



श्रीराम शिक्षण संस्था, धामणगाव रेल्वे, द्वारा संचालित

कला व विज्ञान महाविद्यालय, कुर्हा

NAAC Accredited - 'B' Grade

ता.तिवसा, जि.अमरावती ४४४७०९

दुरध्वनी - ०७२२५/२९५०९५

Email : principalascl@gmail.com

www.ascollegekurha.org

अध्यक्ष

मा.अरुणभाऊ ज.अडसड

माजी आमदार विधान परिषद
भ्रमणध्वनी - ९४२२८५५१११

प्राचार्य

डॉ.सुनिल बा.आखरे

एम.ए., एम.फील., पीएच.डी
भ्रमणध्वनी - ९९७०२८५०८९

जावक क्र.

दिनांक

Shriram Education Society, Dhamangaon Rly's

Arts & Science College, Kurha

Tq. Tiwasa, Dist. Amravati

Affiliated to SantGadge Baba Amravati University, Amravati

College Code: 160

AISHE Code: C- 43098

Website: <https://ascollegekurha.org/>

Email: principalasc160@gmail.com

Documents

Criterion –III: Research, Innovation & Extension

3.3.2: Total Number of books and chapters in edited volumes/ book published and papers in National/ International Conference proceedings per teacher during the last five years.



श्रीराम शिक्षण संस्था, धामणगाव रेल्वे, द्वारा संचालित

कला व विज्ञान महाविद्यालय, कुर्हा

NAAC Accredited - 'B' Grade

ता.तिवसा, जि.अमरावती ४४४७०९

दुरध्वनी - ०७२२५/२९५०९५

Email : principalascl@gmail.com

www.ascollegekurha.org

अध्यक्ष

मा.अरुणभाऊ ज.अडसड

माजी आमदार विधान परिषद
भ्रमणध्वनी - ९४२२८५५९९९

प्राचार्य

डॉ.सुनिल मा.आखरे

एम.ए., एम.फील., पीएच.डी
भ्रमणध्वनी - ९९७०२८५०८९

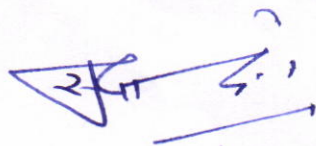
जावक क्र. २/२०२४

दिनांक २०/१/२०२४

Declaration

The information, reports, true copies of the supporting documents, numerical data etc. furnished in the file is verified and found correct.





Principal
Arts & Science College
Kurha

3.3.2 Number of books and chapters in edited volumes/books published and papers published in national/ international conference proceedings per teacher during

No	Name of the teacher	Title of the book/chapters published	Title of the paper	Title of the proceedings of the conference	Name of the conference	National / International	Calendar Year of publication	ISBN number of the proceeding	Affiliating Institute at the time of publication	Name
2018-2019										
1	Dr. U. J. Rathi		The importance of Outdoor Play and Its Impact on Development of Children	Role of Physical Education and other Disciplines in Enhancing the Performance of a Player and Fitness for Young and new India	Inter Disciplinary	National	24 th Dec.2018	ISSN 2349-638X	Bar. R.D.I.K & NKD College Badnera, Amravati	Aay
2	Dr. K.J.Gandhi		गर्भावस्थेतील स्त्रीकरिता समृद्ध समतोल आहाराची गरज	Role of Physical Education and other Disciplines in Enhancing the Performance of a Player and Fitness for Young and new India	Inter Disciplinary	National	24 th Dec.2018	ISSN 2349-638X	Bar. R.D.I.K & NKD College Badnera, Amravati & Arts & Science College, Kurha@ PEFI	Aay




 Principal
 Arts & Science College
 Kurha

3	Dr. V.P.Deshpande		Role of Physical Education & Other Disciplines in Enhancing the Performance of Players & Fitness for Young & New India	Role of Physical Education and other Disciplines in Enhancing the Performance of a Player and Fitness for Young and new India	s	National	24 th Dec.2018	ISSN 2349-638X	Bar. R.D.I.K & NKD College Badnera, Amravati & Arts & Science College, Kurha@ PEFI	Aay
4	Dr.S.M.Jadhao	महात्मा गांधींच्या कार्याची पूर्वपीठिका : आफ्रिकेतील कामगिरी		Mahatma @150	Inter Disciplinary	International	02-Mar-19	ISSN 2319-9318	New Arts, Commerce & Science College Wardha	
5	Dr.U.J. Rathi		Effect of Aerobic Exercise on the Physiological Variables of Rular Background Sportsman	Resent Trends in commerece and Humanities	Multidisciplinary	International	23th &24 March 2019	ISSN-2278-4349	Smt Nankibai Wadhwani Kala Mahavidyalay, Yavatmal	
					2019-					



Principal
Arts & Science College
Kurha

6	Dr.A.Abhyankar		The Role of English Language & Information in Heigher Education	Role of Higher Education in Making India Superpower	Inter Disciplinary	National	21 Aug. 2019	ISSN: 2319-9318	S.N.Arts & U.K. Commerce College Akola, Shri Ganesh Kala Mahavidyalay Kumbhari & Saraswati Kala Mahavidyalay Dahihanda Collaboration with PEFI
7	Dr. K.J.Gandhi		Prospectus for Knowledge Hub in Iandia : Some Higher Educational Issues	Role of Higher Education in Making India Superpowr	Inter Disciplinary	National	21 Aug. 2019	ISSN: 2319-9318	S.N.Arts & U.K. Commerce College Akola, Shri Ganesh Kala Mahavidyalay Kumbhari & Saraswati Kala Mahavidyalay Dahihanda Collaboration with PEFI
8	Dr.U.J. Rathi		The role of Physical Education in the promotion of Youth Physical Activity	Role of Higher Education in Making India Superpower	Inter Disciplinary	National	21 Aug. 2019	ISSN: 2319-9318	S.N.Arts & U.K. Commerce College Akola, Shri Ganesh Kala Mahavidyalay Kumbhari & Saraswati Kala Mahavidyalay Dahihanda Collaboration with PEFI



Principal
Arts & Science College
Kurha

9	Dr. U.J.Rathi		Effect of Technology on Sports & Various Skills	Academic Research and Innovation in Teaching & Arising Inclination in Professional Education	Inter Disciplinary	International	27 th & 28 Dec.2019	ISSN 2349-638X	CMCS & SNWKM, Yavatmal	Aay
0	Dr. U.J.Rathi		Role of Information and Communication Technology in Modern Life and its Importance	Multidisciplinary Research in Science and Technology healthy Lifestyle Management	Multidisciplinary	National	24 Jane.2020	ISSN-2349-638X	Shri R.L.T. College of Science, Akola	Aay
2020-2021										
1	Dr. V.P. Deshpande	भारतीय समाजसुधारक (ई-बुक)	प्रेरणादीप स्वामी विवेकानंद				Jun-20	ISBN-978-93-89478-20-4		Aadh Inter Publ
	Dr. V.P. Deshpande	The Contribution of Social Reformers in the Nation Building (National Conference)	राष्ट्र निर्मितीत स्वातंत्र्यवीर विनायक दामोदर सावरकरांचे योगदान				Sep.-2020	ISBN :978-81-951599-6-3	Arts, Commerce & Science College, Maregaon	Anu Book



Principal
Arts & Science College
Kurha

3	Dr.A.N. Abhyankar	Current Trends in Humanities & Commerce	Social Construct & Women in Angela Carters Novels				Feb-21	ISBN -978-81-951099-0-6		Aadh Inter Publ
4	Dr. V.P. Deshpande	समकालीन राजनीतिक सिद्धान्तकारो के सिद्धांत	फ्रेडरिक नित्शे				Mar-21	978-93-90879-01-4		Anu Book
5	Dr. V.P. Deshpande	भारतातील महिला सक्षमीकरणाचे विविध पैलू	महिलाओ कि सामाजिक व राजनीतिक उडान				Mar-21	ISBN -978-81-951551-8-7		Aadh Public Amr
2021-2022										
6	Dr. V.P. Deshpande	Life & Movements of Birsa Munda E-Book	भारतीय स्वतंत्रता आंदोलन मे बिरसा मुंडा का योगदान				Jul-21	ISBN -978-81-928733-3-6		Dr. V. Char
2022-2023										
7	Dr. S.M.Jadhao	Contribution of Women in Indian Independence Movement	अनि बेझंट यांचे राजकीय कार्य				Jul-22	ISBN:978-93-59-7	late Dattatray Pusadkar Arts College , Nandgaon Peth,	Shri. Raut
8	Dr. V.P. Deshpande	समकालीन मानवी हक्क	अभ्युदय मे मानव अधिकार				Dec-22	ISBN-978-93-91305-84-0		Aadh Public



Principal
Arts & Science College
Kurha

9	Dr. N.S.Joshi	भारती गणभूमी आणि आजचे वर्तमान	भारती नाटकातील संवादचे स्वरूप						Oct.2022	ISBN- 978-93-91590-30-7		Aadit
0	Dr. N.S.Joshi	चि.श्र.खानोलकर यांच्या सरोसोयरे व अथर्व या नाट्यांकुर्तीचा चिकित्सक अभ्यास	साहित्य : समान आणि प्रसारमाध्यमे						Feb.2023			
1	Dr. V.P. Deshpande	Name of Book--ग्राम सक्षमीकरणात ग्राम पंचायतीची भूमिका एक विश्लेषणात्मक							2023	ISBN: 978-93-83144-02-0		Shubh Publi



Principal
Arts & Science College,
Kurha

(Handwritten Signature)

CRITERIAN-III

3.3.2.-

Number of books and chapters in edited volumes/books
Published and Papers Published in National/International
Conference Proceeding per teacher during last five years

2018-2019



Conference

ISSN 2349-638x
Impact Factor 4.574

**National Conference
On
Role of Physical Education and Other
Disciplines in Enhancing the Performance
of a Player and Fitness for Young and new India**

24th December 2018



Organized By

I.Q.A.C.

**Bar. R.D.I.K. & N.K.D. College, Badnera-Amravati
(Accredited by NAAC, Grade B++)**

**Collaboration with
Art & Science College, Kurha
(Accredited by NAAC, Grade B)**

and

Physical Education Foundation of INDIA

**SPECIAL ISSUE OF
AAYUSHI INTERNATIONAL
INTERDISCIPLINARY
RESEARCH JOURNAL**

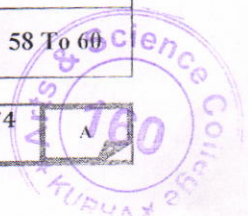
**PEER REVIEW & INDEXED JOURNAL
www.aiirjournal.com**

EDITORS

**Prof. Atul Patil
Dr. Umesh Rathi
Dr. Anil Gour
Dr. Lata Hiwase**



Sr No	Name of Authors	Title of Paper	Page No.
1.	Dr. Seema v. Deshmukh Smt. S.R. Mohata Mahila	Yoga Through In Personality Development Of Children & Young	1 To 3
2.	Manisha Narayan Punde Dr. Chatrapati Baburao Vairagar(Pangarkar)	A Prospective Study of the Impact of Stress, Anxiety OnSports Performance and Quality of Life	4 To 7
3.	Punam Narendra Mahalle	A Role Of Yoga In Education	8 To 9
4.	Abdul Ansar	The Role Of An Omega 3 (EPA - DHA) To Enhancing The Mental Health Of An Athlete	10 To 11
5.	Dr. Khushal Jagtrao Alaspure	Comparative Study of Fat Percentage and Lean body Weight among Vegetarian and Non-Vegetarian Students	12To 14
6.	Dr. Madhav shejul	Advance Sports Technology	15 To 16
7.	Dr. S. N Chougule Dr. Sandeep Shinde	The Role Of Technology In Sports	17 To 19
8.	Dr. Umesh Rathi	The Importance of Outdoor Play and Its Impact on Brain Development of Children	20 To 21
9.	Dr. Altaf ur Rehman	Music Fuel For Performance In Sports	22 To 23
10.	Madhavi Mardikar Bharti Kale	Physical Education Teacher's approach towards Professional Sports Management	24 To 27
11.	Amol H. Bichewar Dr. Tanuja S. Raut	Leisure Activity For Contemporary Age Group	28 To 31
12.	Dr. Rajesh D. Chandrawanshi	Application of Advanced Technology to enhance the performance of Wrestlers	32 To 34
13.	Bhagyashri S Vidhale	Conceptual Application Of Statistical Methods And Techniques In Physical Education And Sports	35 To 36
14.	Dr. Manoj P. Armarkar	Increasing self defence level for women empowering through martial arts and yoga	37 To 39
15.	Dr. Sunita S. Balapure	Role Of Nutrition & Dietetics For Player & Fitness	40 To 42
16.	Dr. Balasaheb Paul	Role of coach in achieving Athlete's Peak Performance	43 To 45
17.	Dr. Ashwani Bali Mr. Harinder Pal Singh	Study Of Aggressive Tendency Between Individual And Team Game Players	46 To 48
18.	Dr. Pravin D. Lamkhade	Boosting Hydration in Sports	49 To 50
19.	Mrs. Rachana M. Sirsat	Calcium And Bone Health	51 To 54
20.	Chandrashekhhar Surendra Ingole	Comparative Study Of Motor Abilities Between Tribal And Non-Tribal Sports-Persons	55 To 57
21.	Prof. Prashant Sudhakarrao Charjan	Impact of Kapalbhathi and Pranayama on Vital Capacity among Obese Boys	58 To 60



The Importance of Outdoor Play and Its Impact on Brain Development of Children

Dr. Umesh Rathi

Director Of Physical Education and Sports
Arts and Science College, Kurha Dist. Amravati

Introduction

Child's play is not just all fun and games; rather the act of play is a crucial component in the growth and development of the brain, body and intellect. Studies of how young people learn have proven, that children, especially, acquire knowledge experientially, through play, experimentation, exploration and discovery. Research shows us that many of the fundamental tasks that children must achieve, such as, exploring, risk-taking, fine and gross motor development and the absorption of vast amounts of basic knowledge, can be most effectively learned through outdoor play. 1 For example, when children move over, under, through, beside, and near objects and others, the child better grasps the meaning of these prepositions and geometry concepts. When children are given the opportunity to physically demonstrate action words as stomp, pounce, stalk, or slither, or descriptive words such as smooth, strong, gentle, or enormous, word comprehension is immediate and long lasting. The words are used and learned in context, as opposed to being a mere collection of letters. This is what promotes emergent literacy and a love of language. Similarly, if children take on high, low, wide, and narrow body shapes, they'll have a much greater understanding of these quantitative concepts, than children who are just presented with the words and definitions. 2 Learning by doing, creates more neural networks in the brain and throughout the body, making the entire body a tool for learning.

Benefits to Outdoor Play

Growing up many of us might have been told at some point to go outside and find something to do. Today, especially in a school setting it seems children are being told less and less to go outside, as they are encouraged to stay inside and study more. Our children seem to be getting fewer breaks from academics in order to achieve higher scores on testing and to meet standards for achievement. The issue with studying more is that the brain doesn't have a chance to get a break, and recharge. In an educational institution, recess is a time where children should engage in unstructured play, which is not directed by adults, although supervised. 5 Recess, or just outdoor play time is an opportunity for a child to freely play, or think the way they want to think, and not be directed by an adult or teacher. This type of thinking enables the child to use the brain the way he or she wishes to use it. Children are also physically active during play, and develop social, emotional and cognitive competencies. Although children love to move, and adults tend to think of them as constantly being in motion, children today are leading much more sedentary lives than their predecessors. According to research, children ages 2 to 5 spend close to 25 hours of TV time each week. In fact, watching television is the predominant sedentary behavior in children, second only to sleeping. The advent of computers and video games has also contributed to the decline in activity. A study from the Kaiser Family Foundation determined that children ages 8 to 18 are spending more than seven and a half hours a day with electronic devices, the same numbers of hours some people spend at full-time jobs. According to research, there is one consistent observation that stands out among the studies of energy expenditures in young children: those under the age of 7 seem to expend about 20 to 30 percent less energy in physical activity than the level recommended by the World Health Organization. The Children's Activity and Movement in Preschools Study (CHAMPS) determined that children enrolled in preschools took part in moderate to vigorous physical activity (MVPA) during only 3.4 percent of the preschool day. Getting children outside more benefits the children not only physically, but also allows the brain to recharge which, should produce greater results academically, socially and cognitively

Outdoor Play Allows a School-Aged Child to:

- Increase the flow of blood to the brain. The blood delivers oxygen and glucose, which the brain needs for heightened alertness and mental focus
- Build up the body's level of brain-derived neurotrophic factor or BDNF, BDNF causes the brain's nerve cells to branch out, join together and communicate with each other in new ways, which leads to your child's openness to learning an more capacity for knowledge.

- Build new brain cells in a brain region called dentate gyrus, which is linked with memory and memory loss
- Improves their ability to learn.
- Increase the size of basal ganglia, a key part of the brain that aids in maintaining attention and "executive control," or the ability to coordinate actions and thoughts crisply.
- Strengthen the vestibular systems that create spatial awareness and mental alertness. This provides your child with the framework for reading and other academic skills.
- Help creativity.

Barriers to Outdoor Play at Home

Our culture is moving away from outdoor play and children are spending excessive time watching television shows, playing on their tablets or phones, and playing video games. Today children's lives are more and more contained and controlled by small apartments, high-stakes academic instruction, schedules, tense, tired and overworked parents, and by fewer opportunities to be children.³¹ Parents are more afraid of letting children roam in a world of heavy traffic, violence, and reports of missing children, than they were twenty years ago. Boundaries for kids used to be measured by blocks or by miles, now the boundaries for most children are the front yard. For many children, the only outdoor play that they receive is at adult managed sporting events. There is considerable room for improvement in parent-supervised outdoor play, opportunities for infants, toddlers, preschool and school-aged children. Improvements have numerous benefits for young children's physical health and development. Parents are the most important role models and decision makers for their children. They need to be aided and empowered in order to provide ample outdoor active play opportunities for their young children.

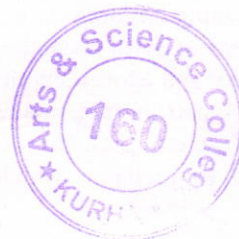
Conclusion

There is an alarming trend toward limiting outdoor play and or recess during the school day. As advocates of young children we need to share the many important and positive aspects of playing outside and advocate for ample recess opportunities for children. The act of play is a crucial component in the growth and development of the brain, body and intellect. Studies of how young people learn have proven, that children, especially, acquire knowledge experientially, through play, experimentation, exploration and discovery. It is important to understand that many of the fundamental tasks that children must achieve, such as, exploring, risk-taking, fine and gross motor development and the absorption of vast amounts of basic knowledge, can be most effectively learned through outdoor play.

References:

- 1 Johnson, J., Christie, J., Wardle, F. (2010). The Importance of Outdoor Play for Children. Retrieved from: <http://www.communityplaythings.com/resources/articles/2010/outdoor-play> 32Tandon, P., Zhou, C., Christakis, D. (2012).
- 2 Jama Pediatrics: Frequency of Parent-Supervised Outdoor Play of US Preschool-Aged Children. Arch Pediatr Adolesc Med. 2012

24/12/18
Principal
Arts & Sci. College
Kurnool



National Conference
on
**Interdisciplinary National Conference on Role
Of Physical Education and Other Disciplines in
Enhancing the Performance of a Player &
Fitness for Young and New India**

24th Dec. 2018

Organized By,



IQAC
Bar. R. D. I. K. & N. K. D. College,
Badnera – Amravati
Collaboration with
Art & Science College , Kurha
And
Physical Education Foundation of India



Special Issue Published By,

Aayushi International Interdisciplinary Research Journal (AIIRJ)

ISSN :- 2349-638x

Impact Factor :- 4.574

Peer Reviewed and Indexed Journal

Website : - www.aiirjournal.com

Email :- aiirjpramod@gmail.com

Date :- Special Issue Published in Dec.2018

Disclaimer :-

Research Papers / Articles published in this book are the intellectual contribution done by the authors. Authors are solely responsible for their published work. The organizer of this National Conference and Publisher of this *Special Issue* are not responsible for legal complications, if any.



Sr No	Name of Authors	Title of Paper	Page No.
1.	Dr. Seema v. Deshmukh Smt. S.R. Mohata Mahila	Yoga Through In Personality Development Of Children & Young	1 To 3
2.	Manisha Narayan Punde Dr. Chatrapati Baburao Vairagar(Pangarkar)	A Prospective Study of the Impact of Stress, Anxiety OnSports Performance and Quality of Life	4 To 7
3.	Punam Narendra Mahalle	A Role Of Yoga In Education	8 To 9
4.	Abdul Ansar	The Role Of An Omega 3 (EPA - DHA) To Enhancing The Mental Health Of An Athlete	10 To 11
5.	Dr. Khushal Jagtrao Alaspure	Comparative Study of Fat Percentage and Lean body Weight among Vegetarian and Non-Vegetarian Students	12To 14
6.	Dr. Madhav shejul	Advance Sports Technology	15 To 16
7.	Dr. S. N Chougule Dr. Sandeep Shinde	The Role Of Technology In Sports	17 To 19
8.	Dr. Umesh Rathi	The Importance of Outdoor Play and Its Impact on Brain Development of Children	20 To 21
9.	Dr. Altaf ur Rehman	Music Fuel For Performance In Sports	22 To 23
10.	Madhavi Mardikar Bharti Kale	Physical Education Teacher's approach towards Professional Sports Management	24 To 27
11.	Amol H. Bichewar Dr. Tanuja S. Raut	Leisure Activity For Contemporary Age Group	28 To 31
12.	Dr. Rajesh D. Chandrawanshi	Application of Advanced Technology to enhance the performance of Wrestlers	32 To 34
13.	Bhagyashri S Vidhale	Conceptual Application Of Statistical Methods And Techniques In Physical Education And Sports	35 To 36
14.	Dr. Manoj P. Armarkar	Increasing self defence level for women empowering through martial arts and yoga	37 To 39
15.	Dr. Sunita S. Balapure	Role Of Nutrition & Dietetics For Player & Fitness	40 To 42
16.	Dr. Balasaheb Paul	Role of coach in achieving Athlete's Peak Performance	43 To 45
17.	Dr. Ashwani Bali Mr. Harinder Pal Singh	Study Of Aggressive Tendency Between Individual And Team Game Players	46 To 48
18.	Dr. Pravin D. Lamkhade	Boosting Hydration in Sports	49 To 50
19.	Mrs. Rachana M. Sirsat	Calcium And Bone Health	51 To 54
20.	Chandrashekhhar Surendra Ingole	Comparative Study Of Motor Abilities Between Tribal And Non-Tribal Sports-Persons	55 To 57
21.	Prof. Prashant Sudhakarrao Charjan	Impact of Kapalbhathi and Pranayama on Vital Capacity among Obese Boys	58 To 60

Interdisciplinary National Conference on Role Of Physical Education and Other Disciplines In Enhancing the Performance of a Player & Fitness for Young and New India			24 th Dec.
22.	Satish Modani	Comparative Study of Selected Physical Fitness and Motor Fitness Variables Amongst	61 To 63
23.	Dr. Dnyaneshwari S. Wankhade	Safety And First Aid In Sports Injury	64 To 65
24.	Prof. Dilip More	Does Drug Abuse in Sports have Psychological Effects on Athletes?	66 To 68
25.	Dr. Anil Gour	Sports Physiology	69 To 70
26.	Dr. Basavaraj M. Wali	Eco-Running For Fitness	71 To 74
27.	Dr. Sanjay M. Madavi	Management of Sports Event	75 To 79
28.	Dr. Akash Vijayrao More	Function of Sports Management	80 To 82
29.	Dr. Gajendra B. Raghuwanshi	Sport Management	83 To 85
30.	Prof. Dr. Nilima Mahore	The role of Nutrition and Dietetics	86 To 90
31.	Dr. Ganesh Shivajirao Solunke	Effective Evaluation In Physical Education And Sports	91 To 92
32.	Dr. Pravin M. Deshmukh	Role Of Physical Education In Managing Healthy And Balanced Lifestyle Of College Student	93 To 94
33.	Prof. Dr. Megha S. Deshmukh	Health Fitness & Nutrition	95 To 96
34.	Dr. Pramod N. Humbad	Mental Health Between Non-Yogic Practitioners & Yogic Practitioners	97 To 98
35.	Dr. Suhas Raghunath Tiwalkar	Importance & Benefits of Yogic Practices in Modern Lifestyle	99 To 100
36.	Dr. Shaikh aslam zhabbu	Sports Training and its Importance	102 To 103
37.	Kausik Chakraborty	Correlational study between the selected psychological variables and playing ability of inter zonal university football players	104 To 106
38.	Dr. Shrikant S. Mahulkar	Comparative Study Of Physiological Parameters Of Yogic And Runners	108 To 110
39.	Ms. Kavita N. Watane	Comparative Study of Balance and Coordination of Female Athletes	111 To 113
40.	Dr. Aruna S. Thool (Deogade)	The Role Of Physiological Aspect	114 To 116
41.	Dr. U. N. Manjre	Role Of Advance Technology With Project To Enhance Sports Performance	117 To 119
42.	Dr. Shridhar R. Dhakulkar	Effect Of Regular Yoga Practice On Body Composition Among Female College Students	120 To 122
43.	Dr. R. M. Kshirsagar	Nutrition And Dietetics	124 To 126
44.	Mr. Mubashir Nisar	A Study Of Competitive Sport Anxiety In District Level Volleyball Players	126 To 128
45.	Prof. Dr. Kalyan D. Maldhure	Sport and Development	129 To 131
46.	Dr. Santoshi Saulkar	Effect Of Surya Namaskar On Weight Loss In Obese Persons	133 To 135
47.	Afsana K. Sheikh Dr. Sanjay Choudary	Effect Of Core Training On The Physical Fitness And Muscular Strength Of Teenagers	136 To 138
48.	Dr. Amrita Pande	Role of Yoga in enhancing the Fitness for Young India	138 To 140

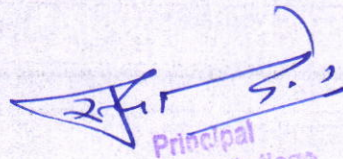
49.	Mr. Ranveersingh K. Rahal	Effect Of Indian Traditional Training And Modern Training Methods On Vital Capacity And Breath Holding Of Wrestlers	142 To 145
50.	Dr. Sanjay Deshmukh	Posture And Health	146 To 147
51.	Santosh Ramkrishna Chaudhary	The Effect of Pranayama Training Programme on Respiration Rate of Taekwondo Player	148 To 150
52.	Prof. Rajani W Bhoyar (Gaikwad)	Factors Influencing Ball Throwing Velocity in Young Female Handball Players	151 To 152
53.	Dr. Alka Karanwal, (DPE)	Effect of 8 Weeks Dynamic Surya Namaskar Training Programme on Determined Awareness in Archers	153 To 156
54.	Dr. P.V. Raut	Role of Nutrition & Dietetics	157 To 159
55.	Dr. Sudhir D. Pathare	Role of Yoga Education for School Level Player	160 To 161
56.	Dr. Lata B. Hiwse	Dietetics and Physical Fitness Scenario in Indian Population	162 To 163
57.	Prof. Dr. Vaishali S. Deshmukh	Obesity in Children	164 To 165
58.	Sonali S. Bandre Dr. Vijay B. Datarkar	Comparative Study Of Anxiety Level Between Male Elite & Sub-Elite volleyball Players Of Nagpur University	166 To 169
59.	Mr. Ritesh D. Bansod Dr. Pravin D. Lamkhade	Effect Of Computer Work On Eyes And Remedies To Overcome Eye Tension	170 To 171
60.	Dr. Divakar Ruikar	Correct Protective Gadgets for Safety in Sports	172 To 173
61.	Dr. Durgesh B. Kunte	Sports Performance Improvement Through Physical Therapy	174 To 175
62.	Prof. Sarjerao Rambhau Wagh	The Importance of Physical Therapy in Sports	176 To 176
63.	Dr. Devendra Gawande	Physiotherapy Treatment Techniques in Sports	177 To 178
64.	Prof. Gajanan V. Patil	Role of Physical Therapy in Sports	179 To 180
65.	Prof. Anjali Barde	Mental Imagery In Sports Performance	181 To 183
66.	Dr. Santosh Tayade	Mental Health Benefits of Exercise	184 To 185
67.	Dr. Sagar Pralhadrao Narkhede	Advanced Sporting Technologies For Athletic Performance	186 To 188
68.	Dr. Dilip Malekar	Role of Physiotherapist in Sports Performance	189 To 190
69.	Rajendra Alset	Career Opportunities In Sports Management	191 To 192
70.	Prof. Avinash Vitthalrao Kharat	Management In Sports	193 To 194
71.	Dr. Sanjay Choudhari	Sports Physiotherapy & Exercise	195 To 196
72.	Gajanan S. Paikat	Effects of Psychological Factors on Sports Performance	197 To 198
73.	Dr. Anil Vaidya	Psychological Tricks for Improving Sports Performance	199 To 200
74.	Sugandh Band	Performance Evaluation Tests In Physical Education & Sports	201 To 204
75.	Dr. Yeshwant V. Patil	Mental Strength Training For Sports Person	205 To 206
76.	Dr. Nitin Deulkar	Psychological Tips For Mental Training	207 To 208



Interdisciplinary National Conference on Role Of Physical Education and Other Disciplines in Enhancing the Performance of a Player & Fitness for Young and New India

77.	Dr. Shyam Kela	Before, During & After Match Sports Nutrition Diet	209
78.	Pradeep K. Ingole	Health Education As A Profession	211
79.	Prof. Yogesh Nikas	Stress Management Techniques for Athletes	214
80.	Dr. Ajit Bhise	Psychological Factors that Affects Sports Performances	21
81.	Ashokkumar J. Tiwari	Importance of Nutritional Diet for Sportsman	219
82.	Dr. Rahul Prabhakar Rao Palodkar	Stress Management Techniques for Sports Teachers & Coaches	222
83.	Prof. Dr. Sangita Mangesh Khadse	Role of Yoga	225
84.	Ashok Jayaji Chatse	Role Of Yoga In Physical Education And Sports	228
85.	Dr. Shirish V. Topare	Role Of Sports Wears In Enhancement Of The Performance	230
86.	Dr. Pravin Gopalrao Patil	Roles Of Relaxation Technique On Performance Improvement	231
87.	Rupali A. Ingole	A Comparative Study of Adjustment Level: Team Sports Persons Vs Individual Sports Person	234
88.	Sameer P. Bijwe	A Survey on Kabaddi in Today's India	237
89.	Prof. Sandeep M. Chawak	Roll Of Physical Activity In The Prevention Of Obesity Of School Children Studying In Yavatmal City	240
90.	Dr. Sangita A. Deshmukh	Role of Advance Technology in Phy. Education	244
91.	Sanjay K. Kale	Effects Of Yoga On Human Body	246
92.	Dr. Gurudas A. Lokare	Scope Of Management In Physical Education	248
93.	Asst. Prof. Shital S. Raut,	Effect of Selected Yoga Exercises on the Performance of Inter Collegiate Handball Players	250
94.	Prof. Pankaj R. Sharma	Discipline In Sports Training	254
95.	Dr. Ajay V. Chinchmalpure	Sports Nutrition And Sports Performance	257
96.	Sunil Gajananrao Dhakulkar	How Technology is changing contact Sports	259
97.	Sunil B. Chordiyaa, Vincy V. Vargheseb	An overview of Japa-Yoga research for health and well-being	261
98.	Pankaj Umbarkar Dr. Priyanka R. Mohod	The Role of Law in Regulate the Gambling and Betting in National and International Sports in India	265
99.	Kailash Shriram Karale	Science Behind Pre-meal and Body Performance	270
100.	Dr. Subhash M. Shekokar	The Role of Nutrition and Dietetics in Human Life	274
101.	Sachin J. Kokode	The Role of Nutrition in Enhancing Sports Performance of Players	276
102.	Dr. V.V. Pande	Research in Nutrition and Rehabilitation & Care for Health	278
103.	Dr. Vijay Patil	Importance Of Yoga In Physical Education	281

Interdisciplinary National Conference on Role Of Physical Education and Other Disciplines in Enhancing the Performance of a Player & Fitness for Young and New India			24 th Dec.
104.	Dr.Virendra R. Talreja	Comparison Of Resistive Exercises And Yogic Exercises On Body Weight Reduction Of College Boys	284 To 286
105.	Ulhas Vijay Bramhe	Yoga And Stress Management	287 To 288
106.	डॉ.अर्चा शेखर देशमुख डॉ.संध्या देवळे	महिला कामगारांच्या कौटुंबिक ,आर्थिक व सामाजिक समस्या विषयक जाणीव जागृती	289 To 290
107.	डॉ. आशीष बिल्लौर डॉ. ज्योति जुनगरे	योग: कर्मसु कौशलम्	291 To 294
108.	डॉ. पुनम राम देशमुख	आदिवासी आश्रम शाळेतील विद्यार्थ्यांच्या शारीरिक स्वास्थ्य करीता योगाची भूमिका	295 To 297
109.	प्रा. संगीता गंगाराम मेश्राम	किशोरावस्थेतील पोषक आहार	298 To 301
110.	प्रा. डॉ. सुजाता सबाणे	आहार व आरोग्याच्या दृष्टीकोणातून तेलाचा उपयोग	302 To 304
111.	प्रा. डॉ. निना सा. चवरे	सुदृढ आरोग्याकरिता मानवी जीवनात आहाराचे	305 To 307
112.	राजेश पा. मेश्राम	हवामानबदलामुळे मानवी आरोग्यावर होणारा परिणाम	308 To 309
113.	डॉ. सिमा बा. अढारु	आहार आणि पोषण मूल्य	310 To 311
114.	डॉ. किर्ती ज. गांधी	गर्भावस्थेतील स्त्रीकरीता समृद्ध समतोल आहारची गरज	312 To 318


Principal
Arts & Sci. College
Kurha



गर्भावस्थेतील स्त्रीकरीता समृद्ध समतोल आहारची गरज

डॉ. किर्ती ज. गांधी

कला व विज्ञान महाविद्यालय, कुन्हा

सारांश :-

मानवी जीवनातला आहार हा अविभाज्य घटक आहे. शरीराला ज्या प्रकारचा आहार मिळेल त्यावर शरीर सौष्ठव, आरोग्य, पुनर्निर्माती कार्यशक्ती अवलंबून असते.

आरोग्य चांगले राहण्यासाठी समतोल आहाराची आवश्यकता असते. मानवी जीवनात अनेक अवस्था आहे. त्यामध्ये गर्भवस्था ही स्त्री करीता अत्यंत महत्वाची अवस्था आहे. या अवस्थेमध्ये समतोल आहाराची आवश्यकता ही अधिक असते. त्यानुसार कॅलरी, जीवनसत्वे, प्रथिने, खनिजे, स्निग्धपदार्थ आणि लोह यानुसार पोषक घटकयुक्त आहार द्यावा. जेणेकरून प्रसूती होताना कोणतीही अडचण येणार नाही.

गर्भवस्थामध्ये स्त्रीला जास्त कळजी घ्यावी लागते कारण - गर्भवस्थेमध्ये स्त्रला स्वतःचे व गर्भामध्ये असणाऱ्या बाळाचे पोषण करावे लागते म्हणून या अवस्थेमध्ये जास्त काळजी घेणे, समतोल आहार घेणे अत्यंत आवश्यक आहे. या अवस्थेमध्ये जर गर्भवती स्त्रीला समतोल आहार मिळाला नाही तर प्रसूती नंतर जन्माला येणारे बालक हे अपरिपक्व जन्माला येईल. आणि बालकांना आणि मानेला त्यांच्या आरोग्यास घेवून अनेक समस्या निर्माण होतात. या समस्यांना आळा घालण्यासाठी गर्भवती स्त्रीला पोषक घटकांची दैनंदिन आवश्यकता लक्षात घेवून ज्यांची पूर्ती करणे आवश्यक आहे.

प्रस्तावना :-

मानव ही निसर्गाची एक अत्यंत सुंदर कलाकृती आहे सर्व सजीव सृष्टीमध्ये मानव हा घटक महत्वपूर्ण आहे आणि 'मातृत्व' ही स्त्रीला मिळालेली देणगी आहे. स्त्रीच्या जीवनात मातृत्वाला अतिशय महत्वाचे स्थान आहे. मातृत्वा अभावी स्त्रीला आपले निरस अपूर्ण वाटते असे हे जीवनाला नविन अभारी आणणारे मातृत्व मिळण्याकरीता स्त्रीला गर्भावस्थेमध्ये पुरेशी काळजी घेणे आवश्यक असते. गर्भावस्थेमध्ये स्त्री समाधानी, आनंदी बनते घरामध्ये चैतन्य निर्माण होते. याकरीता स्त्रीचे मानसिक व शारीरिक स्वास्थ्य चांगले असणे आवश्यक असते.

गर्भावस्थेमध्ये स्त्रीच्या आरोग्यावर बाळाचा जन्मपूर्व व जन्मानंतरचा सर्वांगीण विकास अवलंबून असतो. त्याकरीता गर्भावस्थेमध्ये स्त्रीला आपल्या आरोग्याची योग्य काळजी घ्यावी लागते. गर्भावस्थेमध्ये गर्भवती स्त्रीचा आहार, व्यायाम, विश्रांती, नियमित वैद्यकीय तपासणी व्यक्तीगत स्वच्छता, पादत्राणे, कपडे याकडे पुरेसे लक्ष दिल्यास स्त्रीचे आरोग्य चांगले राहण्यास मदत होते. स्त्रीला गर्भावस्था सुसह्य होऊन बालकाचा विकास योग्य होण्यास मदत होईल.

हे अभ्यासण्याचे एक मुख्य शास्त्र म्हणजे गृहअर्थशास्त्राची एक शाखा पोषण व आहारशास्त्र आणि मानव विकास ही होय.

प्रस्तुत संशोधनामध्ये गर्भावस्थेतील स्त्रीकरीता समृद्ध समतोल आहार कसा असावा हे समजून घेण्याचा प्रयत्न केलेला आहे.

आहार (Diet) :- "जे पदार्थ द्रव किंवा घन स्वरूपात मुखद्वारे मानवाकडून सेवन केले जातात. त्यांचे पचन शोषण होऊन मानवी शरीराचा वाढीवर व आरोग्यावर परिणाम होतो अशा अन्नपदार्थांना मिळून आहार असे म्हणतात."

आहार हे लक्षात आल्यानंतर आपल्याला समतोल आहार म्हणजे काय हे समजून घेणे अत्यंत महत्वाचे आहे.

समतोल आहाराला संतुलित आहार किंवा चौरस आहार असेही म्हणतात. सुदृढ, सुखी व स्वास्थ्यपूर्ण जीवन जगण्यासाठी दररोज आहारात सर्व पोषक घटकयुक्त आहार घेणे आवश्यक आहे त्यामुळे शरीराची विविध कार्य सुरळीतपणे पार पाडली जातात. हा समतोल आहार कमी प्रमाणात घेतल्याने त्यांचा परिणाम त्यांच्या शरीरावर दिसून येतो. त्यामुळे मानवाने योग्य प्रमाणात समतोल आहार घेणे आवश्यक आहे. त्यासाठी दररोज आहारात सर्व पोषक घटके उदा. :- प्रथिने, कर्बोदके, स्निग्ध जीवनसत्वे, खनिज द्रव्ये व पाणी हे योग्य प्रमाणात मिळण्यासाठी सर्व अन्नघटकांचा योग्य प्रमाणात तृणधान्य, कडधान्ये, सर्व प्रकारच्या भाज्या, फळे, तेलतूप, दुध, मास, मासे, अंडी, साखर व गुळ यांचा समावेश असणे अत्यंत आवश्यक आहे आयाच समतोल आहार, संतुलित आहार किंवा चौरस आहार असे म्हणतात.

संतुलित आहाराची व्याख्या :-

१) त्रिवेणी फरकाडे, सुलभा गोंगे यांच्या मते, "समतोल आहार म्हणजे शरीराला आवश्यक असणारे पोषकत्वे वा व्यक्तीच्या वयानुसार शरीर स्थितीनुसार, कार्यानुसार तसेच प्राप्त भौगोलिक परिस्थितीत गरजेनुसार पाहिजे त्या मात्रेमध्ये

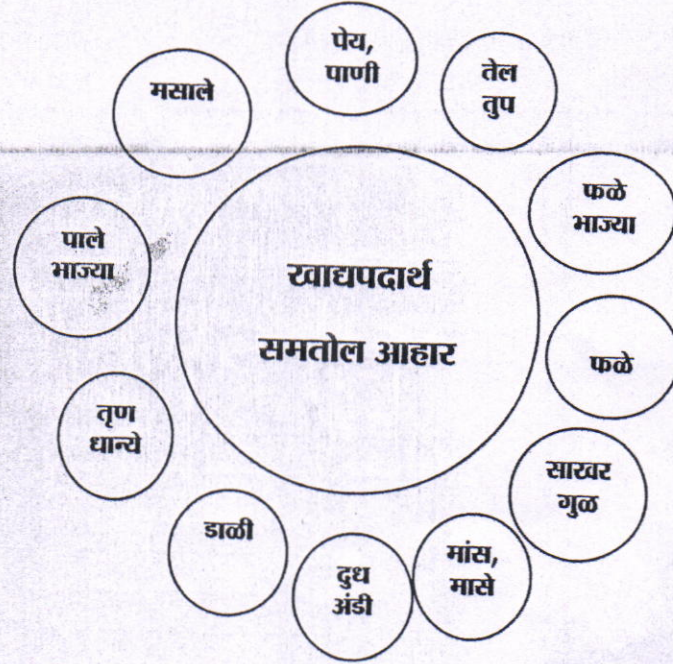


प्रमाणात असणे तसेच त्या आहारात कमी कालावधी करीता शरीर पोषणाच्या भविष्याकरीता तरतुद असणे अशा आहाराला समतोल आहार असे म्हणतात."

२) प्रा. सौ. शोभा वाघमारे (नाईक) यांचया मते, "समतोल आहार म्हणजे असा आहार ज्यात सर्व अन्नपदार्थांचा योग्य त्या प्रमाणात समावेश असतो ज्यातुन सर्व पोष घटके योग्य त्या प्रमाणात मिळुन शरीराची तिन्ही कार्य सुरळीतपणे पार पाडली जातात."

३) मानवी शरीरास आवश्यक असे अन्नघटक (पोषक घटक) आवश्यक त्या परिणामात विविध खाद्यपदार्थांच्याद्वारे ज्या आहारातुन मिळतात त्या आहारास समतोल आहार म्हणतात."

समतोल आरातील खाद्यपदार्थ समुहातील घटक नोंदविण्यासाठी त्रिवेणी फरकाडे व सुलभा गोंगे यांच्या पुस्ताकातील तक्ता अभ्यासणीय आहे.



गर्भावस्थेची लक्षणे (Symptoms of Pregnancy) :- सर्वसाधारणपणे गर्भावस्थेमध्ये खालील लक्षणे प्रामुख्याने आढळतात.

१) मासिक पाळी बंद होणे (Amenorrhoe) :- याला अनार्तन असे देखील म्हणतात. स्त्रीला दरमहिन्याला नियमित येणारी मासिक पाळी बंद झाल्यास तिला गर्भधारणा झाली असे समजण्यात येते परंतु काही स्त्रियांची पाळी पूर्णपणे बंद होत नाही. अगदी थोड्या प्रमाणात रक्तस्राव सुरु राहतो, पोटात दुखते, शिवाय काही स्त्रियांची मासिक पाळी अनियमित असते. त्यामुळे जर दोन महिने मासिक पाळी आली नाही तर वैद्यकीय तपासणी केल्यास स्त्री गर्भवती आहे किंवा नाही हे निश्चितपणे कळू शकते. कारण रक्तक्षय, क्षय या रोगांमुळे देखील मासिक पाळी बंद होवू शकते त्यामुळे वैद्यकीय तपासणी करणे आवश्यक ठरते.

२) प्रातः वमन (:Morning Sickness) :- गर्भ - धारण झालेल्या स्त्रीला सकाळी उठल्यापासुन मळमळल्यासारखे व अस्वस्थ वाटते, कोरड्या उलट्या येतात. काही खाल्यास उलटुन पडते. पदार्थांचा वास सहन होत नाही. या वासामुळे अस्वस्थ वाटते. उठुन उभे राहिल्यास चक्कर आल्यासारखे वाटते. असा त्रास काही स्त्रियांना संध्याकाळी देखील होतो. साधारणपणे सुरुवातीला दोन तीन महिन्यात हा त्रास होतो. काही स्त्रियांमध्ये हा त्रास सुरुवातीपासुन शेवटपर्यंत होतो. अशावेळी स्त्री अतिशय अशक्त होते.

३) स्तनातील बदल (Mammary Changer) :- गर्भधारणा झाल्यापासुन साधारणपणे ६ व्या आठवड्यापासुन स्तनांमध्ये बदल व्हावयास सुरुवात होते. स्तनांचा आकार मोठा होतो. त्याच्या शिरा ताणल्या जावुन ती टणक होतात. स्तनात चुणचुण (Tingling) अशी संवेदना निर्माण होते स्तने भरल्यासारखी वाटतात. हात लावल्यास दुखतात स्तनाग्रांच्या सभोवतालच्या छोट्या ग्रंथीची तोंडे स्पष्टपणे दिसतात व ३.८ से. मी. ची जागा काळसर होते. स्तनाग्राला भेगा पडतात. १२ आठवड्यांनंतर स्तनाग्रे दाबल्यास कोलोस्ट्रम (Colostrum) नावाचा पिवळसर स्राव बाहेर पडतो. गर्भावस्थेमध्ये स्तनांना

होणारा रक्ताचा पुरवठा वाढतो व त्वेचखालील शीरा निळसर दिसतात. स्तनातील हे बदल प्रथम गर्भावस्थेमध्ये अधिक प्रकर्षाने जाणवतात.

४) **थकवा (Feeling of Fatigue) :-** गर्भधारणेनंतर काही दिवस स्त्रीला अतिशय झोप व थकवा येतो. काही करण्याची इच्छा किंवा उत्साह नसतो. शरीरात होणाऱ्या बदलामुळे हा त्रास स्त्रीला होतो काही महिन्यांनंतर हा त्रास हळूहळू कमी होतो.

५) **वारंवार लघवीला जाणे (Frequency in Grination) :-** तीन महिन्यांनंतर गर्भशय पुढे झुकलेले व मुत्राक्षयावर टेकते. ओटीपोटाचा आकार वाढतो. त्यामुळे त्याचा दाब मुत्रशयावर येतो त्यामुळे वारंवार लघवीला जावे लागते. सुरुवातीच्या तीन महिने व शेवटच्या २ - ३ महिन्यात हा त्रास अधिक होतो.

६) **मानसिक असंतुलन (Mental Disturbances) :-** स्त्रीमध्ये होणाऱ्या शारीरिक बदलाशी समायोजन साधने स्त्रीला जड जाते. त्यामुळे स्त्रीवर मानसिक ताण येतो. खाण्यापिण्याच्या बदललेल्या सवयी, हट्टीपणा, चिडचिडेपणा, एकातवास या प्रवृत्ती वाढीस लागतात कालांतराने गर्भाचे स्त्रीच्या शरीरात समायोजन झाले की ही लक्षणे नाहीशी होतात.

७) **गर्भचन ज्ञान (Quickening) :-** साधारणपणे १८ आठवड्यांनंतर गर्भ गर्भाशयामध्ये पहिल्यांदा फिरल्याचा भास होतो. यालाच गर्भचलन ज्ञान म्हणतात. १८ व्या आठवड्यापर्यंत गर्भोदक आधिक असल्याने गर्भाच्या हालचालीची जाणीव होत नाही. प्रथम गर्भवती असलेल्या स्त्रीला ही हालचाल लवकर लक्षात येत नाही.

८) **उदरातील बदल (Change in Abdomen) :-** गर्भधारणा झाल्यानंतर गर्भाशयात होणाऱ्या वाढीमुळे पोटाचा आकार वाढतो. सुरुवातीला पहिले ३ महिने गर्भ कटीर पोकळीत असल्याने उदराच्या आकारामध्ये फारसा बदल जाणवत नाही. त्यानंतर मात्र गर्भाशयाचा आकार वाढतो. गर्भावस्थेतील उदराची वाढ ही निश्चित काळात व नियमित प्रमाणात होते. यावरून कोणता महिना आहे हे लक्षात येते.

गर्भावस्थेमध्ये घ्यावयाची काळजी :-

गर्भावस्थेमध्ये स्त्रीचे आरोग्य चांगले राहणे व बाळाच्या निकोप वाढीकरिता खालील बाबीकडे लक्ष घ्यावे.

(१) **आहार :-** आहार व आरोग्याचा घनिष्ट संबंध असल्याने गर्भावस्थेतील आहारावरच बालकांच्या भावी जीवनाचा पाया घातला जातो. गर्भवती स्त्रीचा आहार समतोल पौष्टिक व पर्याप्त अन्न घटक प्राप्त होणारा असल्यास गर्भाची वाढ तर योग्यप्रकारे होतेच याशिवाय आईची प्रकृती निरोगी राहते. प्रसुतीच्या वेळी कमी त्रास होतो व त्रास सहन करण्याची ताकद स्त्रीमध्ये निर्माण होते दुग्धसर्जन काळात नवजात शिशूची आहाराची आवश्यकता पूर्ण होऊ शकते. यादृष्टीने गर्भावस्थेतील आहाराला विशेष महत्त्व आहे. या अवस्थेमध्ये गर्भाचे ९ महिने पोषण स्त्रीला करावे लागते. त्यामुळे स्त्रीची कॅलरीची आवश्यकता वाढलेली असते. या अवस्थेमध्ये सामान्य अवस्थेपेक्षा ३०० कॅलरी अधिक लागतात. साधारणतः गर्भवती स्त्रीला रोज २२५० ते ३००० कॅलरीची आवश्यकता असते. या कॅलरीची पूर्तता होण्याच्या दृष्टीने आहारामध्ये प्रथिने, स्निग्ध पदार्थ, कार्बोदके, जीवनसत्वे, क्षार व पाणी यांचा समावेश योग्य प्रमाणात करणे आवश्यक आहे.

(२) **व्यायाम :-** निरोगी व सुदृढ शरीराकरिता व आनंदी जीवन जगण्याकरिता पुरेसा व्यायाम करणे, प्रत्येकाला आवश्यक असते. गर्भवती ही स्त्रीचा जीवनातील नैसर्गिक अवस्था आहे. स्त्रीने घरातील सर्व कामे केल्यास तिचा व्यायाम होतो. व गर्भाची वाढ योग्य होण्यास कदत होते परंतु अधिक श्रमाची, कष्टदायक कामे टाळावीत. रोजची हलकी कामे केल्याने स्त्रीने शरीर व स्नायू कार्यक्षम राहतात. सकाळी व संध्याकाळी फिरायला जावे. त्यामुळे शरीराला शुध्द हवा मिळेल व रक्ताभिसरण क्रिया, पचनक्रिया योग्य होण्यास मदत होईल. शरीरामध्ये हलकेपणा, स्फूर्ती कायम राहण्यास मदत होईल.

स्त्रीने आपल्या उभे राहणे, बसणे, झोपणे, या क्रिया करतांना शरीराची स्थिती योग्य ठेवावी. जेणेकरून ताण पडून थकवा येणार नाही. विश्रांती मिळेल. गर्भवतीमध्ये गर्भवती स्त्रीने कोणता व्यायाम करावा याकरिता डॉक्टरांचा सल्ला घ्यावा.

(३) **विश्रांती व झोप :-** गर्भावस्थेमध्ये स्त्रीला व्यायामासोबतच विश्रांती व झोपेची गरज असते. गर्भवती स्त्रीला रात्रीची ८ तास झोप आवश्यक असते रात्री झोपतांना पायाखाली उशी घ्यावी. त्यामुळे गर्भाशयाचा ओटीपोटी, अंतर्गत इंद्रिये, व पायावर पडणारा भार कमी होऊन पोटाकडे रक्तभिसरण क्रिया अधिक चांगल्या प्रकारे होऊ शकेल. रात्री झोपण्यास फार उशीर करू नये व सकाळी लवकर उठावे तसेच ५ महिन्यांनंतर स्त्रीला वारंवार लघवीला जाण्याकरिता उठावे लागते त्यामुळे झोपमोड होते तेव्हा दुपारी जेवण झाल्यानंतर थोडावेळ विश्रांती घ्यावी.

