110066 फोन नं. (011) 26105211 एक्स. 246 फैक्स नं. (011) 26101220	पत्रिकाएँ वैज्ञानिक अधिकारी, बिक्री एकक, वैज्ञानिक तथा तकनीकी शब्दावली आयोग या निम्नलिखित पते पर प्राप्त की जा सकती हैं– प्रकाशन नियंत्रक, प्रकाशन विभाग, भारत सरकार, सिविल लाइंस, दिल्ली-110054

हमारे प्रकाशन

शब्द-संग्रह

बृहत् पारिभाषिक शब्द-संग्रह

विज्ञान खंड-1, 2	174.00
विज्ञान खंड-1, 2	150.00
विज्ञान (हिंदी-अंग्रेजी)	236.00
मानविकी और सामाजिक विज्ञान : खंड 1, 2	292.00
मानविकी और सामाजिक विज्ञान (हिंदी-अंग्रेजी)	350.00
कृषि विज्ञान	278.00
आयुर्विज्ञान, भेषज विज्ञान, शारीरिक नृविज्ञान	239.00
आयुर्विज्ञान, कृषि एवं इंजीनियरी (हिंदी-अंग्रेजी)	48.00
मुद्रण इंजीनियरी	48.00
इंजीनियरी (सिविल, विद्युत्, यांत्रिकी)	340.00
पशु चिकित्सा विज्ञान	82.00
प्राणि विज्ञान	311.00

विषयवार-शब्दावलियाँ/परिभाषा कोश

भौतिकी

भौतिकी शब्द-संग्रह (अंग्रेजी-हिंदी)	119.00
भौतिकी शिक्षार्थी शब्द-संग्रह (अंग्रेजी-हिंदी)	219.00
भौतिकी मूलभूत शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	नि:शुल्क
अंतरिक्ष विज्ञान शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	45.00
तरल यांत्रिकी परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	10.00
प्लाज्मा भौतिकी शब्द-संग्रह (अंग्रेजी-हिंदी)	1589.00
भौतिकी परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	700.00
अर्धचालक शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	40.00
भौतिकी शब्द-संग्रह (अंग्रेजी-हिंदी-बोडो)	652.00

गृह विज्ञान

गृह विज्ञान शब्द-संग्रह (अंग्रेजी-हिंदी)	60.00
गृह विज्ञान मूलभूत शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	नि:शुल्क

कंप्यूटर विज्ञान एवं सूचना प्रौद्योगिकी

कंप्यूटर विज्ञान शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	57.00
कंप्यूटर विज्ञान परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	102.00
प्रसारण तकनीकी शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	310.00
सूचना प्रौद्योगिकी शब्द-संग्रह (अंग्रेजी-हिंदी)	231.00

रसायन

रसायन शब्द-संग्रह (अंग्रेजी-हिंदी)	592.00
इस्पात एवं अलौह धातुकर्म शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	55.00
उच्चतर रसायन परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	17.00
धातुकर्म परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	278.00
रसायन शिक्षार्थी शब्द-संग्रह (अंग्रेजी-हिंदी)	84.00
रसायन (कार्बनिक) परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	25.00

वाणिज्य

वाणिज्य शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	259.00
पूंजी बाजार एवं संबद्ध शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	79.00
वाणिज्य परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	24.00

रक्षा

समेकित रक्षा शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	284.00

गुणता नियंत्रण

गुणता नियंत्रण शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी तथा हिंदी-अंग्रेजी)	38.00

भाषा विज्ञान

भाषा विज्ञान शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी तथा हिंदी-अंग्रेजी)	113.00
भाषा विज्ञान परिभाषा कोश खंड-1 (अंग्रेजी-हिंदी)	89.00
भाषा विज्ञान परिभाषा कोश खंड-2 (अंग्रेजी-हिंदी)	59.00