दुपारी झोप आली तरी १ - २ तास अंथरुणावर पडून रहावे दुपारी झोप येत नसल्यास गंमतीशीर, मन प्रफुल्लित करणारी पुस्तके वाचावीत. थोर व्यक्तींचे चरित्र वाचावे याचा नकळत चांगला परिणाम गर्भावर होत असतो.

(४) **ताजी हवा व सुर्यप्रकाश :-** गर्भवती स्त्रीने स्वच्छ हवा व सुर्यप्रकाश घरामध्ये येईल याची दक्षता घ्यावी. सकाळी ताज्या व शुध्द हवेमध्ये फिरावयास जावे. जीवनसत्व 'ड' च्या प्राप्तीकरिता सकाळच्या कोवळ्या सुर्यकिरणामध्ये हलकी कामे करावीत. शुध्द हवा व सुर्यकिरण यामुळे गर्भवती स्त्रीचे आरोग्य चांगले राहण्यास मदत होते.

(५) व्यक्तीगत स्वच्छता :- व्यक्तीचे शरीर निरोगी राहण्याकरीता व्यक्तीगत स्वच्छता असणे आवश्यक असते गर्भवती स्त्रीने मात्र व्यक्तीगत स्वच्छतेकडे अधिक लक्ष द्यावे. यामध्ये शारीरिक स्वच्छता, स्तनांची काळजी, दांताची काळजी, कपडे, पादत्राणे, यांचा समावेश होतो.

(६) धूम्रपान :-

ही समस्या आपल्याकडे फारशी आढळत नसली तरी ग्रामीण भागातील काही स्त्रिया तंबाखुचे सेवन करतात. याचे वाईट परिणाम गर्भावर होत असल्याने शक्यतोवर गर्भवतीने तंबाखु सेवन किंवा धूम्रपान टाळावे.

(७) नियमित वैद्यकीय तपासणी :-

गर्भवती स्त्रीचा शारीरिक व मानसिक आरोग्याची काळजी घेतांना नियमित वैद्यकीय तपासणी करणे आवश्यक असते स्त्रीला गर्भधारण झाल्यानंतर दीड महिन्यांनंतर तिने डॉक्टरांकडे तपासणीकरीता यावे. यावेळी डॉक्टरांकडे तिची नोंदणी केली जाते. यामध्ये नाव, वय, व्यवसाय, राहण्याचे ठिकाण याची नोंद केली जाते. स्त्रीच्या वयावरून डॉक्टरांना प्रसूतीबद्दलचे अनुमान काढण्यास मदत होते. यादृष्टीने गर्भवती स्त्रीचे वजन, मुत्राची तपासणी, रक्ताची तपासणी, रक्तदाब यांचा समावेश करण्यात येतो.

(८) प्रवास :-

गर्भवती स्त्रीची शारीरिक स्थिती, आरोग्य कसे आहे यावर तिने प्रवास करावा किंवा नाही हे ठरते. स्त्रीची प्रकृती चांगली असल्यास विमान, रेल्वे, गाडी यांनी प्रवास करण्यास हरकत नसते ७ व्या महिन्यांनंतर मात्र लांबचा प्रवास टाळावा प्रकृती नाजूक असल्यास मात्र डॉक्टरांच्या सल्ल्यानुसार प्रवास टाळावा.

अशाप्रकारे गर्भवती स्त्रीची काळजी घेतल्यास गर्भावस्था सुसह्य होऊन प्रसूती त्रासदायक होणार नाही. गर्भावस्था हा महिन्यांचा कालावधी आनंददायी, सुसह्य होण्याच्या दृष्टीने बऱ्याच गोष्टी महत्वाच्या ठरतात. त्याकरीता गर्भावस्थाचे कुटुंबातील इतर सदस्यांचे सहकार्य व त्यांची सकारात्मक प्रवृत्ती असणे आवश्यक ठरते.

गर्भावस्थेतील पोषक घटकांची आवश्यकता

आहार व आरोग्याचा घनिष्ट संबंध असल्याने गर्भावस्थेतील आहारावरच बालकाच्या आणि जिवनाचा पाया घातला जातो. गर्भवती स्त्रीचा आहार समतोल व पौष्टिक व पर्याप्त अन्न घटक प्राप्त होणारा असल्यास गर्भाची वाढ योग्य प्रकारे होते. स्त्रीच्या आहारामध्ये प्रथीने स्निग्ध पदार्थ कर्बोदके जीनवसत्ये क्षार व पाणी यांचा समावेश योग्य प्रमाणात करणे आवश्यक आहे ते खालील प्रमाणे :-

अ) प्रथिने (Protein) :-

प्रथिने हे शरीरामध्ये नवीन पेशींच्या निर्मितीचे कार्य करीत असतात. गर्भावस्थेच्या कालावधीत शरीरामध्ये नवीन पेशींच्या तीव्र गतीने होत असते. गर्भाची वाढ होणे. नवीन अवयवांची निर्मिती योग्य प्रमाणात होण्याकरीता आहारामध्ये प्रथिनांचे प्रमाणे अधिक असावे. सर्वसाधारण स्त्रीला प्रत्येक किलो वजनाला १ ग्रॅम प्रथिनांची आवश्यकता असते. उदा. स्त्रीचे वजन ३२ किलो असेल तर तिला ५२ किलो प्रथिनांची गरज असते. परंतु गर्भावस्थेमध्ये ही आवश्यकता ८० ते ९० ग्रॅम पर्यंत वाढते ICMR नुसार गर्भावस्थेमध्ये ९० ग्रॅम प्रथिनांची बालकाचे स्नायु, त्वचा, रक्त, मज्जासंस्था व शरीर बांधणीकरीता प्रथिनांची गरज असते. तसेच नखे, केस यांची निर्मिती देखील केली जाते.

आहारामध्ये प्रथीनांची कमतरता असल्यास गर्भाचा शारीरिक व मानसिक विकास योग्य होत नाही. गर्भाशयाचे स्नायु कमजोर व शिथिल होतात. वारेची व गर्भाची वाढ होत नाही.

प्रथिने प्राप्तीकरीता स्त्रीने आहारात अंडी, मांस, मासे, दुध या प्राणिज प्रथीनांचा समावेश करावा. सर्व डाळी, कडधान्ये, शेंगदाणे सोयाबीन, मोड आलेली कडधान्ये तसेच इतर अन्न समृद्धी करण्याच्या विविध पदार्थांचा वापर करून आवश्यक अमीनो अॅसीड प्राप्तीचा प्रयत्न करावा. खमिकरीकरण, एकत्रीकरण या प्रक्रियाद्वारे भोज्य पदार्थातील प्रथिने वाढवावी.

ब) कर्बोदके (Carbohydrates) :-

भारतीय आहारामध्ये कर्बोदकाचे प्रमाणे अधिक असते. त्यामुळे त्यांच्या प्राप्तीसाठी विशेष काळजी घ्यावी लागत नाही. तृणधान्ये, साखर, गुल यापासून कर्बोदके विपूल प्रमाणात मिळतात. गर्भवती स्त्रीला साधारणपणे ३२९ कर्बोदकांची आवश्यकता असते. गर्भवती स्त्रीला मधूमेह हा आकार असल्यास मात्र कर्बोदकांचे आहारातील प्रमाण डॉक्टरांच्या सल्ल्यानुसार ठरवावे.

ब) स्निग्ध पदार्थ (Fats) :-

कॅलरीची प्राप्ती व वजन वाढविण्याकरीता स्निग्ध पदार्थांची आहारात आवश्यकता असते. सर्वसाधारणपणे ९० ग्रॅम प्रथिनांची गर्भवतीला दैनंदिन आवश्यकता असते. गर्भाची वाढ होणे, हृदय, मुत्रपिंड यासारखे नाजूक इंद्रियांची निर्मिती व

संरक्षणासाठी त्वचेखाली चरबीयुक्त पेशींचा थर तयार करण्याकरीता स्निग्ध पदार्थाची गरज असते. आहारात स्निग्ध पदार्थ असल्यास अ,ड,ई,के या स्निग्ध द्राव्य जीवनसत्वाचे पचन व शोषण होण्यास मदत होते. याकरीता अंडी, यकृत, दूध, माशाचे तेल, भुईमुंग, जवस, तीळ, तेल, तूप, जाडकवचाची फळे याचा वापर करावा.

क) जीवनसत्वे (Vitamin) :-

अभावाच्या रोगांपासून संरक्षण करण्याकरीता, शरीराची वाढ व शरीराचे कार्य सुरळीत चालण्याकरीता जीवनसत्वाची आवश्यकता असते. गर्भावस्थेमध्ये अ,ड,ई,के,क,ब या जीवनसत्वाची आवश्यकता असते.

i) जीवनसत्व अ :-

बालकाची शारीरिक वाढ योग्य होणे, डोळे व त्वचा निरोगी राहण्याकरीता, रोगप्रतिकार शक्ती निर्माण करण्याकरीता जीवनसत्व अ ची आवश्यकता असते. ६००० I.U. जीवनसत्व अ दररोज आहारातून प्राप्त व्हावे, त्याच्या प्राप्तीकरीता पालक, मेथी यासारख्या हिरव्या पालेभाज्या, पपई, लाल भोपळा, गाजर, टोमॅटो, अंडी, यकृत, दूध, लोणी यांचा समावेश करावा.

ii) जीवनसत्व ड :-

निलातील सुर्यकिरण, माशाचे तेल, चीज, अंडी यापासून प्राप्त होते. गर्भवती स्त्रीला ४०० I.U. जीवनसत्व ड ची गरज असते. कॅल्शियम व फॉस्फोरसचे शोषण व दातांची वाढ व मजबुती याकरीता या जीवनसत्वाची आवश्यकता असते.

iii) जीवनसत्व ई, के :-

गर्भाच्या वाढीकरीता व स्वास्थ्याकरीता आवश्यक असते.

iv) जीवनसत्व क :-

रक्तकणातील हिमोग्लोबीनची निर्मिती रोगप्रतिकार शक्ती वाढविणे लोहाचे अभिशोषण याकरीता जीवनसत्व क ची आवश्यकता असते. रोज १०० ग्रॅम जीवनसत्व क गर्भवती स्त्रीला मिळावयास हवे. आवळे, संत्री, लिंबू, पेरू, टोमॅटो, कोथिंबीर, गोडलिंब, शेवग्यांची पाने, पानकोबी, मुळा, यांचा आहारात समावेश करावा. वरील सर्व घटकांचा समावेश असलेला आहार गर्भवतीने घेणे आवश्यक आहे.

प्रसूतीपूर्व विकासावर/गर्भावस्थेवर परिणाम करणारे घटक :-

बालकांच्या जन्मपूर्व विकासावर स्त्रीच्या शरीरांतर्गत घटक व बाहेरील घटकांचा चांगला व वाईट परिणाम होत असतो हे शास्त्रज्ञांचा संशोधनावरून सिध्द केले आहे.

१. आईचा आहार :-

गर्भाच्या विकासाचा वेग त्यांच्या जन्मानंतर होणाऱ्या सर्व टप्प्यातील विकासाच्या गतीच्या तुलनेत सर्वाधिक असतो त्यामुळे बालकाला अधिक पोषक घटकांची गरज असते. त्यादृष्टीने आईचा आहार व बालकाचा जन्मपूर्व विकास याचा घनिष्ट संबंध आहे आईचा आहार पौष्टिक समतोल असणे आवश्यक आहे समतोल आहारामुळे स्त्रीची प्रकृती उत्तम राहून सुदृढ बालकाची निर्मिती होऊ शकते बालक आपला आहार आईच्या रक्तातून प्राप्त करतो.

टोमॅटो विद्यापीठामध्ये केलेल्या संशोधनानुसार ज्या स्त्रियांचा आहार योग्य व पुरेसा होता. त्यांची प्रकृती गर्भावस्थेमध्ये चांगली होती. या स्त्रियांमध्ये गर्भपात, रक्तदाब, अशा समस्या आढळल्या नाही. तर ज्या स्त्रियांचा आहार अपर्याप्त, अयोग्य व असमतोल होता. त्यांच्या बाबतीत वरील समस्या आढळून आल्यात. या स्त्रियांनी अशक्त कमी वजनाची व वारंवार आजारी पडणाऱ्या बालकांना जन्म दिला. त्याचप्रमाणे गर्भवती स्त्रीला आहारातून पुरेशा कॅलरी प्राप्त होत नसल्यास त्याचा परिणाम आईच्या स्वास्थ्यावर होतो. पर्यायाने बालकाला अवयव निर्मितीकरीता आवश्यक घटक प्राप्त होऊ शकत नाही. यादृष्टीने आईचा आहारात प्रथिने, कर्बोदके, खनीज पदार्थ व जीवनसत्वे या अन्न घटकांचा समावेश अत्यंत आवश्यक आहे.

२. मातापित्यांचे वय :-

गर्भाची वाढ निकोप होणे व मातृत्वाची जबाबदारी समर्थपणे पूर्ण करण्याकरीता स्त्रीचा प्रजनन संस्थेमध्ये परिपक्वता येणे आवश्यक असते. त्याकरीता २२ ते २९ वर्ष हया वयामध्ये गर्भाचा विकास व प्रसूतीची प्रक्रिया सुरळीत व सुलभ होण्यास मदत होते. कारण २२ वर्ष पर्यंत स्त्रीचा प्रजनन संस्थेचा विकास पूर्ण झाला असतो याउलट आईचे वय १६ वर्षांच्या आत असल्यास बालमृत्युंची संख्या अधिक असते. असा निष्कर्ष Doll phels आणि Meleler यांनी काढला आहे तसेच १९ ते २१ वर्ष त्यामध्ये प्रजनन संस्थेचे अवयव अपरिपक्व असतात. त्यामुळे गर्भाची वाढ अयोग्य होते स्त्रीच्या शारीरिक विकासावर परिणाम होतो.

३. जीवनसत्व कमतरता :-

जीवनसत्व क, ब ६, ब १२, ई,के यांची कमतरता असल्यास नेहमीच्या विकासाच्या निश्चित आकृतीबंधापेक्षा बालकाचा विकास कमी होतो.

परिणाम बालकांच्या शारिरिक व मानसिक विकासाला हानी पोहचते. तंबाखू किंवा धुम्रपान केल्याने गर्भाच्या हृदयाच्या गती व रक्तातील रासायनिक संतुलनावर परिणाम होतो कमी वजनाने बालक व अकाली जन्माला येते. गर्भवती स्त्रीने मादक व अमली पदार्थांचे सेवन केल्यास पांघळे बालक जन्माला येते.

६. औषध :-

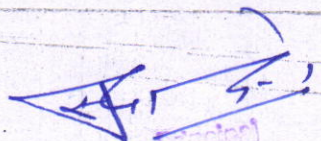
भारतीय संस्कृतीमध्ये गर्भवती स्त्रीने औषध घेऊ नये असा यापूर्वी समज होता परंतु आजकाल गर्भावस्थेमध्ये स्त्रियांना भरपूर प्रमाणात औषधे देण्यात येते याचा गर्भाच्या वाढीवर निश्चितच परिणाम होतो गर्भावस्थेमध्ये मलेरियावर विचनार्डिन, सकाळचे मळमळणे यावर थॅलीडोमाईड शिवाय स्ट्रुप्टोमाथिसिन टेट्रासायक्लिन ही औषधे घेतल्यास गर्भावर खालील परिणाम झालेले दिसून येतात यामध्ये डोळ्यांचा दोष, बहिरेपणा, पाय, मुत्रमार्ग यामध्ये दोष दात व नखे पिवळी पडणे यासारखे अनिष्ट परिणाम दिसून येतात.

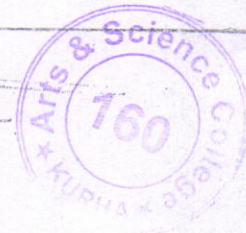
७. क्ष किरण :-

मानवाला होणाऱ्या काही रोगाचे निदान करण्यासाठी क्ष किरणांचा वापर करून फोटो काढावे लागतात गर्भवती स्त्रीच्या आजाराचे निदान करण्यासाठी क्ष किरणांच्या साहाय्याने फोटो काढल्यास त्याचा गर्भावर अनिष्ट परिणाम होतो या किरणांच्या अधिक वापरामुळे बालकामध्ये शारिरिक व मानसिक विकृती निर्माण होते. भज्जा संस्थेमध्ये विकृती मंदबुद्धीत्व व शारिरिक व्यंग, कमी वजन, बहिरेपणा, आंघळेपणा या सारख्या विकृती निर्माण होतात. असे Thompson यांना केलेल्या अभ्यासामध्ये आढळले अशा बालकांच्या जन्मपूर्व विकासावर अनेक घटकांचा परिणाम झालेला दिसून येतो.

गर्भवती स्त्रीकरीता एक दिवसाची आहारतालिका

वेळ	पदार्थांची यादी	प्रमाण
सकाळी ६ वाजता	चहा	१ कप
सकाळी ८.३० वाजता	इडल्या मध्यम आकाराच्या	३
	सांभार (भाज्या घालून)	१ वाटी
	नारळाची चटणी	२ चमचा
	लोणी	१ चमचा
	दही	१ वाटी
सकाळचे जेवण ११.३० वाजता	भात	१ वाटी
	तुरीचे वरण	१/२ वाटी
	पोळी	२
	मेथीचे आळण	३
	मुंगाची उसळ	१ वाटी
	गाजर टोमॅटो फुलकोबी	
दुपारी ३ वाजता	हिरवा कांदा कोशिंबीर फ्रुट सॅलॅड	१/४ वाटी
	चहा	१ कप
	बिस्कीट	२ नग
नाश्ता ५ वाजता	पोहे/उमपा	१ प्लेट
	ऋतुनुसार फळ	१
रात्रीचे जेवण ८.३० वाजता	मिश्र डाळीचे वरण	१/२ वाटी
	भात	१/२ वाटी


Principal
Arts & Sci. College
Karha



४. आईचे आरोग्य :-

गर्भावस्थेमध्ये आईचा आरोग्याच्या गर्भाच्या वाढीवर अतिशय प्रभाव पडतो स्त्रीचे वजन अतिशय कमी किंवा अतिशय जास्त असणे गर्भवती स्त्रीला रुबेला, कावीळ, मधुमेह यासारखे आजार झाल्यास आंतरस्त्रावी ग्रंथीच्या कार्यामध्ये बिघाड झाल्यास गर्भाच्या वाढीवर विपरीत परिणाम होतो.

५. मादक पदार्थांचे सेवन :-

गर्भवती स्त्रीने अंमली पदार्थ तंबाखू, धुम्रपान, मद्यपान यासारख्या मादक पदार्थांचे सेवन केल्यास गर्भाच्या विकासावर त्यांचा विपरीत परिणाम पडतो.

Thompson यांच्या मतानुसार, आईच्या व बालकाच्या रक्तप्रवाहामध्ये संबंध असतो या प्रवाहामुळे आईच्या रक्तामध्ये असलेल्या परकीय रसायने गर्भाकडे निश्चितच संक्रमित केली जातात. स्त्रीने नियमित व अधिक मद्यपान केल्यास त्याचा



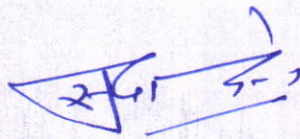
	पोळी	२ नग
	शेवग्याच्या शेंगाची भाजी	१/२ वाटी
	कोशिंबीर	१/४ वाटी
	फळ	१
रात्री १० वाजता	दुध	१ कप

निष्कर्ष

गर्भावस्था हे जिवनातील अत्यंत महत्वाची अवस्था आहे. या अवस्थेमध्ये अत्यंत काळजी घ्यावी लागते. गर्भधारण झाल्यापासून ते मुल जन्माला येईपर्यंतचा काळ होय. प्रसूतीपूर्व अवस्था आनंददायी असेल तर प्रसूती देखील सुलभ होते. गर्भावस्थामध्ये स्त्रीला स्वतःच्या पोषणासोबत बाळाचे पोषण सुध्दा करावे लागते. त्यामुळे आईला समतोल व पोषक आहार घेणे आवश्यक आहे. असे म्हटल्या जाते की सुदृढ आई सुदृढ बाळाला जन्म देई. त्यासोबतच गर्भवती स्त्रीने विश्रांती झोपा, व्यायाम, तसेच जितकी पोषक घटक लागतील तितक्या पोषक घटकांचा आहारात उपयोग करावा. तसेच आरोग्य चांगले राहण्यासाठी समतोल आहार घेणे अत्यंत आवश्यक आहे. या सत्र गोष्टीची तीने काळजी घ्यावी. जर गर्भवती स्त्री सुदृढ अमेए तर जन्माला येणारी मुले आणि मुली सुदृढ होईल. आणि आपल्या देशाचा विकास होण्यास मदत होईल.

संदर्भ सुची :-

- १) वाघमारे (नाईक), सौ. शोभा, पोषण आणि आहार, शशिकांत पिंपळापुरे विद्या बुक्स पब्लिशर्स, सुधारीत आवृत्ती जुन २००८.
- २) फरकाडे, त्रिवेणी गोंगे, सुलभा, पोषण आणि आहारशास्त्र, मनोहर पिंपळापुरे अॅन्ड कंपनी, पहिली आवृत्ती जुन २००५.
- ३) कांडलकर सौ. लीना, मानव विकास, श्री. प्रमोद मुंजे विद्या प्रकाशन, प्रथमावृत्ती जुलै २०००.
- ४) तारणेकर डॉ. मीनाक्षी, पोषण आणि स्वास्थ्य, श्रीमती कांता द. भालेराव विश्व पब्लिशर्स अॅन्ड डिस्ट्रिब्यूटर्स, प्रथमावृत्ती १३ सप्टेंबर १९९९.
- ५) जोशी डॉ. वर्षा, स्वयंपाकघरातील विज्ञान, प्रदिप चंपानेरकर रोहन प्रकाशन, प्रथमावृत्ती मे २००६.
- ६) लाडकर प्रा. प्रियंवदा मातृकला व बालविकास, शशिकांत पिंपळापुरे विद्या बुक्स पब्लिशर्स, आवृत्ती पहिली जुन २००८.
- ७) जावंजाळ डॉ. संगीता, बेलुरकर डॉ. किरण, मानवी पोषण आणि आहारशास्त्र, ललिता पुराणिक श्री साईनाथ प्रकाशन, पहिली आवृत्ती २७ जुन २०१८.
- ८) कुकडे सुमती, भावे नीती, अन्नशास्त्र, नीळकंठ बुक्स, पहिली आवृत्ती जुन २००६.
- ९) रानडे श्यामा, आहारसंहिता, गंधाली मुद्रण सुविधा केंद्र, प्रथम आवृत्ती ३० मार्च २००६.
- १०) देऊसकर प्रा. डॉ. सौ. आशा, मानवी पोषण व आहारशास्त्राची मुलतत्वे, प्रमोद वा . मुंजे विद्या प्रकाशन, प्रथमावृत्ती १९९६.
- ११) फरकाडे, त्रिवेणी गोंगे, सुलभा, बाल विकासाची मुलतत्वे, मनोहर पिंपळापुरे अॅन्ड कंपनी, पहिली आवृत्ती जुन २००७.



Principal
Arts & Sci. College
Kurha



Conference

National Conference

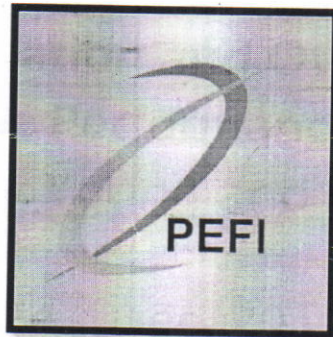
Dr. Deshpande

on

Interdisciplinary National Conference on Role
Of Physical Education and Other Disciplines in
Enhancing the Performance of a Player &
Fitness for Young and New India

24th Dec. 2018

Organized By,



IQAC

Bar. R. D. I. K. & N. K. D. College,
Badnera – Amravati

Collaboration with

Art & Science College, Kurha

And

Physical Education Foundation of India



Interdisciplinary National Conference on Role Of Physical Education and Other Disciplines in Enhancing the Performance of a Player & Fitness for Young and New India			24 th Dec.
159.	Dr. Abhijit Thander Jeetendra Nath Hembram	Effect of Soccer Fun Games on Speed and Agility of School Boys	447 To 449
160.	Kashinat Masket	Exercise And Fitness Prescription	450 To 451
161.	Dr.Sonali Sirbhate-Suryawanshi	Nutrition Supplements And Ergogenic Aids	452 To 454
162.	Dr.Shamsher Singh	Role Of Yoga In Our Society	455 To 456
163.	Dr. Dinanath Nawathe,	Principles Of Injury Prevention	457 To 459
164.	Dr.Vibha Deshpande	Role of Physical Education, & Other Disciplines in Enhancing the Performance of Players & Fitness for Young & New India	460 To 461
165.	Dr. Jayawant Mane	Role of Physiotherapist	462 To 465
166.	Dr. Tanuja S. Raut Shalini B. Bhosle	Lifestyle of Working and Household Women	466 To 469
167.	Dr. Tejsiha L. Jagdale	Sports Medicine a Branch of Physical Education and Sports Advancement	470 To 471
168.	Dr. Shashank g. Nikam	Sports Coaching And Training	472 To 474
169.	Prof. Sugandh Band	Obesity And Weight Control	475 To 476
170.	Prof.Dr. Vikas Tone Prof. Arun Wararkar	Skills Of Sports Coaches	477 To 479
171.	Yogesh B. Bhosle	Study Of Self-Esteem Of Kabaddi Players At Different Playing Position	480 To 482
172.	Dr. Mrs. Kalpana B. Zarikar	Comparison Of Mental Stress of Inter University And Inter Collegiate Individual Game Maleplayers Of Dr. Babasaheb Ambedkar Marathwada University	483 To 484
173.	Bharat Mehta	Yoga and Nation Building	485 To 486
174.	Dr. Dinesh Kumar Kimta	Importance of Physical Education in Schools	487 To 489
175.	Dr. D.G. Meher	Importance Of Yoga In Our Day To Day Life	490 To 491
176.	Dr. Ganesh Katakdeore	Aims and Objectives of Sports Training	492 To 493
177.	Dr. V.G. Mete	Statistical Interpretation For Physical Education And Sports	494 To 495
178.	प्रा. डॉ. कैलास के. पवार	भारतीय स्कूली बच्चों के लिए संतुलित आहार	496 To 496
179.	डॉ. पंकज हंबर्डे	योग प्राणायामाचे क्रिडाक्षेत्रातील फायदे	497 To 499
180.	योगिता सं. टिक्कस	मुलांमधील लठ्ठपणाचे प्रमुख कारण - फास्टफूड	500 To 502
181.	डॉ. अभिजित हे. इंगोले	खेल मनोविज्ञान कोचिंग और उच्च प्रदर्शन	503 To 505
182.	डॉ. श्रीकांत अलोणे	पोषक आहार व खेडाळू	506 To 506
183.	प्रा. गणेश श्री. विश्वकर्मा	योग - आधुनिक जिवनात काळाची गरज	507 To 508
184.	विजया देविदासराव भोंड	रजोनिवृत्ती आणि शारीरिक कामासाठी योगाभ्यास	509 To 511
185.	प्रा. डॉ. संगीता लोहकपूरे	सेप्टी अँड फर्स्ट एड स्पोर्ट्स इन्ज्युरी	512 To 514

Role of Physical Education, & Other Disciplines in Enhancing the Performance of Players & Fitness for Young & New India

Dr. Vibha Deshpande

Arts and Science College, Kurha

"Friends, it is the matter of pride for all of us Indians that today wherever the sun is raising and the sunrays are reaching as the light is expanding, that every land in this world is welcoming the sun by Yoga. From Dehradun to Dublin, Shanghai to Chicago and from Jakarta to Johannesburg there is only Yoga today." –These were the lines of honourable PM of India Shri. Narendra Modi, the only Prime Minister to promote Yoga and Physical education, on 21st June 2018 the International Yoga Day held in Dehradun. This shows the growing importance of Physical Education in Today's world where a Prime Minister is himself taking the responsibility of teaching Yoga to thousands of youngsters.

What is Physical education? Does it mean just exercise? Physical education itself explains that it's an education it means something related to learn, to educate yourself. Your physical body is an outer shell to the sensitive organs inside including your brain. Physical education develops the knowledge and understanding, skills, capabilities and attributes necessary for mental, emotional, social and physical wellbeing now and in the future. Physical fitness is an important component to leading a healthy lifestyle. The inclusion of regular fitness activity helps you to maintain fitness, develop muscular strength and improve cardiovascular health. It can be a major force in helping small children to socialize with others and it provides opportunities to learn positive people skills. Physical education is very vast topic which includes an overall development of human being.

Physical education plays an important role in sports, every sport revolves around this word 'fitness'. Rather, no sport can be played without physical fitness. To give the best performance on the ground is only possible if you are physically and mentally strong enough. For this, different sports have their own fitness test according to the requirement of respective sports to enhance the performance of the players. The best example of this is Yo-Yo test, which is the physical fitness test developed by Danish soccer physiologist Jens Bangsbo. There are two versions of this test: Level 1 & 2 (a beginners and advanced level). The level one test is effectively the same as the standard beep test. The Level 2 test starts at a higher running speed and has different increments in speed. There is also an intermittent version of the Yo-Yo test, which incorporates a recovery period after each 40m (2x20m) run. This test evaluates an individual's aerobic endurance fitness and large groups can perform this test all at once for minimal costs. Virat Kohli, the Cricket icon while speaking to Times of India spoke at length about the change in fitness that has affected him as a player. "It had to do with playing at a certain level in professional sport. I realised that when I started getting fitter, I started thinking better. I had more clarity, focus and determination. I started feeling that inside me as soon as I changed my physical regime. Getting fitter makes you confident overall. It makes you feel good about yourself. You need to feel good to have good thoughts," said Kohli. So, a quality physical education programs help all players develop health-related fitness, physical competence, cognitive understanding, and positive attitudes to perform the best in their respective games.

But lack of physical activeness is still a treat to Indian youths, a report by Indian Council of Medical Research (ICMR) shows that physical inactivity is very common in India. Around 54.4 percent people were found inactive during a study by the government agency, reports *The Times of India*. The data further shows that males are significantly more active than females. However, people spend more active minutes at work than in commuting and recreation domains. Fewer than 10 percent engage in recreational physical activity. Physical inactivity is not just leading to a high disease burden and deaths, but it is also posing a major threat to productivity and contributing significantly to health expenditure. One in five adults, and four out of five adolescents (11-17 years) globally, do not get enough physical activity. This physical inactivity is not only affecting the health instead it's also affecting the economy, it is costing USD 54 billion in direct healthcare, a latest report by the World Health Organisation (WHO) shows. According to WHO, physical inactivity (lack of physical activity) has been identified as the fourth leading risk factor for global mortality (6 percent of deaths globally). Moreover, physical inactivity is estimated to be the main cause for approximately 21–25 percent of breast and colon cancers, 27 percent of diabetes and approximately 30 percent of ischaemic

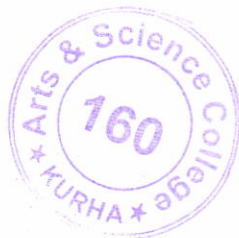


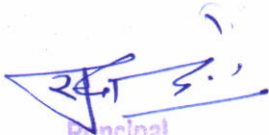
heart disease burden. Released in 2016, a world-first study revealed that in 2013 physical inactivity cost USD 67.5 billion globally in healthcare expenditure and lost productivity, revealing the enormous economic burden of an increasingly sedentary world.

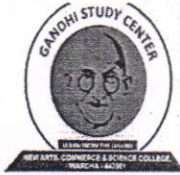
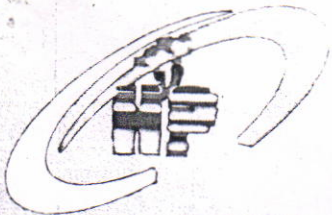
Thus we can conclude that, in today's world physical education is essential for all the youths. An individual can live healthy and better life only by doing physical exercise. Today new diseases are emerging and have made big harm to human's body. Man's life has become dependent on medicines. For example, digestive medicine, medicine for excretion, medicine for sleep, etc. Because of these medicines man has become like a walking robot. In such condition it is not fair to waste your body. How sad it is that man has time to do the service of technical gadgets like car, freeze, television but he does not have time to take care of his valuable body. Through physical education man can live his day to day life healthily. Physical education plays important role in man's development and proves helpful for better physical, mental, social, emotional and spiritual life.

Refrence:

1. Times of India
2. www.moneycontrol.com
3. pefindia.org




Principal
Arts & Sci. College
Kurha



ISSN 2319-9318

UGC Sponsored

International Multilingual Research Journal

Printing

Special Issue **Area** March 2019

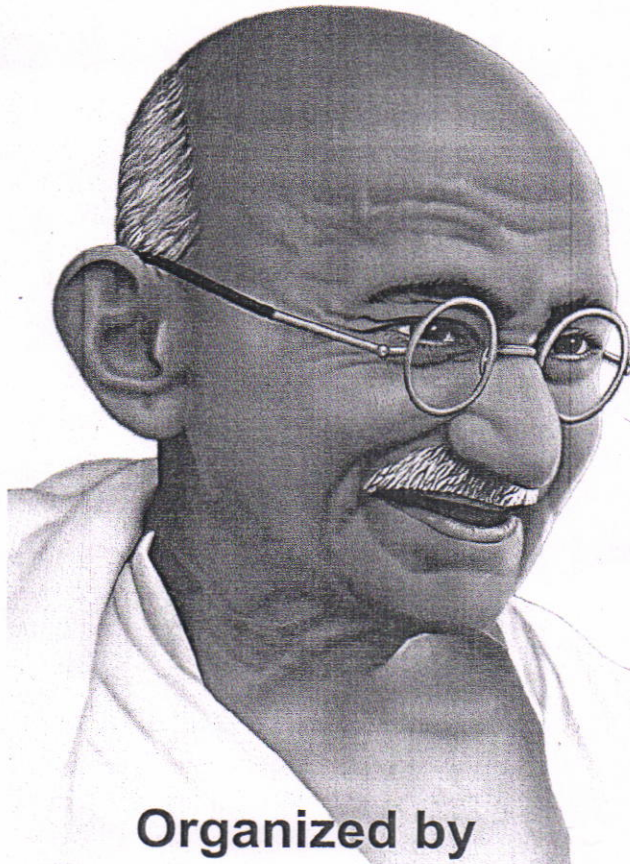
**ONE DAY INTERDISCIPLINARY
INTERNATIONAL CONFERENCE**

on

MAHATMA @ 150

on

2nd March 2019



**Organized by
Gandhi Study Centre**

**New Arts, Commerce & Science College,
Wardha, Maharashtra (India) - 442 001**

[Signature]
Principal
Arts & Science College
Kurha



महात्मा गांधीच्या कार्याची पूर्वापेक्षा : आफ्रिकेतील कामगिरी

प्रा.डॉ. मिता म. जाधव

इतिहास विभाग प्रमुख

केला व विज्ञान महाविद्यालय,

कुन्हा, वि.अमरावती

आधुनिक भारताच्याच नव्हे तर जगाच्या इतिहासावर महात्मा गांधीचा व्यक्तिमत्त्वाचा नितका प्रभाव आहे तितका अन्य कोणत्याही व्यक्तित्वाचा नाही. आंतरराष्ट्रीय पटलावर भारताला महत्त्व मिळवून देणाऱ्या या मानक्या विभूती होवून गेल्यात त्यात महात्मा गांधीचे नाव अग्रगण्य आहे. आणि म्हणूनच त्यांचा गौरव राष्ट्रापिता म्हणून करण्यात आला हे आपणास त्यांनी केलेल्या अनन्यसाधारण कार्यातून दिसून येते. थोर शिक्षणतज्ञ, राजकीय विचारवंत, समाजसुधारक, असूश्योद्धारक, धोर अर्थतज्ञ, स्त्रियांचे कैवरी आणि धोर स्वातंत्र्यसैनानी म्हणून ते सर्वांना चिरपरिचीत आहेत. त्यांनी आपल्या आचार विचारांद्वारे मनुष्याची आध्यात्मिक जावनशैली ही राष्ट्रनिर्माणकारिता व राष्ट्रहिताकरिता कशी योग्य ठरेल हे परोपरीने सांगण्याचा प्रयत्न केला. त्यांचा हा दृष्टीकोन बंद खोलीतून कल्पनाविलासातून जन्मला नव्हता तर त्यांचा आपल्या वैयक्तिक जावनत पुष्पफुल्ल अंगीकार त्यांनी स्वतः करून आपले जावनविषयक तत्वज्ञान जनतेपुढे ठेवले. सत्य, अहिंसा, शान्ताप्रिय वृत्ती, सदाचरण या तत्वांचे कायदेश्र मनुष्यांच्या वैयक्तिक जावनामध्ये तर आहंभूत पण या तत्वांना त्यांनी भारतीय समाजकारण या राजकारणात एक नविन परिमाण प्राप्त करून दिले. त्यांचे हे आदर्श जावन जगाच्या कौतुक्याचा विषय बनले. अनेक धर्मसंप्रदायांत श्राव्यत आणि समताधिष्ठित विचारांवर त्यांचा तत्वज्ञानाचा उभागणी झाली. ते तत्वज्ञानी अदिशय मन्मंदाही आहे. त्यांच्या या विद्वान्मन्य कार्याबद्दल जगप्रसिध्द शास्त्रज्ञ अल्बर्ट आईन्स्टाईन म्हणतात. "या भूतलावर हाडामास्याचा असा एक माणूस होऊन गेला असे पुढील पिढ्यांना कोणी सांगितले तर त्यावर त्यांचा विश्वास बसणार नाही." खरोखरच महात्मा गांधींचे व्यक्तीमत्त्व असेच अद्भूत स्वरुपाचे होते. विशेष म्हणजे अलौकिक विभूती म्हणून मान्यता पावलेल्या या महापुरुषाला आपले जावन ध्येय प्रथमतः आफ्रिकेमध्ये घडवले.

दादा अब्दुला या गुजराती व्यापार्याने दक्षिण आफ्रिकेतील आपल्या पेंदीचा वकील म्हणून मोहनदास करमचंद गांधी यांची नियुक्ती केली. या व्यापार्याचे कायदेश्रविषयक प्रश्न सोडवण्यासाठी ते १८९३ मध्ये एका वर्षाच्या करारानुसार आफ्रिकेतील दरबान येथे गेलेत. उदरनिर्वाहाकरिता उभीजीकेच्या शोधात दक्षिण आफ्रिकेत गेलेले ते पहिलेच भारतीय बॅरिस्टर होते. एका वर्षासाठी आर्किकेत गेलेले महात्मा गांधी तब्बल वीस वर्षे तेथे राहिलेले. गांधीजींच्या दक्षिण आफ्रिकेतील वास्तव्याची कहाणी अत्यंत अद्वितीय असून अद्वितीय स्वरुपाची आहे. या वीस वर्षांच्या काळाचे दोन कालखंडांमध्ये विभाजन करता येईल. ते असे पहिला कालखंड - १८९४ ते १९०६, दुसरा कालखंड - १९०७ ते १९१४

पहिला कालखंड - १८९४ ते १९०६

१८९४ च्या शेवटच्या आठवड्यात दादा अब्दुला या व्यापार्याच्या खटल्याचे कामकाज संपले व ते भारतात परतण्याची तयारी करू लागले. परंतु नियतीला ते मान्य नव्हत याच दरम्यान त्यांच्या वाचनात सर जॉन रॉबिन्सन यांचे 'नाताळ मकरंदी' नावाचे वृत्तपत्र वाचण्यात आले. या वृत्तपत्रातील 'भारतीयाना मतदानाचा हक्क' हा लेख त्यांनी वाचला. या लेखामध्ये आफ्रिकेतील भारतीयाना मतदानाचा हक्कापासून वंचित करून देणाऱ्या विलास समर्थन केले आणि लिहिले की, "आशियातील लोक पूर्णपणे निरक्षरलेल्या संस्कृतीच्या वंशानून आले आहेत. त्यांच्या सहजपट्टी आणि त्यांना मिळालेले शिक्षण यांच्याकडे पाहिले तर त्याच स्वरुप अतिशय मागासलेले आणि राजकीयदृष्ट्या बाल्यावस्थेत असलेले आढळते. आपल्या राजकीय आकांक्षाबद्दल त्यांना काही सहानुभूती असू शकते अशी अपेक्षा करण हा त्यांच्यावर अन्याय करण्यासारखा होईल. त्यांच्यासाठी आपल्या राजकीय समस्या तेवढ्याच गूढ आहेत जेवढे आपल्यासाठी वैदिक साहीत्य." १ यामुळे गांधीजी विचारप्रवृत्त झाले आणि त्यांनी या विरोधात आवाज उठविला व अशा प्रकारे आफ्रिकेतील त्यांच्या कार्याला सुरुवात झाली.

आफ्रिका खंडातही आशिया खंडाप्रमाणे गोऱ्या दुरोपियनांच्या वसाहती होत्या. दुरोपियनांच्या वर्णव्येपी धोरणाचा विदारक अनुभव गैर दुरोपियनांना सतत येत असे. अनेक जाचक स्वरुपाचे निर्बंध, त्यांनी निग्रोवर व तेथे स्थायिक असलेल्या भारतीयोंवर लादले होते. दुरोपमध्ये मानवावादाच्या मुलभूत हक्कांचा उदो- उदो करणाऱ्या गोऱ्यांची आपल्या वसाहतीतील लोकांशी ही हीन बागपूक, अमानुष अन्याय या बाबींमुळे गांधीजी अनेकदा विचार प्रवृत्त होत. त्यांच्या संवेदनशील मनावर त्याचा प्रतिकूल परिणाम झाला. इतरांच्याच बाबतीत काय त्यांनाही स्वतःला वर्णव्येपी धोरणाचा अनुभव आला. आफ्रिकेतील दरबान ते प्रिटेरिया असा प्रवास करणाऱ्या गांधीजींनी आगगाडीच्या प्रवासात प्रथम वागांचे तिकीट असूनही त्या डब्यातून गोऱ्या अधिकाऱ्याने ते कुण्णवर्णाव आहेत. म्हणून ऐन थंडीच्या रात्री जबरदस्तीने त्यांना रेल्वे स्थानकावर ढकलून दिले त्यावेळी त्यांनी रेल्वेच्या प्रतिक्रमूहात रात्र काढली.

दुसरा प्रसंग असा की, प्रिटेरियाचे अध्यक्ष कुमर यांच्या प्रसादासमोरून जाणाऱ्या गांधीजींना एका बोअर पोलिसाने लाथावृक्क्यांनी तुडविले. इतकेच नव्हे तर, जोहान्सबर्ग येथे हॉटेलमधील खोलीसुद्धा ते कुण्णवर्णाव म्हणून नाकारण्यात आली. दुरोपियनांच्या या अहंमय आणि उदात्त वंशवादाच्या व वर्णव्येपी नैतीमुळे मोहनदास करमचंद गांधी यांच्यातून एक नविन महात्मा जन्मला आला. स्वानुभवामुळे त्यांना आपणास काय करावचे ही दिशा त्यांनी मिळाली आणि ध्येय घडवले. आफ्रिकेमध्ये गोऱ्यांच्या मनमानीविरुद्ध त्यांनी लोकांना संघटित लढा पुकारण्याचे आवाहन केले.

लोकांना संघटित करण्यासाठी त्यांनी २२ ऑगस्ट १८९४ रोजी 'नाताळ इंडियन काँग्रेसची' स्थापना केली व लोकांना आपले न्यायवृक्क मिळविण्याकरिता आणि अन्यायाचा प्रतिकार करण्याकरिता त्यांनी सत्याग्रहाचा मंत्र दिला व तेथील वृत्तपत्रातून सरकारच्या दमननिती विरुद्ध आवाज उठविला. 'नाताळ अॅडव्हर्टायझर' या वृत्तपत्रात त्यांनी लिहिले की, "झालंला प्रकारे विरश्चन तत्वात बसतो का? हा न्याय व समतोलापणा आहे का? ही संस्कृती आहे का? ... मी उत्तराची प्रतिक्रमू करीत आहे." २

अशा प्रकारे वार्षिक मानखंडनेतून स्वतःबरोबरच गुलामगोरीत असलेल्या लोकांचा स्वाधीमान जागृत करून सर्व प्रकारच्या वार्षिक निर्वंधाचा प्रतिकार करण्यासाठी लोकांना सज्ज केले.

१८९४ ते १९०६ या दरम्यानच्या काळातील गांधीजींचे राजकीय कार्य म्हणजे दक्षिण आफ्रिकेमध्ये त्यांनी चालविलेल्या लढयाच नेमस्त कालखंड होय. या काळात त्यांनी कायदेश्रमंडळ, ब्रिटीश संसद यांना विनंती अर्ज आणि निवेदन सादर करून लोकांवर चालत असणाऱ्या अन्याय अत्याचाराला वाचा फोडण्यासाठी सर्वतोपरी प्रयत्न केले. 'इंडियन ऑपिनियन' या वृत्तपत्राद्वारे त्यांनी ब्रिटीशांची न्यायवृद्धी आणि समतोलावृद्धी जागृत करण्याचा प्रयत्न केला परंतु आपल्या हा नेमस्त मार्ग कुचकामी ठरतो आहे. यामुळे ब्रिटीश सरकारला जाग येत नाही म्हणून त्यांनी दुसरा मार्ग पत्करला.

दुसरा कालखंड १९०७-१९१४

महात्मा गांधी यांनी आफ्रिकेत केलेल्या कार्याचा दुसरा टप्पा म्हणजे निष्क्रिय प्रतिकार म्हणजेच सविनय कायदेश्रम होय. त्यावेळी सत्याग्रहाच्या या अभिनव तंत्राचा वापर करून लोकांनी गांधीजींच्या नेतृत्वाखाली तेथील अन्याय कायदेश्राना धाव्यावर बसविले. त्यावेळी कशी परिस्थिती निर्माण झाली तर, एका वृत्तपत्राने लिहिले की, "आतापर्यंत सुस्त असलेल्या समाजात एकाएकी निर्माण झालेल्या प्रतिकाराची ही नविनच उद्भवलेली भावना पाहून गोऱ्यांनी आणि वृत्तपत्रांनी एक प्रकारे क्षसकाच घेतला." ३

नोंदणी प्रमाणपत्राविषयीचा कायदा :

शाब्दिक द्युक्तीवादीपेक्षा तसेच द्युक्कृत द्युक्तीवादाचे निष्फळ किल्ले रचण्यापेक्षा असे प्रश्न नैतिकतेच्या पातळीवर न्यायाची आवश्यकता त्यांना वाटू लागली व त्यांनी निष्क्रिय प्रतिकाराचा वापर करून सरकारला वेढील आणले. सत्याग्रहाचा अभिनव तंत्राचा वापर करून लोकांनी गांधीजींच्या नेतृत्वाखाली अन्याय कायदेश्राना धाव्यावर बसविले. हे सत्याग्रहाचे अद्भूत शस्त्र सर्वप्रथम नोंदणीच्या प्रमाणपत्राची भारतीयाना हाताच्या बोटांचे ठसे उमटीवणे आवश्यक ठरविणाऱ्या कायदेश्रविरुद्ध पुकारले असे प्रमाणपत्र भारतीयाना संदेव आपल्याजवळ बाळगावे असे सरकारचे म्हणणे होते. जोहान्सबर्गमध्ये या कायदेश्रचे पालन आम्ही करणार नाही असा इशारा देवून

गांधीजींनी 'पॅसिफ रेझिस्टन्स असोसिएशन' ह्या संस्थेद्वारे आंदोलन पुकारले. म्हणून सरकारने दमनतंत्राचा वापर करून महात्मा गांधी आणि २६ आंदोलनकर्त्यांना तुरुंगवासाची शिक्षा दिली. अशावेळी जनरल स्टुट्स यांनी गांधीजींशी वाटाघाटी केल्यात परंतु त्यातून काहीच निष्पन्न झाले नाही. म्हणून गांधीजींच्या नेतृत्वासाठी सर्व भारतीयांनी आपली नोंदणोपचर आंगीच्या भक्ष्यस्थानी दिलीत आणि सरकारला चपराक दिली.

भारतीयांच्या देशांतराविषयीचा कायदा

१९०८ मध्ये सरकारने भारतीयांच्या देशांतर धांबविण्यासाठी कायदा केला. अशावेळी गांधीजींच्या नेतृत्वाखाली लोकांनी जनआंदोलन पुकारले नाटाळ, ट्रान्सवॉल, जोहान्सबर्ग येथील भारतीयांनी नव्या देशांतराच्या कायद्याचा भंग करण्यासाठी आपला माल विनापरवाना विकण्यास सुरुवात केली. तर ज्या व्यापाऱ्यांकडे परवाने होते त्यांनी ते दाखविण्यास नकार दिला. अशा प्रकारे आर्थिक नाकेबंदीच्या या शस्त्रामुळे सरकार जेरंडस आले व महात्मा गांधीना व सत्याग्रहीत पकडून तुरुंगात टाकण्यात आले. त्यामुळे आंदोलनाची तीव्रता कमी झाली. अशातच सत्याग्रहीचोही फार दमछाक झाली. आंदोलन चालविण्यासाठी पैसा कमी पडू लागला. परंतु सुदैव म्हणजे गांधीजींनी यावेळी वित्तोपयुक्त त्यांच्या एका कालेनबाळ नावाच्या जर्मन भिन्नने केली. त्याच बळावर त्यांनी टॉलस्टॉय फर्मची स्थापना केली. हा फर्म भारतीयांच्या उर्जाविकेचे साधन बनला. लवकरच टॉलस्टॉय फॉर्मच्या माध्यमातून आंदोलनाला अधिकच गती प्राप्त झाली. त्यामुळे भारतीयांविरुद्धचे सर्व अन्यायकायदे रद्द करण्याचे आश्वासन सरकारने दिले पण ते प्रत्यक्षात पाळले नाही. उलट कामगार, स्त्रिया यांच्या विरोधात नवनवीन कायदे करून वेटीस धरले कामगारांवर 'पोल टॅक्स' हा कर लादण्यात आला. या करामुळे कामगारांचे परिस्थिती फार वाईट झाली. अशातच ख्रिश्चन धर्मानुसार विवाह न झालेल्या विवाहांना मान्यता दिली जाणार नाही म्हणजेच हिंदू, मुस्लीम व पारशी रीतीरिवाजानुसार झालेले विवाह बेकायदेशीर ठरविण्यात येवून त्यांची संतती अनौरस आहे असा निर्वाळा देण्यात आला. त्यामुळे गांधीजींनी पत्नी कस्तूरबा बांचेसह सोळा सत्याग्रहींना सोबत घेवून त्यांना निशस्त्र क्रांती करण्यास उद्युक्त केले हजारा कामगारांच्या स्त्रिया व मुले यांच्यासह क्रांतीसाठी ते तयार झाले पण निश्चूर सरकारने त्यांना पकडले व तुरुंगवास देण्यासाठी तुरुंगांत उपशी टेवणे, फटके मारणे, दगड फोडणे ही कामे त्यांच्यावर सोपविण्यात आली. महात्मा गांधींचाही अनर्चित छळ करण्यात आला पण निःशस्त्रपणे कायदे करणाऱ्या गांधीजींनी आपले कार्य सोडले नाही शेवटी सरकारला माघार घ्यावी लागली.

सर्वत्र संताप, निषेध, संप, टाळेबंदी यांचे दृष्टचक्र निर्माण झाल्यामुळे सरकार गलौतमात्र झाले व महात्मा गांधींच्या प्रयत्नांनी दक्षिण आफ्रिकेन सरकारने पोल टॅक्स, नोंदणी प्रमाणपत्रे, भारतीय रीतीरिवाजानुसार झालेले विवाह आणि त्याची ओरस संपत्ती याबाबतील सर्व मागण्या मान्य करून भारतीयांच्या स्वातंत्र्याविषयीच्या प्रश्नी सहानुभूती विचार केला जाईल असे आश्वासन केले.

भारतामध्ये आगमन

जानेवारी १९१५ मध्ये गांधीजी ज्यावेळी भारतात परतले त्यावेळी त्यांचे भारतीयांनी अभूतपूर्व स्वागत केले. दक्षिण आफ्रिकेमध्ये त्यांनी केलेल्या अद्वितीय कामगारीची ओळख सुशिक्षित भारतीयांप्रमाणेच सामान्य जनतेलाही होती. त्या गोखलेंनी तर त्यांचे वर्णन "आपल्या सभोवतालच्या लोकांना नेता व हुतात्मा बनविण्याचे आश्चर्यकारक आध्यात्मिक सामर्थ्य आहे." अशा सार्थ शब्दात केले. नामदार गोखले यांनी गांधीजी गुरुस्थानी मानत. भारतामध्ये परतलेल्या गांधीजींनी न्या गोखले यांनी 'राजकीय क्षेत्रात सक्रिय पदापेठ करण्यापूर्वी देशातील परिस्थिती नवखेखालून घाला.' त्यावेळी आपण कोणत्याही समस्येचा काळजीपूर्वक अभ्यास केल्याशिवाय कोणत्याही प्रश्नावर मतप्रदर्शन करणार नाही हे स्पष्ट केले. त्यांनी गोखले यांच्या संदेशानुसार संपूर्ण देशाचा दौरा केला. भारतातील राजकीय, सामाजिक, आर्थिक परिस्थितीचे सूक्ष्म निरीक्षण केले त्यावेळी परतत्र अवस्थेतील भारतामध्ये दारिद्र्य, दुःख, दैन्य, अर्थात्कता, निरक्षरता पाहून त्यांचे मन विषण्ण झाले. भारतातील या दरिद्रीनारायणांशी एकरूप झाल्याशिवाय मार्ग नाही. म्हणून त्यांनी बॅरिस्टरीतील हजारां रुपयांचा मिळकतीवर पाणी सोडून देशासाठी फक्तरी पत्करली आणि गौतम बुद्ध, वर्धमान महावीर, संत कबीर यांच्या तत्त्वज्ञानानुसार असंग्रहीतरी स्वीकारली.

भारतातील प्रारंभिक सत्याग्रही चळवळी

भारतातही राजकीय चळवळ चालविण्यासाठी सत्याग्रह हा मार्गच योग्य आहे. हे ओळखून त्यांनी १९१७-१८ च्या दरम्यान चंपारण्य सत्याग्रह, खेडा सत्याग्रह या शैतकन्यांशी निगडोत अशा व अहमदबाद येथील गिरणी

कामगारांचे आंदोलन अशा सत्याग्रही चळवळी केल्यात व या चळवळींना गांधीजींच्या सक्षम नेतृत्वामुळे भरघोस यश प्राप्त झाले.

निःशस्त्र प्रतिकाराचा मार्ग, सत्याचा आग्रह, अहिंसात्मक मार्ग आणि अद्वितीय स्वरूपाचा दहियकार, योगाचा मार्ग यांना स्वातंत्र्य आंदोलनात स्थान देवून असहकार आंदोलन, सविनय कायदेभंग आंदोलन व भारत छोडो आंदोलन पुकारले. या अद्वितीय मार्गाचा अवलंब करून सक्षम अशा ब्रिटीश सत्तेला नामोहरम केले. स्वराज्याच्या पूर्वजावारीकरीना रचनात्मक कार्याचे आवश्यकता आहे वेळोवेळी स्पष्ट करून ते कार्य केले. त्यांच्या या अद्वितीय कामगारीमुळे भारत विश्वस्तारावर लोकमान्य ठरला.

संदर्भ टीपा

१. प्यारेलाल मूळ लेखक - अनुवादक ब्रिजमोहन हेडा - महात्मा गांधी आदिपर्व, पृ. ५१८
२. काळे डॉ. एम.व्ही. (मूळ लेखक - विपिनचंद्र) इंडियाज स्ट्रगल फॉर इंडिपेंडन्स, पृ. ११७
३. प्यारेलाल (मूळ लेखक) अनुवाद ब्रिजमोहन हेडा - महात्मा गांधी आदिपर्व, पृ. ५३०

संदर्भग्रंथ सूची

१. विपिनचंद्र मूळ लेखक - अनुवादक काळे डॉ. एम. व्ही. इंडियाज स्ट्रगल फॉर इंडिपेंडन्स - सागर प्रकाशन पुणे
२. वेंस डॉ. विंटेड - वर्षा जिल्हातील स्वातंत्र्य आंदोलनाचा इतिहास
३. प्यारेलाल मूळ लेखक - अनुवादक ब्रिजमोहन हेडा - महात्मा गांधी आदिपर्व
४. द. लोकमत्ता - लोकमत्ता पुस्तकालय दि. २९ जानेवारी २०१२.
५. द. लोकमत - अमृतमहात्म्य विशेषांक, दि. १६ जून २०११.





Mahila Vikas Sanstha's
New Arts, Commerce & Science College, Wardha
(Accredited 'B' Grade by NAAC)

Affiliated to Rashtrasant Tukadoji Maharaj Nagpur University, Nagpur

5th UGC Sponsored ONE DAY
INTERDISCIPLINARY INTERNATIONAL CONFERENCE

MAHATMA @ 150



This is to certify that Mr./Mrs./Prof./Dr. प्र.डॉ. रश्मि म. जलप
from छात्रा विज्ञान महाविद्यालय, कुश
has participated / presented paper titled म. गांधीच्या काळातील पूर्वपिठोनी : सश्रुतिकेतील कामगिरी
at the UGC Sponsored Interdisciplinary International Conference on

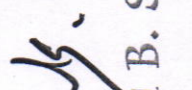
Mahatma @ 150 on 2nd March 2019

UGC Sponsored Peer-
reviewed Research Journal


ISSN 2319-9318

Impact Factor 6.021

Govt. trademark 2611690


Dr. Ashish B. Sasankar

Principal


Dr. Prashant R. Kadwe

Principal



Arts & Science College
Wardha

conference

International Conference on Recent Trends in commerce and Humanities



National Assessment & Accreditation Council
CGPA 2.21 (B)



Organized by
IQAC



Mahajan College of Technology

In
Collaboration
With

**Smt Nankibai Wadhvani
Kala Mahavidyalaya**



23th & 24th March 2019
**Conference Venue: Mahajan College of Technology,
Wadgaon Road, Yavatmal**

INDEX

S.No.	Title	Authors	Page No
COMMERCE			
1	EXPORT MARKETING STRATEGIES FOR HIGH PERFORMANCE	Dr. D.P.PARATE	1
2	Recent Trends in Commerce Education	Dr. Rajesh M. Deshmukh	6
3	ENVIRONMENTAL CHANGES & ITS EFFECT ON ECONOMY	Dr. RAVINDRA BHAURAO TEMBHURNE	9
4	IMPACT OF FDI ON INDIAN ECONOMY – AN ANALYTICAL STUDY	Dr. Vilas K. Mahulkar	11
5	Foreign Direct Investment in India	Lect. Vinay S. Lodha, Mr. L.D. Kharad	15
6	Rural Development in India After LPG	Ms. Shweta M. Yerkar	23
7	RETAIL SECTOR IN INDIA AND FOREIGN DIRECT INVESTMENT	Miss. Pallavi S. Khoke, Dr. K. B. Moharir	28
8	RURAL DEVELOPMENT IN INDIA	Prof. Amar P. Dhahane, Prof. Shivcharan L. Kottewar	32
9	AN ANALYTICAL STUDY ON FOREIGN DIRECT INVESTMENT (FDI)	Prof. Amar P. Dahane, Prof. Shivcharan L. Kottewar	37
10	RURAL DEVELOPMENT IN INDIA	Prof. Praful S.Thote, Prof. kundan R. Bhoyar	41
11	USE OF ICT TOOLS IN COMMERCE EDUCATION	Prof. Satish Mahadeorao Deshpande	46
12	RECENT TRENDS IN INDIAN BANKING INDUSTRY	Prof. Shilpa Vikas Kundarpawar	48
13	ROLE OF INTERNATIONAL INSTITUTE AND ITS IMPACT ON FOREIGN TRADE	Shubhankar S. Wankhade	52
14	The Universal Health Coverage Fund in Indian Context - A Mechanism Design Approach	V. Varghese ¹ , R.M. Tated ² , V.R. Mahure ³ , N.A. Pistulkar ⁴ ,	55
15	Impact of E-commerce in India towards Economic Growth	Prof. Dr. Vijay R. khobragade	64
16	ई-गव्हर्नन्सचे नवे पर्व	अमोल स. राऊत	68



S.No.	Title	Authors	Page No
116	Healthy Diet affects the Youth	Dr. Rajesh D. Chandrawanshi	447
117	The Importance & Benefits of Nutrition	Dr. Sagar P. Narkhede,	450
118	PERFORMANCE ANALYSIS RESEARCH IN SPORTS AND GAME	Dr. Sandeep M. Chawak	453
119	Role of Nutrition in Life	Dr. Sangita A. Deshmukh	458
120	ANALYSIS OF SPEED AND AGILITY OF BASKETBALL PLAYERS AT DIFFERENT PLAYING POSITION	Dr. Shridhar R. Dhakulkar	461
121	Physiology & Exercise	Dr. Shrikant Aloney	465
122	EFFECT OF SIX WEEK PRANAYAMA PRACTICES ON CARDIO-RESPIRATORY ENDURANCE OF KHO-KHO PLAYERS	Dr. Shrikant S. Mahulkar	469
123	THE SPORTS MEDICINE & PHYSICAL FITNESS IN FORENCE SCIENCE & SPORTS	Dr. Sohan R. Satpute	473
124	Nutritional Aspect of Sports	Dr. Subhash S. Dadhe	479
125	ROLE OF YOGA IN PHYSICAL FITNESS	Dr. Sunil Kumar	483
126	Nanotechnology Booster for sports performance	Dr. Tanuja S. Raut	485
127	"To compare the leg strength of sprinters and long distance runners"	Dr. Uday N. Manjre	488
128	Effect of Aerobic Exercise on the Physiological Variables of Rural Background Sportsmen	Dr. Umesh Jugalkishor Rathi	492
129	ROLE OF YOGA IN PHYSICAL EDUCATION & SPORTS	Dr. Vasistha A. Khodaskar	495
130	EFFECT OF POLYMETRIC EXERCISES ON CARDIO-VASCULAR ENDURANCE AND PLAYING ABILITY OF BASKET BALL PLAYER	Dr. Vikas R. Tone	500
131	NUTRITION STRATEGIES FOR HEALTH & ATHLETIC PERFORMANCE	*Dr. Vivek P Gulhane*, Dr. Ashwani Kumar**	504
132	Role of Yoga Exercises and Aasanas in Daily Life	Dr. Waman Gulabrao Jawanjal	507

S.No.	
133	A STUDY ON THE EFFECTS OF VARIOUS VARIABLES ON THE PERFORMANCE OF PATIENTS
134	THE EFFECTS OF YOGA ON PATIENTS
135	IMPORTANCE OF YOGA
136	Role of Yoga
137	ROLE OF YOGA
138	Contribution of Yoga
139	A COMPARISON OF JUNIOR
140	Role of Yoga
141	Nutritional
142	HOW YOGA IMPROVES LIFE
143	To Study the Role of Sports
144	IMPORTANCE OF YOGA
145	ROLE OF YOGA IN TECHNICAL
146	YOGA AND YOGA
147	Role of Yoga
148	PERFORMANCE OF THE FUTURE SCIENTIST
149	Yoga in



Effect of Aerobic Exercise on the Physiological Variables of Rural Background Sportsmen

Dr. Umesh Jugalkishor Rathi
 Arts & Science College, Kuhra, Amravati
 E-mail. umeshrathisir@gmail.com

ABSTRACT

The present investigation was taken during the year 2017-18 Arts & Science College, Kuhra, Amravati with an objectives to assess the effect of Aerobic exercise on physiological variables of rural background sports men. The study concluded that 15 week training of aerobic exercise had a positive effect on Body weight, heart rate, hemoglobin, breath hold capacity and blood pressure of rural background sports men. The aerobic exercise reduces the level of Body weight, heart rate, blood pressure and also enhanced the level of breath hold capacity & hemoglobin in blood.

Keywords : Blood pressure, hemoglobin, heart rate, body weight & breath hold capacity.

INTRODUCTION

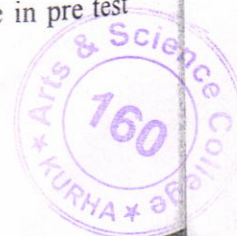
Aerobic exercise comprises innumerable forms. In general, it is performed at a moderate level of intensity over a relatively long period of time. For example, running a long distance at a moderate pace is an aerobic exercise, but sprinting is not. Playing singles tennis, with near-continuous motion, is generally considered aerobic activity, while golf or two person team tennis, with brief bursts of activity punctuated by more frequent breaks, may not be predominantly aerobic. Some sports are thus inherently "aerobic", while other aerobic exercises, such as fartlek training or aerobic dance classes, are designed specifically to improve aerobic capacity and fitness. It is most common for aerobic exercises to involve the leg muscles, primarily or exclusively. There are some exceptions. For example, rowing to distances of 2000 meters or more is an aerobic sport that exercises several major muscle groups, including those of the legs, abdominals, chest, and arms. Thus aerobic exercise can decrease visceral and subcutaneous fat more effectively than other exercise methods. Even though moderate exercises enhance health conditions, there are recent and consistent evidences that high intensity or strenuous exercises have even more significant positive effects on lipid profile, reducing. There for the present study was carried out to find the effect of aerobic exercise on the body weight, blood pressure, heart rate, breath hold capacity and hemoglobin of sports men of rural background. up to two times mortality rates over a decade.

OBJECTIVES OF THE STUDY

To find out whether there was any effect of aerobic exercises on different physiological variables- body weight, heart rate, blood pressure, Breath hold capacity & hemoglobin of sports person.

METHODOLOGY

In the present study, a purpose sampling plan was used for selecting the samples. The present investigation was conducted on a total 25 male rural area background sport men between the ages of 16 to 25 years. The selected sample went through training for 15 weeks under the supervision of yoga experts and researchers. The intervention consists of different type aerobic exercises were performed 60 minutes in the morning. These variables (Body weight, heart rate, breath hold capacity, blood pressure and hemoglobin) were determine in pre test



sample on the first 2 reports of both the sa

Statistical procedu appropriate statistica

STATISTICAL

Table 1 Mean SD ar weight.

Sources
Pre test
Post test

**significant of 0 .0

The table sh body weight of spor

Table 2 Mean SD a hold capac:

Sources
Pre test
Post test

Table shows that l capacity of sports r

Table 3 Mean SD Rate.

Sources
Pre test
Post test

Table shows that rate of sports men

Table 4 Mean SD Hemogl

Sources
Pre test
Post test

Table shows tha hemoglobin of sp

Table 5 Mean SI pressure

Sources
Pre test
Post test

Table shows tha Blood pressure c

of Rural

sample on the first and post test samples on the last day of the training. After getting the reports of both the samples, the data was analysed statistically.

Statistical procedures: Keeping the view the object as well as design of the study, the appropriate statistical techniques such as t-test, SD and mean were used to analyze the data.

STATISTICAL ANALYSIS

Table 1 Mean SD and 't' ratio of pre and post test of rural background sports men on body weight.

Sources	N	MEAN	SD	t ratio
Pre test	25	67.88	9.09	3.93**
Post test	25	59.84	4.66	

**significant of 0 .01 level of confidence

The table shows that the aerobic exercise have a positive effect on reducing level of body weight of sports men.

Table 2 Mean SD and't' ratio of pre and post test of rural background sports men on breath hold capacity.

Sources	N	MEAN	SD	t ratio
Pre test	25	36.72	4.13	4.19**
Post test	25	40.84	2.64	

Table shows that the aerobic exercise has a positive effect & increase the level of breath hold capacity of sports men.

Table 3 Mean SD and't' ratio of pre and post test of rural background sports men on Heart Rate.

Sources	N	MEAN	SD	t ratio
Pre test	25	73.68	3.90	3.19**
Post test	25	70.80	2.25	

Table shows that the aerobic exercises have a positive effect on reducing the level of heart rate of sports men.

Table 4 Mean SD and 't' ratio of pre and post test of rural background sports men on Hemoglobin.

Sources	N	MEAN	SD	t ratio
Pre test	25	10.16	0.77	7.76**
Post test	25	12.48	1.28	

Table shows that the aerobic exercises have a positive effect on increase the level of hemoglobin of sports men

Table 5 Mean SD and 't' ratio of pre and post test of sports men (Rural) on Systolic Blood pressure.

Sources	N	MEAN	SD	t ratio
Pre test	25	127.20	7.37	4.23**
Post test	25	120.40	3.20	

Table shows that the aerobic exercises have a positive effect on reducing the level of Systolic Blood pressure of sports men



Table 6 Mean SD and 't' ratio of pre and post test of rural background sports men on Diastolic Blood

Sources	N	MEAN	SD	t ratio
Pre test	25	83.80	3.89	1.50
Post test	25	82.40	2.54	

Table shows that the aerobic exercises have shows that the aerobic exercise has no significant effect on the Diastolic Blood pressure of sports men.

CONCLUSION

Based on the present study, it was calculated that the yoga training that was given had a positive effect on reducing the level of body weight, blood pressure, heart rate were found to be beneficial in enhancing the breath hold capacity level in the rural area sports men. Thus if followed correctly and scientifically examined, aerobic can be promising investigation in improving the pathology of definite conditions among rural area sports men present study. They had concluded that the aerobic exercise helps in reducing the body weight, blood pressure, heart rate and body fat.

REFERENCE

Aerobic Dance. (1997) Georgia State University Retrieved April 21, 2005 Cooper, Kenneth H. (1983) [1968]. *Aerobics*. Bantam Books. ISBN 978-0553274479.

Michal L. Pollack and Associate, "Effect of Walking on Body composition and cardiovascular function of Middle Aged Men", Journal of Applied Physiology VOL.I (March 1971), P. 106.

Nobega A. C. L., Williamson JW, Araujo CGS, Friendman DB, Heart rate and blood pressure responses at the onset of dynamic exercise: effect of Valsala manoeuvre Eur J Appl Physiol 1994;68-336-40.

Stration J. R., Levy WC, Cerqueira MD, Schwartz RS, Abrass IB. Cardiovascular responses to exercise. Effect of aging and exercise training in healthy men, Circulation 1994;89:1648-55.

Toy C. T., "Effect of Aerobic dance Training on VO2M ax and B ody com position in Early Middle Age Women", Journal of physical education and exercise Science. VOL.1(JANUARY,2008).p.69.

Van Zent R.S. and S.H. Kusma, "Effect of community based exercise and education on individual fitness in a corporate setting", Research Quarterly for exercise and Sport Abstract of Completed Research Supplement, Vo. 64 (March 1993), P. 104.

Abstract

Aim of th sports. Yoga is e the work with techniques the necessary to re Education. One competing nobl sacred and the Physical Educa the body", whic example, in sp only to improve especially befor "education thro noblest goals o, the environmei scope of Physic itself but the co place was sac Physical Educ abilities that a considered cor and the sports the same goals

Keywor

Introduction

The word 'yog become a harm promote a balanc balancing "Mi Indian philoso motion without like aerobics, the spiritual c facilitates. The exercises rech

Role of Phy

Yoga is then although the t practice of as Education kn

[Handwritten signature]

Principal
Arts & Sci. College
Kurha 494



CRITERIAN-III

3.3.2.:-

Number of books and chapters in edited volumes/books
Published and Papers Published in National/International
Conference Proceeding per teacher during last five years

2019-2020





MAH/MUL/03051/2012
ISSN- 2319 9318

2019-2020

V I D Y A W A R T A ^R



www.vidyawarta.com

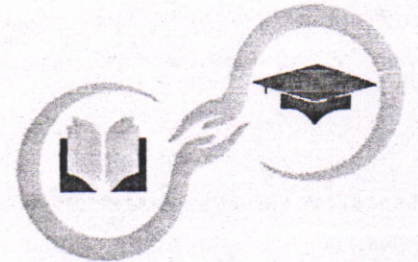
Special Issue

ISSN - 2319 9318

(Vol. II) Aug. 2019

**International Multilingual
Refereed Research Journal**

Available Online

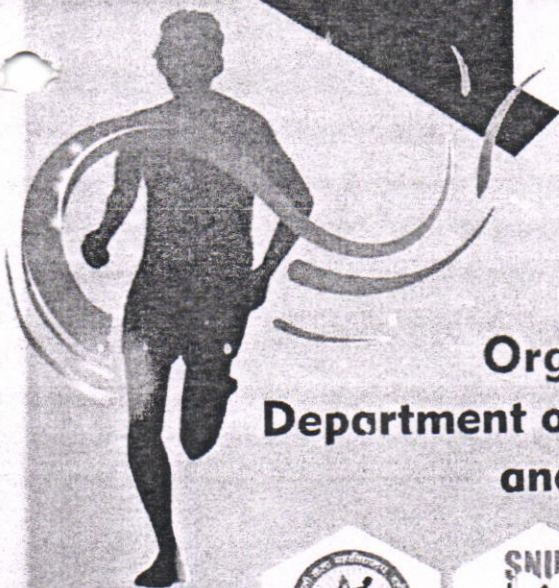


**An Inter-Disciplinary
NATIONAL CONFERENCE
On**

**Role Of Higher Education In
Making India Superpower**

21st August 2019

**Organized By
Department of Physical Education
and I.Q.A.C.**



An
Inter-Disciplinary National Conference
On

Role Of Higher Education In Making India Superpower

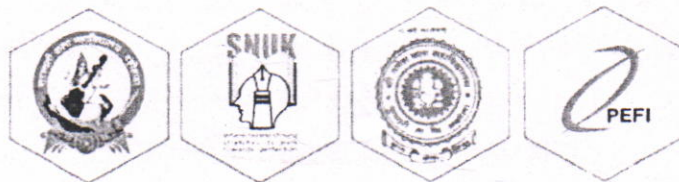
21st August 2019

VidyawartaTM



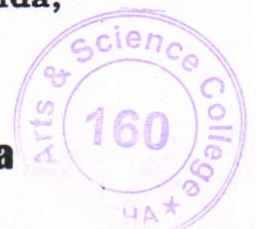
Organized By

Department of Physical Education
and I.Q.A.C.



S. N. Arts, And U. K. Commerce College, Akola,
Shri. Ganesh Kala Mahavidyalaya, Kumbhari, Akola
Saraswati Kala Mahavidyalaya, Dahihanda,
Tq. Akola District Akola, Maharashtra

Collaboration With
Physical Education Foundation of India



S. N. Arts, And U. K. Commerce College, Akola
Saraswati Kala Mahavidyalaya, Dahihanda, Tq. Dist. Akola
Shri. Ganesh Kala Mahavidyalaya, Kumbhari, Akola

In Collaboration with
Physical Education Foundation of India

National Conference
on

**“Role Of Higher Education In Making
India Superpower”**

- ORGANIZING COMMITTEE -

Dr. Jayant P. Bobade

Principal
S. N. Arts, And U. K. Commerce
College, Akola

Dr. Dipak K. Raut

Off. Principal
Saraswati Kala Mahavidyalaya,
Dahihanda, Tq. Dist. Akola

Dr. Kisan V. Mehare

Principal
Shri. Ganesh Kala Mahavidyalaya,
Kumbhari, Akola

Dr. Nitin W. Deulkar

Convener

Dr. Sagar P. Narkhede

Organizing secretary

Dr. Santosh P. Tayade

Joint secretary

Dr. Prabhakar U. Athawale

Joint secretary

Dr. Prashant S. Thakare

Joint secretary

Prof. Sudhakar B. Manwar

Joint secretary

Dr. Gajendra S. Wansik

IQAC Coordinator

Prof. Meghraj G. Gadge

IQAC Coordinator

Dr. Yogesh M. Wadatkar

IQAC Coordinator

- MEMBER -

Prof. Anand G. Chavan

Prof. Mrs. Nilima S. Kulkarni

Prof. Mrs. Sujata P. Kene

Shri. Amol B. Meshram

Dr. Bhaskar S. Patil

Prof. Nemichand F. Chavhan

Prof. Diwakar V. Sadanshiv

Dr. Ganesh A. Pote

Prof. Vijay V. Athwale

Prof. Santosh M. Dhandare

Prof. Jayant V. Raut

Prof. Prasanna P. Bagade

Dr. Usha P. Yaul

Dr. Sunil P. Parise

Dr. Bandu U. Jamnik

Prof. Rashmi R. Dahapute

Prof. Sushil A. Wawarkar

Dr. Prabhakar S. Mohe

Dr. Prachi S. Halgaonkar

Prof. Santosh D. Jamdhade



	PROF. VINOD NAMDEORAO TELMORE	797
220)	THE IMPACT OF SPORTS ON YOUTH DEVELOPMENT DR. SUHAS RAGHUNATH TIWALKAR	799
221)	THE ROLE OF ENGLISH LANGUAGE & INFORMATION IN HIGHER EDUCATION A.N. ABHYANKAR	801
222)	IMPORTANCE OF PHYSICAL EDUCATION FOR YOUTH LEADERSHIP DEVELOPMENT DR. RAKESH A. BADGUJAR	804
223)	HUMAN RIGHTS EDUCATION PROF. VIJAY TIRPUDE	807
224)	ROLL OF EXTRACURRICULAR SPORTS IN SCHOOL PHYSICAL EDUCATION.. ASHOK KUMAR TIWARI	811
225)	उच्च शिक्षा में आई सी.टी. की भूमिका डॉ. विजयसिंह शिंदे साराव पवार	813
226)	PROJECTIONS FOR OPPORTUNITIES IN PHYSICAL EDUCATION DR.ULHAS V DESHMUKH, DR.CHETAK R SHENDE	815
227)	USE OF ICT IN HIGHER EDUCATION DR. SANGITA N. LOHAKPURE	819
228)	USE OF MOBILE DEVICES IN HIGHER EDUCATION-A REVIEW RODGE S.A.	822
229)	CHALLENGE OF E-LEARNING IN PHYSICAL EDUCATION DR. VASISTHA A. KHODASKAR	825
230)	PREDICTION OF SELECTED PHYSICAL FITNESS VARIABLES WITH THE.. DR. VINOD V. KAPILE	828
231)	MANAGEMENT OF TEACHERS EDUCATION OF INDIA DURING ANCIENT TIME.. VAIBHAV N. BANKAR	830
232)	बालगृहातील मुलांच्या सामाजिक परिपक्वतेवर योगाभ्यासाच्या परिणामाचे... योगेश्वर स. निकस	833
233)	EFFECT OF YOGA PRACTICES ON SELECTED NEUROPSYCHOLOGICAL.. KONARK ROY	836
234)	महाराष्ट्रातील कृषी महाविद्यालयातील ग्रंथालयाची वाढ आणि विकास योगेश मधुकरराव सरप	839
235)	STRENGTHENING WOMEN PARTICIPATION IN SPORTS: INDIAN CONTEXT DR. YOGESH NIRMAL	842
236)	YOUTH: THE POWERHOUSE OF NATION	

221

THE ROLE OF ENGLISH LANGUAGE & INFORMATION IN HIGHER EDUCATION

PROF. A.N. ABHYANKAR

Head, Dept. of English, Arts & Science College, Kurha

There are several factors that make the English language essential in higher education system in India. First of all, it is the global language. This means that two students who come from different region usually use English as a language to communicate. That's why Indian student needs to learn the language in order to get in touch with an international level. At the university level, students in many countries study almost all their subjects in English in order to make the material more accessible to international students. it is the dominant language in the sciences, most of the research and studies you find in any given scientific field is written in English language. On the Internet, the majority of websites are written and created in English. It's the primary language of the media, more newspapers and books are written in English than in any other language. In fact, the Indian student will find more information regarding nearly every subject if he can speak this language. English skills will also help students in any business venture they choose to follow. Even after the completion of higher education the students face great problem when they visit some offices, companies, governmental organizations, or even math or engineering companies. So, there needs the knowledge of English language. Any big company will hire their professional staff after getting to know whether the students they are hiring are good at English or not. Companies who want to function at an international level only consider their staff well educated if they are good English speakers, writers, and readers. So, we must give most priority to English as the most important language after our mother tongue language in higher education system to make India as super power.

learning English is essential for the students in higher education in India for three reason. first of all, English is an international language, so all students from different areas can communicate with each other. English language help us to learn about other cultures and it makes student closer to each other from one region to another region. Secondly, English is easy to learn, there are a lot of resources available in English on internet and students can find variety of educational resources on internet easily, so it makes easy for every student to learn various subjects. Thirdly, English is essential in the field of higher education because in most universities of the world English is the first requirement. In the country like India, in

which after a distance of 20 km the language changes, so it is very important to have a common language like English in higher education. English had proved itself to be one such language, not only in India, but it has also become a common language to be spoken all over the world. It is because of this reason, English needs to be taught as a language in higher education in India.

Why English Language is Important in Higher Education in India

English should continue to occupy an important place in the curriculum of higher education so that at the end of the graduate level education, the pupils will attain good working knowledge of English. The pupil can perform English efficiency at post graduate level so it will not be difficult to perform in higher studies. In future many students may go abroad for higher studies where with help of English, it will be positive for them to speak, to write and to learn. So at the University level the foundation of English knowledge should be sound so that at the foreign countries there will be no difficulty for studies in English. English will help them to maintain contact with the outside world.

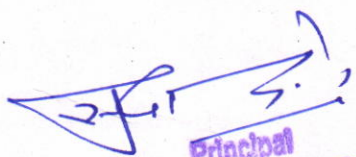
The English language also should be learnt for national integration. If English be learnt in sound way it will be easy for integration with the different students in the nation. The students in higher education should study English language along with Hindi and his mother tongue. Even with in India the people of different states communicate under themselves through English When they find no line through regional languages. English thus serves a great role of national understanding and integration of India. Again our nation is variegated-language platform. To make an interconnection, as well as the country wide acceptance of the language, English is the only superior answer. The subject of English which acquaints us with fundamental ideas of modern civilization or modern science and even growing knowledge of all the advanced countries of the world. It is also found that English serves a practical stand point in world business. In recording and making accounts of business the knowledge of English is mostly essential. We can say that English helps the people of India to gain adjustment in the other countries of the world. The inhabitants of India go abroad for higher studies and for other purpose. It is the knowledge of English that will help him to live with people of these countries. After having an excellent academic career, the students are rejected by an enterprise only because they can't communicate in the English language. They have great ideas, they know that they are more intelligent but due to the lack of the communicating skill in English, make them helpless. For an impressive and effective personality English plays an important role because sharing your thoughts effectively and with good knowledge will make your personality more attracted. There are several students in the world who are related to the same profession. Here, a good knowledge of English with great communication skills can make Indian students much better and noticeable than others. If the students have much smarter English communication skills

than automatically their self-confidence will be high & they can perform better in each field. Now the world is global & English is a global language. If Indian students also want to be a part of this globalisation then they must have an efficient approach to the English language. So, they can interact with whole the world. For a student who is having effective English communication skills than he has much career options. He could be selected easily than others. As I said English is used almost in every field. So a good knowledge of English provides him more career platforms.

Conclusion: Taking everything on account it can be said that learning English is the practical need of the higher education in India when globalization and economic flourish are making so many opportunities for the Indian youths. With the aim of English Teaching the higher education will enable the students to learn English with comprehension and speak it correctly so as to make them understand and express simple ideas and give easy description in writing English language. The students should not be tied down to the prescribed books. If at the stage of foundation is done reading with comprehension, interest will carry the students in later life as far as he goes. And definitely it will serve the nation.

References

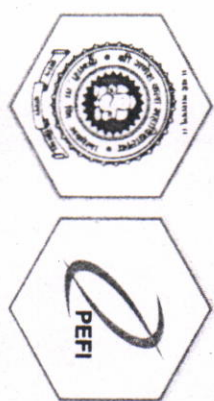
1. Government of India. (1986). National Policy of Education. New Delhi: Ministry of Education, Government of India. September 26, 2015.
2. Kothari Commission Report. (1970). Education and National Development. Report of Education Commission. New Delhi: NCERT. September 25, 2015
3. Thorat, S. (2013). Higher Education in India, Emerging issues of diversity and discrimination.
4. Tilak, J. (2015). How Inclusive is Higher Education In India? Social Change.
5. Sahu, S. (2011). How to communicated better English.
6. [http:// Brainely.in](http://Brainely.in)
7. <http://www.languageindia.com>


Principal
Arts & Sci. College
Kurha



S. N. Arts & U. K. Commerce College, Akola
Saraswati Kala Mahavidyalaya, Dahihanda, Tq. Dist. Akola
Shri. Ganesh Kala Mahavidyalaya, Kumbhari, Akola

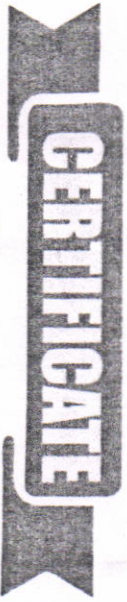
Department of Physical Education & IQAC
Collaboration With
Physical Education Foundation of India
Organized
An Inter Disciplinary National Conference on



Role Of Higher Education In Making India Superpower

21st August 2019

Sr. No. _____



This is to certify that Dr./Prof./Mr./Mrs./Ms. Prof. A. N. Abhyankar.

of Arts and Science College, Kurha. _____ has participated in

the One Day Inter-Disciplinary National Conference On "Role of Higher Education In Making India Superpower". He / She has participated as Resource Person / Chairperson / Co-Chairperson / Delegate / Research Scholar. He / She has presented / published a paper Entitled The Role of English Language and Information In Higher Education.

Dr. Piyush Jain Secretary
Dr. Nirm W. Deulkar Convener
Dr. Sagar P. Narkhede Organizing Secretary
Dr. Santosh P. Tayade Joint Secretary
Dr. Jayant P. Bobade Principal
Dr. Jayant P. Bobade Arts & Sci. College Kurha

VIDYAWARTA[®]



www.vidyawarta.com

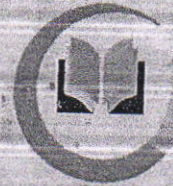
Special Issue

ISSN - 2319 9318

(Vol. II) Aug. 2019

International Multilingual
Refereed Research Journal

Available Online



Dr. Gandhi madam.

An Inter-Disciplinary
NATIONAL CONFERENCE
On

**Role Of Higher Education In
Making India Superpower**

21st August 2019

Organized By
Department of Physical Education
and I.Q.A.C.



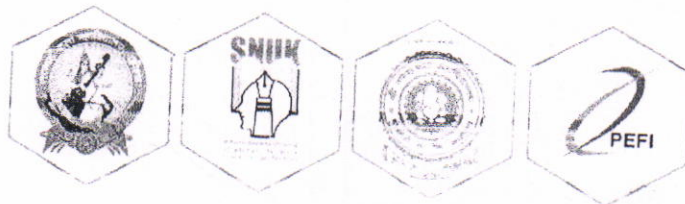
An
Inter-Disciplinary National Conference
On
**Role Of Higher Education In Making
India Superpower**

21st August 2019

Vidyawarta

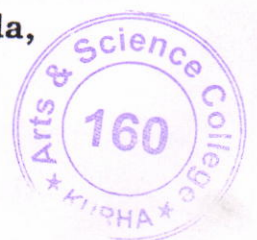


Organized By
Department of Physical Education
and I.Q.A.C.

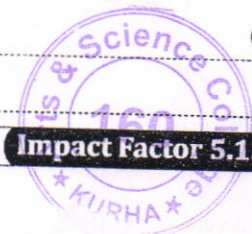


S. N. Arts, And U. K. Commerce College, Akola,
Shri. Ganesh Kala Mahavidyalaya, Kumbhari, Akola
Saraswati Kala Mahavidyalaya, Dahihanda,
Tq. Akola District Akola, Maharashtra

Collaboration With
Physical Education Foundation of India



153)	ग्रामजीवनाचा वास्तवदर्शी मनोवेधक परामर्श घेणारी कादंबरी: 'तहान' डॉ. भास्कर पाटील	645
154)	USE OF MOBILE TECHNOLOGY IN HIGHER EDUCATION TO MAKE INDIA... PRANJALI R. ZADE	649
155)	ऊच्च शिक्षणात तंत्रज्ञानाचे योगदान आणि शिक्षणावर झालेल्या परिणामाचे अध्ययन दिगांबर भाउराव टुले	651
156)	HUMAN RIGHTS EDUCATION AND ITS REFLECTION THROUGH INDIAN ... DIPKE BALU, MEGHA M. UPLANE	653
157)	HUMAN RIGHTS EDUCATION PROF. JAYANT RAUT	655
158)	IMPACT OF TRANSFORMING LIBRARY INFORMATION SCIENCE SERVICES IN... DR. PRASHANT S. THAKARE	657
159)	INDIAN SOCIETY & CHALLENGES FOR HIGHER EDUCATION DR.V.H. HIWARE	659
160)	IMPORTANT OF INFORMATION LITERACY MILIND B. ANASANE	662
161)	THE MANY BENEFITS OF YOUTH SPORTS IN YOUR COMMUNITY RAVINDRA P. JAGTAP	665
162)	PROSPECTUS FOR KNOWLEDGE HUB IN INDIA: SOME HIGHER EDUCATIONAL... DR. KIRTI J. GANDHI	667
163)	मानवाधिकार आणि मुल्यशिक्षण प्रा. दिगंबरकुमार लांडगे	669
164)	ROLE OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS IN YOUTH DEVELOPMENT MANJUSHA DESHMUKH	667
165)	महिला विकासातील अडथळे व उपाय गणेश आत्मारामजी पोटे	673
166)	उच्चशिक्षणामध्ये माहिती तंत्रज्ञानाचा उपयोग प्रा. विद्या धर्मेश धुव	675
167)	अनुसूचित जातीतील महिलांवर शिक्षणाचा आणि आधुनिकतेचा प्रभाव मेघराज पारसनाथ मेश्राम	677
168)	MOBILE LEARNING IN PHYSICAL EDUCATION DR. YOGESH S. NIRMA	679
169)	निष्काम कर्मयोगी संत गाडगेबाबांचे शैक्षणिक विचार	



PROSPECTUS FOR KNOWLEDGE HUB IN INDIA: SOME HIGHER EDUCATIONAL ISSUES

DR. KIRTI J. GANDHI

Art's & Science College Kurha

Introduction:

The HE sector is instrumental in adding to the greater escalation in informative activities. It is thereby contributing to the growth of Indian economic status as well. Growing Indian industries sector and corporate sector are always blaming on skill gaps. The growth of industries in India is not always complemented by the growth of skilled man power resources. The industry sector always requires additional resourced and skilled man power. Higher education has always been a sick child in India with struggling to fill these skill gaps. This needs to be rectified to sustain the present flourishing economic scenario. As a knowledge hub, India has been a leader in exploiting the technological innovation to its optimal usage. Access, equity and fairness has been its tagline for attaining better performances. Teaching in HEIs has been made an attractive career with rise in facilities, salaries, and research amenities. The governance of HEIs has been made more flexible with more autonomy and academic freedom. There have been structural changes in HEIs to fill all skill gaps.

Reasons for the growth of HEIs

1. Increased urbanization
2. Enhancement in income levels of people even in rural areas
3. Rapid industrialization
4. Optimal utilization of technology
5. Structural changes in governance in HEIs
6. Voluminous increase in R and D activities at all level of HEIs
7. Augmented chances for India to become a premier global supplier of skilled manpower resources
8. Improved academic interest in all stake holder of HEIs
9. Growth of student power seeking HE



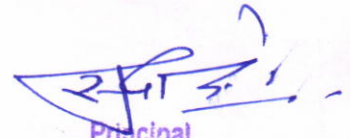
Conclusion- Thus a well planned expansion of HEIs emphasizing on student centric learning component will assist in the enhancement HEIs. This will provide more chances of exploiting the technological innovation. Across the world there have been many changes in HEIs. India should also diversify into more vocational based education which fills the skill gaps. This is the appropriate answer to the unemployment crisis as well. If HEIs can restructure themselves to become smarter in recruiting and retention the students in and off campus, then the whole idea of HE sector is going to revolutionize. Policy makers should think twice in this direction and redirect educational priorities.

References

Agarwal Pawan (Ed) - A Half Century Of Indian Higher Education Essays By Philip G Altbach Sage Publications 2013

Chenicheri Sid Nair, Len Webster, Patricie Mertova,(Ed) – Leadership and nagement of Equality In higher Education




Principal
Arts & Sci. College
Kurha



MAH/MUL/03051/2012
ISSN- 2319 9318

2019-20

R

VIDYAWARTA



www.vidyawarta.com

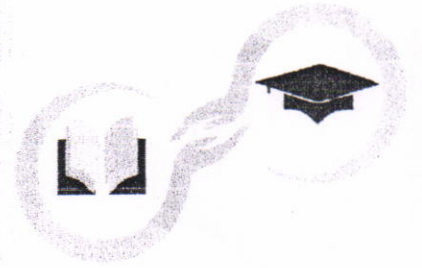
Special Issue

ISSN - 2319 9318

(Vol. II) Aug. 2019

International Multilingual
Refereed Research Journal

Available Online

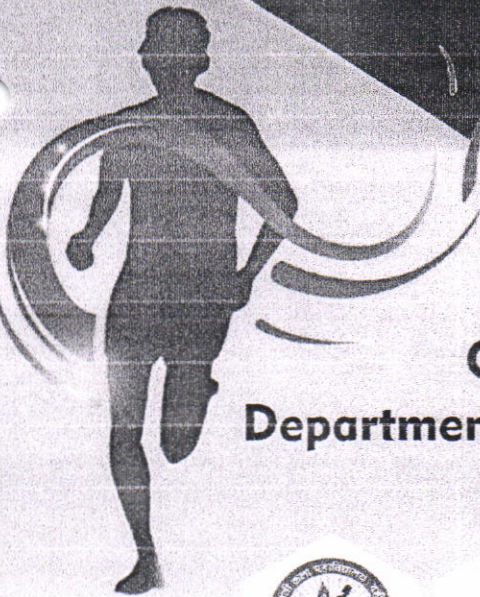


An Inter-Disciplinary
NATIONAL CONFERENCE
On

**Role Of Higher Education In
Making India Superpower**

21st August 2019

Organized By
Department of Physical Education
and I.Q.A.C.



An
Inter-Disciplinary National Conference
On
**Role Of Higher Education In Making
India Superpower**

21st August 2019

VidyawartaTM

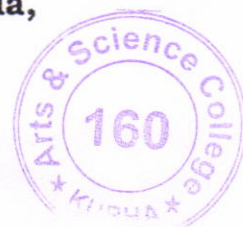


Organized By
Department of Physical Education
and I.Q.A.C.



S. N. Arts, And U. K. Commerce College, Akola,
Shri. Ganesh Kala Mahavidyalaya, Kumbhari, Akola
Saraswati Kala Mahavidyalaya, Dahihanda,
Tq. Akola District Akola, Maharashtra

Collaboration With
Physical Education Foundation of India



INDEX

1)	DOPING: A CURSE FOR INDIAN SPORTS CULTURE DR. S. N. SINGH (UP)	018
2)	INFLUENCE OF EATING DISORDER RISK ON SPORTS PLAYERS ANXIETY... DR. VISHAKHA SUBHAS SAOJI	028
3)	ISSUES AND CHALLENGES OF TEACHER EDUCATION IN INDIA GURPREET SINGH, MOHD IMRAN DAR	031
4)	THE ROLE OF PHYSICAL EDUCATION IN THE PROMOTION OF YOUTH..... DR. UMESH RATHI	036
5)	CHABAHAR PORT: AN ECONOMIC FRONTIER BEYOND NORTH-WEST BORDER VIKRANT J KAWALE	039
6)	IMPACT OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS IN PROMOTING SOCIAL... DR. SANTOSHI R. SAULKAR	045
7)	RESEARCH IN HIGHER EDUCATION IN INDIA: A REVIEW DR P. U. ATHAWALE	049
8)	HIGHER EDUCATION FOR TRIBAL DEVELOPMENT: SCHEMES AND CHALLENGES DR. S. M. BHOWATE	054
9)	INDIAN SOCIETY AND ITS CHALLENGES TO HIGHER EDUCATION DR A. K. THAKARE	059
10)	ICT BASED TEACHING & LEARNING NEED IN HIGHER EDUCATION PROF. AVINASH PAWAR	063
11)	SPORT, YOUTH FITNESS AND PHYSICAL ACTIVITY DR. AJAYKUMAR V. CHINCHMALATPURE	072
12)	HUMAN RIGHTS EDUCATION DR. PRAVIN PATIL	073
13)	ANALYSING LEARNERS' LEARNING BEHAVIOUR-A CASE STUDY DR. ALKA KARANWAL	083
14)	HOW SPORTS AND EDUCATION WORK WELL TOGETHER PROF. ANJALI BARDE	086
15)	COMPARATIVE STUDY OF PHYSICAL HEALTH AND MENTAL HEALTH.... PROF. ASHISH BARDE	089
16)	USE OF ICT IN HIGHER EDUCATION PROF.MANGESH N. JAMDADE	093

THE ROLE OF PHYSICAL EDUCATION IN THE PROMOTION OF YOUTH PHYSICAL ACTIVITY

DR. UMESH JUGALKISHOR RATHI

Arts and Science College, Kührha, Amravati

E-mail-Umeshrathisir@gmail.com

Abstract

Physical education can be a powerful influence on promoting youth physical activity (PA). This review describes correlates of youth PA, examines how these factors have been targeted in physical education (PE) based interventions, and makes suggestions for PE pedagogy to promote PA. Perceived physical competence, enjoyment of PA, intention, direct help and support from parents and significant others, and opportunities to be active were consistently associated with youth PA. The large-scale PE-based PA promotion programs that were successful in increasing out-of-school PA applied a pedagogical framework targeting variables associated with motivation (i.e., perceived competence, enjoyment of PA, self-determination). PE based interventions should continue to address the nature of activities, but also utilize pedagogy that promotes psychological determinants of student Physical education can be an important means by which the level of physical activity can be affected motivation. Positive student motivation in physical education could influence children to adopt physically active lifestyles as adults.

Introduction

Physical education and sports represent components of a global education, when taking into consideration their content, these being able to influence health, the child's development and growth, developing movement, psychic processes and phenomena and favouring socialization. "In this context, the functions of physical education and of extracurricular activities are of a biologic, movement, psychological and social nature, which are connected to the concept of a balanced and integrated development of personalities". Physical education plays a critical role in the promotion of youth physical activity is inherently appealing to many edagogues, a closer inspection of the pedagogy literature reveals a dearth of research that has investigated the effects of physical education on physical activity outside the school environment. Youth physical activity is influenced by a

multitude of psychological, biological, social, cultural, and environmental factors that may affect an individual's decision to adopt and maintain a physically active lifestyle. Physical education may indeed be a powerful factor in determining youth physical activity, but the causal linkage between students' experience and attitudes toward physical education and their adoption of a physically active lifestyle has yet to be determined. Further investigation is required to validate Sallis and Sports represents a part of culture, being understood, from its beginning as an ideal means to maintain health, to form a body and even a character, its main feature being the competition, which stimulates the desire to be known and implicitly, the obtaining of performances. This represents the valuing element in the symbiosis with physical education, both activities becoming permanent during the entire period of education of the young generation. Thus, the objective of this study followed the discovery of high school pupils' opinions regarding their options for physical education and sports activities classes, in order to increase their attractiveness and to form a strong concept regarding movement, on one side, and on the other side, to increase successful participation to the National Olympics of School Sports and other sports competitions.

Healthy Development of Children and Young People through Sport

Learn more about the educational impact of physical education and sport among children and young people, not just in terms of physical development of motor skills and performance but also its impact on educational potential.

Physical Education in Schools

Physical education in the school setting is an important and vital avenue for young people to learn and develop life skills. Read more in this section about the need to provide opportunities for physical education in school and in the community.

Social and Emotional Development

In addition to physical benefits, physical education and sport also have strong influences on inclusion and community building, character-building and delinquency and community safety. Find out more on the impact of sport on social and emotional development.

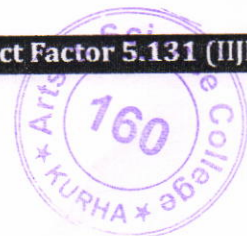
Policy Developments

A number of international policies and declarations exist in relation to physical education and sport. Read more for brief presentation of selected policies and international instruments.

Practical Considerations on Sport in Education

Sport acts as a magnet or a repellent to school. Read more in this section about the practical implications of getting children and youth involved in sport at school and the relationship sport has with attitudes to school and leadership.

Healthy development of children and youth people through sport



Sport and physical education is fundamental to the early development of children and youth and the skills learned during play, physical education and sport contribute to the holistic development of young people. Through participation in sport and physical education, young people learn about the importance of key values such as:

- Honesty
- Teamwork
- Fair play
- Respect for themselves and others
- Adherence to rules

It also provides a forum for young people to learn how to deal with competition and how to cope with both winning and losing. These learning aspects highlight the impact of physical education and sport on a child's social and moral development in addition to physical skills and abilities. In terms of physical and health aspects of child and youth development, there is an overwhelming amount of evidence that focuses on the (mostly positive) effects of sport and exercise on physical health, growth and development.

Long-term involvement in physical activity

Physical education and sport also build health activity habits that encourage life-long participation in physical activity. This extends the impact of physical education beyond the schoolyard and highlights the potential impact of physical education on public health. To achieve broader goals in education and development, sports programmes must focus on the development of the individual and not only on the development of technical sports skills. While the physical benefits of participation in sport are well known and supported by large volumes of empirical evidence, sport and physical activity can also have positive benefits on education.

Learning performance

Sport-based programmes have been shown to improve the learning performance of children and young people, encouraging school attendance and a desire to succeed academically. Whilst a majority of research into the health and development impacts of sport has been conducted in developed countries, there are studies that support this relationship in developing countries. For example, a study on sports involvement among children and young people in Namibia has shown that those who participated in sport and physical activity were more likely to pass the Grade 10 examinations. There is further research that suggests this relationship continues in tertiary education.

Conclusion

Activity involving in physical activity, it keeps you fit physical, mentally, builds your confidence levels and develops all-round personality. It is wrong to believe that sports are a

waste of time. Physical activity is an essential element in shaping human personality in maintaining sound body and mind in facilitating peace and brotherhood is a much accepted argument. Despite the broad acceptance of the utility of sports, little is translated into actual promotion and participation in sports by general public. Sports have a positive spin off on the vibrancy of a nation. It is a powerful media to educate the youth on the right lines in channelling their potentialities. It provides a platform for nurturing a spirit of national integration, crossing boundaries of language, tradition and region of the country. The participation in sports and physical education activities for good health a high degree of physical fitness increases an individual's productivity. It promotes social harmony and discipline. So, for all these aspects, the role of sports and physical education is a nation building in this competitive era.

References

- Baskin, M.L., Ahluwalia, H.K., & Resnicow, K. (2001). Obesity intervention among African-American children and adolescents. *Pediatric Clinics of North America*, 48, 1027-1039.
- Biddle, S.J.H., & Armstrong, N. (1992). Children's physical activity: An exploratory study of psychological correlates. *Society in Science and Medicine*, 3, 325-331
- Bloom, J. (1985). Mastery learning. In C.W. Fisher & D.C. Berliner (Eds.), *Perspectives on instructional time* (pp. 170-210). New York: Longman.
- Brustad, R. (1993). Who will go out and play? Parental and psychological influences on children's attraction to physical activity. *Pediatric Exercise Science*, 5, 210-223.
- Butcher, J. (1983). Socialization of adolescent girls into physical activity. *Adolescence*, 18, 753-766.
- Dale, D., Corbin, C.B., Cuddihy, T.F. (1998). Can conceptual physical education promote physically active lifestyles? *Pediatric Exercise Science*, 10, 97-109
- Donnelly, J.E., Jacobsen, D.J., Whately, J.E., et al. (1996). Nutrition and physical activity program to attenuate obesity and promote physical and metabolic fitness in elementary school children. *Obesity Research*, 4, 229-243.