जीव विज्ञान

कोशिका जैविकी शब्द-संग्रह (अंग्रेजी-हिंदी)	62.00
कोशिका जैविकी परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	121.00
प्राणिविज्ञान परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	216.00
प्राणिविज्ञान शब्द-संग्रह (अंग्रेजी-हिंदी-बोडो)	417.00
प्राणिविज्ञान मूलभूत शब्दावली	नि:शुल्क
पर्यावरण विज्ञान मूलभूत शब्दावली	नि:शुल्क
जैव प्रौद्योगिकी मूलभूत शब्दावली	नि:शुल्क
जीवविज्ञान शिक्षार्थी शब्द-संग्रह (अंग्रेजी-हिंदी)	212.00
पर्यावरण विज्ञान शब्द-संग्रह (अंग्रेजी-हिंदी)	381.00
सूक्ष्मजैविकी परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	45.00

लोक प्रशासन

लोक प्रशासन शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	52.00

गणित

गणित शब्द-संग्रह (अंग्रेजी-हिंदी)	143.00
गणित परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	203.00
सांख्यिकी परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	18.00

भूगोल

भूगोल शब्द-संग्रह (अंग्रेजी-हिंदी)	200.00
भूगोल परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	10.00
मानव भूगोल परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	18.00
मानचित्र विज्ञान परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	231.00

भूविज्ञान

भूविज्ञान शब्द-संग्रह (अंग्रेजी-हिंदी)	88.00
सामान्य भूविज्ञान शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	101.00
आर्थिक भूविज्ञान शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	75.00
भूभौतिक शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	67.00
शैलविज्ञान शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	82.00

खनिज विज्ञान शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	130.00
अनुप्रयुक्त भूविज्ञान शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	115.00
भूविज्ञान परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	63.00
संरचनात्मक भूविज्ञान परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	13.50
संरचनात्मक भूविज्ञान शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	73.00
शैलविज्ञान परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	153.00
पेट्रोलियम प्रौद्योगिकी परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	173.00
खनन एवं भूविज्ञान शब्द-संग्रह (अंग्रेजी-हिंदी)	32.00
संरचनात्मक भूविज्ञान एवं विवर्तनिकी शब्द-संग्रह (अंग्रेजी-हिंदी)	15.00
जीवाश्म विज्ञान शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	129.00

कृषि

रेशम विज्ञान शब्द-संग्रह (अंग्रेजी-हिंदी)	50.00
कृषि कीटविज्ञान परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	75.00
सूत्रकृमिविज्ञान परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	125.00
कृषि विज्ञान मूलभूत शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	नि:शुल्क
मृदा विज्ञान परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	77.00
वानिकी शब्द-संग्रह (अंग्रेजी-हिंदी)	447.00

इंजीनियरी

रासायनिक इंजीनियरी शब्द-संग्रह (अंग्रेजी-हिंदी)	51.00
विद्युत् इंजीनियरी परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	81.00
यांत्रिक इंजीनियरी मूलभूत शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	नि:शुल्क
यांत्रिकी इंजीनियरी परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	94.00
सिविल इंजीनियरी परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	61.00
तरल यांत्रिकी परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	10.00

वनस्पतिविज्ञान

वनस्पतिविज्ञान शब्द-संग्रह (अंग्रेजी-हिंदी)	86.00
वनस्पतिविज्ञान परिभाषा कोश (संशोधित एवं परिवर्धित संस्करण) (अंग्रेजी-हिंदी)	75.00

वनस्पतिविज्ञान मूलभूत शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	नि:शुल्क
पादप रोग विज्ञान परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	75.00
पुरावनस्पति विज्ञान परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	80.00
पादप आनुवंशिकी परिभाषा कोश	75.00
अनुप्रयुक्त विज्ञान	
प्राकृतिक विपदा शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	17.00
जलवायु विज्ञान शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	131.00
मनोविज्ञान	
मनोविज्ञान परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	9.50
मनोविज्ञान शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	247.00
इतिहास	
इतिहास परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	20.50
प्रशासन	
प्रशासनिक शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	20.00
प्रशासनिक शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी-बोडो)	720.00
प्रशासनिक शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	20.00
मूलभूत प्रशासनिक शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	नि:शुल्क
शिक्षा	
शिक्षा परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी), खंड-1	13.50
शिक्षा परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी), खंड-2	99.00
आयुर्विज्ञान	
आयुर्विज्ञान शब्द-संग्रह (अंग्रेजी-हिंदी)	517.00
आयुर्विज्ञान परिभाषा कोश (शल्यविज्ञान) (अंग्रेजी-हिंदी)	338.00
आयुर्विज्ञान के सामान्य शब्द एवं वाक्यांश (अंग्रेजी-तमिल-हिंदी)	279.00
आयुर्विज्ञान मूलभूत शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	नि:शुल्क
औषधि प्रतिकूल प्रतिक्रिया शब्दावली	273.00
आयुर्वेद परिभाषा कोश (संस्कृत-अंग्रेजी)	260.00