Principal
Arts & Sci. College
Kurha



2018+19

Inter Disciplinary International Conference

on

Academic Research and Innovation in Teaching
&

Arising Inclination in Professional Education

(ARIT – AIPE 2019)

27th - 28th December, 2019

Conference Proceeding Editors

EDITOR

Prof. R. D. Chandak

Dr. J. M. Chatur

CO-EDITORS

Prof. Y. M. Patil

Prof. S. S. Kane

Prof. U. R. Kantode

Prof. A. S. Kalekar

Prof. H. A. Bharmal

Prof. S. R. Batulwar

Prof. M. P. Shende

Prof. K. S. Panpaliya

Prof. S. S. Malani



Sr. No.	Name of the Researcher	Title of the Paper	Page No.
1.	Shri Arvind Sambhaji Pazare	The Library's Role in Teaching and Learning	1
2	Mr. Yogesh Marotrao Patil Mr. Umesh R.Kantode	Analysis Of 2D Geometric Transformation In Computer Graphics	4
3.	Mr. Husain Anwarali Bharmal	A Study Of Impact Of Demonetisation On Small Medium Entreprize (SME)	9
4.	Mr. Ritesh D. Chandak	A Need Of Financial Literacy For The Success Of Financial Inclusion	12
5.	Uday N. Manjre Vijay V. Pande	Technology Enhance High Performance And Mass Participation In Sports	16
6.	A.K. Shingarwade Dr. P.N. Mulkalwar P. R. Garudi	Product Recommender Systems For E-Commerce And Their Limitations	18
7.	Mrs. Shital Yogesh Patil Mr. Yogesh Marotrao Patil	Need Of Digital Learning In Rural Areas	25
8.	Anurag Mohod Dr. Mahek Iram Qureshi	CSR Initiatives Of Business Enterprises With Special Reference To Amravati City	29
9.	Dr.Prashant.P.Karekar	Critical Evaluation Of Medical Tourism In India. Opportunity And Threats	35
10.	Prof. Pratiksha D. Kawalkar	A Review On Study Of E-Commerce And Its Impact On Market And Retailers' In Yavatmal	41
11.	Komal S. Panpaliya	A Review On Consumer Attitude And Perception Towards Green Product	45
12.	Surbhi M. Darda	A Review On Formulation Of Strategies For Developing E-Enterprises In Today's Era With Reference To Small Town.	49
13.	प्रा. डॉ. सुनिल एन. ढेरे	विपणनामध्ये ई-वाणिज्य व ई-व्यापाराचे फायदे	52
14.	Prof. Sudhir N. Velukar	Some Applications Of Boolean Algebra In Switching Circuits	55
15.	Dr.G.P.Urkunde	Role Of Libraries In Higher Education In India	61
16.	Dr. Milind B. Ghangare	Information Use Pattern Of Undergraduate Students Of Aniket College Of Social Work Wardha, Maharashtra	64
17.	Dr. Ravijeet O. Gawande	Career Adaptability In Physical Education: The Main Strength And Weakness	67

111.	Dr. Amol Onkarrao Deshmukh	Role Of Information Technology (IT) In Sports Performance	380
112.	Dr. B.P. Yeole	Impact Of Social Media On Teaching Learning Process	382
113.	Ms. D.P. Bondre	Impact of Innovative e-Learning on Social and Cultural Development	384
114.	Prin.Dr.Devendra Gawande	Modern Technologies And Their Impact On Sports	388
115.	Dr. Anil A. Deshmukh	New Gadgets And Its Benefits For Sportsman	391
116.	Dr. Umesh Rathi	Effect Of Technologies On Sports And Various Skills	393
117.	Prof. Dilip More	Innovations In Sports And Improvement In Sports Skills	395
118.	Prof.Dr. Santosh P. Tayde	Changes In Sports Using Technological Devices And Skills	398
119.	Prof. Rahul Radke	Role Of Technologies And Skills For Better Development In Sports	401
120.	Prof. Vinod Kapile	Role Of Technologies And Skills For Better Development In Sports	403
121.	Prof. Chandrashekhar Ingole	Technological Changes In Sports And Skills For Development	405
122.	Dr.Shridhar R.Dhakulkar	Implement Of Technologies In Sports And Benefits Of Skills	407
123.	Prof. Prashant Sudhakarrrao Charjan	Benefits Of Various Technologies In Sports And Skills	410
124.	स्वप्नील रामभाऊ चिकटे	ग्रामीण भागातील शैक्षणिक समस्या	413
125.	Ku. Priyamvada Dinesh Bhat	Emerging Trends In EFL Teaching In The Global Expansion Of English Language	416
126.	Ms. Apurva R.Raut, Ms. S. K. Totade, Mr. S. B. Bele	Active Volcano with Wireless Sensor Network	418
127.	Dr. Hemantraj J. Kaware	Effect Of Selected Yoga Asana On Obese People Of Amravati	422
128.	प्रा.डॉ. अशोक कांबळे	आंबेडकरवादी समाज जाणीव आणि विद्रोह	424
129.	Prof. Minal Mahavir Nistane	A Critical Analysis Of The Challenges In The Process Of Talent Acquisition And Retention	427

Effect Of Technologies On Sports And Various Skills ✓**Dr. Umesh Rathi**

Arts And Science College Kura, Dist Amravati

Abstract

Sport and exercise science like most areas of life have been affected greatly by technological advancements. It is difficult to imagine modern sports and various sub-disciplines of exercise science without technologies. The use of technologies is, without exception, tainted with frustration and ambivalence. Paradoxically, it is the omnipresence of technology that has contributed most to people's inability to fully grasp the scope and depth of its influence and also uncertainty as to what role various technological advancements play in sports. Indeed, the influx of sport technologies has profoundly changed the landscape of sport and exercise science. Importantly, technology has in many ways changed what we think of as the athletic body. Therefore, this paper examines the impact of technology on sport performance, considering the theories of technology and quest for improved performance, types of sport technologies, the advantages and disadvantages of sport technologies in modern day sports. It is recommended that those managing, handling and using sport must be equipped to make wise choices on the type and use of sport technologies that would assist in the right performance.

Introduction

Sport world today is getting technological by combining natural athletic talent with advanced analytics and artificial intelligent to produce the best possible outcomes on the playing field of sports. Sport excite people as a triumph of human effort, with Barr (2016) stating that behind the scenes are a number of things that go into that triumph and at the top is technology. Technology has been utilized in sport for many years in various forms and play particularly vital role especially for the elite sport. Numerous attempts to define technology have yielded such an array of descriptions that one may resigned to the idea that technology is simply not definable. On the one hand, it is synonymous with science and rational thought, encompassing every little gadget ever held in hands.

Sports technology

Technology is changing the face of modern sports, sports psychology and coaching. State-of-the-art technologies are used to optimize performance in sports as diverse as cycling, speed-skating, swimming, golf, skiing, surfing, football/soccer ball, tennis racket and ball, running, facilities and many more. Technology in sport today is found in countless forms with each innovation has potentially positive and beneficial outcomes. Understanding the implications of sport technologies involve basic typology used in classifying, these are done in six types of sport technologies though not mutually exclusive, in some cases same technologic could fit into multiple categories of many types of sport technologies help to obtain a better perspective on which technological options athletes eventually have access to and impact on sport performance.

Computer vision

As the sports ecosystem is putting increasingly more focus on the fan experience, AI plays an essential role in shaping a relevant and impactful customer journey for sports viewers at home and in arenas.

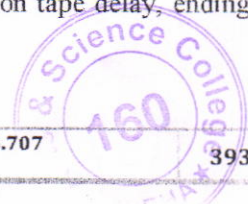
Computer vision, the ability of a machine to recognize, analyze and contextualize visual data, is one of the most influential and compelling types of AI for sports. The market for computer vision systems is projected to reach \$25.32 billion by 2023, at a CAGR of 47.54% between 2018 and 2023, according to ReportBuyer. Many professional venues today are already equipped with high-resolution and motion tracking cameras that track hundreds of movements and data points during games and produce automated video highlights, but the full potential of this technology is yet to be explored.

A brilliant example of what computer vision can do for sports came from a California-based company called GumGum, which applied its patented technology to sponsorship valuation by tracking and analyzing branding across sports footage and social media mentions. By providing almost instantaneous ROI metrics, GumGum's computer vision empowers rights holders and brands to reevaluate their sponsorship spending in the digital economy.

Video Technology

To remind you just how long ago 1980 was – The 'Miracle on Ice' was not broadcast live. The epic Olympic hockey battle between USA and USSR, won in epic fashion by the US, was on tape delay, ending over an hour before the TV broadcast started.

There is no way that would happen in today's sports era.



Everything is live, and not just on your home TV, but on your smartphone, tablet, and the overhead screen in your local church. In today's sports world you are never far from live access.

But it isn't just access that has adapted to the times, it is features. Instant replay, 1st and ten lines, pitch trackers, HD TV sets, DVR's – the experience of watching sports has changed dramatically for the better.

Wearable Computers

Another advancement in the world of safety and monitoring, wearable computers allow for real-time tracking of an athlete's health. Since their creation, the incidents of dehydration, heart attacks and worse, have dramatically decreased.

When Minnesota Vikings offensive lineman Korey Stringer died of heat stroke during training camp in 2001, companies began to investigate ways to monitor health in real-time and stave off tragedies like this. Wearable tech has made a difference in the lives of many athletes, by supervising pulse rate, hydration, and temperature through its wireless and microscopic health monitoring system.

Sports skills

Planning the Movement

- Timing the movement
- Think/predict what to do
- React to a situation if different from what you predicted

Bilateral coordination

- To use both sides of the body together
- Can be a symmetrical movement (star jumps)
- Can be an alternating movement (walking)

Hand Eye coordination

- Eyes guide the hands to complete movement (catching, striking)

Coordinated movements start in your large muscles groups and move into your smaller muscle groups working together for a fluid motion.

Throwing

Prepare your body

- Head up eyes on target
- Stands with side of body facing the target
- Show ball to your toes (start with ball low)

Backswing (1. nose 2..shows)

- Bring the ball to your nose (ball up beside head)
- Show to someone behind you (stretch arm far back)

Forward Motion (3. throws)

- Step with foot opposite of throwing arm
- Arm moves forward forcefully
- Shoulder and hip follow the arm

Release

- Let the ball go in the direction of target

Follow through

- Throwing arm continues to move across your body

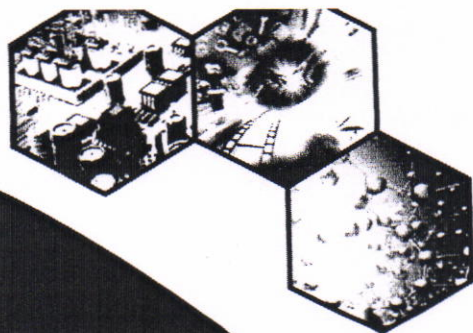
The back swing and follow through of arm and body are what gives a throw its power, distance, and speed.

Conclusion

Sports as a special social phenomenon, has become a modern technology accessories. The word of sport is changing because of technology, as technology plays large roles in daily lives, it also play a large role in changing the body. Thus, technology continues to change the way sports are played, how injuries are treated, what kinds of sports are played and enhances performance outcomes. Sporting technologies are man-made means developed to reach human interests or goals in or relating to a particular sport.

References

1. Toffler, A. (1971). Future Shock. (Bantam edition). New York: Bantam Books.
2. Troped, P. J., Oliveira, M.S., Matthews, C. E., Cromley, E. K, Melly, S. J & Craig, B. A (2008).
3. Prediction of activity mode with global positioning system and accelerometer data. Medicine and Science in Sports and Exercise, 40 (5), 972-978.
4. Turner, G. M. (2013). The limits to growth model is more than a mathematical exercise; reaction to R. Castro, 2012, Arguments on the imminence of global collapse are premature when based on simulation models', GAiA 21/4, pp. 271- 273. GAiA, 22, pp.18-19.
5. Turvey, M. T (1990). Coordination.



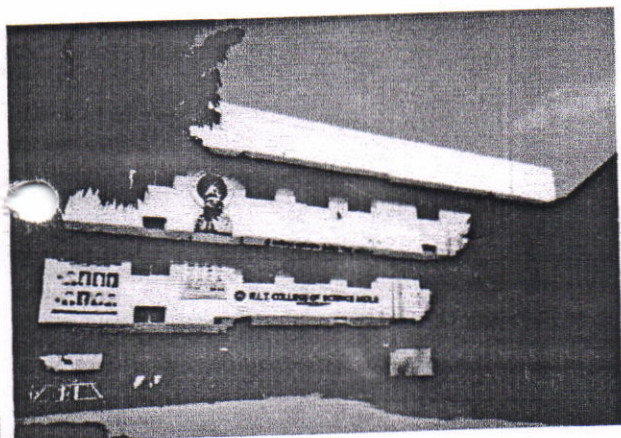
2019-20

National Conference on Multidisciplinary Research in Science and Technology for Healthy Lifestyle Management

NCMRST-2020

Friday, 24th January 2020

Special Issue of
Aayushi International Interdisciplinary Research Journal
ISSN 2349-638x



Organized by

The Berar General Education Society's

Shri R.L.T. College of Science, Akola

Civil Lines, Akola, Maharashtra - 444 001

Re-accredited by NAAC with 'A' Grade, CGPA-3.12 (3rd Cycle)

Recognised by Government of Maharashtra

Affiliated to Sant Gadge Baba Amravati University, Amravati

Phone - 0724-2415480, Fax - 0724-2415650

E-mail - rltcollegeakola@gmail.com, Website - www.rltsc.edu.in

In association with

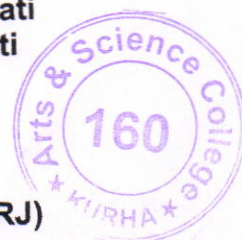
Microbiologist's Society, India

Amravati University Chemistry Teachers' Association, Amravati

Amravati University Physics Teachers' Association, Amravati

In collaboration with

Aayushi International Interdisciplinary Research Journal (AIIRJ)



ISSN-2349-638X

114	K.K. Rathod, K.V. Bhakade, J. T. Ingle	Combustion Synthesis and Luminescence of Rare Earth Doped Ortho-Borate Phosphors For Lightning And Display	457
C			
115	Prof. Jayesh Arjun Gajare	The Role of ICT/ E-Learning and Communication Skills in Science	460
116	Mrs. Jagruti Rohan Mahajani Mr. Hemant Yashwant Satpute	Study Of The Effectiveness Of Blended Learning For Geography Subject On Student's Achievement	462
117	Ulhas V. Bramhe	Importance of Biomechanics in Sport	465
118	Dr. Kamini Mamarde	Need Of Biomechanics In Sports	468
119	Prof. Sachin J. Kokode	Sports and Healthy Lifestyle	470
120	Miss Priyanka S. Jaiswal Mangesh Ubale	Innovations in Library automation and Information Science	473
121	Dr. Bharat R. Lokalwar	Digital Library : Role in Education	477
122	Dr. Rajesh D. Chandrawanshi	Science And Technology Helps To Improve Sports Skill	480
123	Dr. Devendra Gawande	Role Of Yoga And Sports In Modern Life	484
124	Prof. Dr. Umesh Rathi	Role Of Information And Communication Technology In Modern Life And Its Importance	487
125	Archana N. Deshmukh	Contribution of ICT in the Process of Language Teaching and Learning	489
126	Mrs. Supriya A. Bejalwar	Features Of Academic Library Websites: A Review	491
127	Namrata H. Mali	The Role of ICT in English Language Teaching and Learning	495
128	Sanjay K. Kale	Role Of Exercise In Weight Management	497
129	Arun B. Khedkar	The Role of Technology in Teaching and Learning English	500
130	Dr. N. W. Deulkar	Impact of Sport Physiology on Athlete's Performance: Reference to Psychology	502

Role of Information and Communication Technology in Modern Life and its Importance

Prof. Dr. Umesh Rathi

Arts And Science College Kura Dist. Amravati

Abstract

ICTs stand for information and communication technologies and are defined, for the purposes of this primer, as a "diverse set of technological tools and resources used to communicate, and to create, disseminate, store, and manage information." These technologies include computers, the Internet, broadcasting and many more.

Introduction

The term ICT is also used to refer to the convergence of audiovisual and telephone networks with computer networks through a single cabling or link system. There are large economic incentives to merge the telephone network with the computer network system using a single unified system of cabling, signal distribution, and management. ICT is an umbrella term that includes any communication device, encompassing radio, television, cell phones, computer and network hardware, satellite systems and so on, as well as the various services and appliance with them such as video conferencing and distance learning.

ICT is a broad subject and the concepts are evolving. It covers any product that will store, retrieve, manipulate, transmit, or receive information electronically in a digital form (e.g., personal computers, digital television, email, or robots). Theoretical differences between interpersonal-communication technologies and mass-communication technologies have been identified by the philosopher Piyush Mathur. Skills Framework for the Information Age is one of many models for describing and managing competencies for ICT professionals for the 21st century.

History of Information and Communication Technology

The term "information technology" evolved in the 1970s. Its basic concept, however, can be traced to the World War II alliance of the military and industry in the development of electronics, computers, and information theory. For the next twenty-five years, mainframe computers were used in large corporations to do calculations and manipulate large amounts of information stored in databases. Supercomputers were used in science and engineering, for designing aircraft and nuclear reactors, and for predicting worldwide weather patterns. Minicomputers came on to the scene in the early 1980s in small businesses, manufacturing plants, and factories.

In 1975, the Massachusetts Institute of Technology developed microcomputers. In 1976, Tandy Corporation's first Radio Shack microcomputer followed; the Apple microcomputer was introduced in 1977.

Benefits of Information and Communication Technology

Information and Communications Technology (ICT) has an important role in the world since we are now in the information age era. With ICT, the company can make the business easier to happen with the client, supplier and the distributor. It is also very important in our daily lives. The lack of appropriate information at the right time will result in low productivity, low quality research works, and waste of time to pursue information and even to do research which actually others had done or in other countries. Nowadays ICT cannot be separated with our daily needs.

ICT has a great impact in our daily lives. For example, we can read our local newspaper using the online newspaper. Another example is we still can get connected with our family, relatives, or colleagues even if we are abroad by using the electronic mail, yahoo messenger, call conference, or video conference. Digital computer and networking has changed our economy concept to the economy with no boundary in time and space because of ICT. It brings a lot of advantages for economic development enabling millions of transactions to happen in an easy and fast way.

ICT is one of the economic development pillars to gain national competitive advantage. It can improve the quality of human life because it can be used as a learning and education media, the mass communication media in promoting and campaigning practical and important issues, such as the health and social area. It provides wider knowledge and can help in gaining and accessing information.

ICT has become an integral part of everyday life for many people. It increases its importance in people's lives and it is expected that this trend will continue, to the extent that ICT literacy will become a functional requirement for people's work, social, and personal lives.

Methodology of ICT

The potential of each technology varies according to how it is used. Haddad and Draxler identify at least five levels of technology use in education: presentation, demonstration, drill and practice, interaction, and collaboration.

Each of the different ICTs—print, audio/video cassettes, radio and TV broadcasts, computers or the Internet—may be used for presentation and demonstration, the most basic of the five levels. Except for video technologies, drill and practice may likewise be performed using the whole range of technologies. On the other hand, networked computers and the Internet are the ICTs that enable interactive and collaborative learning best; their full potential as educational tools will remain unrealized if they are used merely for presentation or demonstration. ICTs stand for information and communication technologies and are defined, for the purposes of this primer, as a “diverse set of technological tools and resources used to communicate, and to create, disseminate, store, and manage information.” These technologies include computers, the Internet, broadcasting technologies (radio and television), and telephony to be used and their modalities of use.

Importance of ICT

The use of ICT in education add value in teaching and learning, by enhancing the effectiveness of learning, or by adding a dimension to learning that was not previously available. ICT may also be a significant motivational factor in students’ learning, and can support students’ engagement with collaborative learning. Information and Communications Technology (ICT) is basically our society’s efforts to teach its current and emerging citizens valuable knowledge and skills around computing and communications devices, software that operates them, applications that run on them and systems that are built with them.


As a matter of fact, we are living in a constantly evolving digital world. ICT has an impact on nearly every aspect of our lives – from working to socializing, learning to playing. The digital age has transformed the way young people communicate, network, seek help, access information and learn. We must recognize that young people are now an online population and access is through a variety of means such as computers, TV and mobile phones.

Conclusion

ICT is one of the economic development pillars to gain national competitive advantage. It can improve the quality of human life because it can be used as learning and education media, the mass communication media in promoting and campaigning practical and important issues, such as the health and social area. Information and communications technologies (ICTs) are permeating modern lifestyles, shaping and coloring the undertaking of activities and travel.

References

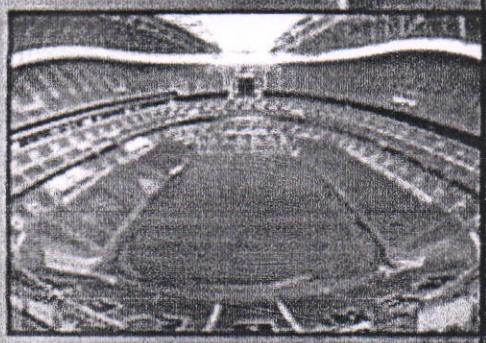
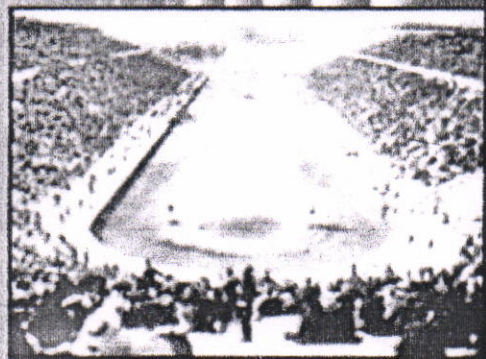
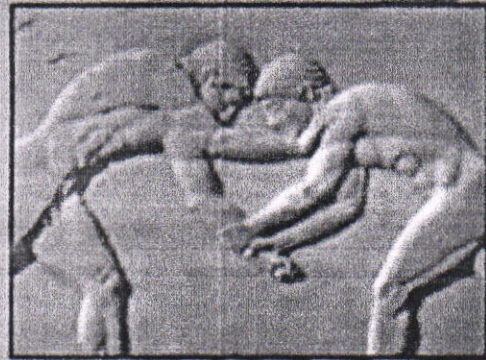
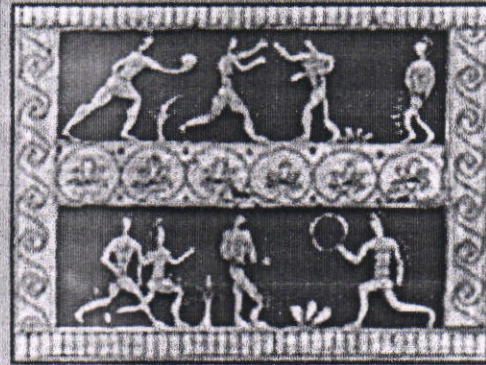
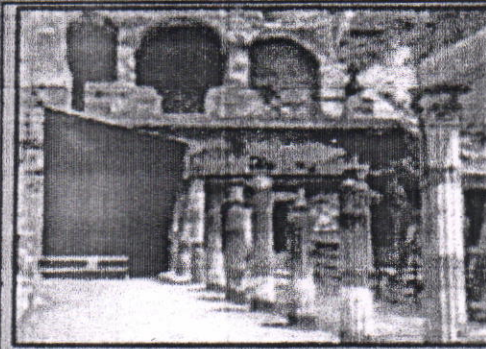
- 1) "ITU releases annual global ICT data and ICT Development Index country rankings - librarylearningspace.com". 2014-11-30. Retrieved 2015-09-01.
- 2) "Basic information : about wsis". International Telecommunication Union. 17 January 2006. Retrieved 26 May 2012.
- 3) Jump up to:a b "ICT Facts and Figures – The world in 2015". ITU. Retrieved 2015-09-01.
- 4) "ICT in Education". Unesco. Unesco. Retrieved 10 March 2016.
- 5) Blackwell, C.K., Lauricella, A.R. and Wartella, E., 2014. Factors influencing digital technology use in early childhood education. *Computers & Education*, 77, pp.82-90.
- 6) "What is Writing to Learn, WAC Clearinghouse".
- 7) "Evidence for How Writing Can Improve Reading, Carnegie.Org 2010" (PDF).
- 8) "Closing the gaps – Improving literacy and mathematics by ict-enhanced collaboration, Science Direct, 2016, pg 78". *Computers & Education*. 99: 68–80. August 2016. doi:10.1016/j.compedu.2016.04.004.
- 9) Jump up to:a b c d Agence Française de Développement (February 2015). "Digital services for education in Africa" (PDF). unesco.org. Retrieved 19 May 2018.
- 10) Jump up to:a b "ITU releases annual global ICT data and ICT Development Index country rankings". www.itu.int. Retrieved 2015-09-01.


Principal
Arts & Sci. College
Kurha

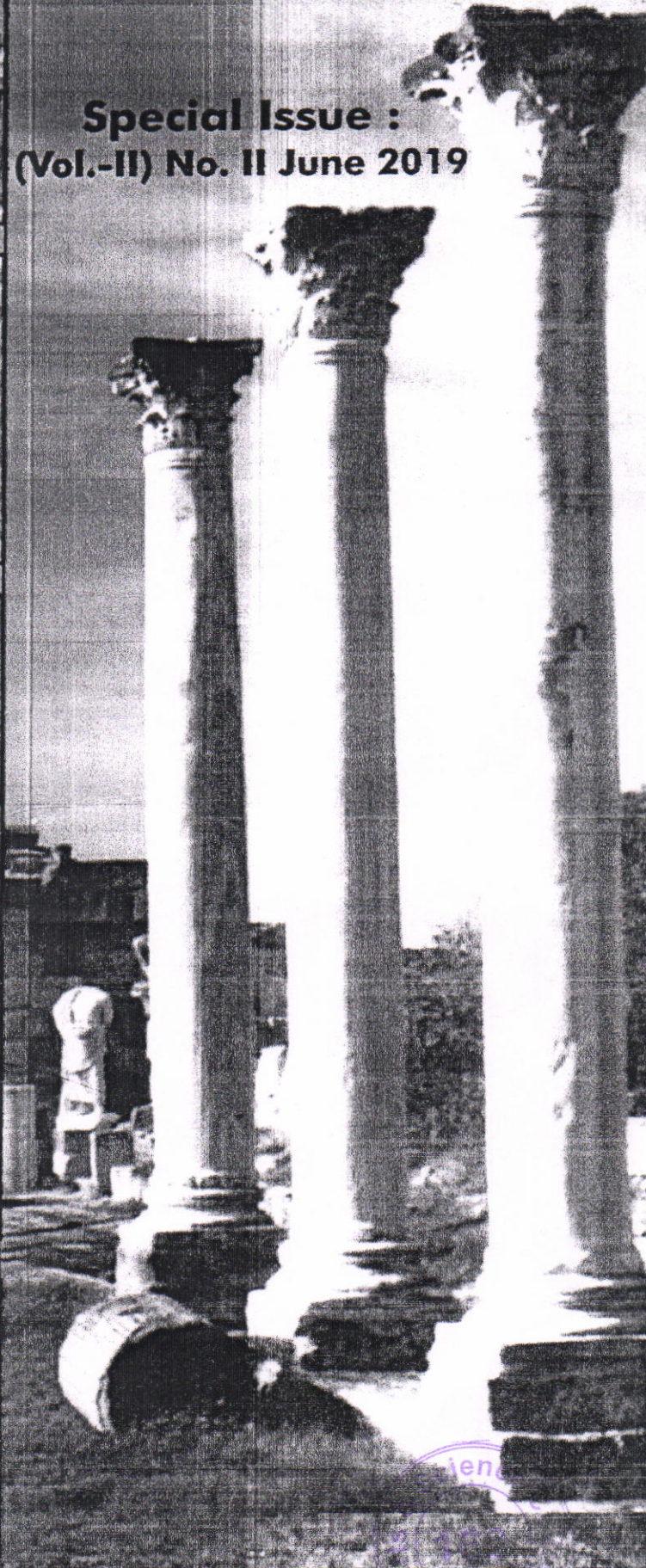


HORIZON PALAESTRA

International Journal of Health, Sports and Physical Education



Special Issue :
(Vol.-II) No. II June 2019



Available Online <http://www.horizonpalaestra.org>

EDITOR IN CHIEF
Dr. S.N. Singh



CRITERIAN-III

3.3.2.-

Number of books and chapters in edited volumes/books
Published and Papers Published in National/International
Conference Proceeding per teacher during last five years

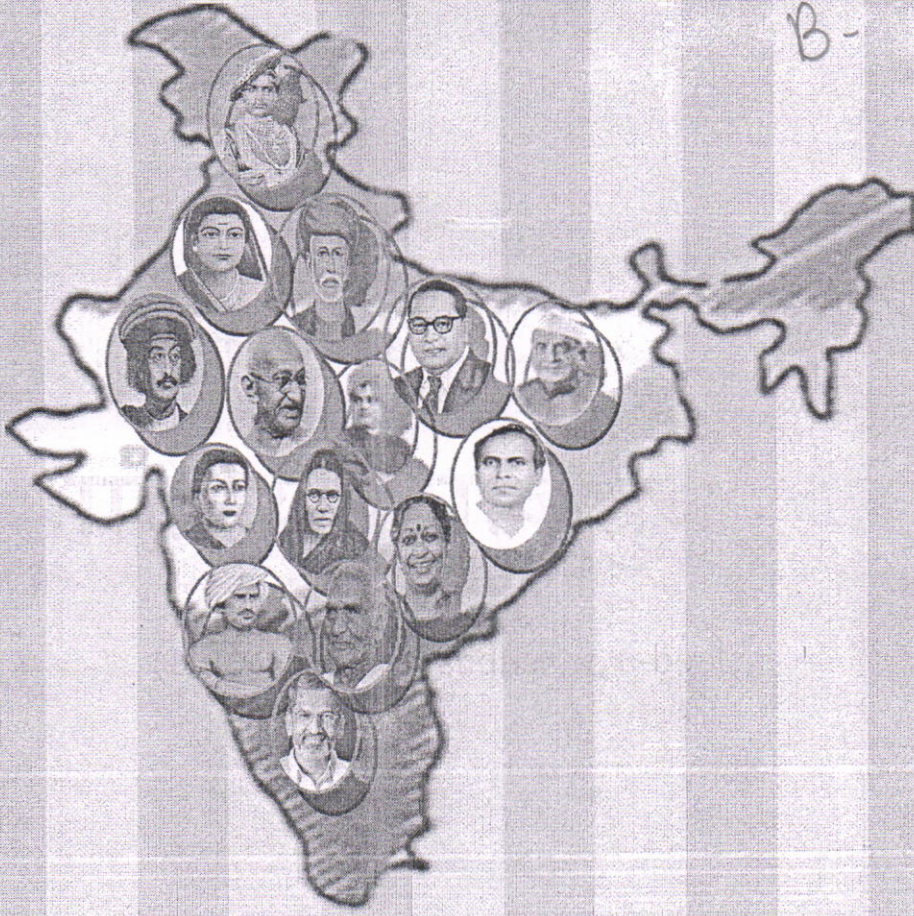
2020-2021



ISBN - 978-93-89478-20-4

भारतीय समाजसुधारक (ई-बुक)

(Bharatiy Samajsudharak, e-book)



संपादक

प्रा. डॉ. कृष्णा आ. माहुरे

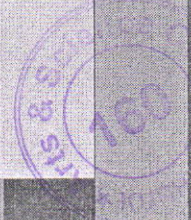
सहसंपादक

प्रा. डॉ. सचिन ज. होले

AADHAR INTERNATIONAL PUBLICATIONS

For Details Visit To : www.aadharsocial.com

© All rights reserved with the editor & co-editor



ISBN - 978-93-89478-20-4

भारतीय समाजसुधारक
(ई-बुक)
(Bharatiy Samajsudharak, e-book)

B

ISBN - 978-93-89478-20-4

संपादक

प्रा. डॉ. कृष्णा आ.माहुरे

एम.ए. (राज्यशास्त्र) नेट, पीएच.डी., डी.सी.जे.

(Bharatiy Samajsudharak, e-book)

सहसंपादक

प्रा. डॉ. सचिन ज. होले

एम.ए. (समाजशास्त्र) सेट, पीच.डी.

संपादक

प्रा. डॉ. कृष्णा आ.माहुरे

एम.ए. (राज्यशास्त्र) नेट, पीएच.डी., डी.सी.जे.



AADHAR INTERNATIONAL PUBLICATIONS

For Details Visit To : www.aadharsocial.com

© All rights reserved with the editor & co-editor

प्रा. डॉ. सचिन ज. होले

एम.ए. (समाजशास्त्र) सेट, पीच.डी.

- ◆ ई-बुक प्रकाशन
ISBN - 978-93-89478-20-4

- ◆ भारतीय समाजसुधारक (ई-बुक)
(Bharatiy Samajsudharak, e-book)

- ◆ प्रकाशक
आधार प्रकाशन अमरावती, ४४४६०४.
मोबाइल नं. ९५९५५६०२७८

- ◆ प्रथमावृत्ती (ई-प्रकाशन)
२६ जून २०२०, छत्रपती शाहू महाराज जयंती
(सामाजिक न्याय दिन)

- ◆ भारतीय समाजसुधारक (ई-बुक)
संपादक
(Bharatiy Samajsudharak, e-book)
प्रा. डॉ. कृष्णा आ. माहुरे
फ्लॉट नं. एस-५, कृष्णा हाइट्स, अकोला रोड अकोट.
मोबाइल नं. ९४२३६१४११२

- ◆ सहसंपादक
प्रा. डॉ. सचिन ज. होले
प्रफुल्ल कॉलनी, साईनगर अमरावती.
मोबाइल नं. ९४२१७४१२४५
(सामाजिक न्याय दिन)

- ◆ किंमत : ३५/-

संपादक

प्रा. डॉ. कृष्णा आ. माहुरे

फ्लॉट नं. एस-५, कृष्णा हाइट्स, अकोला रोड अकोट.

मोबाइल नं. ९४२३६१४११२



भारतीय समाजसुधारक

(ई-बुक)

(Bharatiy Samajsudharak, e-book)

अनुक्रमणिका

अ. क्र.	लेख व लेखकांचे नाव	पान. नं.
१.	महात्मा ज्योतिराव फुले आणि शेतकरी चळवळ - प्रा.डॉ. विनोद खैरे	०१ - ०८
२.	सामाजिक- राजकीय सुधारणा आंदोलनातील राजा राममोहन रॉय यांचे योगदान - प्रा. डॉ. योगेश दा. उगले	०९ - १३
३.	अस्पृशोव्दारक चळवळीचा नायक - प्रा.डॉ.कृष्णा आ. माहुरे	१४ - १७
४.	डॉ.बाबासाहेब आंबेडकरांची सामाजिक भूमिका - प्रा. एम.पी.चोपडे	१८ - २१
५.	मोहनदास करमचंद गांधी : रामराज्याची संकल्पना - डॉ. संगीता एस.भुयार	२२ - २७
६.	प्रेरणादीप स्वामी विवेकानंद - डॉ. सौ. विभा प्र. देशपांडे	२८ - ३१
७.	महात्मा फुले : आद्यसमाजसुधारक - प्रा. डॉ. सचिन ज. होले	३२ - ३५
८.	राजाराम मोहन राय - डॉ. ए. डी. जाधव	३६ - ३९
९.	डॉ.अभय व राणी बंग दाम्पत्य - प्राचार्य, डॉ. धर्मेन्द्र तेलगोटे	४० - ४१
१०.	आत्मनिर्भरतेचे प्रतिक : बाबांचे आनंदवन - प्रा.डॉ. प्रशांत विघे	४२ - ४३
११.	क्रांतिवीर उलगुलान बिरसा मुंडा - प्रा. डॉ. राम कुलसंगे	४४ - ४७
१२.	डॉ.बाबासाहेब आंबेडकरांचे सामाजिक भूमिका - प्रा. एम.पी.चोपडे	४८ - ५१
१३.	मोहनदास करमचंद गांधी : रामराज्याची संकल्पना - डॉ. संगीता एस.भुयार	५२ - ५५
१४.	डॉ. पंजाबराव देशमुख यांचे कृषिविषयक कार्य - वर्षा बा. वाकोडे	५६ - ५८
१५.	स्त्री शिक्षणाच्या अग्रदूत: सावित्रीबाई फुले - पल्लवी पवार	५९ - ६१
१६.	समाजसुधारिका- बहिणाबाई चौधरी - सचिन शिवनारायण मौर्य	६२ - ६३
१७.	डॉ.अभय व राणी बंग दाम्पत्य - प्राचार्य, डॉ. धर्मेन्द्र तेलगोटे	





प्रेरणादीप स्वामी विवेकानंद

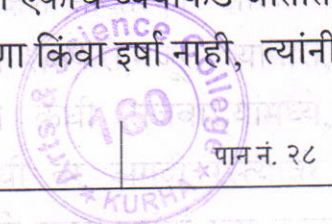
डॉ. सौ. विभा प्र. देशपांडे

कला व विज्ञान महाविद्यालय, कुन्हा जि.अमरावती

स्वामी विवेकानंद यांचे नांव नरेंद्र विश्वनाथ दत्त यांचा जन्म १२ जानेवारी ला कलकत्याला येथे झाला. लहानपणापासूनच नरेंद्र नटखट तर होताच पण त्यांची वृत्ती दानशील होती. बालपणापासून तो धार्मिक प्रवृत्तीचा होता. त्याला साधुत्व व प्राचीन विचार याचे फार आकर्षण होते. तो जेवढा खोडकर होता, तेवढाच अस्वस्थ असायचा. रेसिडेन्सी महाविद्यालय कलकत्ता मधून त्यांनी पदवी चे शिक्षण पूर्ण केले. सोबतच हिंदु साहित्य, वेद, उपनिषद, भगवद्गीता, महाभारत, रामायण, पुराणशास्त्र यांचा त्यांनी अभ्यास केला, त्याशिवाय पाश्चात्य तत्त्वज्ञान तर्कशास्त्र तत्त्वज्ञान यांचा अभ्यास स्काटीश चर्च मधून केला. १८८१ ला स्वामी विवेकानंदांनी "फाईन आर्ट्स " ची पदवी मिळवली. १८८१-१८८४ या काळात ते सुधारक ब्राम्होसमाजाचे भारतीय सभासद होते. १८८१ मध्ये स्वामी विवेकानंदांची भेट रामकृष्ण परमहंसाशी झाली. व ते त्यांचे भक्त झाले. रामकृष्ण परमहंसांच्या मृत्यु नंतर विवेकानंद यांनी कलकत्याजवळ " बाराणगर" येथे " रामकृष्ण मठ" स्थापन केला.

स्वामी विवेकानंद १८८८-१८९३ पर्यंत भारतभर भ्रमण करत होते. भारताच्या दक्षिण टोकावर केमकामोरीला कन्याकुमारी मंदिरात त्यांना विलक्षण साक्षात्कार झाला व भावी जीवनाची दिशा उमगली. भारतभ्रमण करीत असतांनाच ते शेतकरी, मजूर, व्यापारी, कलाकार विद्वान, सरदार, राजे-महाराजे इत्यादिना भेटले. ते कधी राजवाड्यांमध्ये, प्रासादामध्ये, बगल्यामध्ये तर कधी झोपड्यामध्ये राहिले. कधी तर अगदी रस्त्यावर, झाडाखाली राहिले. गरीब, दीन, दुःखी मागासलेल्या समाजा कडे बघून त्यांना खूप दुःख झाले. आणि त्यांना वाटले की, आपण काय केल्याने आपल्या गरीब बंधुच जीवन आवश्यक गरजा, अन्न, वस्त्र, निवारा इत्यादि प्राथमिक गरजांची पूर्तता होऊ शकेल. त्यांच्यात आत्मविश्वास कसा वाढू शकेल. मी काय करू शकतो? मला काय करायला हवे? याच विचारात मग्न असतांनाच भर समुद्रातून पोहून जात स्वामीजी श्रीपादशिलेवर जाऊन पोहोचले. आणि तिथे तीन दिवस तीन रात्र संपूर्ण ७२ तास ते ध्यानस्थ होते. त्यांनी भारताच्या सामर्थ्यावर चिंतन केले. १८९३ ला शिकागो येथे सर्व धर्म परिषदेत भाग घेण्यासाठी ते अमेरिकेत गेले आणि शिकागो ला दिलेल्या व्याख्यानामुळे स्वामी विश्वविख्यात झाले. स्वामीजींच्या मते धर्म अनुभूती मध्ये आहे, सगळे मार्ग एकाच ध्येयाकडे जातात. सगळ्यांचा स्वीकार, तिरस्कार नाही, सगळ्यांशी प्रेमाचे नाते. घृणा किंवा इर्षा नाही, त्यांनी

भारतीय समाजसुधारक (ई-बुक) ISBN - 978-93-89478-20-4



विश्व कुटुंबाचा विचारठेवला .विश्वबंधुत्वाचा संदेश दिला संपूर्ण जगामध्ये एका कुटुंबाप्रमाणे स्नेहपूर्ण वातावरण असावे असे सांगितले. पश्चिमेकडून ते भारतासाठी एक पारितोषिक घेऊन आले."संघटना" संघटित होऊन आपण समाजाची, भारत मातेची ची सेवा करू संघटित होऊन दुःखे दूर करण्याचा प्रयत्न करू, हेच आपले कार्य आणि या कार्याचे सूत्र असेल - त्याग आणि सेवा समाजासाठी वेळ काढून समाजाची सेवा करू. सुखाचा त्याग करून व्यक्तिगत कामे बाजूला सारून मिळालेला वेळ आणि शक्ती ती सेवा कार्यासाठी वापरू.

स्वामीजींचा हा पूर्ण विश्वास होता की हे कार्य युवकच करू शकते म्हणूनच भारतात परत आल्यावर त्यांनी कोलंबो पासून ते अल मोरया पर्यंत प्रवास केला आपल्या या व्याख्यानांनी देशभरातल्या युवकांना प्रेरित केले त्यांच्या मते माझा विश्वास आधुनिक तरुण पिढीवर आहे त्यांच्यातूनच माझे कार्यकर्ते पुढे येतील आणि सिंहाप्रमाणे आपल्या पुरुषार्था ने सर्व समस्या या सोडवतील येवढा त्यांचा तरुणांवर विश्वास होता. स्त्रियांच्या बाबतीत त्यांचे विचार असे होते की, आपला देश कमकुवत आणि मागासलेला आहे याचे कारण असे की इथे स्त्री शक्तीची अव्हेलना होते शक्तीचा अपमान होतो. शिक्षणासंबंधी त्यांचे विचार असे होते की, आपल्या देशाला चारित्र्य घडवणार, मानसिक शक्ती वाढविणार, बुद्धीचा विकास करणार, असं शिक्षण हव आहे. ज्यामुळे मनुष्य आपल्या पायावर उभा राहू शकेल. पाश्चिमात्य देशात भ्रमण करताना मोठ्या मोठ्या उद्योगपतींना त्यांनी समाजसेवेसाठी प्रेरित केले त्याच प्रमाणे आपल्या देशातही राजे महाराजे सरदार आणि विद्वान यांना त्यांनी समाजाच्या या सेवेसाठी प्रेरित केले व्यवसायाबरोबर रोजगार आणि समृद्धी येईल हे जाणून त्यांनी टाटा सारख्या उद्योजकांना विज्ञान आणि तंत्रज्ञानाच्या अभ्यासाला प्रेरणा दिली. लोकमान्य टिळक, महात्मा गांधी, जवाहरलाल नेहरू, सुभाष चंद्र बोस इत्यादीसारख्या स्वातंत्र्य आंदोलनातील नेत्यांचे प्रेरणास्थान हे स्वामी विवेकानंद होते. काही तरुणांनी स्वामीजींना विचारले धर्म म्हणजे काय? तर स्वामीजी म्हणाले गुलामांसाठी कुठला धर्म? आधी स्वातंत्र्य मिळवा. पुढे ते म्हणतात, दुसऱ्याला मदत करणे जगाचे भले करणे हेच आपले कर्तव्य आहे. वरवर पाहता असे दिसते की आपण जगाचे भले करीत आहोत पण वस्तुतः आपण आपलेच हित करतो. आपले असेच मानस असले पाहिजे की आपण सतत जगाचे भले करावे. वास्तविक पाहता जगाला तुमच्या मदतीची यत्किंचितही आवश्यकता नाही. पण तरीही आपण दुसऱ्यांचे भले केलेच पाहिजे. दुसऱ्याला मदत करणे ही आपल्याला मिळालेली सुसंधीच आहे असा जर आपण सतत विचार करू तर दुसऱ्यांना मदत करण्याची प्रचंड प्रेरणा निर्माण होते. समते संबंधी त्यांचे विचार असे की, जेव्हा एखाद्या व्यक्तीच्या मनातून लिंगभेद जातिभेद रंगभेद जन्मजात भेद इत्यादी सारे भेदाभेद नष्ट झालेले असतात व त्याला सर्वत्र एकच एक दैवत्व प्रत्येक व्यक्ती मात्राच्या ठिकाणी असलेले दिसते तेव्हा तो विश्वबंधुत्व पर्यंत पोहोचलेला असतो. आणि केवळ असाच माणूस वेदांती होय. सर्वत्र दैवत्व हेच वेदांताचे सार आहे. त्यांनी निर्भयता चा संदेश दिला बलसंपन्न व्हा! शूर व्हा! सामर्थ्य आणि सामर्थ्य हीच आजची

आवश्यकता आहे. दुर्बलता हाच मृत्यू. उठा !धीट बना! बलसंपन्न व्हा !भारताला शूरवीर हवे आहेत. अमर्याद शक्ती, अमर्याद उत्साह, धारिष्ट्य. आपली युवा पिढी प्रथम शक्तिमान बनू द्या. या शक्तीच्या मागे धर्म आपोआपच येईल युवकांनो एखाद्या अभेद्य पहाडासारखे खंबीर बना. स्वामीजी म्हणतात कर्म करत रहा. या जगात कार्य करण्याची संधी ईश्वराने आपल्याला दिली आहे. त्याबद्दल आपण, आपणास खरेतर भाग्यवान म्हंटले पाहिजे.

जगाच्या पाठीवर भारत हि एक मात्र अशी भूमी आहे जिथे कोणालाही आपल्या धार्मिक श्रद्धा पासून वंचित केले नाही. सारे धर्म तितकेच सत्य आहे असा आमचा विश्वास आहे, असे आम्ही म्हणतो. छळाला बळी पडून आपल्या जन्मभूमीतून निर्वासित बनून परांगदा झालेल्या जगातील सर्व धर्मांना आमच्या देशाने आश्रय दिला. अशा देशाचा मी पुत्र आहे याचा मला अभिमान वाटतो. मला जर कोणी विचारले की भारताच्या श्रेष्ठत्वाचे मर्म काय तर मी सांगेन की "आम्ही कोणावरही अत्याचार करून विजय मिळविला नाही." त्यातच भारताचे श्रेष्ठत्व साठवलेले आहे. हाच आमचा गौरव आहे. असे स्वामीजी म्हणायचे, मानवी जीवनावर स्वामीजींच्या विचारांचा पडलेला प्रभाव पुढील प्रमाणे सांगता येईल-

१. वेदांत कडे बघण्याची त्यांनी एक नवी दृष्टी दिली.
२. निस्वार्थी मानव सेवा हाच खरा धर्म आहे हे आग्रहपूर्वक त्यांनी प्रतिपादित केले.
३. भारतातील राष्ट्रीय चळवळ, अध्यात्मिक चळवळ, व इतर सामाजिक सेवा कार्य, या सगळ्यांच्या मागे प्रत्यक्ष अप्रत्यक्षपणे स्वामीजींच्या विचारांचा प्रभाव होता व आहे.
४. पाश्चिमात्य जगात भारताचे अध्यात्मिक व सांस्कृतिक क्षेत्रातील दूत म्हणून त्यांनी महत्त्वपूर्ण कार्य केले.
५. भारतीय जीवन मूल्यांची जागतिक स्तरावर शास्त्रीय व्याख्या त्यांनी केली.
६. जीवनाचे विविध पैलू आणि भौतिक शास्त्र हे परस्पर विरोधी नसून सुसंगत आहे हे त्यांनी प्रमाणाद्वारे सिद्ध केले.
७. स्वामीजींच्या मते प्रत्येक माणसात ईश्वरांश आहे. कोणीही माणूस पापी नसून तो अमृताचा पुत्र आहे.
८. स्वामीजींच्या मते धर्म जीवनात प्रत्यक्ष उतरविण्याचा सर्वोत्तम मार्ग म्हणजे दरिद्री, पतित व दलितांची सेवा करणे होय.
९. स्वामीजींनी प्रेम, सत्य औदार्य, आत्मनिग्रह, अपरिग्रह, सुचिता, समाधान, शास्त्राभ्यास आणि पवित्र ईश्वर शरण हे भारतीय मूल्ये जगाला सांगितले. स्त्रियांबद्दलचा पूज्यभाव पारलौकिक जीवनाची ओढ या बाबत परदेशात अनेक ठिकाणी व्याख्याने दिली.
१०. पाश्चिमात्य स्वामीजींच्या कार्याचे त्यांच्या समकालीन व भावी पिढ्यांवर पडलेल्या प्रभावाचे मूल्यमापन करणे खरोखर अति अवघड काम आहे. स्वामीजींचे व्यक्तिमत्व व कार्य हे बाजूला



आहे व तो दीर्घकालीन राहिल.आज आपल्या देशासमोर अनेक समस्या आहेत सुदैवाने या समस्यांवर मात करण्याची क्षमता आपल्या संस्कृतीत आहे, पण या संस्कृतीकडे व धर्माकडे आपण दुर्लक्ष केले. आपण सर्वांनी आपल्या संस्कृतीविषयी योग्य अभिमान बाळगला पाहिजे .आपण सर्वजण हिंदू आहोत हा भाव जगाला सांगितला पाहिजे आपल्या हिंदू राष्ट्र विषयी निखळ आत्मियता जागविली पाहिजे. आपण सर्व जण या हिंदू भूमीची संताने आहोत याचा कधी ही विसर पडू नये. इथे जाती पोट जाती असतील, भाषा व बोली असतील, पक्ष व संस्था संघटना असतील पण या विविधतेत अनोखी एकता अनुस्यूत आहे .अशा एकतेची अनुभूती सर्वांना आली पाहिजे. स्वामीजींनी केलेले मार्गदर्शन व्यवहारात आले तर समस्यांवर मात करण्यात व अंधाराकडून उजेडात जाण्यास आपल्याला नक्कीच मदत होईल. स्वामी विवेकानंदांचे मार्गदर्शन आम्हा सर्वांसाठी दीपस्तंभाप्रमाणे आहे.असे कोणतेही क्षेत्र नाही ज्याला त्यांनी स्पर्श केले नाही.

आहे व तो दीर्घकालीन राहिल.आज आपल्या देशासमोर अनेक समस्या आहेत सुदैवाने या समस्यांवर मात करण्याची क्षमता आपल्या संस्कृतीत आहे, पण या संस्कृतीकडे व धर्माकडे आपण दुर्लक्ष केले. आपण सर्वांनी आपल्या संस्कृतीविषयी योग्य अभिमान बाळगला पाहिजे .आपण सर्वजण हिंदू आहोत हा भाव जगाला सांगितला पाहिजे आपल्या हिंदू राष्ट्र विषयी निखळ आत्मियता जागविली पाहिजे. आपण सर्व जण या हिंदू भूमीची संताने आहोत याचा कधी ही विसर पडू नये. इथे जाती पोट जाती असतील, भाषा व बोली असतील, पक्ष व संस्था संघटना असतील पण या विविधतेत अनोखी एकता अनुस्यूत आहे .अशा एकतेची अनुभूती सर्वांना आली पाहिजे. स्वामीजींनी केलेले मार्गदर्शन व्यवहारात आले तर समस्यांवर मात करण्यात व अंधाराकडून उजेडात जाण्यास आपल्याला नक्कीच मदत होईल. स्वामी विवेकानंदांचे मार्गदर्शन आम्हा सर्वांसाठी दीपस्तंभाप्रमाणे आहे.असे कोणतेही क्षेत्र नाही ज्याला त्यांनी स्पर्श केले नाही.



Principal
Arts & Sci. College
Kurha

2021-22

THE CONTRIBUTION OF SOCIAL REFORMERS IN THE NATION BUILDING

Editor

Dr. Gajanan L. Sodnar

Associate professor

Arts, Commerce & Science College,
Maregaon Dist. Yavatmal



EAGLE LEAP
Printers And Publisher Pvt. Ltd.

Publishing Year : Sept. 2021



INDEX

अ.क्र.	लेखक	विषय	पा.क्र.
१	प्रा. डॉ. जगदीश घन:शाम खरात.	कां. श्रीपाद अमृत डांगे व्यक्ती व कार्य	5
२	डॉ. तळणीकर एस. जी.	सामाजिक सुधारणा आणि भुदान अंदोलन	11
३	गजानन भिकाजी फुलसावंगे	डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर व कामगार चळवळ	20
४	प्रा. किशन काशीनाथ घोरे	आदिवासी स्त्री आणि आरोग्य	27
५	प्रा. हबीर राजू मारोती	राष्ट्र उभारणीत छत्रपती शाहू महाराजांचे शैक्षणिक कार्य	35
६	प्रा. सुरेश जे भालेराव	राजर्षी शाहू महाराजांचे स्त्रीविषयक काय	40
७	प्रा. कांचन नारायणराव घोटकेकर	डॉ. बाबासाहेब आंबेडकरांची सामाजिक चळवळ	44
८	प्रा. डॉ. आर. एम. सरपाते	आदिम समाजाच्या विकासात स्वयंसेवी संस्थांची भूमिका	53
९	प्रा. डॉ. शिवदास वि. शिंदे	राष्ट्रनिर्मातीमध्ये संगीताचे योगदान	60
१०	प्रा. आर. बी. वाघ	गांधीवादी नेतृत्व आचार्य जे.बी. कृपलानी	62
११	प्रा. डॉ. सिध्दराम किशनराव मुंडे	तुकाराम महाराजाची विद्वलभक्ती आणि समाज सुधारणा	66
१२	डॉ. जगदीश दयामागर हेंडवे	प्रार्थना समाजाची कामगिरी	72
१३	प्रा. डॉ. सिध्दार्थ शिवाजी वाठोरे	शेतकरी व शेतमजुराचे कैवरी - डॉ. आंबेडकर	78
१४	प्रा. डॉ. जगदीश घन:शाम खरात	शहीद भगतसिंग भारतीय इतिहासातील एक झंझावात	82
१५	प्रा. डॉ. प्रविण कुलकर्णी	राष्ट्र उभारणीमध्ये श्रमिक महिलांचे योगदान	87
१६	प्रा. डॉ. राजेश चवरे	वैचारिक लोकराज्यातील लोकराजे 'बाबासाहेब'	91
१७	Dr. Vibha C. Ghodkhande	सावित्रीबाई फुले	99
१८	प्रा. डॉ. कुंभारकर के. जी.	डॉ. बाबासाहेब आंबेडकरांचे सामाजिक लोकशाहीसंबंधी विचार	103
१९	प्रा. डॉ. आर. यु. हिरे	स्त्री जातीचे उध्दारक : महर्षी कर्वे	110
२०	प्रा. डॉ. मिनाक्षी कांबळे	अस्पृश्यतेचे उच्चाटन करण्याचे काम	113
२१	प्रा. डॉ. शंकर हणमंतराव कल्याणे	महात्मा जोतीराव फुले यांचा शेती आणि शेतकरीविषयक विचार	116
२२	प्रा. डॉ. श्रीराम कि. खाडे	सामाजिक क्रांतीच्या प्रणेत्या: सावित्रीबाई फुले	123
२३	प्रा. डॉ. श्रीनिवास एन. पिलगुलवार	'सुधारकाचार्य' गोपाळ गणेश आगरकर यांचे सामाजिक विचार व विचारांची प्रासंगिकता	128



२४	डॉ. विभा प्र. देशपांडे	राष्ट्र निमित्त स्वतंत्र्य वीर, विनायक दामोदर सावरकरांचे योगदान	134
२५	प्रा. तानाजी संभाजी माने	समाज परिवर्तन आणि राष्ट्रवांधणीतील महात्मा गांधीजींचे योगदान	141
२६	प्रा. डॉ. गजानन एस. फुटाणे	वं. राष्ट्रसंतांचे समाजोद्धारक कार्य	147
२७	अभिनव गजानन फुटाणे	संत गाडगेबाबांचे समाजसुधारणेचे कार्य	156
28	प्रा. डॉ. जीतेन्द्र कुमार पाण्डेय	विन्ध्य क्षेत्र के प्रमुख महिला स्वतंत्रता सेनानियों का योगदान	164
29	प्रा. डॉ. चौधरी जे. ए.	डॉ. बाबासाहेब अंबेडकर जी का सामाजिक आन्दोलन	170
30	Dr. Ashok B . Yawale	Arundhati Roy: A Controversial Voice In Indian Literature	172
31	Dr. Dinesh A. Gundawar	Contribution Of Social Reformers To The Society, Religion And Literature	179
32	Lithivarshini. C	Contributions Of Women Social Reformers : Unknown Phase To Known Face	186
33	Prof. M. Pranov Vishnu Arjun	Its Effects	193
34	Prof. Ninad Vijay Jadhav	Padmashree Annasaheb Pandurang Dharmaji Jadhav Contributions In The Field Of Education.	200
35	Dr. B. J. Mundhe	Role Of Kranti Jyoti Savitribai Phule And Her Contribution To Education	208
36	Dr. B. J. Mundhe	Role Of Mahatma Phule As A Social Reformer In Women Education	215
37	Mr. Vijay Bhagat.	The Role Of Dr. B. R. Ambedkar In Nation Building And National Integration	223



काँ. श्रीपाद अमृत

Author

प्रा. डॉ. जगदीश घनः

विभाग प्रमुख, इतिहास

धनाजी नाना महाविद्यालय

ता. यावल, जि. जळगाव

मो.नं. 9545139458 ई-मेल : jagdish

प्रस्तावना :

आधुनिक महाराष्ट्राच्या जडणघडणीमध्ये महत्वाची भूमिका बजावली. विसाव्या शतकामध्ये स्वातंत्र्यवीर सावरकर, आचार्य विनोबा भावे आणि महाराष्ट्राची वैचारिक भूमिका समृद्ध केली. त्यांनी केल्या. काँ. डांगे यांनी साम्यवादाचा पुरस्कार करून प्रस्थापित करण्यामध्ये महत्वाचे योगदान दिले. त्यांनी संघटित करून त्यांनी प्रचंड अशी चळवळ उभारून चळवळीमध्ये भाग घेतला. त्यांच्या नेतृत्वाखाली लढवण्यात आली. गोवा मुक्ती संग्रामामध्ये सुद्धा त्यांचे

काँ. डांगे यांनी 1920-1980 अशी 60 वर्षे घेतला. 1920 पुर्वीच्या चळवळीमध्ये ते लोकमान्य तिलक यांच्या 1920 साली त्यांनी महात्मा गांधींच्या असहकाराच्या तत्वांन्तर ते कम्युनिस्ट पक्षाचे महत्वाचे पुढारी बनून चळवळीचे त्यांनी नेतृत्व केले. त्यांच्या कार्याबद्दल 1980 राष्ट्रपती निकोलव्ह पॉडगारनो यांनी अत्यंत प्रतिष्ठेचा आर्च गौरव केला. आंतरराष्ट्रीय कामगार संघटनेच्या परिषदेचे स्तरावर एक थोर कामगार नेते, निष्णात संसदपटू ख्यातनाम होते.

काँ. डांगे हे आधुनिक महाराष्ट्राचे शिल्पकार आणि भाषिक महाराष्ट्र स्थापन करण्याच्या चळवळीत त्यांनी मुंबईच्या लडाऊ गिरणी कामगारांना रस्त्यावर



Author

डॉ. विभा प्र. देशपांडे

कला व विज्ञान महाविद्यालय.

कुःहा

"भारताच्या गेल्या शंभर वर्षांच्या कालखंडातील सावरकरांचे स्थान आणि त्यांचे मूल्यमापन करतांना असेच म्हणावे लागेल की, कवी, लेखक, समाजसुधारक, जन्मपेठेवरील कैदी या दृष्टीने सावरकरांचे स्थान गौण असून सावरकरांचे स्थान अढळ राहणार ते क्रांतीशास्त्राचे पहिले प्रवक्ते म्हणून, भारताला स्वातंत्र्य कसे मिळेल आणि त्यातील आपली भूमिका काय राहिल याचे गणित सावरकरांनी मांडले होते. ते त्यांच्यापुरते पूर्ण बरोबर सुटले त्यामुळेच ते अभिनव भारताच्या सांगता समारंभात बोलतांना म्हणाले, मी माझ्या पुरते तरी अगदी मनःपूर्वक सांगतो की, आमची मातृभूमी, स्वतंत्र झालेली याची देहि याची डोळा पाहिले. यातच आम्ही स्वतःस कल्पनेतून कृतार्थ झालो असे समजतो कारण, ते पहण्याची आम्ही कधीही लालसा धरली नाही. केवळ तो दिवस कॅव्हा तरी उगवावा म्हणून झुजण्याची तेवढी लालसा धरलेली होती."

विनायक दामोदर सावरकर यांचा जन्म भगूर नाशिक, येथे 28 मे 1883 साली झाला. (कालखंड 28 मे 1883 ते 26 फेब्रुवारी 1966) त्यांचे वडील दामोदरपंत हे खूप साधे भोळे आणि धार्मिक गृहस्थ होते. शिवाय ते स्वतः एक प्रतिभावान कवी होते. सावरकरांची आई सावरकर नऊ वर्षांचे असतांना वारली. थोरल्या बंधूच्या पत्नी येसूबाई यांनी त्यांचा सांभाळ केला सावरकरांचे वडील इ. स. 1899 च्या प्लेगला बळी पडले.

सावरकरांचा आरंभापासून वाचनाकडे ओढा होता. संस्कृत साहित्याचा ही त्यांचा अभ्यास चांगला होता विविध वृत्तपत्रांच्या वाचनातून देश विदेशातील परिस्थितीचे तल्लख भान ही त्यांना येत गेले. सावरकर हे वृत्ती नै कवी होते, आणि लहान वयापासून त्यांनी उत्तम वकृत्व ही अभ्यासपूर्णक कमावले होते.

इ. स. 1899 मध्ये सशस्त्र क्रांतीचे कार्य करण्यासाठी त्यांनी "राष्ट्रभक्त

र वर्षाच्या कालखंडातील सावरकरांचे
ना असेच म्हणावे लागेल की, कवी,
दी या दृष्टीने सावरकरांचे स्थान गौण
ने क्रांतीशास्त्राचे पहिले प्रवक्ते म्हणून,
यातील आपली भूमिका काय राहिल
ते त्यांच्यापुरते पूर्ण बरोबर सुटले
समारंभात बोलतांना म्हणाले, मी
गतो की, आमची मातृभूमी, स्वतंत्र
यातच आम्ही स्वतःस कल्पनेतून
ण्याची आम्ही कधीही लालसा धरली
म्हणून झुंजण्याची तेवढी लालसा

ज भगूर नाशिक, येथे 28 मे
383 ते 26 फेब्रुवारी 1966) त्यांचे
णे धार्मिक गृहस्थ होते. शिवाय ते
करांची आई सावरकर नऊ वर्षांचे
येसूबाई यांनी त्यांचा सांभाळ केला
ला बळी पडले.

कडे ओढा होता. संस्कृत साहित्याचा
विध वृत्तपत्रांच्या वाचनातून देश
त्यांना येत गेले. सावरकर हे वृत्ती ने
नी उत्तम वकृत्व ही अभ्यासपूर्णक
कार्य करण्यासाठी त्यांनी "राष्ट्रभक्त

"भारताच्या गेल्या शंभर वर्षांच्या कालखंडातील सावरकरांचे
स्थान आणि त्यांचे मूल्यमापन करतांना असेच म्हणावे लागेल की, कवी,
लेखक, समाजसुधारक, जन्मपेठेवरील कैदी या दृष्टीने सावरकरांचे स्थान गौण
असून सावरकरांचे स्थान अढळ राहणार ते क्रांतीशास्त्राचे पहिले प्रवक्ते म्हणून,
भारताला स्वातंत्र्य कसे मिळेल आणि त्यातील आपली भूमिका काय राहिल
याचे गणित सावरकरांनी मांडले होते. ते त्यांच्यापुरते पूर्ण बरोबर सुटले
त्यामुळेच ते अभिनव भारताच्या सांगता समारंभात बोलतांना म्हणाले, मी
माझ्या पुरते तरी अगदी मनःपूर्वक सांगतो की, आमची मातृभूमी, स्वतंत्र
झालेली याची देहि याची डोळा पाहिले. यातच आम्ही स्वतःस कल्पनेतून
कृतार्थ झालो असे समजतो कारण, ते पहण्याची आम्ही कधीही लालसा धरली
नाही. केवळ तो दिवस केंव्हा तरी उगवावा म्हणून झुंजण्याची तेवढी लालसा
धरलेली होती."

विनायक दामोदर सावरकर यांचा जन्म भगूर नाशिक, येथे 28 मे
1883 साली झाला. (कालखंड 28 मे 1883 ते 26 फेब्रुवारी 1966) त्यांचे
वडील दामोदरपंत हे खूप साधे भोळे आणि धार्मिक गृहस्थ होते. शिवाय ते
स्वतः एक प्रतिभावान कवी होते. सावरकरांची आई सावरकर नऊ वर्षांचे
असतांना वारली. थोरल्या बंधूच्या पत्नी येसूबाई यांनी त्यांचा सांभाळ केला
सावरकरांचे वडील इ. स. 1899 च्या प्लेगला बळी पडले.

सावरकरांचा आरंभापासून वाचनाकडे ओढा होता. संस्कृत साहित्याचा
ही त्यांचा अभ्यास चांगला होता विविध वृत्तपत्रांच्या वाचनातून देश
विदेशातील परिस्थितीचे तल्लख भान ही त्यांना येत गेले. सावरकर हे वृत्ती ने
कवी होते, आणि लहान वयापासून त्यांनी उत्तम वकृत्व ही अभ्यासपूर्णक
कमावले होते.

इ. स. 1899 मध्ये सशस्त्र क्रांतीचे कार्य करण्यासाठी त्यांनी "राष्ट्रभक्त
समूह" हे गुप्त मंडळ स्थापन केले. पुढे 1900 मध्ये "मित्रमेळ्या"ची स्थापना
केली. त्यामुळे या संस्थेशी अनेक निष्ठावंत तरुण जमले. शिवजयंती उत्सव,
गणेशोत्सव, मेळावे ह्यांच्या माध्यमातून लोकजागृती घडवून, आणणार्या
मित्रमेळ्याचा कार्यक्रमाला कवी गोविंदाच्या काव्यरचनांनी प्रभावी साथ दिली.

आणि सावरकरांनी मित्रमेळ्याच्या विविध ठिकाणी शाखा उभारून स्वातंत्र्यसाठी सशस्त्र उठाव करण्याची तयारी असलेल्या तरुणांचे व्यापक जाळे निर्माण केले. पुढे 1904 मध्ये मित्रमेळ्यांचे रूपांतर "अभिनव भारत" ह्या संस्थेत झाले.

सावरकरांच्या शब्दात, "प्रत्येक कार्याला विशिष्ट चालना मिळवायला काही विशिष्ट प्रसंग यावे लागतात. हिंदूंना आपली राष्ट्रीय व धार्मिकदृष्ट्या संघटना करण्याच्या आवश्यकतेचा प्रसंग त्यांच्यावर सन 997 च्या सालापासून आलेला आहे. परंतु स्थानिक दृष्ट्या प्रत्यक्षीभूत झालेल्या संकटाशिवाय हिंदुलोक भावी संकटाच्या घातक, आक्रमणाचा विचार करून विराट रूपाने केव्हाही-प्रयत्न करतांना एखाद दुसरा अपवाद शिवाय केव्हाही दिसले नाहीत. आणि त्यामुळेच संकटांना स्वस्थपणाने सवडी-सवडीने व जमेल तसे हिंदुजाती वरील, आक्रमणांचे चाळे आजपर्यंत अव्यवाहृत चालविता आले."

पुढे त्यांनी स्वदेशाचा प्रचार, अस्पृश्यता निवारण, व्यायाम शाळा इत्यादी समाज प्रबोधनाचे कार्य केले. आपल्या देशात उत्पन्न झालेले सामान, आपणच वापरायचे, शक्यतो थोडेसे, व्यक्तिशः जास्त मुल्य द्यावे लागले. तरी देऊन त्यास्वदेशी वस्तु घ्यावयाचया असा निश्चय करावे हे व्रत प्रत्येक हिंदूने पाळले पाहिजे. अशा दृष्टीने आरंभ तरी होतो म्हणून, त्या सर्व तरुणांनी रत्नागिरीच्या काही दुकानदारास त्यांच्या दुकानांत काय काय देशी वस्तु मिळतात व स्वदेशी, विदेशी सामानाची तुलना करून सर्वांच्या माहितीसाठी पत्रक ही प्रसिद्ध केले.

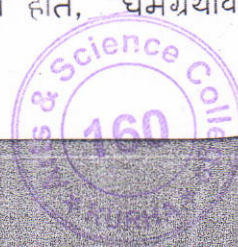
धर्मशास्त्रावरील विचार व्यक्त करतांना सावरकर म्हणतात की, (1) धर्मग्रंथ हे ईश्वराने तयार केलेले नसून, मनुष्यकृत आहेत. (2) धर्मग्रंथ हे प्राचीन काळी त्या काळाच्या सोयीनुसार व गरजेनुसार निर्माण झालेले असते. तरी, आज ते कालबाह्य व टाकाऊ झालेले आहेत. (3) समाज संस्थेची उभारणी धर्मग्रंथावर करण्याचे दिवस संपले असून, समाजसंस्था आपल्याला, बुद्धिवादाच्या नव्या तत्वावर म्हणजेच विज्ञान ग्रंथावर उभी केली पाहिजे. सावरकरांच्या विचारांचे मुख्य व मध्यवर्ती सत्र असे होते, "धर्मग्रंथावर

समाजसंस्था उभे करण्याची जी संघटना करावयाची ते पाहिजे.

या संदर्भात ते रीति विज्ञानग्रंथ यांचा विरोध ते दुसऱ्याचे महत्त्व घटवून देऊन उपयुक्त आहे. हिताचे आहे आपल्या धर्मशास्त्रात असलेल्या धर्मग्रंथ प्रामाण्याला सावरकरांच्या मते वैज्ञानिक आधारलेली. लोकहितकार मनुष्य धर्म आहे. असा हा

सावरकरांचे सर्व कार्य क्रान्तिकारक आहेत. ही लिहिलेले नाही किंवा या कारण राष्ट्रस्वातंत्र्य हे "मनुष्याची आत्मिक उन्नति आणि आत्मिक स्वतंत्रता हवी होती." असा स्वातंत्र्याचे स्वतंत्रपणे लिहिलेला पाहिजे असे त्यांच्या त्यांची स्त्रियांविषयी म्हणून

जीवनाच्या प्रत्येक स्त्रीला व्यवहार ठेवला होता. समाजाची ही वेगळी आहे. हे त्यांचे आहे. समाजाच्या आणि



ध ठिकाणी शाखा उभारून
ती असलेल्या तरुणांचे व्यापक
चे रूपांतर "अभिनव भारत" ह्या

ला विशिष्ट चालना मिळवायला
आपली राष्ट्रीय व धार्मिकदृष्ट्या
त्यांच्यावर सन 997 च्या
दृष्ट्या प्रत्यक्षीभूत झालेल्या
क, आक्रमणाचा विचार करून
दुसरा अपवाद शिवाय केव्हाही
वस्थेपणाने सवडी-सवडीने व
आजपर्यंत अव्यवाहत चालविता

शयता निवारण, व्यायाम शाळा
देशात उत्पन्न झालेले सामान,
जास्त मुल्य द्यावे लागले. तरी
श्रम करवावे हे व्रत प्रत्येक हिंदूने
तो म्हणून, त्या सर्व तरुणांनी
कानां काय काय देशी वस्तु
ना करून सर्वांच्या माहितीसाठी

सावरकर म्हणतात की, (1)
प्रकृत आहेत. (2) धर्मग्रंथ हे
जेनुसार निर्माण झालेले असते.
(3) समाज संस्थेची उभारणी
समाजसंस्था आपल्याला,
ग्रंथावर उभी केली पाहिजे.
सत्र असे होते, "धर्मग्रंथावर

समाजसंस्था उभे करण्याचे दिवस गेले..... या विज्ञान युगात समाजसंस्थेची
जी संघटना करावयाची ती प्रत्यक्ष ऐहिक आणि वैज्ञानिक तत्वावर केली
पाहिजे.

या संदर्भात ते रशियाचा दाखला नेहमी देतांना दिसतात. देव विरुद्ध
विज्ञानग्रंथ यांचा विरोध ते प्रखरपणे वाचकांसमोर मांडतात; व पहिल्या विरुद्ध
दुसऱ्याचे महत्त्व पटवून देतात. आजच्या परिस्थितीत आजच्या समाजाला जे
उपयुक्त आहे. हिताचे आहे. चांगले आहे. ते आपण स्वीकारले पाहिजे. मग ते
आपल्या धर्मशास्त्रात असो की नसो, अशी त्यांची राखेठोक भूमिका होती.
धर्मग्रंथ प्रामाण्याला सावरकर मनुष्याला फसविणारा पिंजरा म्हणायचे.
सावरकरांच्या मते वैज्ञानिक म्हणजेच बुद्धी ने सिद्ध होणाऱ्या सत्यावर
आधारलेली. लोकहितकारक तत्वे शिका, नियम पाळा, आचार करा हाच खरा
मनुष्य धर्म आहे. असा हा सावरकरांचा नवा विज्ञान धर्म उर्फ हिंदुधर्म आहे.

सावरकरांचे सर्वच क्षेत्रातील विचार मुलतः अत्यंत पुरोगामी व
क्रांतिकारक आहेत. स्त्रीया संबंधी प्रश्नावर त्यांनी स्वतंत्रपणे व सुत्रबद्धे
लिहिलेले नाही किंवा या प्रश्नासंबंधी त्यांनी कोणती चळवळी ही केली नाही
कारण राष्ट्रस्वातंत्र्य हे त्यांच्यापुढील मुख्य ध्येय होते. त्यांच्या मते,
"मनुष्याची आत्मिक उन्नतीच नव्हे तर मानसिक उन्नती, नैतिक उन्नती
आणि आत्मिक उन्नती ही पारतंत्र्याने खुंटते म्हणून आम्हास भारताची
स्वतंत्रता हवी होती." अशी त्यांची भूमिका होती या भूमिकेमुळे त्यांनी व्यक्ती
स्वातंत्र्याचे स्वतंत्रपणे चिंतन केले दिसत नाही. सर्व शक्ती ही मुख्य ध्येयार्थच
लावली पाहिजे असे त्यांना वाटत होते. तथापि त्यांच्या लेखनातून व भाषणात
त्यांची स्त्रियांविषयी भूमिका पुरेशी स्पष्ट झालेली आहे.

जीवनाच्या प्रत्येक क्षेत्रात स्त्रियांनी पुरुषांसारखे कर्तृत्व गाजवावे. या
गोष्टीला सावरकरांनी कधी ही विरोध केला नाही. पण त्यांचे म्हणणे होते की,
प्रत्येक स्त्रीला व्यवहारात हे शक्य नाही. हे व्यावहारिक दृष्टीकोण त्यांनी समोर
ठेवला होता. समाजाची आणि देशाची सेवा ही "चूल आणि मुल" कर्तव्यापेक्षा
ही वेगळी आहे. हे त्यांनी स्पष्टपणे सांगितले. हे फक्त निम्मेच राष्ट्रीय कर्तव्य
आहे. समाजाच्या आणि देशाच्या सेवेचा उरलेला निम्मा राष्ट्रीय कर्तव्याचा

वाटा प्रत्येक स्त्रीने आप-आपल्या शक्तीनुसार व कुवतीनुसार उचलायचा आहे. असे सावरकरांचे म्हणणे होते. राष्ट्रसेवा हे आमचे ध्येय आहे. राष्ट्र म्हणजे काय याचा खुलासा करतांना ते म्हणतात. राष्ट्र म्हणजे राष्ट्रातील लोक. असा अर्थ घेतला जातो. आपल्या मुलाबाळांची काळजी करणे सेवा करणे. ही राष्ट्रसेवाच आहे. असे ते समजावून सांगतात. आणि हे कार्य फक्त स्त्रीच चांगल्या प्रकारे करू शकते म्हणून ते दायित्व तिने पार पाडले पाहिजे हेच तिचे पहिले "राष्ट्रकार्य" आहे. राष्ट्राच्या दृष्टीने हेच तिचे पहिले ध्येय आहे. संतती हेच राष्ट्र असल्यामुळे पहिले राष्ट्राची सेवा आपल्या घरूनच होते. सावरकरांनी प्रत्यक्षात कित्येक स्त्रियांना सामाजिक आणि राजकीय कार्याला लावून दिलेले होते. अस्पृश्यता निवारण्याच्या कार्यासाठी हळदी कुंकवाचे कार्यक्रम घेत. महिलाच फिरत होत्या. सावरकरांच्या पत्नी (माई) या कामी अग्रभागी होत्या.

सावरकरांनी स्त्रियांसंबंधी जे काही लिहिले व ते ज्या प्रकारे वागले आहेत. त्या वरून त्यांची स्त्रियांविषयीची भूमीका सुस्पष्ट होते. त्यांचा मूळ पिड क्रांतिकारकांचा आहे. ही क्रांतिकारकता मानवी जीवनातल्या सर्व क्षेत्राकरिता लागू आहे. त्यांचा कोणताही विचार घेतला तरी त्याला या क्रांतिशीलतेचा स्पर्श झालेला दिसेल.

सामाजिक सुधारणेची आवश्यकता सावरकरांना लाहणपणापासूनच वाटू लागली होती. 19व्या वर्षी त्यांची बालविधवा दुःस्थितीकथन ही कविता या दृष्टीने अभ्यासण्यासारखी आहे. समाजसुधारणा करू इच्छिणाऱ्या सुधारकांना सावरकरांचे प्रथम सांगणे आहेकी, समाजसुधारणा हा लोकप्रियतेचा विषय नसून लोकांच्या शिव्या खाण्याचा व त्यांच्यात अप्रिय होण्याचा विषय आहे. हे सतत लक्षात ठेवले पाहिजे. लोकप्रियतेचा बळी देण्याची मनाची तयारी ठेवूनच सुधारकाने या क्षेत्रात पाऊल टाकले पाहिजे. 'सुधारणा म्हणजे अल्पमत, रुढी म्हणजे बहुमत हे आद्य सूत्र लक्षात ठेवून सुधारकांनी सुधारणेला हात घालावा असे त्यांचे सांगणे होते. खरा सुधारक कसा असतो ते सांगतांना ते म्हणतात, "खरे सामाजिक किंवा धार्मिक सुधारक जे जे होऊन गेलेत किंवा ज्यांना व्हावयाचे असेल. त्यांचे लोकहित हेच ध्येय होते व असलेच पाहिजे. पुढे ते म्हणतात राजकीय सुधारणा करतांना

लोकप्रियता
हमखास प
हितार्थ आ
लागते. या
आहे असे स
सुध
संबंधी बोल
सुधारकांना
सुधारकांवर
पुरून उरल
अस्सल नाप
त्यांचा आव
स्वीकारायल
हिंदु
म्हणजे केव
आपला निषे
समानार्थ नव
समजण्याच्य
राग येतो हिं
पितृभू आहे.
याच भूमीवर
निःसंशयाने
शिख लोकांच
अश्य
प्रवेश आंदोल
करून राष्ट्रनि
इतिहास सम
अभ्यास त्यां

व कुवतीनुसार उचलायचा आहे. नचे ध्येय आहे. राष्ट्र म्हणजे काय म्हणजे राष्ट्रातील लोक. असा अर्थ करणे सेवा करणे. ही राष्ट्रसेवाच कार्य फक्त स्त्रीच चांगल्या प्रकारे पाडले पाहिजे हेच तिचे पहिले हिले ध्येय आहे. संतती हेच राष्ट्र नच होते. सावरकरांनी प्रत्यक्षात यर्गाला लावून दिलेले होते. कुंकवाचे कार्यक्रम घेत. महिलाच कामी अग्रभागी होत्या.

लिहले व ते ज्या प्रकारे वागले मूमीका सुस्पष्ट होते. त्यांचा मूळ कृता मानवी जीवनातल्या सर्व विचार घेतला तरी त्याला या

सावरकरांना लाहनपणापासूनच विधवा दुःस्थितीकथन ही कविता माजसुधारणा करू इच्छिणाऱ्या उ...की, समाजसुधारणा हा या खाण्याचा व त्यांच्यात अप्रिय ज्वले पाहिजे. लोकप्रियतेचा बळी या क्षेत्रात पाऊल टाकले पाहिजे. बहुमत हे आद्य सूत्र लक्षात ठेवून त्यांचे सांगणे होते. खरा सुधारक सामाजिक किंवा धार्मिक सुधारक असेल. त्यांचे लोकहित हेच ध्येय गात राजकीय सुधारणा करतांना

लोकप्रियता मिळू शकते पण सामाजिक सुधारणा करतांना लोक-अप्रियताच हमखास पदरी पडते. कधी-कधी तर असलेली लोकप्रियता गमावून ज्यांच्या हितार्थ आपण झटतो त्यांच्याच छळास त्यांच्या आधारासाठी बळी पडावे लागते. या सार्या गोष्टींची तयारी ठेवणे हे प्रत्येक समाज सुधारकांचे आद्य सूत्र आहे असे सावरकरांना वाटायचे.

सुधारणा करू इच्छिणाऱ्या सुधारकांवर समाज बहिष्कार टाकतो या संबंधी बोलतांना ते म्हणतात, "आम्ही तर उलट असेच म्हणतो की, सुधारकांना जर सुधारणा करण्याचा अधिकार आहे तर समाजासही सुधारकांवर बहिष्कार घालण्याचा अधिकार आहे. जो सुधारक बहिष्काराला पुरून उरेल तोच खरा सुधारक ठरेल, तेच नाणे खरे" सावरकर स्वतः तर अस्सल नाणे होतेच पण, प्रत्येक सुधारकाने असे नाणे बनले पाहिजे असा त्यांचा आग्रह होता, सुधारणा करतांना प्रत्येक सुधारकाने वरील सूत्र स्वीकारायला पाहिजे असा त्यांचा आग्रह होता.

हिंदुत्व संबंधी विचार व्यक्त करतांना ते म्हणतात की, हिंदुधर्म म्हणजे केवळ "सनातन धर्म" असा विपरीत अर्थ करण्याच्या विरुद्ध आम्ही आपला निषेध नमूद करून ठेवला आहे. हिंदुत्व हे काही हिंदुधर्म" यांच्याशी समानार्थ नव्हे "हिंदुत्व" व "हिंदुधर्म" हे दोन्ही म्हणजे 'सनातनी पथ' असे समजण्याच्या दुहेरी चुकीने आपल्या सनातनी नसलेल्या बंधूंना साहजिकच राग येतो हिंदुस्थान म्हणजे 'आसिंधु सिन्धू पर्यंत भारत भूमिका' हीच त्यांची पितृभू आहे. आणि थेट वेदकालापासून त्यांचे अनंत पूर्वज याच भूमिती राहिले, याच भूमीवर त्यांनी प्रेम केले. मद्रासमध्ये किंवा बंगला मध्ये जितक्या निःसंशयाने एखाद्या हिंदुच्या अंगात हिंदुचे रक्त आहे तितक्याच निःसंशयाने शिख लोकांच्या अंगामध्ये हिंदुरक्त वाहत आहे.

अश्या प्रकारे चातुर्वर्ण्य उच्चाटक प्रत्यक्ष सुधारणा कायदा कार्ये, मंदीर प्रवेश आंदोलन. स्त्रीयांसंबंधी विचार इत्यादि विविध अंगी त्यांनी विचार व्यक्त करून राष्ट्रनिर्मितीतून समाज सुधारक या रूपाने बहुमोल योगदान दिले. इतिहास समाजशास्त्र, अर्थशास्त्र, आंतरराष्ट्रीय राजकारण यांचा सखोल अभ्यास त्यांचा होता, या अभ्यासामुळेच आपल्या भोवतालच्या परिस्थितीचे


2021-2022


THE CONTRIBUTION OF SOCIAL REFORMERS IN THE NATION BUILDING

— EDITED BOOK —

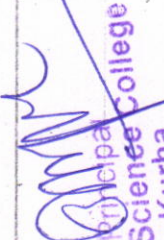
**Arts, Commerce & Science College, Maregaon
Dist Yavatmal - 445303 (MS)**

This is to certify that Dr./Mr./Mrs डॉ. विभा प्र. देशपांडे
of कला व विज्ञान महाविद्यालय, कुर्हा..... has Contributed
Chapter/Research Article in "THE CONTRIBUTION OF SOCIAL REFORMERS IN THE NATION BUILDING" published
on 25 September, 2021. With ISBN No. : 978-81-951599-6-3
He / She Contributed Book Chapter / Research Paper entitled
राष्ट्र निर्मितीत स्वातंत्र्य वीर, विनायक दामोदर सावरकरांचे योगदान


Eagle Leap Printers and
Publishers Pvt. Ltd.
Publisher


Dr. Gajanan L. Sodnar
Editor


Dr. A.N. Gharde
Principal


Principal
Arts & Science College
Kurha

ISBN-978-81-951099-0-6

2020-21

**Current Trends in Humanities
& Commerce**
Peer-Reviewed Book Chapter

Prof. Virag.S.Gawande
Chief Editor :
Dr.Dinesh W.Nichit
Editor :



Published By

**Aadhar International Publications
Amaravati**



ISBN-978-81-951099-0-6

Current Trends In Humanities & Commerce

Prof. Virag.S.Gawande

Dr. Dinesh W.Nichit

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced or transmitted, in any form or by any means without permission. Any person who does any unauthorized act in relation to this publication may be liable to criminal prosecution and civil claims for damages.

First published, February , 2021

AADHAR PUBLICATIONS,
Amravati.

ISBN - 978-81-951099-0-6

Published by

Prof. Virag Gawande for
Aadhar Publications,
Behind Govt. VISH,
New Hanuman Nagar,
Amravati – 444 604.

Printed by

Sarita Graphics,
Amravati
Price-350



Index

1	Banking Regulation (Amendment) Bill, 2020:Features and Impact Principal Dr.V.A.Mane	1
2	Determinants of Foreign Direct Investment and Its Impact Growth of Indian Economy Dr. Ajaykumar M. Palwe	13
3	Importance of Stress Management Dr. Amey Vinayak Kale	20
4	Wellness – A Need Of Hour Dr. Shirish V. Topare	26
5	A Study of financial Crises of the Punjab and Maharashtra Cooperative Bank,Mumbai Dr.Sunita Hansraj Ambawade	29
6	Study of various streams of Indian Historiography Dr.Y.M.Salunke	41
7	Constitutional Prospective of women's property Rights in India: An overview Mrs. Jyosna Bhausahab Dighe	52
8	“Role of lic in economic development of rajapur taluka” Mr. Sayyed Vaseem Hanif Haseena,	64
9	Mobile Banking: Hurdles And Remedies Mrs. Mugdha Atul Kamat	76
10	Savitribai Phule's contribution to nation building Prof. Dr. Pramod Rameshwar Chavan	90
11	E-Resources: A Revolution for Libraries Prof. Guldagad Kiran Dhondiram	95
12	A Historical Impact of Pandemic in Past and Present Dr.Pramod Rameshwar Chavan	101



25	कोव्हीड—१९ चे भारतीय अर्थव्यवस्थेतील परिणाम प्रा.डॉ.सौ. सुनिता एस.राठोड	237
26	१९६० नंतरची ग्रामीण कथा प्रा.डॉ.बाबाराव मारोती ठावरी	249
27	शिक्षणतज्ञ लोकमान्य टिळकांची राष्ट्रीय शिक्षणाबाबत विचार आणि कार्यसंपदा — एक अभ्यास प्रा. डॉ.सौ.वंदना राजेश शिंदे	259
28	संत एकनाथांच्या भारूडातील लोक प्रबोधन आणि नैतिक शिकवण प्रा. महेंद्र द. झलके	278
29	डॉ. पंजाबराव देशमुख यांचे शैक्षणिक कार्य प्रा. रमेश सोनू झरेकर	285
30	संत ज्ञानेश्वर एक बहुआयामी व्यक्तिमत्त्व प्रा. डॉ. विनोद यू.भालेराव	294
31	यवतमाळ जिल्ह्याचे मध्ययुगीन कालखंडातील सामाजिक जीवन: वस्त्रे, वेशभुषा, आभूषणे व सौंदर्यप्रसाधने प्रा. ज्ञानेश्वर दा. वारंगे	306
32	Social Construct & Women in Angela Carter's novels Ajay N. Abhyankar	327



Social Construct & Women in Angela Carter's novels

Ajay N. Abhyankar

The modern literature deals with the feminist perspectives on sexuality and gender, as well as gender roles in the sense of them being socially and culturally conditioned. Violence and fear is presented by the female writers which were imposed on the female gender by the society. The male domination destroys the female desires both mental and physical. Angela carter deals with the same gender issue with the concept of gender and culture and tries to alter the so called gender role assigned by the society. Angela carter materializes the universal fear and personifies and represented through the concept of magical realism.

The novels by Angela Carter, are carnivalized texts that explode sexist ideologies and expose the relative nature of prevailing truths. The narratives of her novels are controlled by their female protagonists. As performing artistes they are typical carnival - grotesque characters. For example, Fewers, the heroine of *Nights at the Circus* is an aerialiste while Nora and Dora in *Wise Children* are music hall artistes. All three of them belong to the ignoble section of society marked by shame and infamy. Fewers is an orphan brought up in a brothel whereas Dora and Nora are illegitimate twins disowned by their father. Nevertheless, the ability of the heroines to shatter all cultural and sexist differences makes the final victory theirs. True to the function of the carnival, all social, sexist and cultural barriers are overthrown thereby allowing for the free mingling of people. By taking control of their own story, the female narrators assume a position of authority from where they freely express their thoughts and feelings without the intervention of the male voice.

She had worked in a various cultures and so we can see the influence of the same in her works. In the beginning of her career she questioned culturally accepted views of sexuality and relations between men and women. In the late 1980s Carter's writings occupied a central position within debates about feminist pluralism and post-



modernism. In her novels Carter dramatized how the worlds of the Western world were breaking down. She wrote, "I am the pure product of an advanced, industrialized, post-imperialist country in decline". Her interest in changing gender roles formed the basis for her novels.

The reality is too severe for a woman to live it. Therefore, Carter tries to escape from it through magical elements like dreams and fantasies. She severely attacks the male dominated society at the same time she has an angry pity for suffering women. We see, she presents her anger for the suffering of women in her novels. Carter's novels reveal her notable energy and unusual variety of imagination. Her novels are full of fantasies, dreams and mythologies but at the same time Carter take us back from fancies to realities. A woman's specialty of life in male dominated society is suffering. Carter's use of magical elements provides the outlet to the suffering of women. When her novels like *The Magic Toyshop and Wise Children* stay themselves in a world of reality whereas the novels like *The Passion of New Eve, The Infernal Desire Machines of Doctor Hoffman and Nights at the Circus* are detached from reality that is her characters dream their life instead of living it. In fact women do not live, but only dream their life. In this way her novels presents the condition of tragic women.

Angela Carter highlighted the feminist ideology through magical realism. It examines how her feminist ideology has lead her, and how her ideology is different from the other feminists of the time. She is not of the view to glorify mythical and traditional women but to create strong and new women in search of her own views. Her novels try to create a new body and soul for woman. She talks about all the ideals of feminism on women's construction and liberation. Carter's novels project her clear vision about the construction and her liberation from conventional ideology. Carter constructs every aspect of New Woman under patriarchal pressure and seeks women's freedom. This is also an attempt to see Carter's unconventional ways of making her feminist ideology in relation to postmodern views. Feminism is faithful to the struggle for equality and liberation of women. It is a necessary resistance to patriarchal power. It usually



raises the criticism of male attitudes towards female, imposition of culture on women, inferiority of women. Postmodern ideology is concerned with some of the new features of our way of life. It points out that the concepts like patriarchy are not natural but it is cultural and imposed by male dominated society. Postmodernism ideology interrogates, evaluates, overturns and disrupts. Postmodernism is a reaction against modernity. The exploration of cultural ideology and feminist perspectives is a significant element of postmodernism. Postmodern ideology is the way for a successful feminism. Postmodernism and feminism are corresponding to each other.

It focuses on the term magical realism used by Carter to attack and expose the authority of male British ruling classes, their dominant culture and exposed realistic pictures of society. It also focused on the life and exploitations of women, and protest for social justice. It is imperative that the feminist discourse presented in her novels as a whole is understood by looking at her novels collectively. Her achievement to problematize the woman's position in the family unit and her attention to the fissures and gaps in the structures and institutions of patriarchy is focused. Since Carter's novels are repositories of such a vast potential, this tries to study her novel approach to women and their scope for liberation from patriarchy. An earnest attempt has been made to trace the elements of feminism in her novels, and to examine whether her unconventional manner of speaking about women and their experience evidence any of the peculiarities of postmodernism. Her novels, *Wise Children*, *Nights at the Circus*, *The Passion of New Eve*, *The Infernal Desire Machines of Dr. Hoffman* and *The Magic Toyshop* which have been selected for this study talk about liberty and developed a new way of thinking through the concept of magical realism. Carter dealt with an approach to feminism and the female sexuality, the myth and perceptions of contemporary society and how it challenges our understanding of female versus male sexuality and gender issues.

The main concern of Carter is emancipation of women from the clutches of men. It is desire of every woman to live free and happy life and to search her own identity. Women are always given the inferior position in the society. The society always follows the culture



and tradition of the period. Almost all the culture and traditions have given inferior role to women. The women are always sufferers either in the high culture or low culture. If we see religious philosophy, women are given inferior role and considered as lower creature. The patriarchy always suppressed the women and considers her role limited within the house. There is always dominance of men over women. The structure of the society is built in such a way that, it becomes impossible for women to overcome of that structure and traditions. It is because of this suppression there aroused feminist ideology to give expression to their ideas of free women. There are many women writer expressed their ideas and thought against the oppressive nature of society. It was also impossible to them to talk directly against the social system as it is has strong political support. Therefore many feminist writers either used symbols or imagery to write against prevailing social structure. They used many literary devices like symbols, imagery, fantasy, fairy tales and the supernatural elements to write against the social structure and its oppressive nature. Angela Carter is also one such novelist who attack the British society with the help of literary device like magical realism.

In this way present study investigate, the way in which Angela Carter addresses the quest for female empowerment and subordinate gender role. Carter challenges the culture, tradition and the female oppression in the family and how women have managed to overcome aspects of their discrimination in a male-dominated society. The concept of magical realism proved a means for female emancipation from patriarchy. Carter tried to change the attitude of the society through her female protagonist. As she was an educated woman with activist roots, she took up an interest for feminist theories and empowering narrative. In her fiction, Carter has continuously strived to attack the mythologies by which men run the society. The aim of the feminist writer is to write against the evil of the culture. Carter obviously also takes her chance to discuss sexuality and gender in culture. The artistic heritage is predominantly male while women most of the time only serve as an object of their art. In *Wise Children*, all-



female performers on the surface conform to the myth of the seductive woman.

Angela Carter offers an inside look into the fraudulent suppression by a gendered society and strives for an empowerment of its victimized women. The novel suggests several solutions to achieve a better societal future in the patriarchal matrix. However, it is even more so invested in asking questions. When Carter proposes a new kind of societal model through the introduction of several characters, she remains wary of subscribing to just another ideological myth. And despite the obvious urge to break away from the society as it is, the text suggests that its author is aware of the immeasurable strength which the dominant myths of society have assumed in our collective minds. She is aware that this communal feeling brings human subjects back to a type of family. Carter definitely defends a gradual change and hopes to make her readers just a bit wiser about the world. Hence, we could say that her novels are liberating novels in that it allows its readers to develop individual myths by which to live in a better and empowered future.

In this way, Carter presents a patriarchal community that backs up male power and authority. She places her protagonist in the middle of a patriarchal system. The patriarchal culture praises the male and ignores the needs of the female members in the family. It is the male-dominated world where all men have the right to do anything while the women must keep silent and obedient. The privacy and rights of individuals are defined according to the gender of people. Carter analyzes family as an institution in detail throughout her work. She examines the family institution in terms of the power structure and depicts male as the masculine authority. Victorian society is so certain about gender roles. Even Victorian female novelists are in a problem. That is to say, they want to be equal with men but do not want to seem unwomanly. It is an era when the female ask for equality. Gamble says, Carter takes the issue from the aspect of “femininity and female subordination as cultural constructs” She refers to the idea that women are accepted as the female gender that is constructed by society.



As Gamble explains in her book, Carter plays with the roots of the patriarchal system which constructs even individuals' identities. She points to the idea that all system is based on the superiority of the male gender which is created by sex difference. She refers to the association of power with the male individual as opposed to passivity and submission with the female. She places the rape as the climax and makes her closure with a confession of an incestuous relationship. Carter's point is to emphasize the understanding that women are exposed to make decisions and commands. She is subject to him in all senses. No matter how violent the act is, "rape is a sign of male power and authority over female" The matter is that male domination is based on sexual grounds. Carter points to the sex violence association to ensure male power in gender relations. What it conveys is about the roles of male and female genders within and outside the house.

To clarify, sex and gender are based on the power structure which gives no recognition for woman's sexuality. In line with this, all individuals are subject to the castration process which inflects identities according to genders. A woman is expected to become conformists as the female gender even though patriarchal gendering ignores her sexuality.

She criticizes that conventional women are not even aware that they live with false identities. Their minds are fully kept with the idea of being complementary to men in some ways. They are not aware of their perceptions of sexuality. Thus they are alienated from their pure identity. Nevertheless, Carter introduces Margaret in such a way that she turns out to be a seeming conformist in the end. Thus she depicts the possible results of oppression on women. Women who are alienated from their conventional female image could reveal their desires through unacceptable ways. Thus Carter points to the fact that women are doomed to be alienated into the female image. Any heterodoxy by women causes further oppression and alienation.

To conclude, Carter object to patriarchal oppression which castrates women's sexuality to ensure male superiority. She opposes the dictation of sexual preferences because it ignores women's perception of sexuality. Women are given no chance to explore their perceptions of sexuality. The women who are expected to become the



female are alienated into false identities. They become alienated from their pure identities. That is why Carter opposed the idea of gender-based on biological sexes. She also points out the ambiguities in women's position in society through her protagonists. She specifically opposes the financial dependence of women on men. Carter simply suggests equality for females and males. She supports the idea of privacy for women to ensure freedom of sexual preference, tendency, and behavior. She gives the idea that the problem of oppression especially on women's sexuality could be worked out through independence for women and equal rights in education and the house. Thus she means to destroy the idea of gender as a social construct because it leads women into alienation.