समाज शास्त्र	
समाज कार्य परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	16.25
समाज शास्त्र परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	71.40
नृविज्ञान	
सांस्कृतिक नृविज्ञान परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	24.00
दर्शनशास्त्र	
भारतीय दर्शन परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी) खंड-1	151.00
भारतीय दर्शन परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी) खंड-2	124.00
भारतीय दर्शन परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी) खंड-3	136.00
दर्शन शास्त्र परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	198.00
पुस्तकालय विज्ञान	
पुस्तकालय विज्ञान परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	49.00
पुस्तकालय एवं सूचना विज्ञान शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	375.00
पत्रकारिता	
पत्रकारिता परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	87.00
पत्रकारिता एवं मुद्रण शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	12.25
पुरातत्व विज्ञान	
पुरातत्व विज्ञान परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	509.00
कला	
पाश्चात्य संगीत परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	28.55
राजनीति विज्ञान	
राजनीति विज्ञान परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	343.00
प्रबंध विज्ञान	
प्रबंध विज्ञान परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	170.00
अर्थशास्त्र	
अर्थशास्त्र परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	117.00
अर्थशास्त्र शिक्षार्थी शब्द-संग्रह (अंग्रेजी-हिंदी)	137.00
अर्थशास्त्र मूलभूत शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	नि:शुल्क

अर्थमिति परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	17.00

अन्य

अंतरराष्ट्रीय विधि परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	344.00
नाट्यशास्त्र, फिल्म एवं टेलीविजन परिभाषा कोश (अंग्रेजी-हिंदी)	202.00
नाट्यशास्त्र, फिल्म एवं टेलीविजन शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	75.00
संसदीय कार्य शब्दावली (अंग्रेजी-हिंदी)	130.00

संदर्भ-ग्रंथ

ऐतिहासिक नगर	195.00
प्राकृतिक एवं सांस्कृतिक नगर	109.00
समुद्री यात्राएँ	79.00
विश्व दर्शन	53.00
अपशिष्ट प्रबंधन	17.00
कोयला (एक परिचय)	294.00
कोयला (एक परिचय) परिवर्धित संस्करण	425.00
रत्न विज्ञान (एक परिचय)	115.00
वाहितमल एवं आपंक : उपयोग एवं प्रबंधन	40.00
पर्यावरणीय प्रदूषण : नियंत्रण तथा प्रबंधन	23.25
भारत में भैंस उत्पादन एवं प्रबंधन	540.00
भारत में ऊसर भूमि एवं फसलोत्पादन	559.00
2 दूरिक एवं 2 मानकित समष्टियों में संपात एवं स्थिर बिंदु समीकरणों के साधन	68.00
भारत में प्याज एवं लहसुन की खेती	82.00
पशुओं से मनुष्यों में होने वाले रोग	60.00
ठोस पदार्थ यांत्रिकी	995.00
वैज्ञानिक शब्दावली : अनुवाद एवं मौलिक लेखन	34.00
मृदा-उर्वरता	410.00