:References:

1. Angela Carter's Magic Flight, ' in Women Reading Women's Writing, ed. Sue Roe (Brighton: Harvester, 1987).
2. Contemporary Women's Fiction: Narrative Practice and Feminist Theory (Jackson: University of Mississippi, 1989)
3. Punter, David, 'Angela Carter: Supersessions of the Masculine, ' in Critique: Studies in Modern Fiction, 25, No. 4 (1984)
4. Benjamin, Jessica, The Bonds of Love: Psychoanalysis, Feminism, and The Problems of Domination (New York: Pantheon Books, 1988)
5. Cixous, Helene and Catherine Clement, The Newly Born Woman, tr. Betty Wing (Minneapolis: University of Minnesota Press, 1986)
6. Daly, Mary, Beyond God the Father: Toward a Philosophy of Women's Liberation (Boston: Beacon Press, 1973)

**Assistant Professor
Dept. of English Arts &
Science College, Kurha**



Principal
Arts & Sci. College
Kurha

~~2021-22~~

20-21

B

समकालीन राजनीतिक सिद्धांतकारों के सिद्धांत

भरत मोर्य

ANU BOOKS



समकालीन राजनीतिक सिद्धांतकारों के सिद्धांत

संपादक
भरत मौर्य
असिस्टेंट प्रोफेसर,
चौधरी बंसीलाल विश्वविद्यालय,
भिवानी, हरियाणा।

समकालीन राजनीतिक
सिद्धांतकारों के सिद्धांत

संपादक
भरत मौर्य

Published By :

ANU BOOKS

Delhi Meerut Glasgow (UK)

Visit us: www.anubooks.com





फ्रेडरिक नीत्शे (1844 से 1900)

डॉ. विभा प्रवीण देशपांडे
कला व विज्ञान महाविद्यालय
कु-हा जिल्हा अमरावती

फ्रेडरिक नीत्शे का जन्म लाइपजिग के निकट रोएकन (जर्मनी) नामक ग्राम में एक प्रोटेस्टेंट पादरी परिवार में 15 अक्टूबर 1844 हुआ। वो जर्मनी का एक दार्शनिक था। उन्होंने अस्तीत्ववाद, मनोविश्लेषणवाद, परिघटनामूलक चिंतन के विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई व्यक्तिवादी व राज्यवादी विचारक नीत्शे के विचारोंसे काफी हद तक प्रभावित हुए। जर्मनी के साहित्य, कला पर नीत्शे का गहरा प्रभाव दिखाई देता है। यह एक ऐसा दार्शनिक है, जिसने अर्थपूर्ण जीवन के लिए खुशी की जगह कष्ट को महत्वपूर्ण बताया।

नीत्शे की माता फ्रांजिस्का नीत्शे, पिता कार्ललुडविग नीत्शे उस परिवारके वंशज थे, जो परंपरा से धर्मोपदेश के कार्य में संलग्न थे। नीत्शे पिता के मृत्यु के समय वह केवल पाँच वर्ष का था। नीत्शे की माताने उनके शिक्षा की व्यवस्था बहुत अच्छे से की, नीत्शे बहुत कम उम्र में ही ग्रीक साहित्य से प्रभावित हुआ। धर्मशास्त्र और विज्ञान का अध्ययन उसने बॉर्न विश्वविद्यालय से किया आगे चलकर 24 वर्ष की आयु में नीत्शे बेस्ल विश्वविद्यालय में भाषा विज्ञान के प्रध्यापक पद पर नियुक्त हुआ। प्राध्यापक पेशे की अपेक्षा नीत्शे सैनिक पेशे को

दार्शनिक था, उन्होंने अस्तीत्ववाद, मनोविश्लेषणवाद, परिघटनामूलक चिंतन के विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई व्यक्तिवादी व राज्यवादी विचारोंसे काफी हद तक प्रभावित हुए। जर्मनी के साहित्य, कला पर नीत्शे का गहरा प्रभाव दिखाई देता है। यह एक ऐसा दार्शनिक है, जिसने अर्थपूर्ण जीवन के लिए खुशी की जगह कष्ट को महत्वपूर्ण बताया।

नीत्शे की माता फ्रांजिस्का नीत्शे, पिता कार्ललुडविग नीत्शे उस परिवारके वंशज थे, जो परंपरा से धर्मोपदेश के कार्य में संलग्न थे। नीत्शे पिता के मृत्यु के समय वह केवल पाँच वर्ष का था। नीत्शे की माताने उनके शिक्षा की व्यवस्था बहुत अच्छे से की, नीत्शे बहुत कम उम्र में ही ग्रीक साहित्य से प्रभावित हुआ। धर्मशास्त्र और विज्ञान का अध्ययन उसने बॉर्न विश्वविद्यालय से किया आगे चलकर 24 वर्ष की आयु में नीत्शे बेस्ल विश्वविद्यालय में भाषा विज्ञान के प्रध्यापक पद पर नियुक्त हुआ। प्राध्यापक पेशे की अपेक्षा नीत्शे सैनिक पेशे को





844 से 1900)

विभा प्रवीण देशपांडे
साहित्य विज्ञान महाविद्यालय
कुहा जिल्हा अमरावती

रुन (जर्मनी) नामक ग्राम
हुआ। वो जर्मनी का एक
परिघटनामूलक चिंतन के
समाजवादी विचारक नीत्शे के
साहित्य, कला पर नीत्शे का
चिंतन है, जिसने अर्थपूर्ण जीवन
दिया।

नीत्शे उस परिवारके
में थे। नीत्शे पिता के मृत्यु
में उनके शिक्षा की व्यवस्था
साहित्य से प्रभावित हुआ।
विद्यालय से किया आगे
प्र में भाषा विज्ञान के प्र
नीत्शे सैनिक पेशे को

ज्यादा पसंद करते थे अतः उन्होंने सैनिक पेशे को दो बार स्वीकार किया परंतु दोनो बार वे इस पद को टिका नहीं पाये पहिले बार वे एक दुर्घटना में घायल हुये, और दुसरी बार अस्वस्थ होने के कारण। 1879 में स्वास्थ्य ठीक न होने के कारण प्राध्यापक पद से त्यागपत्र दे दिया और अपना स्वास्थ्य कैसे ठीक होगा इसके लिए इधर-उधर भटकता रहा। परंतु वे स्वस्थ नहीं बैठे, इसी बीच उन्होंने अधिक पुस्तकों की रचना की जिनके लिए वे जाने जाते हैं। फेडरिक नीत्शे से ऐसा कोई क्षेत्र अच्छा नहीं रहा जिस पर उन्होंने अपने विचार न प्रकट किये हो। अतिमानव को केंद्र बिंदू मानकर नीत्शे ने चिंतन मनन किया है। यूरोपीय संस्कृति के विविध अंगों की उसने आलोचना की है। यह आलोचना मनोवैज्ञानिक आधार पर की गई वो ऐसी सृष्टि की रचना करना चाहता था जिसमें सभी मूल्यों को स्थान प्राप्त हो, और समय आने पर इन मूल्यों का पुर्नमूल्यांकन संभव हो। उन्होंने अधिकतर किताबें सुक्तिगो में लिखी हैं। परिणामस्वरूप विचारों में अस्पष्टता भी दिखाई देती है, अपने ही विचारों का जगह-जगह खंडन उन्होंने किया है।

इसाईयों के "परमार्थवाद समाजवाद" "नियतिवाद", डार्विन का विकासवाद, हिगेल का "इतिहासवाद", बेन्थम और जे. एस. मिल का "उपयोगितावाद", इन सभी की, नीत्शे ने कड़ी आलोचना की है। नीत्शे के अनुसार जीवन माने "आत्मसातीकरण विस्तार तथा शक्ति का संकल्प" अतः "शक्ति का संकल्प" ही सर्वोच्च सत्य है, यही हमारे ज्ञान के रूप को निर्माण करता है। शक्ति ही नीत्शे के चिंतन का प्रमुख आधार है। नैतिकता-अनैतिकता को स्पष्ट करते हुये नीत्शे कहता है कि, "नैतिक" वही है जो शक्ति के संकल्प की प्रबलता का परिणाम हो। और "अनैतिकता निर्बलता" का ही प्रकट रूप है। शक्ति कम अधिक मात्रा में होने के कारण समाज में भिन्नता दिखाई देते हैं। जिससे वर्ग निर्माण होते हैं। नीत्शे ने उपर के व्यक्तियों को शासक तथा नीचे के व्यक्तियों को दास वर्ग कहा है। दोनो वर्गों में स्विकृत मूल्य ये अलग-अलग होते हैं। उच्च वर्ग के जीवन-मूल्य उनके व्यक्तिमत्व की क्षमता और उसके उत्पन्न के अनुरूप होते हैं, और वहीं निम्न वर्ग के मूल्य उच्च वर्ग के प्रति-प्रतिक्रिया का परिणाम होता है। हमारी प्रगति करने के लिये नीत्शे उच्च वर्ग की, मूल्य परंपरा को स्थापित करना चाहिये ऐसा नीत्शे मानता है। हिंदू वर्ण व्यवस्था भी कभी-कभी उसे अपने आदर्श के अनुकूल प्रतीत होती है। नीत्शे के अनुसार व्यक्ति को, रुढियों का अनुकरण नहीं करना चाहिए, बल्कि श्रेष्ठ पुरुषों का अनुकरण करना चाहिए। नीत्शे की प्रसिद्ध उक्ति है कि, "ईश्वरकी मृत्यु हो गई है", इस उक्ति में वह ये बताना चाहते हैं कि, मूल्यों सभी की, नीत्शे ने कड़ी आलोचना की है। नीत्शे के अनुसार जीवन माने "आत्मसातीकरण विस्तार तथा शक्ति का संकल्प" अतः "शक्ति का संकल्प" ही



में शाश्वतवाद का अन्त और मानवीय मन में व्याप्त अनास्था की ओर वो निर्देशित करना चाहता ही है. साथ ही यह भी निर्देशित करना चाहता है. कि श्रेष्ठ पुरुष ही अब मानव की सबसे बड़ी आशा है ।

नीत्सो के विचारों से व्यक्तिवादी तथा राज्यवादी दोनों ही विचारक प्रभावित हुये. नाजी तथा फासिस्ट राजनितिज्ञों ने उसकी रचनाओं का दुरुपयोग भी किया । जर्मन कला तथा साहित्य पर नीत्सो का गहरा प्रभाव है । फ्रेडरिक नीत्सो ऐसे दार्शनिक है, जिन्होंने कष्ट को मनुष्य के लिये सबसे जरूरी बताया लगभग सभी लोगोका यह मानना है कि, एक अच्छे जीवन के लिए खुशियाँ जरूरी है। अर्थात् खुशियों के लिए अपना सबकुछ बलिदान हम भले ही ना करे लेकिन सभी लोग जीवन का आनंद तो उठाना ही चाहते है. कोई दुखी क्यों रहना चाहेगा? हमारे जीवन में खुशी का बहुत ही महत्व है, इसलिए तो थॉमस जेफरसन ने मनुष्य का मूल अधिकार खुशी का घोषित कर दिया था। खुशी की अवधारणापर ही "अमेरिकन ड्रीम" टिका हुआ है. अधिकांश लोगो के लिए अधिक से अधिक खुशियाँ जीवन का सार है. लेकिन नीत्सो एक ऐसा दार्शनिक है, जिसने अर्थपूर्ण जीवन के लिए खुशी की जगह कष्ट को महत्वपूर्ण बताया है नीत्सो ने जीवन के लिए खुशियों की जरूरत को पूर्णतः नकार दिया। यदि हम खुशियों के तलाश में रहे तो हमारा समय नष्ट करने समान है. अपने जीवन को बर्बाद करना है. नीत्सो के अनुसार व्यक्ति को खुशी की मेन" तलाश नहीं होती। खुशियों की तलाश केवल "इंग्लीश मेन" को होती है। "इंग्लीश मेन" यहाँ ये शब्द प्रयोग कर नीत्सो ने जेम्स मिल द्वार प्रतिपादित उपयोगितावाद के सिद्धांत पर निशाना साधा है. क्यों कि उपयोगितावाद का सिद्धांत बता है कि, हमें ऐसी नीतियाँ बनानी चाहिए जिससे ज्यादा से ज्यादा लोगो को खुशियाँ मिले। उपयोगितावादी सिद्धांत की आलोचना के लिए नीत्सोने "लास्टमेन" नामक सिद्धांत गढ़ा इस सिद्धांत में उनका "लास्टमेन" एक ऐसा दयनीय मनुष्य है, जो उस दुनिया में रह रहा है, जहा खुशियों का आविष्कार किया गया है. नीत्सो भले ही, जीवन में खुशियाँ खोजने के पक्ष में न हो लेकिन वे जीवन का अर्थ खोजने के अनुकूल थे। और इसलिए उन्होंने महामानव के विचार रखे. यह महामानव एक ऐसा मनुष्य है जो अपने निर्धारित लक्ष्यो की प्राप्ति के लिए, बड़े से बड़े कष्ट सहन करने के लिए तैयार है। नीत्सो का कहना था कि—

" बिना कष्ट सहें कोई महान नहीं बनता " —

उपरोक्त उक्ति को सिद्ध करनेके लिए नीत्सो ने अनेक महान व्यक्तियों के उदाहरण दिये. कई लोग ऐसे है जिन्होंने अपने जीवन में अनेक बड़ी बड़ी कष्ट सहें और खुशियों के तलाश को प्रभाव नकार दिया। यदि हम खुशियों के तलाश में रहे तो हमारा समय नष्ट करने समान है. अपने जीवन को बर्बाद करना है. नीत्सो के अनुसार व्यक्ति को खुशी की मेन" तलाश नहीं होती। खुशियों की तलाश केवल



न में व्याप्त अनास्था की ओर वो निर्देशित निर्देशित करना चाहता है। कि श्रेष्ठ पुरुष है।

था राज्यवादी दोन्हो ही विचारक प्रभावित उसकी रचनाओं का दुरुपयोग भी किया। का गहरा प्रभाव है। फ्रेडरिक नीत्शे ऐसे के लिये सबसे जरूरी बताया लगभग सभी जीवन के लिए खुशियों जरूरी है। अर्थात् दान हम भले ही ना करे लेकिन सभी लोग है। कोई दुखी क्यों रहना चाहेगा? हमारे इसलिए तो थॉमस जेफरसन ने मनुष्य का दिया था। खुशी की अवधारणापर ही धिकांश लोगो के लिए अधिक से अधिक नीत्शे एक ऐसा दार्शनिक है, जिसने अर्थपूर्ण को महत्वपूर्ण बताया है नीत्शे ने जीवन के कार दिया। यदि हम खुशियों के तलाश में है, अपने जीवन को बर्बाद करना है। नीत्शे तलाश नहीं होती। खुशियों की तलाश केवल "यहाँ ये शब्द प्रयोग कर नीत्शे ने जेम्स के सिद्धांत पर निशाना साधा है। क्यों कि हमे ऐसी नीतियाँ बनानी चाहिए जिससे ले। उपयोगितावादी सिद्धांत की आलोचना सिद्धांत गढ़ा इस सिद्धांत में उनका "लास्टमेन" दुनिया में रह रहा है, जहा खुशियों का ही, जीवन में खुशियाँ खोजने के पक्ष में न ने के अनुकूल थे। और इसलिए उन्होंने नव एक ऐसा मनुष्य है जो अपने निर्धारित कष्ट सहन करने के लिए तैयार है। नीत्शे

दिया था। खुशी की अवधारणापर ही ही बनता है। के लिए अधिक से अधिक के लिए नीत्शे ने अनेक महान व्यक्तियों के जेन्होंने अपने जीवन में अनेक बड़ी बड़ी कार दिया। यदि हम खुशियों के लिए है, अपने जीवन को बर्बाद करे। नीत्शे तलाश नहीं होती। खुशियों की तलाश केवल

उपलब्धियों हासिल की, लेकिन हमेशा अकेलेपन से जूझते रहें मनोवैज्ञानिको काभी यह मानना है कि, एक अच्छी जिंदगी जिने के लिए निश्चित उद्देश्य निर्धारित होना चाहिए। और उनकी प्राप्ति के लिए कष्ट सहने की क्षमता, (हिम्मत) होना बहुत आवश्यक है। इस हिम्मत के भरोसे पर ही आदमी जीवन में आगे बढ़कर ऊँचाई तक पहुँचता हैं। अतः जीवन को सार्थक अर्थपूर्ण बनाने के लिए हमारे रास्ते में कितनी भी रुकावटें आयी उसको पार कर, कष्ट सहन कर हमनें जीवन को सार्थक अर्थपूर्ण बनाना चाहिए ऐसा संदेश नीत्शे ने दिया है। साथही उनके अनुसार जो मनुष्य जितना बड़ा जोखिम का कार्य करता है उसको उसी अनुपात में कष्ट सहन करना होता है, दूसरे ओर नीत्शे को यह सुचित करना है कि, साधारण उपलब्धि जो लोग हासिल करते है, वो लोग केवल साधारण ही कष्ट सहते है।

इस आधार पर यदि उपयोगितावादी गणित को देखे तो, नीत्शे का "लास्टमेन" ऐसे समाज में विरक्त रहता है। क्योंकि ऐसे समाज में खुशियों का आविष्कार किया जाता है। इसलिए नीत्शे का "लास्टमेन" कष्ट सहने कि जगह ऐसे काम करता है, जिससे उसे खुशी मिलती है, ये कार्य उसके लिए बिलकुल रोचक नहीं होते। आगे नीत्शे खुशियोंके, मिथ्याभास सिद्धांतका प्रतिपादन करते है, वे कहते है की ऐसे कार्य जो सिर्फ अधिकतम आनंद पैदा करने के लिए किये जाते है। उनसे कोई बड़ा फायदा नहीं मिलता है। नीत्शे के अनुसार "आनंद बस व्यक्ति के साथ रहता है, वह कही और नहीं जाता" उदाहरण जब कोई कलाकार अपने जीवन कि सबसे उत्तम कृती रचता है, तो उसे वो रचने के बाद उसकी कृती से खुशी नहीं मिलती बल्कि वह उस पुरी प्रक्रिया में आनंद की अनुभूति महसूस करता है, जो कृती रचते हुये उसने पुरी की, सकारात्मक प्रेरणा रखते हुये यदि हम सम्पूर्ण सोच विचार कर कोई कृति करते है, तो उत्तम कृति का निर्माण होता है, और इतना ही नहीं वो मानव के व्यक्तिमत्व का, चरित्र का एक अविभाज्य भाग बन जाता है।

रचनायें—

नीत्शे की अनेक रचना है, इनमें से कुछ इस प्रकार है—दुखान्त नाटक, धर्मशास्त्र, वास्तविकता, नाजी जर्मनी, निषेधवाद, नीतीशास्त्र, पाश्चात्यदर्शन, दोस्तोयेव्स्की, बारुथ, स्पिनोज, मनोविश्लेषणवाद, मानसशास्त्र, सत्तामिमांसा, समाजवाद, साहित्य, उपयोगितावाद, अस्तित्ववाद, मिशेलफूको इत्यादि रचनाये उन्होंने लिखी। नीत्शे जो कि, जर्मनी दार्शनिक के रूप में प्रसिद्ध है, पश्चिम के नीत्शे खुशियाँके, मिथ्याभास सिद्धांतका प्रतिपादन करते है, वे कहते है की ऐसे कार्य जो सिर्फ अधिकतम आनंद पैदा करने के लिए किये जाते है। उनसे कोई बड़ा फायदा नहीं मिलता है। नीत्शे के अनुसार "आनंद बस व्यक्ति के साथ रहता है, वह कही और नहीं जाता" उदाहरण जब कोई कलाकार अपने जीवन कि सबसे उत्तम कृती रचता है, तो उसे वो रचने के बाद उसकी कृती से खुशी नहीं मिलती बल्कि वह उस पुरी प्रक्रिया में आनंद की अनुभूति महसूस करता है, जो कृती रचते हुये उसने पुरी की, सकारात्मक प्रेरणा रखते हुये यदि हम सम्पूर्ण सोच विचार कर कोई कृति करते है, तो उत्तम कृति का निर्माण होता है, और इतना ही नहीं वो मानव के व्यक्तिमत्व का, चरित्र का एक अविभाज्य भाग बन जाता है।

महान दार्शनिकों में उनकी गणना की जाती है, उनकी पुस्तक जरथुस्त्र की वाणी दुनियाँ की श्रेष्ठतम रचनाओं में गिनी जाती है, उन्हें उनके विचारों के लिए जाना जाता है ।

फ्रेडरिक नीत्शे ने अनेक अनमोल विचार अपने जीवनकाल में बताये हैं। सभी को यहा रखना संभव नहीं है उनमें से उनके कुछ विचारों को यहां प्रस्तुत कर रही हूँ

- संगीतके बिना जिवन एक गलती होगी ।
- ये प्यार की कमी नहीं, बल्कि दोस्ती की कमी है जो शादियों को दुखदायी बनाती है ।
- मैं इस लिए दुखी नहीं हूँ कि तुमने मुझसे झूठ बोला मैं इसलिये दुखी हूँ कि, अब मैं तुम पर यकीन नहीं कर सकता ।
- कभी-कभी लोग इरालिए सच नहीं सुनना चाहते क्योंकि वे अपने भ्रम को टूटने नहीं देना चाहते ।
- हमें हर उस दिन को खोया हुआ समझना चाहिये जिस दिन हमने एकबार भी डान्स न किया हो ।
- ज्ञानी व्यक्ती को सिर्फ अपने दुश्मनो से प्रेम ही नहीं बल्कि अपने दोस्तों से नफरत भी करने में सक्षम होना चाहिये ।
- मैं उस ईश्वर में यकीन नहीं कर सकता, जो हमेशा प्रशंसा सुनना चाहता हो ।
- वो जिसके पास जीने का कारण है, कुछ भी सहन कर सकता है ।
- कोई भी आपके लिए उस पुल का निर्माण नहीं कर सकता है, जिस पर चढ़कर आप जीवन की धारा को पार कर सकें, कोई नहीं बस आप अकेले ऐसा कर सकते हो ।
- जब हम थक जाते हैं, तब हम उन विचारों द्वारा अटैक किये जाते हैं, जिन्हे हम बहुत पहले जीत चुके होते हैं ।
- वो सांप जो अपना कैंचुल नहीं छोड सकता उसे मरना होता है। इसी तरह जो माईड अपने ओपिनियन्स नहीं बदल सकते वे माईड नहीं रह जाते ।
- बुरी याददाश्त का ये फायदा है कि कोई एक ही अच्छी चीज का बार- बार पहली बार आनंद उठाता है ।
- मनुष्य सबसे कूर जानवर है ।
- क्या आदमी केवल भगवानकी एक गलती है। या भगवान केवल आदमी की एक गलती है ।

- हर एक म
- जानेसे अ
- विचार हम
- जितना उ
- बिना भया
- दुनिया में
- करना चा
- सभी चीजे
- शक्ति पर
- हकीकत
- किसी युव
- वो उससे
- सोचते हो
- विचार ह
- जो प्रेमव
- मुझे केव
- मैं दुनियाँ
- मौन बद
- वास्तविक
- पिडा को
- आपके 3
- चाहिये
- कोई अप
- नहीं बस
- नीत्शेपर क
- 1. सिक्के व
- दोनो ही
- अपनी पु
- हुये, लि
- है कि,
- चाहिये.



सुन्न की वाणी
के लिए जाना

साथे है, सभी
प्रस्तुत कर रही

को दुखदायी

से दुखी हूँ कि,

अपने भ्रम को

कि हमने एकबार

अपने दोस्तों से

मुना चाहता हो।

सकता है।

कता है, जिस पर

बस आप अकेले

जिने जाते हैं, जिन्हे

होता है, इसी तरह

रह जाते।

बैज का बार- बार

का

केवल आदमी की

का

का

का

का

का

का

का

का

- हर एक गहन विचारक गलत समझे जाने की तुलना में सही समझ लिए जानेसे अधिक डरता है।
- विचार हमारी भावनाओं के साथे है, हमेशा गहरे खाली और सरल
- जितना ऊँचा हम उड़ते हैं, उतना ही ना उड़ पाने वालों को छोटे लगते हैं।
- बिना भयानक गहराईयों के कोई सुंदर सतह नहीं है।
- दुनिया में दो तरह के लोग होते हैं, वो जो जानना चाहते हैं और वो जो यकिन करना चाहते हैं।
- सभी चीजें व्याख्या के अधीन हैं। किस समय कौनसी व्याख्या मान्य होती है, ये शक्ति पर आधारित होता है। सत्य पर नहीं।
- हकीकत में केवल एक ही किश्चियन था और वो क्रॉस पे मर गया।
- किसी युवक को भ्रष्ट करने का पक्का तरीका है, कि उसे यह निर्देश दो कि वो उससे अलग सोचने कि बजाय उनका खूब सन्मान करे जो उसकी तरह सोचते हो।
- विचार हमारी भावनाओं के साथे है, हमेशा गहरे खाली और सरल।
- जो प्रेमवश किया जाता है, वो हमेशा अच्छे बुरे से परे होता है।
- मुझे केवल कागज का एक टुकड़ा और लिखनेके लिए कुछ चाहिए और तब मैं दुनियाँ को उलट सकता हूँ।
- मौन बदत्तर है, सभी सत्य जिन्हे मौन रखा जाता है, जहरीले बन जाते हैं।
- वास्तविकता में आशा सभी बुराईयों में सबसे बुरी है, क्योंकि ये इंसान की पिडा को लम्बा खीचती है।
- आपके अंतरआत्मा की आवाज क्या कहती है, आपको वो व्यक्ती बन जाना चाहिये।
- कोई अपने गुरु का कर्ज ठीक से नहीं चुकाता है, यदि वह हमेशा कुछ और नहीं बस एक शिष्य ही बना रह जाता है।

नीत्सोपर की गई आलोचना -

1. सिक्के के दो पहलुओं की तरह हर एक दार्शनिक के प्रशंसक व आलोचक दोनों ही होते हैं। नीत्सो पर बन्ट्रेड रसेल ने आलोचना कि है- बन्ट्रेड रसेल की अपनी पुस्तक "हिस्ट्री ऑफ वेस्टर्न फिलोसोफी" में नीत्सो की आलोचना करते हुये लिखा है कि, नीत्सो के दर्शन में कष्ट का महिमामंडन है, आगे वे कहते हैं कि, नीत्सो के मतानुसार जीवन के बड़े कष्टों पर अफसोस नहीं करना चाहिये, क्यो कि ये वरदान होते हैं।



नेपोलियन जैसे अत्याचारी को भी न देते हैं।

है कि उनके सिद्धांत ने फासीवाद

के सिद्धांत को आधार बनाकर ही ने खुद को जनता के सामने ऐसा नेता है और जनता को विश्वास प्रदान करना चाहते हैं। बाद में उन्होंने प्रयत्न किये।

गोपीता -

विचारों के लिए प्रसिद्ध हैं। उनके सिद्धांत प्रचंड रूप से खलबली मचाई सकते परंतु उन्होंने कई ऐसे विचारों के लिए काफी उपयुक्त हैं। स्वयं को विचार किया जाये तो, हमें काफी कुछ प्रदार्शन गतिशिलता ये प्रकृति का अपने आप के विचारों को, बदलना अपना अस्तित्व खो बैठते हैं। जैसे अलता उसको मरना ही पडता है। इस के रहेंगे लकीर के फकीर बने रहेंगे के साथ बदलना जरूरी है। जैसे सती के इत्यादी पुरानी प्रथाये जो कि उसका त्याग करना ही उचित है। ये है जो आज भी उपयोगी है।

ये- यह बात नीत्शे की वर्तमान में भी सुना ही नहीं चाहते क्यों कि उनको दिया तो हमारा गलत काम जिसे हम जायेगा कई गलत काम लोग करते करते हैं, कि हम सही हैं।

हम का ही कुछ प्रकृति का

3. मैं उस ईश्वर में यकीन नहीं कर सकता जो हमेशा प्रशंसा सुनना चाहता हो,— इस विचारमें नीत्शे ने अंधश्रद्धा पर वार किया है। जो कि वर्तमान में भी उपयुक्त है।

4. नीत्शे के अनुसार वो जिसके पास जीने का कारण है। वो कुछ भी सहन कर सकता है— यहाँ नीत्शे यह बताना चाहता है कि जीवन जीने के लिए हमारे पास कारण होने चाहिये यदि कारण रहे तो हमारे कामों में कितनी भी कटिनाई आये हम उसका सामना करने के लिए तैयार रहते हैं। ये युवा पिढी के लिए अच्छा संदेश नीत्शे ने दिया है।

5. कोई भी आपके लिए उस पुल का निर्माण नहीं कर सकता जिस पर चढ़कर आप जीवन की धारा को पार कर सकें कोई नहीं बस आप अकेले ऐसा कर सकते हैं— यहाँ नीत्शे का कहना है कि जो उद्देश्य आपने निश्चित किये हैं उस उद्देश्य को आपको ही मेहनत करके पूर्ण करना है। यह संदेश वर्तमान में सभी के लिए उपयुक्त है।

विचार बदलने की अगर शुरुवात हुई, तो कोई भी इंसान पूरी तरह से बदल सकता है, बदल करने का विचार यदि मन में बार-बार किया जाए, सकारात्मक प्रेरणा रखकर अच्छी तरह से विचार किया तो उचित कृति हमारे हाथों से होती है। और एक दिन ऐसा आता है कि हम सहज गति से वो कार्य करने लगते हैं।

संदर्भ ग्रंथ -

- 1. लेख - लोकसत्ता 19 जुलाई 2014
- 2. लेख - 24 जनवरी 2020, गोपाल मिश्रा
- 3. नीत्शे के अनुसार वो जिसके पास जीने का कारण है वो कुछ भी सहन कर सकता है— यहाँ नीत्शे यह बताना चाहता है कि जीवन जीने के लिए हमारे पास कारण होने चाहिये यदि कारण रहे तो हमारे कामों में कितनी भी कटिनाई आये हम उसका सामना करने के लिए तैयार रहते हैं। ये युवा पिढी के लिए अच्छा संदेश नीत्शे ने दिया है।
- 4. कोई भी आपके लिए उस पुल का निर्माण नहीं कर सकता जिस पर चढ़कर आप जीवन की धारा को पार कर सकें कोई नहीं बस आप अकेले ऐसा कर सकते हैं— यहाँ नीत्शे का कहना है कि जो उद्देश्य आपने निश्चित किये हैं उस उद्देश्य को आपको ही मेहनत करके पूर्ण करना है। यह संदेश वर्तमान में सभी के लिए उपयुक्त है।



Handwritten signature
Principal
Arts & Science College

विचार बदलने की अगर शुरुवात हुई, तो कोई भी इंसान पूरी तरह से बदल सकता है, बदल करने का विचार यदि मन में बार-बार किया जाए, सकारात्मक प्रेरणा रखकर अच्छी तरह से विचार किया तो उचित कृति हमारे हाथों से होती है। और एक दिन ऐसा आता है कि हम सहज गति से वो कार्य करने लगते हैं।

20-21

ISBN- 978-81-951551-8-7

भारतातील महिला सक्षमीकरणाचे विविध पैलू

Peer-Reviewed-Book Chapter

संपादक

डॉ. संगीता भांगडिया मालानी

4



For Details Visit To : www.aadharsocial.com

Aadhar PUBLICATIONS

भारतातील महिला सक्षमीकरणाचे विविध पैलू

Peer-Reviewed
Book Chapter

संपादक

डॉ. संगीता भांगडिया मालानी
राज्यशास्त्र विभाग प्रमुख

नारायणराव राणा महाविद्यालय बडनेरा

Peer-Reviewed
Book Chapter



आधार पब्लिकेशन, अमरावती
संपादक

डॉ. संगीता भांगडिया मालानी
राज्यशास्त्र विभाग प्रमुख
नारायणराव राणा महाविद्यालय बडनेरा



भारतातील महिला सक्षमीकरणाचे विविध पैलू

संपादक

डॉ. संगीता भांगडिया मालानी

प्रथम आवृत्ती - मार्च २०२१

आधार पब्लिकेशन

हनुमान मंदिराजवळ, पाठ्यपुस्तक मंडळासमोर,

वि.म.वि. कॉलेजच्या मागे, अमरावती

Email- aadharpublication@gmail.com

मुखपृष्ठ संकल्पना

विलास पवार

सरिता ग्राफिक्स, अमरावती

अक्षरजुळवणी

सरिता ग्राफिक्स, अमरावती

मुद्रक

आधार पब्लिकेशन, अमरावती

किंमत रु. २००/-

हनुमान मंदिराजवळ, पाठ्यपुस्तक मंडळासमोर,

ISBN- 978-81-951551-8-7

वि.म.वि. कॉलेजच्या मागे, अमरावती

सूचना:- सदर अंकामध्ये प्रकाशित झालेल्या लेखास, संपादक, प्रकाशक, मालक, मुद्रक

जबाबदार राहणार नाही. या अंकामध्ये प्रकाशित झालेले लेख लेखकाचे त्यांचे वैयक्तिक मत आहे.

विलास पवार

सरिता ग्राफिक्स, अमरावती

अक्षरजुळवणी

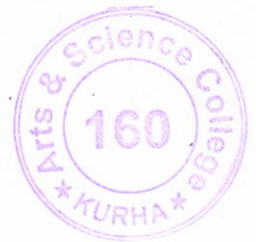
सरिता ग्राफिक्स, अमरावती

मुद्रक

आधार पब्लिकेशन, अमरावती

किंमत रु. २००/-

ISBN- 978-81-951551-8-7



INDEX

No.	Title of the Paper	Authors' Name	Page No.
1	Working Women: Problems and Solutions	Dr. Abhay Shinde	1
2	SHGs: Women Empowerment and Managerial Approach	Prof. Sulakshana Hari Koli	4
3	Guardians of the Green -Contribution of Indian Women Environmentalist	Dr.Prachi Sharad Patharkar	7
4	The Role of Women in Agricultural Marketing	Dr. Durga Anil Pande	10
5	Women Empowerment In India With Economic Perspective	Dr. Sujata Shivaji Gadakh	15
6	प्रजासत्ताक भारत आणि महिलांचा मताधिकार	प्रा. डॉ. बबिता प्र. येवले	19
7	भारतीय समाजात महिलांची स्थिती	प्रा.डॉ.शरद जा.वाघोळे	23
8	भारत की नं. १ मुस्लिम महिलाएँ	डॉ. शाहेदा मुनाफ	26
9	महिलांचे आर्थिक सबलीकरण	प्रा.सौ.सुषमा सु. जाजु	29
10	भारतीय संविधान व महिला	प्रा. प्रफुल ई. ढोके	33
11	महिला बचतगट : समस्या व उपाय आणि सबलीकरण	प्रा.चव्हाण अे.डी.	38
12	महिला सक्षमीकरणाची दशा व दिशा : ऐतिहासिक परामर्श	प्रा. शरद बाबुराव सोनवणे	42
13	भारतीय महिलांचा दर्जा व राजकीय सहभाग	प्रा.शहाणे रंजना प्रल्हादराव	47
14	ग्रामगीतेतील स्त्री विषयक दृष्टीकोण.	डॉ. प्रवीन कारंजकर	50
15	महिलाओं की सामाजिक व राजनीतिक उडान	डॉ.विभा देशपांडे	56
16	भारतीय महिलांच्या दिशा आणि दशा	डॉ. देविदास श्रीराम भगत	59
17	तीन तलाख कायदा आणि मुस्लीम स्त्री	प्रा.तळणीकर एस.जी.	63
18	घरेलू हिंसा और महिला संरक्षण अधिनियम	डॉ. सविता व्ही. रूक्के	66
19	पर्यावरण संरक्षणात महिलांची भूमिका	डॉ. मीना कृष्णाराव रोकडे	71
20	आर्थिक विकासात महिलांचे योगदान	प्रा.डॉ.कृष्णा शंकर शहाणे	76
21	पर्यावरण संरक्षणात महिलांची भूमिका	प्रा.डॉ. दिलीप निळकंठराव लांजेवार	80
22	'मुस्लीम निकाह में महिलांओ की स्थिती'	डॉ. फिरोज एस. खान	86
23	भारतीय समाजात महिलांची स्थिती	प्रा. स्नेहा शामकुवर	91
24	पंचायती राज आणि महिला सक्षमिकरण	प्रा. नथ्यु पाचुसिंग पडवाल	96
25	भारतीय समाजात कोलाम आदिवासी महिलांचे स्थान	प्रा.डॉ.रश्मी प्रविण गजरे	100
26	स्वातंत्र्योत्तर भारत में स्त्री स्वतंत्रता का विकास : विश्लेषणात्मक अध्ययन	प्रा.सौ. प्रतिभा टावरी	104
27	महिला सक्षमीकरण आणि भारत सरकारच्या विविध योजना — एक अभ्यास	डॉ.ओमप्रकाश बबनराव मुंदे	110
28	महिला सक्षमीकरण और हमारे मौलिक अधिकार	प्रा. डॉ. कु. अंजुम नाहीद रउफ खान	116



महिलाओं की सामाजिक व राजनीतिक उडान डॉ.विभा देशपांडे

कला व विज्ञान महाविद्यालय कुर्हा

प्रकृति ने समाज के सभी घटक जैसे स्त्री-पुरुष, पशु, पक्षी इत्यादि सभी समान बनाए है। परंतु प्राचीनकाल से ही स्त्रियों को कनिष्ठ दर्जा प्राप्त है परंतु जहाँ महिलाओं को चौके चुल्हे घर गृहस्थी तक सीमित रखा गया था, वही विविध क्षेत्रों में उडान भरकर स्त्री ने अपनी योग्यता सिद्ध कर दी। नौकरी, व्यापार, घर ये सभी जिम्मेदारियाँ अच्छी तरह से निभाती है। अपने आसपास के परिवेश में देखे तो शिक्षिका, डॉक्टर्स, नर्सस एक्टर्स, नेता के रूप में, अपनी माताजी भी उसमें से ही है, शायद ही कोई ऐसा क्षेत्र होगा जहाँ महिला न हो। महिलाएँ स्वावलंबी होकर आगे बढ़ रही है।

१९ वी सदी में जहाँ एक ओर हम समाज में महिलाओं की सोचनीय स्थितियों को परकाष्ठा पर पहुँचते हुये देखते है। वही दूसरी ओर भारतीय समाज में सुधार आंदोलनों द्वारा इस स्थिति में सुधार करते हुये भी देखते है। २० वी सदी के आरंभ में शिक्षाकी उन्नती के साथ-साथ स्त्रियों की दशा में सुधार हुआ है। १९०३ में इंडियन नॅशनल कान्फरन्स में एक प्रथम स्त्री विभाग स्थापित किया गया एवं इसके माध्यम से सम्मेलनों द्वारा स्त्रियों की दशा सुधारने के लिये प्रयत्न किये जाने लगे। महात्मा फुले इन्होंने स्त्री उद्धार के लिये अनेक कार्य किये। महात्मा गांधी ने भी अनेक आंदोलनों व सत्याग्रहों में स्त्रियों को भाग लेने के लिए प्रेरित किया। परिणामस्वरूप अनेक स्त्रियों ने घर से बाहार निकलकर शराब की दुकानों पर धरना दिया, तो कहीं विदेशी वस्त्रों की होली जलाई। इससे स्त्रियों में साहस एवं नये उत्साह ने जन्म लिया। परिणामस्वरूप अंग्रेजी शासनकाल में स्त्रियों को अनेक कानूनी तौर पर अधिकार देकर सक्षम बनाया गया।

स्वतंत्र भारत के संविधान में मूलभूत अधिकारों के माध्यम से स्त्री-पुरुष समानता मान्य की गई है। परंतु वर्तमान में स्त्रियों की समस्या कम होने के बजाय बढ़ती नजर आ रही है। आए दिन अत्याचार की घटना, हत्या इत्यादि के समाचार पढ़ने व सुनने को मिलते है। आज महिलायें अशिक्षित हो या सुशिक्षित सभी क्षेत्रों में पीडित है। मानवधिकार के चलते स्त्रियों के अधिकारों को दडपने का प्रयत्न किया जा रहा है। भारतीय समाज में नाटक, गीत, चित्र इन विविध कलाकृतियों में स्त्री ये ही है। लोकगीत, कहावतों, मुहावरों, परिकथा, लोककथा, दंतकथा इसमें से स्त्री जीवन संबंधी विविध दृष्टीकोण दिखाई देते है। महाभारत, रामायण में विविध भूमिका के दर्शन होते है। परंतु उनके जीवनकाल पर नजर अंदाज किया जाता है, कहीं-कहीं तो निराशाजनक वर्णन दिखाई देता है, तो कहीं हँसी का पात्र बनाया गया है। इतिहास पर नजर डाले तो बहुत सा इतिहास पुरुषों ने ही लिखा होने के कारण महिलाओं संबंधी अंधश्रद्धा, भ्रामक कथा, परिकथा अधिक दिखाई देती है।

वर्तमान में भी भारत की ७० प्रतिशत जनता ग्रामीण भाग में रहती है उनमें महिलाओं की संख्या आधी पकड़ी तो भी ये आकड़े काफी बड़े है। ग्रामीण भाग में आज भी लडकियों की शादी कम उम्र में की जाती है और न चाहते हुए भी उस पर



मानसिक, शारीरिक, इत्यादि जवाबदारी जबरदस्ती लादी जाती है। कई बार उसे स्त्रीभ्रूण हत्या जैसी समस्याओं का सामना करना पड़ता है। परंतु उपरोक्त परिस्थिति का चिकित्सक अध्ययन किया जाय तो इसके लिए काफी हद तक स्त्री स्वयं जवाबदार है। कई महिलाओं को लडका ही चाहिए होता है इसका कारण महिलाओं पर ससुराल में होने वाला अत्याचार का भय अतः इस अन्याय के विरोध में महिलाओं ने एकजुट होकर आवाज उठाने की आवश्यकता है। इन सबका परिणाम जनसंख्या में स्त्री-पुरुषों की संख्या में असमतोल बढ़ा है साथ ही लैंगिक अत्याचारों में वृद्धि हुई है। आज महिलाएं अर्थात् जन के लिए बाहर निकल रही हैं, घर और कार्यालय दोनों संभालने में उसकी दमछाक हो रही है।

राजनीतिक क्षेत्रों में जो प्रतिनिधी का चयन किया जाता है उसमें महिलाओं की संख्या पुरुषों की तुलना में आज भी कम है, स्थानिक स्वराज्य संस्था में ५० प्रतिशत आरक्षण के कारण राजनीति में महिलाओं की संख्या बढ़ी है फिर भी निर्णय क्षमता की उनमें कमी है। निर्णय क्षमता की आज भी महिलाओं में कमी है उनके निर्णयों पर उनके पति, भाई, पिता इत्यादि पुरुषों का प्रभाव दिखाई देता है परंतु पहले की तुलना में निर्णय क्षमता काफी बढ़ी है। राजनीति में काफी सक्रिय हो रही है। राष्ट्रपति याने देश के प्रथम नागरिक के रूप में पहली महिला राष्ट्रपति का कार्यभार प्रतिभाताई पाटील ने बखुबी निभाया, उसी तरह लोकसभा सभापति के रूप में मिराकुमार, सुषमा स्वराज्य, कांग्रेस अध्यक्ष सोनिया गांधी, अंबिका सोनी, मनेका गांधी, वसुंधरा राजे, जयवंती मेहता, मायावती, सुमित्रा महाजन, ममता बॅनर्जी, वर्तमान अर्थमंत्री निर्मला सीतारमण इत्यादि कई महिलाओं ने राजनीति में अपनी कार्यक्षमता सिद्ध की है।

भारत के लोकसंख्या का आधा भाग महिलाओं की संख्या है, परंतु उस प्रमाण में महिलाओं की संख्या संसद और विधानमंडल में कम है। मतदार संघ में उम्मीदवारी एवं पक्ष के महत्वपूर्ण पदों पर महिलाओं को उच्च स्थान मिलना चाहिए ऐसा सभी राजनीति पक्ष कहते हैं लेकिन प्रत्यक्ष में इस पुरुष प्रधान समाज में उसका क्रियान्वयन नहीं होता।

निष्कर्ष—

महिला ही सृजन शक्ति का आधार है, संस्कार की खान है, उसके योगदान को, योग्यताओं को गौण मानकर अनेक क्षेत्रों में उसकी क्षमता को ठीक से आँका नहीं गया। लिंगभेद को त्यागकर समानता

के आधार पर सही मूल्यांकन किया जाय।

महिला सक्षमीकरण के उपाय—

- महिला को सुशिक्षित, प्रशिक्षित, सशक्त, सुदृढ़ किया जाय।
- महिलाओं पर अन्याय करनेवालों को कड़ी शिक्षा दी जाय।
- पुरुषों की मनोवृत्ति में परिवर्तन होना आवश्यक है, स्त्रीभ्रूण हत्या पर रोक लगाई जाय।
- ग्रामीण स्त्री द्वारा परम्परागत विचारसरणी, पारंपारिक रूढ़ि संकेत का त्याग करना आवश्यक है।


- बालविवाह प्रथा पर कठोर बंधन एवं जनजागृति करना।

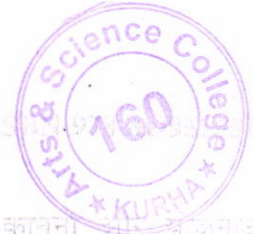


- महिला संरक्षण कानूनों को कठोरता से लागू करना,विविध कानूनों और योजनाओं की महिलाओं को जानकारी देना ।

संदर्भ

- १.देव,वि.रा. स्त्री चळवळीची वाटचाल—सुगावा प्रकाशन,पुणे
- २.घोंगडे,अश्विनी स्त्रीवादी समीक्षा स्वरूप आणि उपाय योजना दिलीपराज प्रकाशन,२०११शनिवार पेठ,पुणे.
- ३.मेहेत्रे, स्मिता भारतीय स्त्री आणि मानवाधिकार —श्री साई प्रकाशन,नागपूर.
- ४.समकालीन राजकीय चळवळी नवहिंदुत्ववाद व जात संघटना—डायमंड पब्लिकेशन्स पुणे


Principal
Arts & Sci. College
Kurha



- महिला संरक्षण कानूनों को कठोरता से लागू करना,विविध कानूनों और योजनाओं की महिलाओं को जानकारी देना ।

संदर्भ

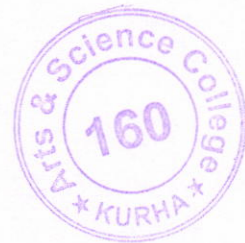
- १.देव,वि.रा. स्त्री चळवळीची वाटचाल—सुगावा प्रकाशन,पुणे
- २.घोंगडे,अश्विनी स्त्रीवादी समीक्षा स्वरूप आणि उपाय योजना दिलीपराज प्रकाशन,२०११शनिवार पेठ,पुणे.
- ३.मेहेत्रे, स्मिता भारतीय स्त्री आणि मानवाधिकार —श्री साई प्रकाशन,नागपूर.
- ४.समकालीन राजकीय चळवळी नवहिंदुत्ववाद व जात संघटना—डायमंड पब्लिकेशन्स पुणे

CRITERIAN-III

3.3.2.-

Number of books and chapters in edited volumes/books
Published and Papers Published in National/International
Conference Proceeding per teacher during last five years

2021-2022



20-21

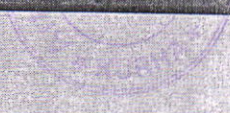
AN ISBN E-BOOK

B

LIFE AND MOVEMENTS
OF
BIRSA MUNDA

EDITED BY
DR. MANOJ SAHARE

ISBN-978-81-928733-3-6



LIFE AND MOVEMENTS OF BIRSA MUNDA

EDITOR
DR. MANOJ SAHARE



Patrons

Smt.Vasudhatai Deshmukh, President, PWS
Prof. Abhay Deshmukh, Secretary, PWS
Principal Shri.S.N.Deshmukh, Admin.Director, PWS
People's Welfare Society(PWS), Amravati, Maharashtra

Editorial Board

Dr.Manoj Sahare
Dr.V.D.Chore
Dr.N.S.Chaware
Prof. V.M.Vasule
Dr.A.K.Khadse
Prof. R.B.Pawar
Prof.M.A.Vaidya

Peer Team for Review

Dr.P.A.Raut
Dr.J.Y.Padole
Dr.A.N.Bhorjar
Dr.A.S.Vaidya

Editorial Correspondence:

- Late N.A.Deshmukh
Arts and Commerce College
Chandur Bazar,
Distt.Amravati
Maharashtra, India
- 9420417541
- mpsahareamt@gmail.com
- www.nadmchb.org

Publisher

Dr.V.D.Chore
Principal, Late N.A.Deshmukh Arts and Commerce College,
Chandur Bazar, Distt.Amravati, Maharashtra

Life and Movements of Birsa Munda

ISBN-978-81-928733-3-6

Section-II HINDI			
Sr. No.	Chapter	Author	Page No.
1	अदम्य साहस एवं वीरता का पर्याय: विरसा मुंडा	माधवी	1-4
2	विरसा मुंडा का जीवन	डॉ. राम रहीम और कमलेश कुमारी	5-8
3	भारतीय स्वतंत्रता संग्राम में विरसा मुंडा का अविस्मरणीय योगदान	डॉ. मोनिका मित्तल	9-14
4	विरसा मुंडा का जीवन कार्य	राकेश चौहान	15-20
5	विरसा मुंडा का क्रांतीकारी कार्य	प्रा. निलेश पी. चौपडे	21-24
6	भारतीय स्वतंत्रता आंदोलन में विरसा मुंडा का योगदान	डॉ. विभा देशपांडे	25-28
7	विरसा मुंडा की जीवनी: एक परिचय	प्रशांत कुमार	29-32
8	विरसा मुंडा का जीवन और भारतीय स्वतंत्रता संग्राम में उनका योगदान	सौरभ मौर्या	33-37
9	विरसा मुंडा का मानवता के लिये संदेश	रामसिया चर्मकार	38-45
10	विरसा मुंडा: जननायक और स्वतंत्रता सेनानी	डॉ. अनिल महादेवराव तिरकर	46-52
11	भारतीय स्वतंत्रता संग्राम में विरसा मुंडा का योगदान	संजीव कुमार सिंह	53-60
Section-III MARATHI			
Sr. No.	Chapter	Author	Page No.
1	क्रांतिसूर्य विरसा मुंडा यांचा भारतीय आदिवासी समुदायावर कार्य व प्रभाव	दत्तात्रय निवृत्ती रावण	1-11
2	आदिवासी कवितेतून विरसा मुंडा यांचे आलेले क्रांतिकारी चित्रण: एक आकलन	डॉ. ललित अधाने	12-21
3	विरसा मुंडा क्रांतिकारी महानायकाचे कार्य	डॉ. कविता राजभोज	22-32
4	विरसा मुंडा एक लोकनायक	डॉ. रवी मोरते	33-40
5	राष्ट्रवादाचा अग्रदूत आणि जननायक: विरसा मुंडा	डॉ. कविता तातेड	41-49
6	नागवंशीय आदिवासी विरसा मुंडा आणि चांद्रधम्म	डॉ. प्रशांत बोवडे	50-61



[Signature]
Principal
Arts & Sci. College
Kurha

January 2021

www.nadmchb.org

भारतीय स्वतंत्रता आंदोलन में बिरसा मुंडा का योगदान

डा. विभा प्र. देशपांडे

कला व विज्ञान महाविद्यालय

कुर्छा

भारत भूमि पर कई ऐसे नायक पैदा हुए जिनका नाम इतिहास के पन्नों पर स्वर्णिम अक्षरों में लिखा गया है, उन्हीं में से एक है बिरसा मुंडा। कहा जाता है की एक छोटी सी आवाज भी दमदार बन सकती है बस उसके बोलने में दम होना चाहिए। उसका जीता जागता उदाहरण माने बिरसा मुंडा जिन्होंने भारत के सामाजिक सांस्कृतिक व स्वतंत्रता आंदोलन में महत्वपूर्ण योगदान दिया।

बिरसा मुंडा का जन्म 15 नवम्बर 1875 को वर्तमान झारखंड राज्य के रांची जिले में उलिहाती गांव में हुआ था। उनकी माता का नाम करमौ हातू और पिता का नाम सुगना था। यह समय अंग्रेजी शासन

का था। आदिवासी अपने इलाके में किसी का भी हस्तक्षेप सहन नहीं कर सकते थे। इतिहास के पन्नों पर नजर डालें तो अंग्रेजों के विरुद्ध छिड़े संग्राम में आदिवासी जनजातियों के संग्राम को हमेशा ही महत्वपूर्ण माना गया है।

यह संग्राम किसी राजनीतिक पदों को प्राप्त करने के लिए नहीं था और ना ही किसी व्यक्तिगत स्वार्थ के लिये था बल्कि अपने देश, अपनी धरती माता की सम्प्रभुता के लिये यह महान संग्राम था। यह संग्राम अतुलनीय था। विविध रूपों में कम - अधिक प्रमाण में यह संग्राम वर्तमान में भी जारी है।



इसी प्रकार का एक स्वतंत्रता संग्राम हुआ - बिरसा मुंडा के नेतृत्व में चलने वाला उलगुलान। यह एक ऐसा संग्राम था जिसमें सामाजिक सांस्कृतिक राजनीति के सभी सूत्र आपस में उलझे हुए थे। बिरसा मुंडा के महान आंदोलन पर जो पुस्तक प्रकाशित हुई थी वह अंग्रेजी में थी फिर भी इसका गहरा प्रभाव सिर्फ आदिवासी आंदोलन झारखंड के साहित्य व समाज पर ही नहीं बल्कि सम्पूर्ण ऐतिहासिक लेखन के क्षेत्र पर पड़ा और बिरसा मुंडा के रूप में एक राष्ट्रीय नेतृत्व उभरकर सामने आया। कम - अधिक प्रमाण में आदिवासी बिरसा का आंदोलन अभी भी जारी है और उसकी अनिवार्यता व प्रासंगिकता आज भी है। आदिवासीयों को लगातार जल जंगल जमीन से और प्राकृतिक संसाधनों से बेदखल किया जाता रहा है और वो निरंतर इसके खिलाफ आवाज उठाते रहे हैं। 1895 में बिरसा मुंडा ने अंग्रेजों द्वारा लागू की गई जमीनदारी प्रथा और राजस्व व्यवस्था के विरुद्ध लड़ाई

के साथ ही जल जंगल जमीन की जंग भी जारी की व सूदखोर महाजनो के खिलाफ मैदाने जंग का एलान किया क्योंकि महाजन (दिकू) कर्ज के बदले उनके जमीन पर कब्जा कर लेते थे स इसलिए यह विद्रोह नहीं बल्कि आदिवासियों की संस्कृति अस्मिता स्वायत्तता निष्कपटता को बचाने के लिए आंदोलन था। सुप्रसिद्ध साहित्यकार तथा लेखिका रमणिका गुप्ता ने आदिवासियों पर लिखा ग्रंथ आदिवासी अस्मिता का संकट इसमें उन्होंने कहा है कि- रेलों के विस्तार के लिए जब अंग्रेजों ने मानभूम दामिन ई- कोह (संथाल परगना) इस इलाके के जंगलों को काटना शुरू किया तब बहुत बड़ी संख्या में आदिवासी विस्थापित होने लगे साथ ही वो जिस जमीन पर खेती करते थे उस जमीन को जमीनदारो और दलालो ने आपस में बांटकर राजस्व की नयी व्यवस्था लागू कर दी। इन सब अत्याचारो के खिलाफ आदिवासी संगठित होकर आंदोलन करने के लिए

मजबूर हुए और उन्होंने विद्रोह करना प्रारंभ किया

बिरसा मुंडा जो कि बचपन से ही कुशाल बुद्धी के थे साथ ही सामाजिक परिस्थिती से अनभिज्ञ नहीं थे। उनके पिताजी चाहते थे कि बेटा अच्छा पढ़े इस उद्देश्य से उन्होंने मिशनरी स्कूल में उनका दाखला करवाया लेकिन वहा ईसाई धर्म का पाठ पढाया जाता था जिसके खिलाफ उन्होंने मत व्यक्त करना प्रारंभ किया। स्कूल छोड़कर अपने आपको सामाजिक कार्य हेतु झोक दिया। जैसे की कहा जाता है पूत के पांव पालने में वाली कहावत बिरसा के बारे में सही साबित हुई। इसके बाद बिरसा ने पिछे मुड़कर नहीं देखा। लगभग 1890 के करीब बिरसा वैष्णव धर्म की ओर अग्रसित हुए और अपने समाज बांधव को अंधश्रद्धा अंधभक्ति से बाहर निकालने का प्रयत्न करने लगे। आदिवासी बांधव किसी भी महामारी को देवी का प्रकोप मानते थे। ऐसे में उनको समझाने और

महामारी से बचने के उपाय बताते। इससे किस प्रकार से लडा जाय यह समझाते। इस प्रकार अपने समुदाय को हर तरह से जागृत करने का वे प्रयत्न करने लगे। उनके भोजन की व्यवस्था तन ढाकने के लिए कपडे बदती हुई गरीबी साथ ही इंडियन फारेस्ट एक्ट 1882 के कारण छीन लिये गये जंगल इन सब के खिलाफ बिरसा ने हथियार उठाए और उत्तगुलान प्रारंभ हो गया। किंतु अंग्रेजों के खिलाफ जंग करना इतना आसान काम नहीं था। क्योंकि संख्या और संसाधन दोनों ही कम होने के कारण बिरसा ने छापामार लडाई का सहारा लिया। पूरे आसपास के इलाके में उनके नाम से पुलिस आतंकित हो उठी उस जमाने में अंग्रेजोंने बिरसा के नाम 500 रु. का इनाम रखा। आखिर अंग्रेजों और बिरसा के बीच अंतिम और निर्णायक जंग 1900 में दूम्बरी (राची) के पहाड़ी में हुई। काफी संख्या में आदिवासी बिरसा के नेतृत्व में उतरे एवं संघर्ष जारी रहा परंतु इनके पास तीर कमजान और

Life and Movements of Birsa Munda

ISBN-978-81-928733-3-6

अंग्रेजों के पास तोप और बंदूक। आखिर
आदिवासी बांधव कहा तक टिक पाते
अंग्रेजों ने काफी संख्या में आदिवासी बांधवों
को बेरहमी से मारा। परिणामस्वरूप अंग्रेज
जीत तो गये परंतु बिरसा को ना पकड़
पाये। लेकिन किसी ने सच ही कहा है घर
का भेदी लंका दाहे। इसी उक्ति के स्वरूप
बिरसा के जाति के लोगों ने ही 500 रु. के

केवल 25 साल की उम्र में बिहार
झारखंड ओडिशा में जननायक के रूप में
अपनी पहचान स्थापित की। आज भी
आदिवासी जनता बिरसा मुंडा को भगवान
के रूप में पूजती हैं। बिरसा ने आदिवासी
समाज की दिशा बदलकर नवीन सामाजिक
और राजनीतिक युग का सूत्रपात किया।
भारतीय स्वतंत्रता आंदोलन के मुख्य कड़ी
के रूप में बिरसा का नाम हमेशा अमर
रहेगा।

अंग्रेजों के पास तोप और बंदूक। आखिर

आदिवासी बांधव कहा तक टिक पाते

अंग्रेजों ने काफी संख्या में आदिवासी बांधवों

को बेरहमी से मारा। परिणामस्वरूप अंग्रेज

जीत तो गये परंतु बिरसा को ना पकड़

पाये। लेकिन किसी ने सच ही कहा है घर

का भेदी लंका दाहे। इसी उक्ति के स्वरूप

बिरसा के जाति के लोगों ने ही 500 रु. के

लिए उन्हें गिरफ्तार करवा दिया।

अंग्रेजों के पास तोप और बंदूक। आखिर

आदिवासी बांधव कहा तक टिक पाते

अंग्रेजों ने काफी संख्या में आदिवासी बांधवों

को बेरहमी से मारा। परिणामस्वरूप अंग्रेज

जीत तो गये परंतु बिरसा को ना पकड़

पाये। लेकिन किसी ने सच ही कहा है घर

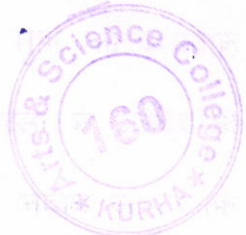
का भेदी लंका दाहे। इसी उक्ति के स्वरूप

बिरसा के जाति के लोगों ने ही 500 रु. के

लिए उन्हें गिरफ्तार करवा दिया।

1 ललित गर्ग - लेख।

Principal
Arts & Sci. College
Kurha



CRITERIAN-III

3.3.2.-

Number of books and chapters in edited volumes/books
Published and Papers Published in National/International
Conference Proceeding per teacher during last five years

2022-2023



ICHR

ICHR Sponsored One Day National Seminar on the Occasion of
Azadi Ka Amrit Mahotsav



Contribution of Women in Indian Independence Movement

Editor

Dr. Govind Tirmanwar



Contribution of Women in Indian Independence Movement

© Author

No part of this book shall be reproduced, stored in retrieval system, or translated in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying and/or otherwise without the prior written permission of the publishers.