ऊर्जा-संसाधन और संरक्षण	105.00
पशुओं के कवकीय रोग, उनका उपचार एवं नियंत्रण	93.00
पराज्यामितीय फलन	90.00
सामाजिक एवं प्रक्षेत्र वानिकी	54.00
विश्व के प्रमुख धर्म	118.00
सैन्य विज्ञान पाठ संग्रह	100.00
सूक्ष्म तरंग इंजीनियरी	470.00
लेटर प्रेस मुद्रण	270.00
लोहीय तथा अलोहीय धातु	68.00
बाल मनोविकास	58.00
समकालीन भारतीय दर्शन के कुछ मानववादी चिंतक : तुलनात्मक एवं समीक्षात्मक अध्ययन	153.00
मैग्नेसाइट : एक भूवैज्ञानिक अध्ययन	214.00
मृदा एवं पादप पोषण	367.00
नलकूप एवं भौमजल अभियांत्रिकी	398.00
विश्व के प्रमुख धर्मों में धर्मसमभाव की अवधारणा : एक तुलनात्मक अध्ययन	490.00
पादपों में कीट प्रतिरोध और समेकित कीट प्रबंधन	367.00
स्वतंत्रता-पूर्व हिंदी में विज्ञान लेखन	176.00
भेड़ बकरियों के रोग एवं उनका नियंत्रण	343.00
भविष्य की आशा : हिंद महासागर	154.00
भारतीय कृषि का विकास	155.00
विकास मनोविज्ञान भाग-1	40.00
विकास मनोविज्ञान भाग-2	30.00
कृषिजन्य दुर्घटनाएँ	25.00
इलेक्ट्रॉनिक मापन	31.00
वनस्पतिविज्ञान पाठमाला	16.00
इस्पात परिचय	146.00

जैव-प्रौद्योगिकी : अनुसंधान एवं विकास	134.00
विश्व के प्रमुख दार्शनिक	433.00
प्राकृतिक खेती	167.00
हिंदी विज्ञान पत्रकारिता : कल, आज और कल	167.00
मानसून पवन : भारतीय जलवायु का आधार	112.00
हिंदी में स्वतंत्रता परवर्ती विज्ञान लेखन	280.00
पृथ्वी : उद्भव और विकास	86.00
इलेक्ट्रॉन सूक्ष्मदर्शी	90.00
पृथ्वी से पुरातत्व	40.00
द्रवचालित मशीन	66.50
भारत के सात आश्चर्य	335.00
पादप सुरक्षा के विविध आयाम	360.00
पादप प्रवर्धन एवं पौधशाला प्रबंधन	403.00

पत्रिकाएँ (त्रैमासिक)

1. विज्ञान गरिमा सिंधु
2. ज्ञान गरिमा सिंधु

सदस्यता शुल्क (उपर्युक्त दोनों के लिए)

सदस्यता शुल्क	भारतीय मुद्रा	विदेशी मुद्रा	
• व्यक्तियों/संस्थाओं के लिए प्रति कापी	रु. 14/-	पौंड 1.64	डालर 4.84
• वार्षिक शुल्क	रु. 50/-	पौंड 5.83	डालर 18.00
• छात्रों के लिए प्रति कॉपी	रु. 8/-	पौंड 0.93	डालर 10.80
• वार्षिक शुल्क	रु. 30/-	पौंड 3.50	डालर 2.88

❖❖❖

बिक्री संबंधी नियम

1. आयोग के प्रकाशन, आयोग के बिक्री पटल तथा भारत सरकार के प्रकाशन विभाग के विभिन्न बिक्री पटलों पर उपलब्ध रहते हैं।
2. सभी प्रकाशनों की खरीद पर 25 प्रतिशत की छूट दी जाती है। कुछ पुराने प्रकाशनों पर 75 प्रतिशत तक भी छूट दी जाती है।
3. सभी तरह के आदेशों की प्राप्ति पर आयोग द्वारा इनवाइस जारी किया जाता है। अपेक्षित धनराशि का बैंक ड्राफ्ट या मनीऑर्डर अध्यक्ष, वैज्ञानिक शब्दावली आयोग, नई दिल्ली (Chairman, C.S.T.T., New Delhi) के नाम देय होना चाहिए। चेक स्वीकार्य नहीं होगा। अपेक्षित धनराशि प्राप्त होने के पश्चात् ही पुस्तकें भेजी जाती हैं।
4. चार किलोग्राम वजन तक की सभी पुस्तकें सामान्य डाक/अपंजीकृत पार्सल से भेजी जाती हैं। पुस्तकें भेजने पर पैकिंग तथा फॉर्वर्डिंग चार्ज नहीं लिया जाता है।
5. चार किलोग्राम से अधिक की सभी पुस्तकें सड़क परिवहन से भेजी जाती हैं तथा इन पर आने वाले सभी परिवहन-व्ययों का भुगतान मांगकर्ता द्वारा ही किया जाएगा।
6. पुस्तकें रोड ट्रांसपोर्ट से भेजने के बाद आयोग द्वारा मूल बिल्टी तत्काल पंजीकृत डाक से मांगकर्ता को भेज दी जाती है। यदि निर्धारित अवधि में पुस्तकों को ट्रांसपोर्ट कार्यालय से प्राप्त न किया गया तो उस स्थिति में लगने वाले सभी तरह के अतिरिक्त प्रभारों का भुगतान मांगकर्ता को ही करना होगा।
7. सड़क परिवहन से भेजी जाने वाली पुस्तकों पर न्यूनतम वजन का प्रभार अवश्य लगता है जो प्रत्येक दूरी के लिए अलग-अलग होता है। यदि संबंधित संस्था चाहे तो आयोग में सीधे ही भुगतान करके स्वयं पुस्तकें प्राप्त कर सकती है।
8. दिल्ली तथा उसके नजदीक के क्षेत्रों के आदेशों की पूर्ति डाक द्वारा संभव नहीं होगी। संबंधित संस्था को आयोग के बिक्री एकक में आवश्यक भुगतान करके पुस्तकें प्राप्त करनी होंगी।