ISBN : 978-93-93973-59-7

EDITION : 2022

Printed and Published By :

Shri Ganesh Raut

Om Sai Publisher & Distributors

Plot No. 29, Behind T.B. Ward,

Indira Nagar, Nagpur 440003.

Mob. : 9923693506,

E-mail : ospdnagpur@yahoo.com

Sales Office :

Smt. Jyoti Naresh Khapekar

SAI JYOTI PUBLICATION

Teen-nal Chowk, Kasarpura,

Behind Panjivani Market,

Itwari, Nagpur.

Mob. : 9764673503

E-mail id : sjp10ng@gmail.com

Website : www.saijyoti.in

Books N Books

Plot No. 65, Radhika Palace,

Medical Chowk,

Hanuman Nagar,

Nagpur - 440009.

Mob.: 9923693506

E-mail id : sjp10ng@gmail.com

Website : www.saijyoti.in

Branch :

Pune : 203, Paris Sparsh Hight,

Ambamata Mandir Road,

Ambai Dara, Dhayari,

Pune - 411041.

Mob.: 9420318884

New Delhi : 213, Vardhan House,

Ansari Road, Dariya Ganj,

New Delhi - 110002.

Mob.: 8888828026, 9325656602

Type Setter

Shree Ganesh Graphics

Mob.: 9890803277

प्रकाशित सर्व शोधनिबंधातील विचार, मते व निष्कर्ष शोधनिबंध लेखकांची आहेत, त्यांच्याशी संपादक सहमत असेलच असे नाही.



कला
अमृत
एकदि
'भारत'
निमित्त
स्वातंत्र्य
घेऊन
कार्य
घेतली
महावि
चर्चास
राष्ट्रीय
समिती

16.	Contribution of Women to Revolutionary Movements in India During British Period Mohammad anis ul Islam	59
17.	Unsung Contribution of Mothers of Freedom Fighter in Independence Movement Pooja Tiwari	63
18.	भारतीय राष्ट्रीय आंदोलन की वीरांगनाएँ प्रा. डॉ. संदीप रमेश हातेवार	66
19.	भारतीय स्वतंत्रता संग्राम में आदिवासी वीरांगना का योगदान (रानी अवन्तीबाई, रानी गेडेनलुई, विरांगना झलकारीबाई) डॉ. लक्ष्मण न. गोरे	74
20.	भारतीय स्वाधीनता आंदोलन में छत्तीसगढ के महिलाओं का योगदान श्री. योगेश खेमराज भोयर	80
21.	डॉ. अँनी बेझंट: राजकीय विचारधारा आणि भारतीय स्वातंत्र्यलढा प्रा. डॉ. कविता राजेंद्र तातेड	84
22.	सविनय कायदेभंग चळवळीत यवतमाळ जिल्हयातील स्त्रियांचे योगदान डॉ. नितीन व. चांगोले	89
23.	स्वातंत्र आंदोलनात नागपूरच्या महिलांचे योगदान डॉ. श्रीकांत म. सोनटक्के	93
24.	भारतीय स्वातंत्र्यलढयात विदर्भातील वंचित स्त्रीयांचे योगदान डॉ. संजय गोपाळराव ठवळे	97
25.	अँनी बेझंट यांचे राजकीय कार्य डॉ. स्मिता म. जाधव	103
26.	भारतीय स्वातंत्र्यलढयात ग्रामीण भागातील स्त्रियांचे योगदान: एक अवलोकन डॉ. माया वानखडे	108
27.	स्वातंत्र्य चळवळीत बुलडाणा जिल्हयातील महिलांचे योगदान डॉ. नामदेव वामनराव ढाले	112
28.	महात्मा गांधीच्या चळवळीत महिलांचे योगदान प्रा. डॉ. सौ. एस. पी. लाखे	119
29.	भारतीय स्वातंत्र्य लढयातील क्रांतीकारक स्त्रियांचे योगदान प्रा. डॉ. सुरेश संतराम माळशिखरे	125
30.	अमरावती शहरातील असहकार चळवळीत स्त्रियांचा सहभाग (इ.स. १९२० ते १९२१) डॉ. निलय प्र. देशमुख	129
31.	भारतीय स्वातंत्र्य चळवळीत स्त्रियांचे योगदान डॉ. स्वाती डवरे (काळमेघ), डॉ. निलिमा राऊत (कोहळे)	134

अॅनी बेझंट यांचे राजकीय कार्य

डॉ. स्मिता म. जाधव

इतिहास विभाग प्रमुख

कला व विज्ञान महाविद्यालय

कुन्हा, जि. अमरावती.

प्रस्तावना

आधुनिक भारताच्या इतिहासातील एक दैदिप्यमान पर्व म्हणजे भारतीय स्वातंत्र्यलढा होय. भारतमातेला परदास्याच्या शंखलेतून मुक्त करण्यासाठी, अनेक लोकांनी अपल्या प्राणाचे सर्वोच्च बलिदान दिले. लोकांच्या राजकीय जाणीवा समृद्ध करून त्यांच्यात सामाजिक समरसता निर्माण करण्याबरोबरच स्वतःचा जाणीव निर्माण करण्याचे कार्य त्या काळात अनेक नेत्यांनी केले. भारतातील सर्व वर्गातील विचारप्रणालीतील लाखो लोकांनी स्वातंत्र्यप्राप्तीच्या प्रयत्नात उत्स्फूर्तपणे सहभाग घेतला आणि विशेष म्हणजे त्यात स्त्रियाही आपलं घर, कुटुंब, जबाबदारी सांभाळून आघाडीवर सहभागी झाल्या. प्रसंगी त्यांनी अनेक यातनाही सहन केल्या. त्यांचे हे कार्य अत्यंत लक्षणीय आहे.

१८५७च्या उठावापूर्वी अनेक स्त्रियांनी ब्रिटीश राजवटीस विरोध केल्याची उदाहरणे आहेत. त्यामध्ये कित्तूर संस्थानची राणी चनम्मा, महाराणा रणजीतसिंगाची पत्नी जिंदाल कौर, यांचा विशेषत्वाने उल्लेख करावा लागेल. त्यानंतर राणी लक्ष्मीबाई, बेगम हजरत महल यांनी केलेला संघर्ष प्रसिद्ध आहे.

२० व्या शतकापासून अनेक स्त्रियांनी स्वातंत्र्यचळवळीत सहभाग घेतला. त्यात कस्तुरबा गांधी, सरला देवी चौधुरानी, मुथ्युलक्ष्मी रेड्डी, अमृत कौर, सरोजिनी नायडू, अवंतिकाबाई गोखले, लाडोरानी झुत्सी, सत्यवती देवी, अनसुयाबाई काळे, सुभद्राकुमारी चव्हाण, जानकीदेवी बजाज, अरुणा आसफअली, कॅप्टन लक्ष्मी सहगल, कमलादेवी चटोपाध्याय, सूचेता कृपलानी, उषा मेहता, विजयालक्ष्मी पंडीत अशा अनेक स्त्रियांचा उल्लेख आवर्जून करावा लागेल. विशेष उल्लेखनीय बाब म्हणजे या स्वातंत्र्यआंदोलनात खऱ्या अर्थाने आपले तन-मन-धन अर्पण करणाऱ्या काही विदेशी महिलाही होत्या. त्यामध्ये मादाम कामा, भगिनी निवेदिता, मिराबेन, व्हायलेट अल्वा, ऑलिस अल्वारीस, नीलसेना गुप्ता या सहभागी झाल्यात. त्यामध्येच एक नाव विशेषत्वाने घ्यावे लागेल ते म्हणजे अॅनी बेझंट या जन्माने आयरीश महिलेचे.

२० व्या शतकातील स्त्रियांचा राजकीय व सामाजिक जीवनातील सहभाग हा भारतीय स्त्रियांच्या इतिहासातील महत्वपूर्ण टप्पा मानला जातो. कारण या काळात स्त्रियांच्या सामाजिक, राजकीय, शैक्षणिक, आर्थिक, सांस्कृतिक जाणीवा अधिक विस्तृत झाल्या. स्त्रियांमध्ये सामाजिक व राजकीय स्वतःचा जाणीव निर्माण झाली. सावित्रीबाई फुले यांनी १९ व्या शतकात स्त्री शिक्षणाची जी मुहूर्तमेढ रोवली त्याला २० व्या शतकात सुंदर फळे आली. अनेक स्त्रियांनी चूल आणि मूल सांभाळतानाच अद्वितीय कार्य केले. २० व्या शतकाच्या पूर्वार्धामध्ये स्त्रियांमध्ये आत्मसन्मानाची ज्योत ज्वलंत करून स्त्रिया कार्यतत्पर. त्यात अॅनी बेझंट यांचे कार्य अद्वितीय स्वरूपाचे आहे. जन्माने आयरीश असणाऱ्या अॅनी बेझंट यांनी भारताच्या स्वातंत्र्य आंदोलनात आणि सामाजिक क्षेत्रात केलेले कार्य सुवर्णाक्षरांनी लिहिल्या गेले आहे.



अॅनी बेझंट यांचे पूर्वचरित्र

१ ऑक्टोबर १८४७ रोजी अॅनी फ्रॅंक बेझंट यांचा जन्म इंग्लंडमध्ये झाला. त्यांचे वडील विलीयम पेजवूड वैद्यकीय पेशात असून ते गणित, तत्त्वज्ञान, या विषयांचे गाढे अभ्यासक होते. त्यांच्या आईचे नांव एमिली असे होते. धार्मिक परंपरा मान्य करणाऱ्या एका आदर्शवादी कुटुंबात अॅनीचा जन्म झाल्यामुळे प्रारंभी त्यांच्यावर धार्मिक विचारांचा जबरदस्त पगडा होता. अॅनीचे वय पाच वर्षांचे असताना त्यांच्या वडिलांचा मृत्यू झाला अशा कठीण परिस्थितीत त्यांच्या पालनपोषणाची जबाबदारी त्यांच्या आईवर आली. तेव्हा आईची मैत्रिण मॅरिएट यांनी अॅनी व तिच्या आईला आपल्या घरी आश्रय दिला. तिथे ती लहानाची मोठी झाली. १८६७ मध्ये ख्रिस्ती धर्मोपदेशक रेव्ह फ्रॅंक बेझंट यांचेशी त्यांचा विवाह झाला. फ्रॅंक बेझंट यांचा ख्रिश्चन धर्मावर प्रगाढ विश्वास होता. अॅनी यांनाही धर्मावर विश्वास होता. पण धर्माचा मनुष्याच्या आचार विचारांवर कुठे कुठे असणारा अतिरेकी प्रभाव त्यांना मान्य नव्हता. कारण त्यांचे विचार अत्यंत स्पष्ट व निर्भीड होते. त्यामुळे त्यांचे व पतीचे वारंवार खटके उडू लागले. त्याचे पर्यावसान ते दोघे १८७७ मध्ये विभक्त झाले. यानंतर त्यांनी आपल्या जीवनाचे ध्येय ठरविले व त्यांनी राजकारण आणि समाजकारणावर आपली मजबूत पकड निर्माण केली. त्यांनी इंग्लंडमध्ये आपल्या कार्याला सुरुवात केली. १८७८ मध्ये त्या 'नॅशनल सेक्यूलर सोसायटी' मध्ये सामील झाल्या. ही सोसायटी चार्ल्स ब्रॅडनी यांची होती. सोसायटीचे मुख्यपत्र नॅशनल रिफॉर्मर च्या सहसंपादक झाल्या. या मुखपत्रातून त्यांनी स्त्रियांच्या अधिकाराकरिता आवाज उठविला. नॅशनल सेक्यूलर सोसायटी या संस्थेद्वारे त्यांनी नास्तिकता, संततीनियमन, स्त्रियांचा मतदानाचा अधिकार या चळवळी चालविल्या. पुढे त्या ब्लॉन्टस्की यांच्या संपर्कात आल्या व त्यांनी थिऑसॉफिकल सोसायटीचे सदस्यत्व स्वीकारले. थिऑसॉफिकल सोसायटीची स्थापना १८७५ मध्ये न्यूयॉर्क येथे झाली. या संस्थेचे संस्थापक ब्लॉन्टस्की आणि हेनी स्टील ऑलकट हे होते. या संस्थेच्या शाखा ५५ देशात स्थापन झाल्या. त्यावेळी त्यांनी स्त्रियांची थोरवी सांगून ती परत मिळविण्यासाठी प्रयत्न करण्याचे आवाहन केले. त्यांनी आयुष्यभर स्त्रीस्वातंत्र्य आणि स्त्रिशिक्षणाचा प्रसार केला. 'इंडियन लेडीज मॅगझीन' मध्ये लेख लिहून आपले सडेतोड विचार व्यक्त केले. त्यामागील उद्देश अत्यंत सकारात्मक होते. "जर स्त्रियांना शिकवले नाही तर भारतीयांची प्रगती थांबेल. पाश्चात्य शिक्षण स्त्रियांना देणे हा त्यावरील उपाय नाही तर भारतीय संस्कृतीतील स्त्रीवादाचा आदर्श असणाऱ्या दुर्गादेवीचा आदर्श ठेवणे हा उद्देश यामागे होता".

अॅनी बेझंट यांचे भारतात आगमन

१८९३ मध्ये शिकागोच्या धर्मपरिषदेत त्या सहभागी झाल्या. या परिषदेत त्या स्वामी विवेकानंदांच्या वाणीने अत्यंत प्रभावित झाल्या. १८९३ मध्येच त्या भारतात आल्या व त्यांनी भारताला आपली कर्मभूमी मानले आणि येथून त्यांचा भारतातील जीवनप्रवास सुरु झाला.

भारतातील धर्म, संस्कृती अनेक इष्ट परंपरा, तत्त्वज्ञान या सर्वांबद्दल त्यांच्या मनात नितांत आदर होता. त्यांनी भारतातही थिऑसॉफिकल सोसायटीची शाखा स्थापन केली. सत्यशोधनाची इच्छा असणाऱ्या कुणाही व्यक्तीला थिऑसॉफिकल सोसायटीचे सभासदत्व मिळत असे. मानवजातीचे कल्याण, बंधुत्व, सेवा, सहिष्णूता, आत्मविश्वास, समभाव या गुणांनी युक्त असा मानव समाज निर्माण करणे ही या सोसायटीचे प्रमुख उद्दिष्टे होती. या तत्वांचा अॅनी बेझंट यांनी आयुष्यभर प्रसार केला. त्यांच्या या कार्याचा उल्लेख डॉ. गाठाळ म्हणतात, "थिऑसॉफीचा प्रचार हे डॉ. अॅनी बेझंट यांच्या जीवनाचे ध्येय होते. थिऑसॉफिच्या प्रचारासाठी त्यांनी सर्व भारतात जगातील प्रमुख देशात दौरे काढले व जगात शांतता व बंधुभाव नांदावा म्हणून उपदेश केला. हिंदू धर्माची तत्त्वे विशद केलीत. श्रोत्यांच्या आध्यात्मिक भावना त्यांनी जागृत केल्यात. सर्व धर्मांच्या

पुनरुत्थानासाठी त्या प्रयत्नशील होत्या. कारण स्वधर्म, शिक्षण हे चारित्र्य व नीतीमत्ता यांचा पाया होय असे त्यांचे मत होते.”

भारतीय धर्माबद्दल त्यांच्या मनात प्रचंड आस्था होती. त्यांनी प्राचीन धर्मग्रंथांचा अभ्यास करण्यासाठी बनारस येथे 'सेंट्रल हिंदू कॉलेज' स्थान केले. हिंदू संस्कृतीच्या सखोल अध्ययनानंतर आपण 'जन्माने ख्रिश्चन आणि मनाने हिंदू' असे त्या म्हणत. त्यांनी रामायण, महाभारत, उपनिषदे यावर ठिकठिकाणी व्याख्याने देवून भारतीय संस्कृतीच्या प्राचीन श्रेष्ठत्वाचे चित्र लोकांसमोर उलगडून सांगितले. त्यांनी विविध विषयांवर १०० पुस्तके लिहीली आणि या पुस्तकांतून मानवी जीवनाला कवेत घणारे अनेक विषय हाताळले. त्यांनी १९१७ मध्ये मद्रास येथे Womans Indian Association ची स्थापना केली आणि या संघटनेद्वारे त्यांनी सर्व मुलामुलींना संक्तीचे प्राथमिक, धार्मिक शिक्षण दिले जावे. स्त्रियांना पुरुषांच्या बरोबरीचे सर्व हक्क मिळावे, स्त्रीयांना मतदानाचा अधिकार मिळावा याकरिता कसोशीने प्रयत्न केले. त्यांच्या कार्याचा प्रभावही लोकविलक्षण होता. त्यांच्या अथक व अविश्रांत परिश्रमामुळे १९२६ पर्यंत भारतीय स्त्रियांना विविध मानाची व कर्तृत्व सिद्ध करणारी मानाची पदे मिळाली व त्या केंद्रीय व प्रांतीय मंत्रीमंडळात सहभागी झाल्यात. स्त्रियांच्या उत्कर्षाचा ध्यास नजरेसमोर ठेवून त्यांनी जे कार्य केले त्यांचाच आदर्श समोर ठेवून पुढे मागरिट कॅजिस या आवरिश महिलेने आपले आपले जीवनपुष्प भारतीय स्त्रियांच्या उन्नयनाकरिता समर्पित केले. महर्षी कर्वे यांचे सहकार्य घेवून त्यांनी भारतात स्त्रीसुधारणा विषयक आंदोलनाची सुरुवात केली. भारतमंत्री मॉटेग्यूसमोर मागरिट कॅजिस यांनी स्त्रियांचा राजकारणातील सहभाग, त्यांना मतदानाचे अधिकार मिळावे याकरिता गोलाचे कार्य केले. त्यांनी हे सर्व कार्य अॅनी बेझंट यांचा आदर्श समोर ठेवून केले. यासंदर्भात महाराष्ट्राचे राज्यपाल व पाकिस्तानातील भारताचे पहिले राजदूत श्री. प्रकाश यांनी आपल्या Mrs. Beasant as Women and a leader या ग्रंथात अॅनी बेझंट यांच्यातील उदारबुद्धी, बुद्धीमत्ता, लोकांबद्दल असणारी कणव, स्मरणक्षमता, अशा विविध गुणांचे विवेचन केले आहे. १९१० मध्ये अॅनी बेझंट यांनी The sons and Daughter of India या संस्थेच्या माध्यमातून केलेले कार्य नैशिष्ट्यपूर्ण आहे.

My Path to Atheism, Hindu Idials या ग्रंथातून त्यांनी भारताविषयीचे विचार व्यक्त केले. भारतातील त्यांच्या शैक्षणिक कार्याचा आवाकाही विलक्षण होता. अलौकिक वक्तृत्व, पांडित्य, कार्यतत्परता, दीर्घोद्योगी, भारतीयांविषयीची आत्मीयता आणि समाजाच्या उत्थानाची तळमळ त्यांना होती.

भारतात येण्यापूर्वी इंग्लंडमध्ये त्यांनी आगपेट्यांच्या कारखान्यात काम करणाऱ्या स्त्रीयांच्या हक्कासाठी लढा दिला आणि आणि तशाच प्रकारचे कार्य त्यांनी भारतातही केले. त्यांनी स्त्रियांना संघटित करून त्यांच्यात स्वभान जागृत केले व इतकेच नव्हे तर भारतीय महिलांना आंदोलनात सहभागी करून घेण्याची प्रेरणा या विदेशी स्त्रिने देवून भारतीयांच्या हृदयात अभिमानाचे स्थान निर्माण केले.

अॅनी बेझंट यांचे राजकीय क्षेत्रातील कार्य

अॅनी बेझंट यांच्या भारतातील राजकीय कार्याचा प्रवास हा प्रामुख्याने त्यांनी भारतात चालविलेल्या होमरूल आंदोलनाने झाला. १९०७ च्या सुरत काँग्रेसपासून थंडावलेल्या राष्ट्रीय चळवळीत खऱ्या अर्थाने प्राण ओतण्याचे कार्य त्यांनी केले. मद्रासच्या थिऑसॉफिकल सोसायटीमार्फत धार्मिक, सामाजिक व शैक्षणिक क्षेत्रात कार्य करणाऱ्या अॅनी बेझंट यांनी १९१५ च्या मुंबईच्या अधिवेशनात होमरूल चळवळीचा ठराव मांडला. परंतु काँग्रेस सदस्यांनी त्याकडे विशेष लक्ष दिले नाही. त्यावेळी २२ मे १९१६ मध्ये टिळकांच्या अध्यक्षतेखाली झालेल्या जाहीर सभेत अॅनी बेझंट म्हणाल्या, लोखंड तापलेले असतांनाच ते ठोकून घ्यावे. त्याचे स्पष्टीकरण करताना त्या म्हणाल्या, "इंग्लंडची युध्दकालीन अडचण ही भारतासाठी सुवर्णसंधी आहे. ब्रिटीश सरकारच्या

युद्धकार्यासं सहाय्य देत असतानाच त्याचा मोबदला मागण्याची संधी भारतीय जनतेने दवडू नये. स्वयंशासनाचे/स्वराज्याचे अधिकार मिळविण्याची हीच अनुकूल वेळ आहे.” तर टिळकांनीही याचवेळी लहानसहान मागण्या करण्याचे दिवस गेले म्हणून आता होमरूल मागणीला सुरुवात केली पाहिजे असे वक्तव्य केले. तसेच राजकीय उन्नतीशिवाय भारताची प्रगती नाही हे ओळखून त्या राजकारणात आल्यात. १९१६ मध्ये त्यांनी होमरूल लीगची स्थापना केली. व भारतातील विभिन्न प्रदेशात जावून होमरूलच्या प्रचारार्थ दौरा काढला. विसाव्या शतकाच्या सुरुवातीला महिलांना स्वातंत्र्य आंदोलनात सहभागी करून घेण्याची प्रेरणा अॅनी बेझंट या विदेशी स्त्रीने केले. त्या काळात भारतीय जीवनमानाशी एकरूप होऊन राष्ट्रीय कार्य करणे हे कार्य म्हणावे तितके सोपे नव्हते. होमरूल लीगच्या माध्यमातून त्या लोकमान्य टिळकांबरोबर कार्य केले. होमरूलच्या प्रचारार्थ त्यांनी देशभर झंझावाती दौरे काढले. मुंबई, मद्रुराई, कानपूर, कालिकत, मद्रास, अलाहाबाद, बनारस, अड्याप, कुंभकोणम, मद्रुराई आदी शहरांमध्ये होमरूलच्या शाखा स्थापन करण्यात आल्यात. मुंबई, वऱ्हाड व मध्यप्रदेश हे टिळकांचे कार्यक्षेत्र होते तर उत्तर व दक्षिण भारतात अॅनी बेझंट यांनी होमरूलच्या कळकळीने प्रसार केला. होमरूल म्हणजे स्वराज्यप्राप्ती होय. आपल्या देशाचा राज्यकारभार करण्याचा अधिकार आपण प्राप्त करून घेणे होय. राजद्रोहाच्या आरोपाखाली तुरुंगात असणाऱ्या लोकमान्य टिळकांची १९१४ मध्ये मंडालेच्या तुरुंगातून मुक्तता झाली. त्यावेळी काँग्रेसचे कार्य कुर्मगतीने सुरू होते. अशावेळी राष्ट्रिय चळवळीला खऱ्या अर्थाने गतिमान करण्याचे कार्य होमरूल चळवळीच्या माध्यमातून त्यांनी भारतीय जनतेत स्वातंत्र्याची लालसा निर्माण केली. हिंदी स्वराज्याचा प्रश्न सतत धगधगत ठेवण्याचे कार्य त्यांनी केले. ब्रिटीश सरकारला तर त्यांचे कार्य इतके धोक्याने वाटत होते की, मुंबई प्रांत व मध्यप्रदेशामध्ये त्यांच्या जाण्यावर बंदी घातल्या गेली. मद्रास सरकारने त्यांना त्यांच्याकडून २० हजारांचा जामीन मागितला. त्यावेळी त्यांना स्वतःचे मुद्रणालय विकणे लागले आणि रक्कमेचा भरणा करावा लागला. अॅनी बेझंट व त्यांचे दोन सहकारी अरुडेल व वाडिया यांना मद्रास मध्ये जाण्यास बंदी घालण्यात आली व त्यांना स्थानबध्द करण्यात आले. त्यावेळी स्त्रियांनी रस्त्यावर येऊन त्यांच्या सुटकेसाठी निदर्शने केलीत. होमरूल चळवळीत सहभागी नेत्यांना ‘तुकडे मागू नका संपूर्ण भाकरी मागा’ हा संदेश लोकांपर्यंत पोहचविला. ही चळवळ दडपू टाकण्यासाठी सरकारने शर्थाने प्रयत्न करित होती तर दुसरीकडे होमरूल चळवळीचे लोण पसरले. जोसेफ बॅप्टीस्टा, न. चि. केळकर, दादासाहेब खापर्डे, डॉ. मुंजे, शि.ल. करंदीकर ही उच्चशिक्षित मंडळी संघटनेच्या प्रमुख कार्यकर्त्यांपैकी होते. परंतु होमरूल चळवळीचा भारतामध्ये खरा महामुक्त अॅनी बेझंट यांनी उभारला. भारतीय स्वातंत्र्याच्या जागृतीसाठी त्यांनी ‘कॉमनवील’ ‘न्यू इंडिया’ ही दैनिके सुरू केली. भारतीय स्वातंत्र्याच्या यज्ञकुंडात स्वतःला झोकून देणाऱ्या या विदेशी विदुषीला प्रसंगी कारावासही भोगावा लागला. त्यांच्यात असाधारण राजकीय नेतृत्वक्षमता होती आणि म्हणूनच त्यांना १९१७ साली काँग्रेसच्या कलकत्ता येथे भरलेल्या अधिवेशनाचे अध्यक्षपद आले. त्यावेळी त्यांनी ३ हजार लोकांपुढे भाषण करताना “तुमची आई मरण पावलेली नाही, ती झोपलेली आहे. तिला जागवा” हा अर्थपूर्ण संदेश दिला. तो अत्यंत मौल्यवान होता.

भारतीय स्वातंत्र्याच्या प्रयत्नात कार्य करित असणाऱ्या काँग्रेसची जहाल व मवाळ अशी दो गटात विभागणी त्यांना मान्य नव्हती. आणि म्हणूनच जहाल व मवाळ यांच्या एकत्र आणण्यात कार्यही त्यांनी केले. कुठेच वैयक्तिक स्वार्थ न ठेवता त्यांनी सामाजिक व राजकीय क्षेत्रात भारी योगदान दिले.

होमरूल चळवळीची मुस्कटदाबी करण्यासाठी ब्रिटीशांनी दडपशाहीचे धोरण स्वीकारले. पण या दडपशाहीला टिळक, अॅनी बेझंट या प्रभूतांनी जुमानले नाही. ही चळवळ सुरूच राहिली. इतकेच नव्हे तर परदेशातही या चळवळीला वेग आला पण कालांतराने होमरूल चळवळ बाजूला राहिले कारण राष्ट्रीय सभेचा या चळवळीला विरोध होता. तसेच १९२० मध्ये टिळकांचे निधन झाले त्यामुळे महात्मा गांधी यांचेकडे काँग्रेसचे नेतृत्व आले. म. गांधींचे सत्याग्रहाचे तंत्र होमरूलला

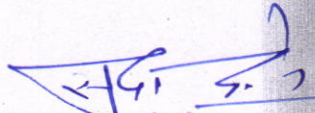
व्हते. त्यामुळे म. गांधी प्रणित सत्याग्रहाचे तत्व आणि होमरूल तत्वप्रणाली सारखी नसल्याने ही प्रळवळ समाप्त झाली.

अत्यंत प्रतिकूल काळात लोकमान्य टिळक व अॅनी बेझंट यांनी होमरूलचे ध्येय निश्चित करून कार्य केले. एका विदेशी महिलेने भारताच्या विविध राजकीय, सामाजिक, आर्थिक प्रश्नांचे घेतन करून, भारतीय धर्माबद्दल आस्था देवून केलेले कार्य अत्यंत आत्मीयतेने व तळमळीने भारताच्या कल्याणासाठी झटण्याचा अनुभव अभूतपूर्व होता.

संदर्भ सूची

१. पाठक डॉ. दमयंती, भारताच्या स्वातंत्र्य लढयात वैदर्भिय महिलांचे योगदान, मंगेश प्रकाशन नागपूर.
२. पाटील पद्मजा, जाधव डॉ. शोभना, भारतीय इतिहासातील स्त्रिया, फडके प्रकाशन, कोल्हापूर. पृ. ११६
३. गाढाळ डॉ. एस.एस., भारतीय इतिहासातील स्त्रिया व स्त्रीजीवन कैलास पब्लिकेशन, औरंगाबाद. पृ. २८५
४. आचार्य डॉ. धनंजय, भारताचा इतिहास १५२६-१९४७, साईनाथ प्रकाशन, नागपूर पृ. ३३६
५. व्ही.एन. स्वामी, महाराष्ट्रातील समाज सुधारक संत साहित्यिक आणि थोर भारतीय विचारवंत, विद्याभारतीय प्रकाशन, लातूर.




Principal
Arts & Sci. College
Kurha



Indian Council of Historical Research Sponsored One Day National Seminar on
Contribution of Women in Indian Independence Movement

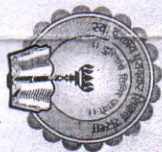
Tuesday, 26th July 2022

Organized by

Department of History

Late Dattatraya Pusadkar Arts College, Nandgaon Peth, Tq. Dist. Amravati

NAAC Accredited 'B' Grade



CERTIFICATE

This is to certify that **डॉ. निशा म. जाधव, कला व विज्ञान महाविद्यालय, कुन्हा, जि. अमरावती** has actively participated and presented a paper on "**अनी बेसंट यांचे राजकीय कार्य**" in the National Seminar on "Contribution of Women in Indian Independence Movement" organized by the Department of History, Late Dattatraya Pusadkar Arts College, Nandgaon Peth, Tq. Dist. Amravati on 26th July, 2022.



**Azadi Ka
Amrit Mahotsav**

Dr. Govind Tirmannwar
Organizing Secretary & Convener

Dr. Vijay Darne
Principal

Principal
Arts & Sci. College
Kunha



Book chapter

समकालीन मानवी हक्क

संपादक

डॉ. प्रतिभा अशोक टावरी

डॉ. संदीप बी. काळे



आधार पब्लिकेशन्स, अमरावती

Principal
Arts & Sci. College
Kurha



समकालीन मानवी हक्क

■ डॉ. प्रतिभा अशोक टावरी
डॉ. संदीप बी. काळे

■ प्रथम आवृत्ती - १० डिसेंबर २०२२

© प्रकाशक व संपादक

■ प्रकाशक

आधार पब्लिकेशन, अमरावती.

हनुमान मंदिराजवळ, पाठ्यपुस्तक मंडळा समोर,
वि.म.वि.कॉलेज मागे, अमरावती

मो. ९५९५५६०२७८

email- aadharpublication@gmail.com

■ मुखपृष्ठ संकल्पना

विलास पवार

सरिता ग्राफिक्स, अमरावती

■ अक्षरजुळवणी

सरिता ग्राफिक्स,

कठोरा रोड, अमरावती

■ Price : 200/-

ISBN-978-93-91305-84-0

सुचना:- सदर अंकामध्ये प्रकाशित झालेल्या लेखास,
संपादक, प्रकाशक, मालक, मुद्रक जबाबदार राहणार नाही.
या अंकामध्ये प्रकाशित झालेले लेख लेखकाचे त्यांचे
वैयक्तिक मत आहे.



मानव के अभ्युदय में मानव अधिकार का योगदान

डॉ. विभा देशपांडे (चौबे)

कला व विज्ञान महाविद्यालय कु-हा

मानव अधिकार का जन्म हमारे कल्याण और विकास के लिए हुआ है यदि करते हुए पालन ईमानदारी से करे तो दूसरे व्यक्ति को अधिकार अपने आप प्राप्त हो जाते हैं ऐसा विविध मार्ग दर्शकों का मानना है कई चर्चा सत्र में यह बात कही गई है मानव अधिकार पाने की सभी मनुष्य हकदार है चाहे भी किसी भी देश धर्म या जाति के हो परंतु इसके बावजूद भी आज हम पूरे विश्व में कहीं ना कहीं किसी न किसी रूप में मानव अधिकारों का हनन होते हुए देखते हैं अधिकारों के रूप में प्राप्त यह मूल्य अनमोल है संवैधानिक अधिकारों के अलावा अनेक अधिकार मानव द्वारा मानव के विरुद्ध प्रवृत्ति किए जाते हैं इनके पालन में राज्य की सहायता राज्य केवल का ही प्रयोग होता है। सर्वप्रथम हम मानव माने क्या इस पर प्रकाश डालेंगे।

मानव माने क्या? शास्त्रीय रूप से देखा जाए तो मानव याने जो किसी राष्ट्र का स्थाई घटक हो साथ ही मानव शब्द से उस समूह का बोध होता है जिसमें राष्ट्र की संप्रभुता निवास करती है इसका अर्थ यह कि मानव गरिमा का मूल स्रोत है इस अर्थ में भी मानव यह शब्द का अर्थ लिया जाता है। पृथक इकाई जो किसी राज्य के नियमित नागरिकों और उन्हें अपने ही राज्य के विरुद्ध कुछ विशेष अधिकार प्राप्त हुए हो उसे संवैधानिक अधिकार भी प्राप्त है साथ ही अनेक व्यक्तिगत अधिकार भी प्राप्त यह अधिकार मानव द्वारा मानव के विरुद्ध ही प्रदान किए जाते हैं और उनका पालन ना होने पर राज्य को बत का प्रयोग करना पड़ता है

अधिकार माने क्या ? प्राकृतिक रूप से मनुष्य को विभिन्न प्रकार की शक्तियाँ प्रदान की गई हैं इन शक्तियों का स्वयं अपने और समाज के हित में उचित रूप से प्रयोग करने के लिए कुछ बाहरी सुविधाओं की आवश्यकता होती है क्योंकि राज्य का सर्वोच्च लक्षण मानव का कल्याण करना है इस हेतु राज्य के द्वारा व्यक्ति को प्रदान की जाने वाली यह बाहरी सुविधाओं का नाम ही अधिकार है। मानव अधिकार वह अधिकार है जो हमारी प्रकृति या स्वभाव में निहित है। इनके अभाव में हम मानव के रूप में अपना जीवन व्यतीत नहीं कर सकते मानवाधिकार और मौलिक स्वतंत्रता हमको पूर्ण रूप से विकसित होने के लिए

अवसर प्रदान करती है साथ ही इसके द्वारा मानवीय गुणों प्रतिभाओं इत्यादि का सदुपयोग किया जाता है। अधिकार हमारे सामाजिक जीवन में अत्यंत आवश्यक है जिनके बिना व्यक्ति अपने व्यक्तित्व का विकास नहीं कर सकता और समाज के लिए उपयोगी कार्य भी नहीं कर सकता। इसलिए अधिकार के बिना मानवीय जीवन के अस्तित्व की कल्पना भी नहीं कर सकते इस हेतु वर्तमान में प्रत्येक राज्य द्वारा मानव को विस्तृत रूप में अधिकार प्रदान किए गए हैं जो अधिकार मानव की गरिमा को बनाए रखते हैं उन्हें ही मानव अधिकार कहा जाता है।

कल्याण का अर्थ - देखे तो कल्याण का अर्थ है भलाई, इष्ट, क्षेम, कुशलता, अभ्युदय, मंगल लाभ इत्यादि होता है अर्थात् मानव अधिकार हम सभी के कल्याण और विकास के लिए बनाए गए हैं और इसी कल्याण शब्द से कल्याणकारी राज्य की संकल्पना का उदय हुआ तोक कल्याणकारी राज्य वह राज्य जो अपने नागरिकों के लिए व्यापक रूप में सामाजिक राज्य की आर्थिक इत्यादि सेवाओं की व्यवस्था करता है। इनका मुख्य उद्देश्य नागरिकों को सभी प्रकार की सुरक्षा प्रदान करना होता है। कल्याणकारी राज्य सरकार का एक रूप है जिसमें राज्य का कार्य संपत्ति का सामान वितरण और नागरिकों का संपूर्ण कल्याण करना है। अर्थात् इसमें किसी विशेष वर्ग का कल्याण नहीं संपूर्ण जनता का कल्याण होता है। इसमें व्यक्ति को महत्व न देकर संपूर्ण जनता को केंद्र मानकर राज्य कार्य करता है, वही लोक कल्याणकारी राज्य है। मानव को केंद्र बिंदु मानकर ही सब कार्य किए जाते हैं चिंतन के प्रत्येक क्षेत्र में प्रत्येक विषय और प्रत्येक पक्ष में व्यक्ति की गरिमा केंद्र बिंदु रही है। दार्शनिक आध्यात्मिक, धार्मिक, नैतिक और राजनीतिक चिंतन में चिंतन का विषय वस्तु मानव ही है। कहने का तात्पर्य यह है कि प्राचीन काल से वर्तमान तक व्यक्ति के कल्याण और गरिमा पर ही चिंतन किया गया है। राजनीतिक सत्ता पर चिंतन सुकरात के काल से शुरू हुआ। प्लेटो और अरस्तू ने अपने तात्विक चिंतन को राजनीतिक दिशा प्रदान की और दोनों ने ही एक ऐसे आदर्श राज्य की कल्पना की जहाँ व्यक्ति की गरिमा को सुरक्षित रखा जा सके, कल्याण हो सके भारत के स्वाधीनता आंदोलन को दो विश्वयुद्ध को देखने का अवसर प्राप्त हुआ था इन दो विश्वयुद्ध ने सोचने को मजबूर कर दिया और व्यक्ति की गरिमा, कल्याण को विश्व राजनीति के रंगमंच पर ला दिया। तत्पश्चात् जो देश स्वतंत्र हुए इन सभी देशों के संविधान में मानव के अधिकार, मौलिक संवैधानिक मूल्यों के रूप में उभर कर सामने आए तथा



मानव अधिकार अंतर्राष्ट्रीय विषय बन गए। राज्य की उत्पत्ति के संबंध में विचार करें तो राज्य को देवी स्वरूप प्रदान किया गया। परंतु विश्व क्रांतियों ने राजा की देवी छवि को समूल नष्ट कर दिया। कारियों के पश्चात राजनीतिक चिंतन में कांट हीगल टी. एच. ग्रीन, बोसांके इत्यादि विचारको ने राज्य के आदर्शवादी सिद्धांत को जन्म दिया और देवीय राज्य उत्पत्ति का सिद्धांत राज्य पर लागू हो गया। आदर्शवादी विचारको ने राज्य को ही एक देवी सत्ता के रूप में लागू किया। इस अवधारणा में राज्य को साधन नहीं साध्य माना जाता है और व्यक्ति को राज्य के लिए साधन माना जाता है। अतः राज्य रूपी विशाल मशीन का मानव एक छोटा सा पूजा मात्र दिखाई देता है। लेकिन आगे समाजवादी विचारधारा के कारण आदर्शवादी सिद्धांत अधिक फलित नहीं हो पाया, समाजवादी विचारकों के अनुसार राज्य को साधन और व्यक्ति को माना जाने लगा इस विचारधारा के फलस्वरूप राज्य मानव कल्याण के लिए गठित की गई संघटना है, और इसमें व्यक्ति की गरिमा को बढ़ाया गया। व्यक्ति की सुरक्षा कल्याण के लिए राज्य को कार्य करना चाहिए ऐसा माना जाता है राज्य के उपरोक्त कर्तव्य के कारण ही व्यक्ति के नैसर्गिक मौलिक अधिकार महत्वपूर्ण बताए गए और लिखित संविधान के आधार पर इन मौलिक अधिकार को सुरक्षित किया गया। समानता का अधिकार, बंधुता का अधिकार इत्यादि यह अधिकार का मूल्य अंतरराष्ट्रीय स्तर पर है। यह मौलिक अधिकार यह किसी एक देश सीमा या वर्ग तक सीमित नहीं है, तो इनका मूल्य अंतरराष्ट्रीय स्तर पर है उदाहरण बंधुता रहित समानता का कोई मोल नहीं सभी व्यक्तियों, वर्ग, समाज रास्तों में जब तक बंधुता की भावना निर्माण मन हो तब तक व्यापारिक आचरण में समानता निर्माण होना कठिन है। परिणामस्वरूप कहाँ व्यक्तिवाद से बात प्रारंभ हुई थी जो कि समाजवाद और समाजवाद, अंतरराष्ट्रीयतावाद की ओर अग्रसर हुआ है मानव की गरिमा को अंतर्राष्ट्रीय प्रतिष्ठा प्रदान हो इस हेतु रोज नई-नई संगोरठी विचार विमर्श चर्चा सत्र और अभी समय पर हस्ताक्षर किए जा रहे हैं राज्य का नागरिक अर्थ अंतरराष्ट्रीय समाज का सदस्य बन गया है और प्रत्येक मानव राज्यरूपी शरीर का अवयव हो गया है। संयुक्त राष्ट्र संघ का मानवअधिकार आयोग उपरोक्त कार्य के लिए प्रयत्नशील है।

प्राचीन काल से ही देखा जाए तो व्यक्ति और व्यक्ति के मध्य विवाद हमेशा ही चलते आ रहे हैं परिणाम स्वरूप राज्यों के मध्य भी युद्ध हुए

राजनीतिक स्तर का प्रथम और विशालकाय विश्वयुद्ध महाभारत के रूप में हुआ रामायण काल का युद्ध सांस्कृतिक और जातीय स्वरूप का युद्ध था यह युद्ध, सत्ता सिंहासन के लिए नहीं हुआ था, बल्कि महाभारत का युद्ध सत्ता और सिंहासन का युद्ध था, तथा भारत सहित सभी विश्व की प्रत्येक सभ्यता शांति की स्थापना में ही व्यस्त थी और आज भी शांति की आकांक्षा लगाए बैठे हैं और युद्ध से भयभीत होते हैं। परंतु शांति का यह विश्वव्यापी आंदोलन एक आदर्श मात्र है। संयुक्त राष्ट्र संघ में शामिल प्रत्येक सदस्य एक संप्रभु राष्ट्र है और सामूहिक हितों के क्षेत्र से परे प्रत्येक राष्ट्र के व्यक्तिगत हित भी होते हैं। अर्थ प्रधान इसे आधुनिक युग में प्रत्येक राष्ट्र अपनी विदेश नीति के प्रति सतर्क और जागरूक रहता है, इस हेतु वह सदैव सजग रहता है। सभी राष्ट्र अनेक शस्त्रों से सुसज्जित है और साथ सभी राष्ट्रों को युद्ध का भय भी है। परंतु फिर भी आज व्यक्ति को साध्य माना जाता है। व्यक्ति का विकास ही व्यक्ति का अंतिम कल्याण माना जाता है व्यक्ति की आत्मउन्नति से ही विश्व का कल्याण संभव है। स्वामी विवेकानंद, रविंद्र नाथ टैगोर इन्होंने स्वदेश प्रेम को विश्व प्रेम का आधार माना था। आज भी यहां यह स्वीकार्य है कि, व्यक्ति एक विशाल सत्ता का आधार है और वह सत्ता परिवार, समाज, नगर प्रांत राज्य नहीं वरन संपूर्ण विश्व है। व्यक्ति को विश्व बंधुत्व की भावना से कभी प्रथक नहीं माना जा सकता व्यक्ति का व्यक्ति के प्रति आदर सौहार्द, सहानुभूति कर्तव्य आज भी दिखाई देता है। तभी तो शत्रु देश में भी अभी यदि कोई महामारी भूकंप बाढ़ इत्यादि कोई नैसर्गिक आपसी आई तो अपने सामर्थ्य के अनुसार सभी स्वेच्छा से सहायता करते हैं, इसका अनुभव हमें वर्तमान में ही आया कोविड-19 के प्रभाव के कारण जहां संपूर्ण विश्व इसके प्रकोप में आया, वही राज्यों ने दूसरे राज्यों को सहायता का हाथ भी दिया। अतः यहां भी व्यक्ति कल्याण की पूरे विश्व के सहकार की भावना दिखाई दी। अभी भी मानव कल्याण की भावना जागृत है, और जागृत रहेगी लेकिन राज्य का संचालन व्यक्ति हो करते हैं, परिणाम स्वरूप जिन दोस्तों से व्यक्ति ग्रस्त रहता है वे दोष और अयोग्यता राज्य की हो जाती है।

संविधान द्वारा जो मानव अधिकार प्रदान किए हैं, उसके कारण राज्य ने मानव की महिमा को सिद्ध किया है, तभी तो संविधान में बंदियों के प्रति भी जेल के अधिकारियों ने मानवोचित व्यवहार करना चाहिए ऐसी अपेक्षा की जाती है।



उसमें सुधार किए जाए ऐसी मांग की जाती है। अनुच्छेद 40 के अंतर्गत सामाजिक व्यवस्था का अर्थ लोक कल्याण है अतः सामाजिक आर्थिक राजनीतिक न्याय प्रतिष्ठा समता एकजुटता यहीं तो वह मूल्य है जिनके प्रति संविधान समर्पित है जिन्हें संविधान ने मानव के लिए सुनिश्चित किया है। सभी मानव का कल्याण हो उनका अभ्युदय उत्थान हो इसलिए विविध अधिकार प्रदान किए गए हैं। सभी अधिकारों का अंतरराष्ट्रीय स्तर से पालन हो इस हेतु प्रयत्न भी किए जा रहे हैं, कानून भी बनाए जा रहे हैं, काफी हद तक सफलता भी मिली है। लेकिन अभी भी जिस कल्याणकारी राज्य की स्थापना होना चाहिए वैसे दृश्य दिखाई नहीं देता आए दिन मानव अधिकारों का उल्लंघन होने के समाचार हमें पढ़ने, सुनने, देखने को मिलते हैं, इस हेतु हमें अधिकारों को दोष न देकर मानवीय प्रवृत्ति को दोष देना होगा। मानव ने यदि अपने अभिमान का थोड़ा त्याग कर कल्याण की भावना का विचार करना यदि शुरू किया तो, इन अधिकारों का उपयोग काफी अच्छी तरह से होगा और वर्तमान में इन्हीं सभी बातों की आवश्यकता है कि मानव का शत्रु न होकर मित्र बनकर व्यवहार करें।

संदर्भ ग्रंथ

१- महिलाएं एवं घरेलू हिंसा- राजेंद्र प्रसाद सुंदरिया सागर पब्लिशर्स जयपुर।

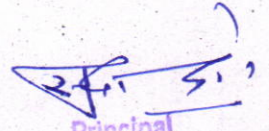
२. मीडिया

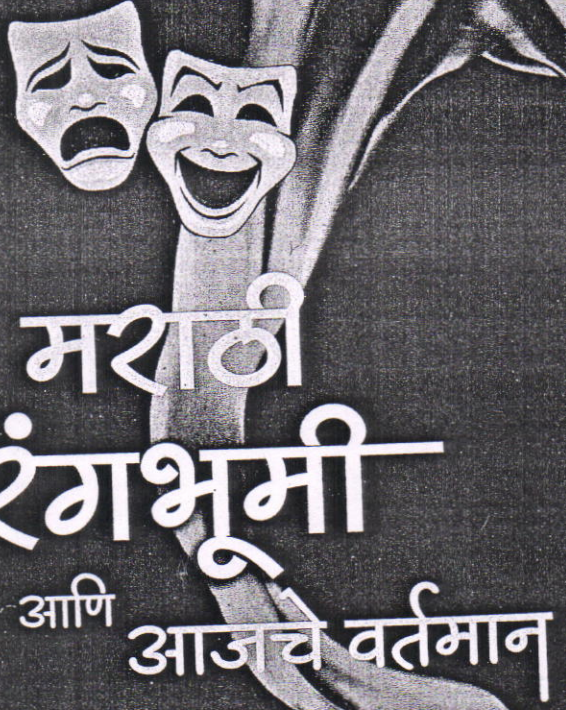
और मानवाधिकार डॉ कृष्ण कुमार शर्मा अर्जुन पब्लिशिंग हाउस अंसारी रोड दरियागंज नई दिल्ली।

३- व्यक्ति और मानवाधिकार डॉ कृष्ण कुमार शर्मा अर्जुन पब्लिशिंग हाउस अंसारी रोड दरियागंज नई दिल्ली।

४- तरुण भारत वर्धापन दिन विशेष पत्रिका 2021 कोरोनासह जीवन।




Principal
Arts & Sci. College
Kurha



मशाठी
रंगभूमी
आणि आजचे वर्तमान

डॉ. सतीश पावडे
मुख्य संपादक

डॉ. भूमिका वानखेडे
कार्यकारी संपादक

डॉ. पी. जी. रोहणकर
प्राचार्य तथा प्रबंध संपादक

चर्चासत्र : संयोजक
जगदंब महाविद्यालय
अचलपूर शहर



मराठी नाटकातील संवादाचे स्वरूप

- डॉ. निशा सु. जोशी
मराठी विभाग प्रमुख
कला व विज्ञान महाविद्यालय, कुल्हा

प्रस्तावना-

एखाद्या विजात दडलेले सौंदर्य त्या विजातून अंकुरित झालेल्या झाडाच्या फुलातून तर त्याचे माथ्य फळातून प्रकट होत असते. त्याप्रमाणे समाजाच्या संस्कृतीतील आंतरिक सौंदर्य, भाव सौंदर्य निरनिराळ्या कलातून प्रकट होत असते. 'नाटक' ही त्यापैकी एक अभिजात कला आहे.