9. पुस्तकों की पैंकिंग करते समय इस बात का ध्यान रखा जाता है कि मांगकर्ता को सभी पुस्तकें अच्छी स्थिति में प्राप्त हों। पुस्तकें सामान्य डाक/अपंजीकृत पार्सल/रोड ट्रांसपोर्ट से भेजी जाती हैं। यदि परिवहन में पुस्तकों को किसी भी तरह का नुकसान पहुँचता है तो उसका दायित्व आयोग पर नहीं होगा।

10. सामान्यत: बिल कटने के बाद आदेश में बदलाव या पुस्तकों की वापसी नहीं होगी। यदि क्रय राशि का समायोजन आवश्यक होगा तो राशि वापस नहीं की जाएगी। इस स्थिति में अन्य पुस्तकें ही दी जाएंगी।

11. प्रकाशन विभाग, भारत सरकार के बिक्री केंद्रों की सूची -

    1. किताब महल, प्रकाशन विभाग
       बाबा खड्ग सिंह मार्ग, स्टेट एंपोरियम बिल्डिंग
       यूनिट नं. 21, नई दिल्ली-110001
    2. बिक्री पटल, प्रकाशन विभाग
       उद्योग भवन, गेट नं.-3, नई दिल्ली-110001
    3. बिक्री पटल, प्रकाशन विभाग
       सी. जी. ओ. कॉम्प्लेक्स, न्यू मेरीन लाइन्स
       मुंबई-400020
    4. बिक्री पटल, प्रकाशन विभाग
       दिल्ली उच्च न्यायालय, (लॉयर चैंबर)
       नई दिल्ली-110003
    5. पुस्तक डिपो, प्रकाशन विभाग
       के. एस. राय मार्ग, कोलकाता-700001

12. अधिक जानकारी के लिए संपर्क करें -
    प्रभारी अधिकारी (बिक्री)
    वैज्ञानिक तथा तकनीकी शब्दावली आयोग
    (मानव संसाधन विकास मंत्रालय)
    पश्चिमी खंड-7, रामकृष्णपुरम
    नई दिल्ली-110066

❖❖❖

मुनिभासमुफ--187 मिनि. ऑफ एचआरडी/2015--19.8.2015--1000 किताबें।

© भारत सरकार
प्रकाशन नियंत्रक

पी. सी. एस. टी. टी. 2 (1-6) 2014

वैज्ञानिक तथा तकनीकी शब्दावली आयोग
मानव संसाधन विकास मंत्रालय (उच्चतर शिक्षा विभाग) भारत सरकार
Commission for Scientific and Technical Terminology
Ministry of Human Resource Development
(Department of Higher Education)
Government of India

PRINTED BY DIRECTORATE OF PRINTING AT GOVERNMENT OF INDIA PRESS, N.I.T. FARIDABAD
AND PUBLISHED BY THE CONTROLLER OF PUBLICATIONS, CIVIL LINES, DELHI-110054, 2015