नाटक या वाङ्मय प्रकाराकडे पाहिले असता 'सामुदायिक भांडवलावर चालणारा धंदा' अशी एक व्याख्या केली जाते. संवादाच्या माध्यमातूनच नाटकातील कथा पुढे जाते. म्हणूनच संवादातून सांगितली जाणारी कथा अशी सुद्धा व्याख्या केली जाते. संवादाशिवाय नाटकाची कल्पनाच करता येणार नाही. नाटकाची कथा ज्या परीघाभोवती फिरते त्या सर्व प्रकारच्या संघर्षाची अभिव्यक्ती ही परस्परंशी बोलण्यातून संभाषणातून होत असते. संवादाला नाटकाचा आत्माच म्हटले पाहिजे, कारण आत्म्याप्रमाणे तो सर्वव्यापी आहे. कथानक विकास, स्वभाव परिपोष, नाटकातील काव्य किंवा तत्त्वज्ञान संवादातूनच व्यक्त होते. नाटकात संवाद कथानकाला गती देण्याचे, स्वभावचित्रणाची उकल करण्याचे, पात्रांच्या मनोविकारांचे व भावनांचे दर्शन घडविण्याचे आणि एकूण वातावरण व परिस्थितीचे वर्णन करण्याचे उपयुक्तेचे कार्य साधावयाचे असते. संवाद स्वाभाविक व आवश्यक हवा. तो गाळल्यास कोणतीही हानी होता कामा नये उत्तम संवाद तोच की जो आटोपशीर, साधा, सर्वांना बोलण्यास वाव देणारा, सूचक व प्रेक्षकांचे औत्सुक्य टिकवणारा. संवाद हा घटकच मुळात असा आहे की जो अभिव्यक्ती बाबत अनेक समस्या निर्माण करतो. नाटकाचे संविधानक ज्या पार्श्वभूमीवर घडते ती पार्श्वभूमी नागर किंवा प्रादेशिक कशी

अतिशय तळमळीने आणि मनोभावे
ने पार पाडत असल्याचे त्यांच्या
बांनी याकाळात लिहिलेल्या तीन
कीर्त केलेल्या विविध नाटकांच्या
नाही. आपल्या परीने अचलपूरची
झावंत व नाटककार प्रा. चंद्रकांत
झांपेला अचलपूर-परतवाडा या
झावंत व नाटककारांनी समृद्ध केले
चंद्रकांत बहुरूपी यांचे नाव आदर्शने
अचलपूरच्या नाट्यपरंपरेचा इतिहास
नाटककारांच्या नामोल्लेखाशिवाय
के सत्य आहे.

रु बोंडे, क्षमा प्रकाशन, परतवाडा,

श्री. वृंदा बहुरूपी, परतवाडा, पहिली

नामा.

श्रीदत्त प्रकाशन, परतवाडा, पहिली

प्रस्तावना.



आहे? किंवा एखादे पात्र कोणत्या वातावरणातून आले आहे? यावरही त्याची भाषा अवलंबून असते. उदा. एखादा उत्तर भारतीय माणूस मुंबईत अशुद्ध मराठीही बोलणार नाही. अशावेळी कथानकाला अनुकूल अशी भाषा वापरताना त्यातील दाखविलेल्या पार्श्वभूमीनुसार चालीरीती, लकबी, म्हणी, वाक्प्रचार योजावे लागतात. महेश एलकुंचवार यांच्या 'वाडा चिरेबंदी' या नाटकात खास नागपुरी शटाची मराठी भाषा वापरली आहे ती आपण पुढे पाहणारच आहोत. व्यक्तिगत लकबीखेरीज समूहातील सांस्कृतिक, भौगोलिक, वांशिक पार्श्वभूमीच्या काही वैशिष्ट्यांचाही व्यक्ती जीवनात आढळतो.

बीजशब्द -

नाटक, संवाद

नाटकातील संवादाच्या स्वरूपाचा विचार महेश एलकुंचवार यांच्या 'वाडा चिरेबंदी' व 'आत्मकथा' प्रतिनिधिक स्वरूपात यां दोन नाटकांच्या आधारे करणार आहोत.

वाडा चिरेबंदी

महेश एलकुंचवारांनी हे नाटक १९८७ वर्षी लिहिले. या नाटकामध्ये काळ बदलल्यावर व वैभव नष्ट झाल्यावरही केवळ नावलौकिक टिकविण्यासाठी, ऋण काढून सण साजरा करण्यासाठी धडपडणाऱ्या कुटुंबाचे प्रतिनिधित्व करणारे हे नाटक आहे. धरणागावकर देशपांड्यांच्या मुळात चिरेबंदी असलेल्या पण सध्या विपन्नावस्थेतील वाड्यात ही धडपड चालू आहे. तात्याजी देशपांडे यांच्या मृत्यूने त्यावर आणखी अवकळा पसरली आहे. सर्व मुलांना एका मायेच्या छत्राखाली आणणारा दुवा नाहीसा झाल्याने सर्वांच्या मनात एक प्रकारचा स्वार्थ व दुराव्याची भावना बळावली आहे. परंतु आतापर्यंतच्या सहवासातून निर्माण झालेल्या प्रेमांमुळे त्यांना हे पाश एकदम तोडून टाकणे जमत नाही. वाड्यातील माणसांचे हे भावविश्व नाटकातील पात्रांच्या परस्पर संबंधातून उलगाडत जाते.

कुटुंबप्रमुख तात्यांच्या मृत्यूनंतर त्यांच्या श्राद्धाला गाव जेवण घातले पाहिजे, ही जुनी प्रथा चालू ठेवण्याचा आईचा आग्रह, परंतु हा खर्च कुणी

करायचा याविषयी भावंडांनी आपसात केलेली चालढकल, एकत्र कुटुंब पद्धतीत होत चाललेल्या बदलाचे चित्र व त्यातून माणसाचा स्वार्थीपणा, हिशोबीपणा, अंग काढून घेण्याची वृत्ती, मनाच्या तळाशी लपून बसलेली माया या सर्वांचे दर्शन नव्हे एकूण पडझडीचे चित्र एलकुंचवारांनी सूक्ष्मपणे केले आहे. नाटकाच्या प्रारंभीच पूर्वीच्या वैभवाची साक्ष देणारे 'बुलडोझर' व 'मेणा' आणि सध्याची ढासळलेली आर्थिक परिस्थिती दर्शविणारे वाडा पोखरणारे उंदीर, मृत झालेल्या मुलाच्या नावाने हाक मारणारी व जणूकाही काळाची जाणीव करून देणारी दादी, बदलती परिस्थिती व आलेल्या संकटांचा शांतपणे विचार करून ढासळणारे घर टिकवू पाहणारी आई, या आधारावर नाटकामध्ये नाटककार उत्कृष्ट अशी वातावरण निर्मिती केली आहे.

मृत्यूनंतरचा सुतकातील काळ, वाड्याची दशा यामुळे वातावरणावर काळी छाया पसरलेली आहे. त्याचबरोबर कुटुंबियांच्या संवादातून भावनेचा ओलावाही जाणवतो.

संवादाचे स्वरूप -

तात्याजींच्या मृत्यूपासून तो त्यांच्या श्राद्धापर्यंतचा काळ या नाटकामध्ये एलकुंचवारांना चित्रित करावयाचा असल्याने कथानक सांगण्याचे काम मुख्यत्वे संवादाद्वारे साधावयाचे व त्याबरोबरच देशपांड्यांचा नावलौकिक जपतांना त्या वाड्यात गुदमरणाऱ्या व्यक्तींचे दर्शन घडवावयाचे आहे. आई आर्थिक दृष्ट्या स्वतंत्र नसूनही, नावलौकिक टिकावा, सर्व मुलांनी मनाने जवळ असावे यासाठी धडपडते. तिच्यामध्ये मी व माझे ही भावना नाही. आई व प्रभा यांच्यातील खालील संवाद प्रभावी आहे. त्यातून तात्याजींच्या हयातीतील परिस्थिती व आईने जमीन विकल्यावर, ती-प्रभा-चंदू यांना जगावे लागणारे भविष्यकालीन परावलंबी जीवन यांचं स्पष्ट चित्र या संवादातून शब्दचित्रीत केलं आहे. आई- तसं म्हण माय. पण मज एक सांग. पोराना दुखवून मी कुठे जाणार होती? काय चाललं आहे, काय नाही मज कळत नाही असं वाटतं का तुज? पण हे होते तरी ची गोष्ट वेगळी होती. (विराम) प्रभा, तुजही एक गोष्ट सांगते. डोक्यात राख काही घालून घेऊ नको. माझी सद्दी संपली. आता राज्य भावजर्जीच

आहे. ओळखून वाग. तू उद्या म्हणशील, मध्ये पड, तर मी काही पडणार नाही मध्ये. अखेर त्याच करणाऱ्या आहेत. दिवस मज त्यांच्याजवळ काढावं लागणार आहे. किती तडंतडं बोलते तू तरी. बरं नाही ग.

प्रभा- एकजात स्वार्थी आहेत सगळे...

आई- स्वार्थ कोणाला सुटला आहे, प्रभा? इच्छा असो-नसो... प्रपंच मांडला की माणूस आपोआपच स्वार्थी होतो.

प्रभा- तुझा जीव सुना मुलांकडे धावणार...

आई- स्वार्थ म्हण, काही म्हण प्रभा. मज काही त्यांना दुखवून चालणार नाही हो!

प्रभा- (घायाळ)आई, मला शिकायचं आहे ग. मला निदान बी. ए. होऊ दे...

आई- प्रभा दुःख काय कोणास दाखवायची गोष्ट आहे? बाई, आपलं

आपल्याजवळ ठेवावं. अति झालं तर या वाड्यात खूप अंधाऱ्या खोल्या

आहेत. त्यात गुपचूप डोळे गाळावे... देशपांड्यांच्या साऱ्या बायकांनी हेच

केलं. स्वातंत्र्य नसल्यामुळे अगतिक झालेल्या देशपांडे यांच्या घराण्यातील

स्त्रियांना अश्रू गाळण्याशिवाय काहीच पर्याय नव्हता याचे दर्शन घडविणारे हे

बोलके चित्र या संवादाच्या माध्यमातून नाटककारानी घडविले आहे.

वहिनी- (भारवलेल्या स्वरात) खरं सांगू? असं वाटतं, हे सोनं नाही नुसतं;

खूप काही आहे आणखी. वाटते देशपांड्यांच्या घरातल्या सगळ्या बायका

उभ्या आहेत माझ्या अवतीभवती कौतुकाने पहात. दादीच्या सासूबाई, दादी,

आई-सगळ्यांच्या मायेचा स्पर्श आपल्याला लागून राहिला असं वाटते. किती

जणांनी हे घातलं, जतन केलं. कोणा कोणाचे हात, गळे, ह्यांना लागले

असतील. उद्या माझ्या परागची बायको ही घालेल. तिला असाच जाणवेल

माझा स्पर्श. लग्नानंतर प्रथम मी आली या घरात तर आई कशा तेजस्वी

लखलख दिसत होत्या. एकेक दागिना घेऊन सांगत होत्या. कोणाचा, केव्हा

केला. ह्या सर्वांच्या रांगेतला मी एक भाग्यवान दुवा बरं! (प्रदीर्घ शांतता)

भास्कर - तुझी तर तंद्रीच लागली!

(वहिनी प्रदीर्घ निःश्वास टाकतात. शांतपणे एकेक अलंकार उतरवून डब्यात नीट

ठेवतात. डबा बंद करून भास्करला देतात.)

वहिनी- देवाजवळ नेऊन ठेवा. (भास्कर अवाक) अन् ज्याचं त्यास प्रथम देऊन टाका...

किती भावपूर्ण संवाद आहे हा! वहिनींना संपूर्ण दागिने घातल्यावर भास्करप्रमाणे त्या दागिन्यांचा मोह होईल असे प्रथम दर्शनी वाटते. परंतु असे होत नाही. दागिन्यांच्या स्पर्शाने त्या गतकाळात हरवतात. केवळ मूल्यवान वस्तू म्हणून त्यांना दागिने घातल्याने आनंद होत नसेल पिढ्यानुपिढ्या चालत आलेल्या त्या दागिन्यांभोवती त्यांच्या सुखद भावना गुरफटलेल्या आहेत. त्यांच्या मनात मायेचा ओलावा निर्माण होतो. या संवादात कोठेही अलंकरण नाही. सहज बोलावे तसे हे संवाद आहेत. या संवादांना संभाषणाची पातळी लाभली आहे. म्हणून ते वास्तव वाटतात तसेच ते समजण्यास सोपेही होतात.

तात्याजींच्या घरात नेहमी राहणाऱ्या व्यक्तींची भाषा खास वऱ्हाडी आहे. त्यातही मुंबईला राहणारे सुधीर व अंजली आणि तात्याजीजवळ राहणारी हुशार व शिकलेली प्रभा ही प्रमाण मराठी भाषा बोलते. भास्करच्या तोंडी शिब्या देखील भरपूर आहे. आई, वहिनी यांच्या तोंडी 'पाप' 'पिडा' हे शब्द वारंवार येतात. एकूण भाषा अलंकार परंपरा टिकवू पाहणारी परंतु बदलत्या परिस्थितीचा स्वीकार करण्याचा लवचिकपणा अंगी असलेली, संकट समय देखील शांत राहणारी व सर्वांना एका प्रेमाच्या धाग्याने एकत्र बांधणारी आई व तिच्या पार्श्वभूमीवर बाह्यतः दुरावा निर्माण झालेले परंतु प्रेमाचा जिव्हाळा असल्याने तूट न शकणारी भावंडे यांचे सुंदर व भावपूर्ण दर्शन घडविल्याने हे नाटक म्हणजे आपलाच कौटुंबिक जीवनपट आपण पाहत आहोत असे वाटते.

महेश एलकुंजवार यांचे 'आत्मकथा' हे दुसरे नाटक या या एकांकिकमधून रांगमंचावर सादरीकरणाच्या बाबत नाविन्य आणले आहे. एकांकिकचे तीन विभाग पाडून त्यात एकेक दृश्य दाखविले आहे. याच्या कथानकाकडे दृष्टिक्षेप टाकल्यास एका माननीय लेखकाची ही आत्मकथा आहे. त्याचे जीवनात पूर्वी दोन स्त्रिया येऊन गेल्या. त्याच्या साहित्याचा अभ्यास करून पीएच.डी. मिळविणारी एक तरुणी त्याच्या जीवनात येऊ घातलेली आहे. त्यांनी लिहिलेली कादंबरी, त्यातील पात्रे घटना लेखकाच्या प्रत्यक्ष जीवनात घडले असून साहित्यकृती कारिता काही बदल त्यात केले आहेत. कादंबरीतील पात्रे लेखकाशी

बोलतात. वासंती आणि उत्तरा या प्रत्यक्ष लेखकाच्या जीवनात आलेल्या स्त्रियांशी तुलना करतात. ही कल्पना नाटकापेक्षा एखाद्या चित्रपटात शोभावी अशी आहे.

वातावरण निर्मिती सादरीकरणाचाही वाटा मोठा आहे. रंगमंचाचे तीन विभाग पाडले आहे. अ ब क प्रकाश योजनेच्या 'माध्यमातून प्रत्यक्ष संवाद चालला असेल तेवढाच भाग दाखवायचा. एखाद्या चित्रपटाप्रमाणे फोन करणारी व दुसरीकडून फोन घेणारी दोन्ही व्यक्ती एकाच वेळी रंगमंचावर प्रेक्षक पाहू शकतात. राजाध्यक्षांची पत्नी उत्तरा, तिची बहीण वासंती व स्वतः राजाध्यक्ष या तीन पात्रांवर कथानक आधारलेले असून त्यांचे एकमेकांशी असलेले संबंध, त्यातून निर्माण झालेले तणाव, उत्तरेला मूल नसण्याचे कारण म्हणजे तिच्यातील नैसर्गिक दोष. हे कळल्यामुळे तिच्यावर झालेला मानसिक आघात, तरी देखील उतरत्या वयात 'तुम्हाला मुलाचा आधार आहे' हे राजाध्यक्ष यांना कळविण्याची धडपड यामुळे स्वतःच्या नवऱ्याशी पटत नसले, त्याच्यातील दोषाची जाणीव असली तरी शेवटपर्यंत त्याला मानसिक सुख देण्याची धडपड करणाऱ्या भारतीय स्त्रीचे दर्शन मउत्तरांफ या पात्रामध्ये घडते.

संवाद रचनेकडे पाहिले असता लहान लहान वाक्यातून घटना व प्रसंग याचे चित्रण करण्याचा प्रयत्न केला आहे. नायक राजाध्यक्ष, पत्नी उत्तरा व तिची बहीण वासंती या तिघांचेही कौटुंबिक जीवन सुखा समाधानाचे नाही. शेवटी तिघेही एकमेकांपासून दूर गेलेले व एकाकी दाखविले आहे. वासंती चा मुलगा दिली हा तिचा नवरा देवदत्त याचा मुलगा नसून राजाध्यक्षांचा आहे. ही बातमी उत्तरे इतकी प्रेक्षकांनाही धक्का देणारी आहे. उत्तरा आणि वासंती यांचा संवाद नाटककारानी खूप परिणामकारक केला आहे.

उत्तरा- मी वेगळे राहिले. पण मानानं. जग मला त्यांची बायको म्हणून ओळखतं. माझी प्रतिष्ठा गेली नाही की कोणी बोट उचलून दाखविला नाही कधी! माझ्याकडे त्यांनी आपण मला काही दिलं नसेल, पण माझ्या हक्काचा वाटा मी उचलून आणला. तुला मात्र बदनामी शिवाय काही दिलं नाही त्यांनी. उघड्यावर पडलीस. वासंती- नाही ताई.

उत्तरा- काय दिलं त्यांनी तुला? (विराम)

वासंती-(डोळे उचलून स्थिरपणे उत्तरे कडे पाहते. ती खरे सांगत आहे की खोटं, हे कळत नाही) दिलीप.

(उत्तरेवर जणू वज्राघात झालाय) दिलीप त्यांचा मुलगा आहे. (उत्तरेच्या तोंडून विध्व जनावारासारखा चित्कार निघतो.)

उत्तरा-खोटं बोलतेस नं?(वासंती नकारार्थी मान हलविते.) मला दुखवण्यासाठी? माझ्यावरचा आकस अजून गेला नाही वसू? थकलेय मी. खोटं आहे नं हे? वासंती- नाही ताई.

उत्तरा- तू देवदत्तांना फसवलंस?

वासंती- देवदत्तांना माहीत होतं. दिलीप अनंतरावांचा आहे म्हणून... उत्तरा- खोटं...

वासंती- खरं आहे ते ताई...

उत्तरा- तुला चॉरून भेटत होते हे?

वासंती- ते देवदत्तांकडे यायचे. माझ्याशी बोलायचे देखील नाहीत. पूर्ण दुर्लक्ष करायचे मला ते सहन झालं नाही. अपमान वाटला. पराभव वाटला. म्हणून एकदाच फक्त एकदाच. ताई, माझी शक्ती अजमावून प्रहायची होती मला. त्याची खात्री पटल्यावर पुन्हा मी कधी त्यांच्याकडे पाहिलं नाही.

उत्तरा- त्यांना माहित आहे?

वासंती- नाही.

उत्तरा- वासंती...

वासंती- त्यांना हे सांगून मला माझ्या आयुष्याचा सूत्र त्यांच्या हाती अडकवायचं नव्हतं. (उत्तरेच्या काळजाच्या ठिकाच्या उडालेल्या आहेत. त्या गोळा करीत ती धडपडत उठते. फोनची डायल फिरवू लागतात. एकमेकांचे फोन्स एजेज लागतात. दोघांची अस्वस्थता वाढत जाते. अखेर दोघी एकाच वेळी फोन खाली ठेवतात. आपापल्या जागी परत जातात.) (वासंती उत्तरेकडे टक लावून पहात आहे.

उत्तरा- आपल्याला कुणाला कधी सुखाचा चेहरा दिसला नाही. आता त्यांना तरी दिसू दे तो आयुष्याच्या उतरणीला (विराम) कोणी मध्ये हात घालून खेळाचे हे चक्र थांबवलां पाहिजे वसू...

या छोट्याशा व अगदी व्यवहारी संवादातून कितीतरी गोष्टी साध्य झाल्या आहे. वासंती चा मुलगा दिली राजाध्यक्षांचा म्हणजे आपल्या पतीचा मुलगा आहे. या बातमीने उत्तरेच्या हृदयावर आघात होतो. त्याचवेळी आपल्याला आयुष्यभर छळणारी, मूल नसल्याची जाणीव यामध्ये आपल्या पतीचा दोष नमून उणीव आपल्यातच आहे. ही एक धक्का देणारी गोष्ट पण हे आघात होत असताना त्याचा विचार क्षणभर बाजूला ठेवून, ही बातमी राज्याध्यक्षांना म्हणजे स्वतःच्या पतीला कळविण्याची धडपड. निदान आयुष्याच्या उतरणीला तरी आपल्या पतीला सुखाचे दिवस दिसावे, अशी इच्छा तिच्या पतीवरील प्रेमातून उद्भवते. त्या क्षणी ती आपले दुःख बाजूला ठेवते. ती स्वतंत्र रहात असूनही पतीच्या सुखासाठी धडपडते. ही भारतीय स्त्री पंपरेला शोभणारी गोष्ट आहे.

या नाटकातील संवादाची भाषा अतिशय साधी, अल्प अक्षरी, अर्थपूर्ण असून त्यातून भावदर्शन घडते व परिणामकारकता वाटते.

नाटकाचे स्वरूप-

जयवंत दळवी यांच्या नाट्यकृतीकडे दृष्टिक्षेप टाकल्यास सर्वप्रथम लक्ष जाते ते त्यातील विषयाकडे. प्रामुख्याने त्यांच्या नाट्यकृती कोणत्या ना कोणत्या लैंगिक व मानसिक विकृतीवर आधारलेल्या आहेत तसेच त्या सामाजिक आणि राजकीय जाणीव देखील आढळतात. सामाजिक समस्यांच्या सोडवणुकीसाठी अनेकदा हिंसाचाराचा मार्ग पत्करताना व उपयोग करताना आढळतात.

संवादाचे स्वरूप-

या ठिकाणी संवादाच्या अनुषंगाने विचार करताना जयवंत दळवीची 'बॅरिस्टर' आणि 'पुरुष' ही दोन नाटके विचारात घेतली आहे. 'बॅरिस्टर' हे नाटक १९७७ या काळातील आहे. बाल विधवांच्या भावांचा होणारा कोण मारा आणि त्याची भीषणता यामध्ये दाखविली आहे. वैवाहिक सुखाशिवाय जीवन अपूर्ण आहे, हे बाल विधवा मावशीबाई, रावसाहेब, नानासाहेब इ. व्यक्तींखांच्या मधून व त्यांच्या विरोधात राधाका व भाऊसाहेब यांच्या सुखी

संसारत स्पष्ट केले आहे. रावसाहेबांचे व्यक्तीचित्र अनेक रंगांचे मिश्रण आहे. त्यातील सर्व रंग एकमेकात मिसळलेले आहे. त्यांनी दमयंती गौरीशी लग्न ठरवून केले नाही. विलायतेत ग्लोरीयाशी ते मैत्री करतात, परंतु प्रत्यक्षात तसे घडत नाही यावरून केशवपणाची रुढी कितीही घातक असली व विधवांचा सामाजिक दर्जा एकदम कनिष्ठ नको हे मान्य असले, तरी परदेशातील वातावरणात राहून स्वतःला सुधारक म्हणणारे रावसाहेबांसारखे लोक देखील विधवांशी विवाह करण्याची प्रत्यक्षात हिंमत करित नाही. दुसऱ्याला सामाजिक सुधारणा करावयास सांगणे अथवा स्वतः सुधारणा अंशतः मान्य करणारे लोक स्वतःला किती सुधारणावादी म्हणत असले तरी तशी कृती केल्याशिवाय व त्या कृतीतून निर्माण झालेल्या प्रतिकूल परिस्थितीशी लढा दिल्याशिवाय ते स्वतः सुधारक होऊ शकत नाही. परंतु राधा का प्रमाणे असते दमयंती गौरे व ग्लोरीयाशीही लग्न करत नाही.

भाऊसाहेब व राधाका यांचा तुस व सुखी संसार तसेच कामगंडाची भावना. असणारे बॅरिस्टर, मातृत्वाची इच्छा अपूर्ण राहिलेल्या बाल विधवा विकेशा मावशी बाई आणि मनोरुण असलेले शोरले बंधू नानासाहेब यांच्या जीवनात काहीना काही कमतरता, अपुरेपणा, दुःख असलेल्या व्यक्तीरेखा रावून नाटककार आणि उठावदार चित्र निर्माण केले आहे. प्रत्येकाची विचारसरणी त्याच्या वाट्याला आलेल्या जीवनाशी सुसंगत आहे. काहीसे दुष्ट व स्वार्थी असे राधा काचे जबरदस्तीने केशव पण करायला लावणारे भाऊरावचे वडील अंशा व्यक्तीरेखा प्रेक्षकांच्या मनावर ठसा उमटवून जातात.

नाटकाची भाषा साधी आहे परंतु परिणामकारक आहे. संवाद रचनेचे कौशल्य त्यात आढळते हे खालील संवाद पाहिले असता पटते.

मावशी- राधाका ए... राधाका...

राधाका- (आपल्या खोलीतून बाहेर येत) काय हो? या ना, या... बसा.

मावशी- काय करीत होतीस?

राधाका- काही नाही, झोपत होते.

मावशी- झोपला का?

राधाका- झोपला..

मावशी- (हसत) भारी, बाई लबाड हो पंपू सेठ... पक्का मस्तवाल आहे.
राधाक्का- काय झालं?

मावशी- जरा पदराखाली घेतला... म्हटलं असेल... पण कसला हो? दोनदा बरं चुरू चुरू ओढलं मग काही येत नाही बघून सोडून दिलं... (हसते)... पण तेवढ्यांना सुद्धा खूप बरं वाटलं ग बाई...

राधाक्का- बसा ना...

या संवादातील प्रश्नोत्तरे अगदी घरगुती असून ते प्रश्न अगदी सरळ साधे आहे. कोणताही जड शब्द नाही. परंतु विकेशा आणि बालविधवा असलेल्या मावशी बाईची रूढी खाली चिरडल्यामुळे मातृत्वाची इच्छा अपूर्ण राहिली हे या कृतीतून दिसते.

नाट्यकातील संवादाची भाषा साधी, सुटसुटीत, स्वाभाविक नेमके अर्थाकडे लक्ष देणारी परिणामकारक आहे.

नाटकाचे स्वरूप-

'पुरुष' हे जयवंत दळवी यांचे दोन अंकी स्वतंत्र सामाजिक नाटक आहे. या नाटकामध्ये सामाजिक प्रश्न हाताळण्याचा प्रयत्न नाटककारानी आणि केला आहे. काही महत्त्वाची पात्रे उत्तम रंगविली आहे. गुलाबराव सारखे लोक पैसा व सत्ता यांच्या सहाय्याने दुष्कृते करून ती दडपून टाकतात. आणि त्याचा प्रतिकार करण्याची व तोंतडीस नेण्याची हिंमत खूप कमी वेळा आढळते. पण तसा प्रयत्न अंबिकेने अनपेक्षितपणे व निर्घृणपणे केला. वरिष्ठ व कनिष्ठ जातीतील आंतरजातीय विवाहाच्या साफल्याचा प्रश्न उपस्थित केला आहे. सिद्धार्थ दलितांच्या अन्यायाच्या विरोधात झगडणारा नसून, तो फक्त स्वतःवरील अन्यायाविरुद्ध झगडतो इतकेच काय तर अंबिकेवर बलात्कार झाल्यावर तिच्याशी लग्न करण्याचे तर टाळतोच पण तिच्यावरील अन्यायाविरुद्ध लढण्याचे ही टाळतो.

अण्णा हे पात्र सत्य व अहिंसा यांची पूजा करणारे आहेत. पण दुर्बळ आहेत. उत्तम शिक्षक म्हणून ते राष्ट्रीय पारितोषिक विजेते आहे. त्यांची मुलगी अंबिका स्वाभिमानी बाणेदार धडाडीची पुरुषांची गुलामगिरी न पत्करणारी

आहे. दलितांवरील अन्याय दूर करण्यासाठी सतत जगणाऱ्या एका दलित मुलाशी लग्न करू इच्छिते. पण तिच्यावर गुलाबरावने बलात्कार केल्यावर तो सिद्धांतला अन्याय वाटत नाही. या नाटकाची भाषा साधी असून संवाद सुटसुटीत व परिणामकारक आहे.

तारा-(थंडपणे) ही मुंगी कोण?

अण्णा-(वैतागून) मुंगी, म्हणजे कोण? आडनावाचा मुंगी नव्हे. मुंगी म्हणजे... 'मुंगी साखरेचा रवा' मधली मुंगी... (दोन्ही हात जोडून) आता आणखी साखर आणि रवा कुठे आहे. म्हणून विचारू नकोस (मधुला उद्देशुन) हिच हे असं आहे. (अण्णा नारळ मधुकडे देतात. मधू तो नारळ ताराबाई कडे देते.

ताराबाई कानाजवळ नारळ वाजवून पाहतात)

अण्णा-हे काय?

तारा-काही नाही... नारळ आहे तिसरी फळ आहे, हे वाजवून पाहिलं.

अण्णा-म्हणजे?

तारा-काही नाही. शालीबरोबरच श्रीफळ कधी वाजत नाही... पाणी नसतं...

अण्णा-(वैतागून) हिच असं आहे. सगळ्या सत्कारावर पाणी... असू दे...

पण तुला सांगतो, मधू... अशी प्रचंड सभा झाली...

तारा-दैवज्ञ ब्राह्मण समाजाचा हॉल... पोरांच्या मुंजी करायची जागा... हो...

शे पाऊणशे माणूस म्हणजे डोक्यावरून पाणी (एकदम प्रश्न विचारते) चित्रे बाई

आली होती?

अण्णा- म्हणजे काय? त्यांनी सुद्धा माझ्या गौरवाचे भाषण केलं...

तारा-(थंडपणे) तुम्हाला दिलं काय?

अण्णा-(खांद्यावरची शान देत) ही शाल दिली. काश्मिरी आहे...

तारा-(शाल बघत) पाण्यात भिजवाल, तेव्हा त्या दुसरे कपडे भिजवू नका. दुसऱ्या बऱ्या कपड्यांना रंग लागणार... (मधुला) या सत्कार आतल्या शालीचं एक असतं... शालीचा रंग कच्चा. पण तो दुसऱ्या कपड्यांना लागला

की पक्का...

अण्णा-काश्मिरी शाल आहे.

तारा-(लेबल दाखवित) चिठी काढायला विसरले... तेवीस रुपये पत्रास पैसे?

Principal

Arts & Science College

Kulaha

मराठी रंगभूमी आणि आजचे वर्तमान (ISBN - 978-93-91590-30-7)

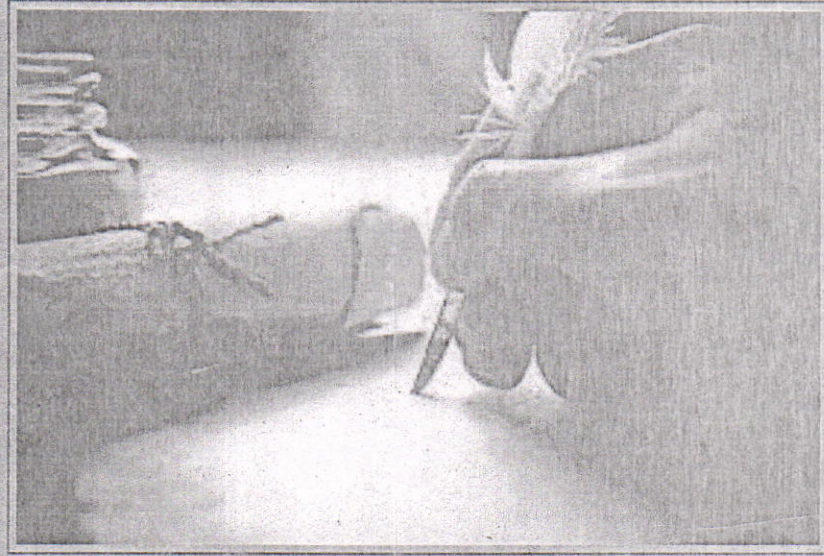
१९८

मराठी रंगभूमी आणि आजचे वर्तमान (ISBN - 978-93-91590-30-7)

१९९

2022-23

साहित्य : समाज
आणि
प्रसार माध्यमे



संपादक
डॉ. प्रतिभा एस. जाधव



चि. त्र्यं खानोलकर यांच्या सगेसोयरे व अवध्य या नात्याकृतींचा

चिकित्सक अभ्यास

डॉ. निशा सु. जोशी

मराठी विभाग प्रमुख कला व विज्ञान महाविद्यालय, कुर्हा

मो. नं ९४२२०३६९३१

प्रस्तावना- नाटक हा साहित्यप्रकार आपल्या भारतामध्ये अगदी प्राचीन काळापासून रूढ आहे. इंग्रजांच्या राजकीय सत्तेमुळे पाश्चिमात्य संस्कृतीचा परिचय झाला. पाश्चात्य साहित्याच्या अभ्यासाने साहित्याच्या क्षेत्रात नवे वारे वाहू लागले. परिणामी भारतीय साहित्याचा अभ्यास करताना पाश्चात्य वाङ्मयाचा अभ्यास करणे अपरिहार्य ठरले. भारतामध्ये निरनिराळ्या स्वरूपात नाट्यकला अस्तित्वात होती. कळसुत्री बाहुल्या, भारुडे, गोंधळ, लळिते, दशावतारी खेळ, तमाशा इत्यादी स्वरूपात लोकसंस्कृतीचा आविष्कार होत होता.

नाटकाची कथा ज्या परीघाभोवती फिरते त्या सर्व प्रकारच्या संघर्षांची अभिव्यक्ती ही परस्परांशी बोलण्यातून संभाषणातून होत असते. "संवादाला नाटकाचा आत्माच म्हटले पाहिजे, कारण आत्म्याप्रमाणे तो सर्वव्यापी आहे. कथानक विकास, स्वभाव परिपोष, नाटकातील काव्य किंवा तत्त्वज्ञान संवादातूनच व्यक्त होते"।

खानोलकरांच्या नाटकाचा विचार करता त्यांच्या नाटकांमधून निसर्ग आणि माणूस, पार्थिव आणि अपार्थिव, तात्कालिक आणि सार्वकालिक सत्तामधील संघर्षांच्या नाटकीय रूपांची मांडणी केलेली आहे. या ठिकाणी खानोलकरांच्या अनेक नाटकांमध्ये सगेसोयरे आणि अवध्य या दोन नाटकांचा इथे विचार केला आहे. या नाटकांमधून कोणती नाट्यसूत्रे आणि आशयसूत्रे साकारली आहे याचा विचार या ठिकाणी केला जाणार आहे.

खानोलकर यांच्या अनेक नाटकांमध्ये मानवी नातेसंबंध, या नातेसंबंधातील गुंतागुंत, यशापयश, अर्थपूर्णता व अर्थनिरास, सुखदुःखे यांचा नाट्यपूर्ण असा चिंतनाचा आविष्कार साकार होताना दिसतो. हे मानवी नातेसंबंधाच्या सर्जनाचे आणि विनाशाचे तत्व त्यांच्या नाटकांमधून शब्दांकित होते.

त्यांच्या परस्परांतील संबंदात परस्परांविषयीचे प्रेम, आस्था हे घटक जसे अंतर्भूत असतात तशी परस्परांविषयीची कर्तव्यही समाविष्ट असतात. प्रेमाकरता आणि कर्तव्यांच्या पूर्तीसाठी होणारी हेतूपूर्ण कृती यातून कौटुंबिक नाती दृढ होत जातात. व्यक्तिगत सुख आणि स्वार्थ यांच्या परिपूर्तीच्या आड एखादी गोष्ट येऊ लागली की कौटुंबिक नातेसंबंध पुरावा येऊ लागतो. संघर्षाला जन्म देतो. या नात्यांतर्गत संघर्षातून मानवी नातेसंबंधातील खोटेपणा, मानवी संबंभाला येणारे वस्तू आणि माणसाच्या ठाई बसणारे अतिरेकी आत्मप्रेम खानोलकरांच्या नाटकाचे आशय सूत्र ठरते.

खानोलकरांची नाटके सर्वसाधारणपणे मानवाच्या जगण्यात ज्या मूल्यांचा ज्हास होत आहे आणि त्यामुळे ज्या प्रकारची परिस्थिती निर्माण होत आहे, त्याकडे त्यांचे नाटक प्रेक्षकांचे लक्षवेध वेधते. सगेसोयरे घटना प्रसंग विशेष-काही नाटकात असणाऱ्या घटना प्रसंगाने ते नाटक पुढे जात असते. खानोलकरांच्या नाटकांमध्ये घटना प्रसंगाची सहेतुक मांडणी आढळते. जीवनदृष्टी दिसून येते. शब्दरूप देताना घटना प्रसंगाची अर्थपूर्ण आणि नाट्यपूर्ण मांडणी करताना नाटककाराच्या मनात कथानकाच्या संदर्भात जी जाणीव असते तिचा प्रत्यय येतो. घटना प्रसंग हे नाटकाचे आत्म घटक असते असे म्हटल्यास अतिशय होणार नाही. वरवर अत्यंत साध्या भासणाऱ्या, वाटणाऱ्या घटना प्रसंगाची नाट्यगत वास्तवात निर्मिती करून नाटककार त्या माध्यमातून लक्षवेधी अशा जीवनानुभावाकडे प्रेक्षकांचे लक्ष वेधून घेत असतो, विचार करायला प्रवृत्त करित असतो. साध्या वाटणाऱ्या घटना प्रसंगाच्या मालिकेतूनच खानोलकर त्यांचे जीवन आकलन आणि जीवन भाष्य मांडताना. 'सगेसोयरे' या



नाटकातील घटना प्रसंगाचा विचार करता, असे सारे घटना प्रसंग या नाटकाचे नाट्यात्म विधान अधोरेखित करणारे आहे. नरहरी आणि मीरा यांच्या घरात एका रात्री होणारा देशमुख या पात्राचा प्रवेश ही या नाटकातील प्रमुख घटना किंवा मध्यवर्ती संकल्पना आहे. ही पात्रे परस्परांना अपरिचित असणारे जेव्हा एकमेकांच्या समोर येतात तेव्हा नाटकांमध्ये तणावाचे वातावरण निर्माण होते. तणावातूनच अनेक प्रसंगांची निर्मिती झालेली आहे. परस्परांना परिचित असणारे नरहरी आणि मीरा यांचे जीवन दर्शन होते. माणसाचे मनोगत वास्तव; त्यांची दुःखे, त्यांचे मानसिक खुजेपण, बोथटलेले माणूसपण आणि आत्मकेंद्री जगणे रंगमंचावर अनेक घटनांमधून प्रसंगांमधून या नाटकातून साकार होते. मुख्य घटनेतून अनेक गौण घटना प्रसंग उदयाला येतात. अशा घटना त्यांच्या नाटकाला सौंदर्यात्मक रूप प्राप्त करून देतात.

नाटकाचा आशय व विषय -या नाटकाच्या विषयाचा विचार करता असे दिसते की आशय फार व्यापक आहे. माणूस सुखात स्वस्त चित्त असतो, तो ज्या जमिनीवर उभा आहे ती घट्ट, बळकट आहे तोपर्यंत. तो आधारच नाहीसा झाला, जमीन सरकली तर त्याचे रूप पालटते त्याची आंतरिक कुरूपता बाहेर येते. या नाटकातील नरहरी व मीरा हे सुखी जोडपं व त्यांचे शेजारी यांचे बुरखे गळून पडतात हे नाटककार खानोलकर यांना शब्दचित्रित करावयाचे आहे.

नरहरी कोणत्या संकटाची जबाबदारी घेत नाही. समुद्रात वादळाने बुडालेल्या कुटुंबाचे प्रमुख देशमुख एकटेच वाचतात. त्यांना हार्ट अटॅक येण्याची शक्यता वाटतात नरहरी त्यांना त्यांची विनंती मान्य न करता बाहेर घालवतो. त्यांचा मित्र बापू फ्रॉड केल्याने त्याला पैशांची गरज असते. त्याला तो पैसे देण्याचे नाकारतो. देशमुखांना बाहेर पाठविल्यावर शेजारचे हरिभाऊ नरहरीकडे येतात व त्यांचे हार्ट फेल होते. या घटनेस नरहरीची पत्नी मीराच कारणीभूत आहे असे नरहरी म्हणतो. त्यामुळे मीरा दुःखी होते. देशमुख, फ्रॉड केलेला नरहरीचा मित्र बापू, देशमुख यांची मुलगी या सर्वांना मदत करण्यास व आश्रय



देण्यास मीरा तयार असते. पण तिला मूल नसल्याने व तिला तिच्या घरात योग्य ते स्थान नसल्याची जाणीव झाल्याने ती अतिशय दुःखी होते. तिला केवळ रात्रीच्या आश्रयाकरिता समुद्र एवढं दुःख घेऊन आलेले देशमुख व त्यांची मुलगी जवळचे वाटतात. त्यांच्या अंगावर मायेने, कर्तव्य म्हणून शाल घालते. शेवटी देशमुख यमुसह नरहरी मीरा यांना एकत्र राहू द्या अशी विनंती करतात. एकाकी झालेल्या देशमुख यांच्या अंगावर मीराने पांघरून घातलेली शाल घेऊन सकाळी ते यमुसह जायला निघतात. तेव्हा आपल्यावरही माया करणारे कुणीतरी आहे या कल्पनेने मीराने घातलेले पांघरून फक्त ते घेतात आणि 50 हजार रुपये असलेली बॅग मात्र तेथेच ठेवतात. गेल्यावर मीराच्या मनात जे विचार येतात ते एक प्रकारे नाटकाचा आशय सांगणारे आहे.

मीरा -एक माणूस आला होता. या चिडुकल्या घरात सर्व समुद्राच्या स्वाधीन करून एक समुद्रा एवढे दुःख घेऊन आला होता..... वादळी वेडा न पछाडलेला तो माणूस तिथे उभा होता.... माझ्या पदराच्या टोकांना त्या माणसाचे अश्रू पुसायला धावले. ते अश्रू म्हणजे काय एखाद्या सुखवस्तू प्राजक्ताच्या फुलाचा सडा नव्हता.... होत्या त्या फक्त ठिणग्या. भाजून निघाले मी पुरती. माझ्या विझलेल्या जोडीदाराच्या नावाचं कुंकू या कपाळावर, या घरावर, इथल्या प्रत्येक गोष्टीवर सत्ता आहे ती त्याची मी कोण? मी कुठली? यात माझा काय संबंध आहे? मृगजळासारखं राहायचं मी इथं. मी हाडामासाची नाहीच आहे मुळी. हे घर कुणाचा आहे कुणाला माहित..... माझ्या बाळासाठी राहणार आहे मी इथं. बाळा, तुझ्या डोळ्यात समुद्रा एवढं दुःख पाहिलं रे मी. ते घेऊन एक माणूस आला होता. एक माणूस इथे येणार आहे. आपल्या बाळ मुठीत एक दिलदार आयुष्य घेऊन एक माणूस इथे येणार आहे. तुझ्या पायात वेड्या नसतील. आशा आहे. तुझ्या पायात तर वेड्या नसतील ...^२

अवध्य- या नाटकाच्या केंद्रस्थानी गंगाधर हे पात्र आहे. प्रख्यात कादंबरीकार असणाऱ्या या पात्राला आपल्या आगामी कादंबरीतून जगाचे असुंदर, भयाभह

आणि विरुप दर्शन घडवायचे आहे. आपला हा हेतू तो स्वतःच नाट्याच्या ओघात कथन करतो. त्याचे निर्मितीशील मन त्याच्या कथित कादंबरीतील संभाव्य अनुरूप पात्रांचा शोध घेत आहे. त्याच्या या पात्रशोधाची जाणीव रंगावकाशात घडणाऱ्या काही घटनापटा मधून वाचक प्रेक्षकांना होते. गंगाधर हे एक दुभंगलेले व्यक्तित्व आहे. मरण प्रेरणा आणि जीवन प्रेरणा यांच्या आंतरिक द्वंद्यात सापडलेल्या या पात्राची निर्मितीप्रेरणाही या द्वंद्यात सापडलेली आहे. त्याची ही द्वंद्वमूलता रंगावकाशात अनेक प्रसंगांना जन्म देते. त्याचे मनोगत प्रेरणाव्द्वंद आणि त्यातून उदयाला येणाऱ्या त्याच्या कृती उत्ती या स्वभावतःच परस्पर विरोधी, परस्परछेदक आणि परस्परविसंवादी स्वरूपाच्या आहे. त्यामुळे त्यांचा आविष्कार करणारे नाटकातील प्रसंग अत्यंत तीव्र, आघाती स्वरूपाचे आहे तर कधी अतिशय कोमल स्वरूपाचे आहे. संपूर्ण नाटक आणि त्यातील प्रधान व गौण घटना प्रसंगाचे मूळ गंगाधरच्या मनोगत प्रेरणाव्द्वंदाशी संबंधित असल्याचे दिसते. त्यामुळे संपूर्ण रचनेला एक जटिलता, संमिश्रता, गुढता व धुसरता प्राप्त झाली आहे.

नाट्यगत प्रत्यक्ष काल, गंगाधरचा मनोगतकाल, त्याच्या स्वप्न आणि दिवा स्वप्नातील काल असे काळाचे संमिश्र पट रंगमंचावर घडणाऱ्या घटनांमधून साकार होते. अशा घटनांमध्येच कांचन, पंढरी, नीला या पात्रांना एक दुहेरीपण प्राप्त होते. ती नाटकातील पात्रे तर आहेतच. पण ती गंगाधरच्या कल्पित कादंबरीतील पात्रेही होतात. त्यांना गंगाधरच्या भूतकाळातील आणि त्याच्या स्वप्न पातळीवरील अनेक संदर्भही प्राप्त होतात. उदा. कांचनच्या संदर्भित त्याला 'सैना'चे स्मरण होते. आणि गंगाधरने तिच्याशी ती सैनाच आहे असे समजून वर्तन करणे. प्रस्तुत नाटकात गंगाधरच्या विशिष्ट वर्तन धर्मांमुळे दारावरील बेल वाजणे, किंकाळीचा आवाज यांना घटना प्रसंगात महत्त्व प्राप्त होताना दिसते. नाटकाचा आशय व विषय -प्रायोगिक रंगभूमीवर खानोलकरांचे हे नाटक खूप वादग्रस्त ठरले आहे. ज्या पात्रांवरती नाटक गुंफलेले आहे तो लेखक गंगाधर

गंगाधर- मी निघालो, कांचन मिळाली तर ठीकच आहे, नाहीतर एखादी धंदेवाली रांड सुद्धा चालेल. पण या क्षणी कुणीतरी बाई हवी. भयंकर चक्र फिरतय मस्तकात वासनेचं- पेशी न पेशी उत्तेजित झाली पाहिजे यात सर्व आहे....

गंगाधर- मृत्यूहून याचं काय असणार वेगळं?

- तुला याहून वेगळं काहीच मिळणार नाही आहे. आज पुन्हा एकदा हजारो वर्षांनंतर सैतानाचा वध करायचा आहे. इथं मरणारा आणि मारणारा एकच आहे. नीलू- तुझी हत्या मी पाहिली आहे-उघड्या डोळ्यांनी. जन्म पाहणं आणि मृत्यू पाहणं एकच वाटतंय. तुझा मृत्यू पाहताना मी विव्हळ झालो आहे. मी कुणी सामान्य असा मी आज माझ्याकडे हजारो वर्षांचे संस्कार जागृत करतोय. ते सामर्थ्य घेऊन आज उभा राहतोय. माझ्यातल्या सैतानाला शिक्षा सुनावतोय, नीलू-गंगाधर, तू दोषी आहेस, गुन्हेगार आहेस?

गंगाधर- धुत साला. मी फक्त लेखक आहे-मानवतावादी नव्हे. कुठलेच वाद मला मान्य नाहीत. मी लग्न संस्था मानत नाही. मातृत्व आणि पितृत्व हे दोन संबंध मला भयंकर लांछनास्पद वाटतात. जन्म देणं एखाद्या माणसाला हा सर्वात मोठा गुन्हा आहे. स्वतःच्या इंद्रियाची खाज शमून तुम्ही तिसऱ्या एकाला जन्म देऊन तुम्ही नरकात का खेचतात? मला फक्त हा क्षण मान्य आहे. या क्षणाच फळ चाखून मी बिया जाळून टाकतो. बस याहून मला काहीच मान्य नाही.

गंगाधर-पूर्वी मी खुशाल मेलो असतो, पण आता नाही. मी जिकलो आहे. माझी फिलॉसॉफी जिकली आहे. आता मला हवा भरपूर लोळण्यासाठी चिखल. मला हवा आहे वेश्यागमनी शृंगार. ३

या नाटकातील विषय मांडण्याची पद्धत गोंधळात टाकणारी आहे. संहिता वाचून एकदम सर्व गोष्टींचा बोध होत नाही. हे मुख्यतः प्रयोगाच्या दृष्टीने लिहिलेले नाटक असल्याने कदाचित ध्वनि योजना, प्रकाश योजना



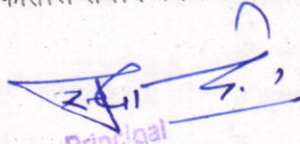
साहित्य: समाज आणि प्रसार माध्यमे
यामुळे ते समजणे शक्य होत नसेल. गंगाधरच्या मनात माजलेल्या गोंधळाचे दर्शन होते व त्याचा खीकडे पाहण्याचा दृष्टिकोन समजतो.

मनुष्याच्या अबोध मनातील जाणीवा उलगडून दाखविल्या असल्याने व प्रतिकांचा वापर केल्याने सर्व स्तरातील लोकांना याचे आकलन होणार नाही त्यामुळे त्यातील दृश्य पाहून रसनिर्मिती ऐवजी वासना चाळविल्या जाण्याची व श्रृंगार रस निर्माण होण्याची शक्यता अधिक असल्याचे दिसते.*

खानोलकरांची नाट्य प्रतिभा कधी परस्परांना संपूर्णपणे अपरिचित असणाऱ्या पात्र रूपांना समोरासमोर उभे करते. कधी दोन भिन्न स्वभाव धर्माच्या पात्र रूपांना योगायोगाने ती एकत्र आणते. तर कधी एकाच पात्र मनातील परस्पर विरोधी प्रेरणा रुपी स्तरांना परस्पर सन्मुख होण्यास भाग पाडते अशा मधून उद्धवणारे नाट्य साकारणारे घटना प्रसंग त्यांच्या नाटकातून वाचक प्रेक्षकास सतत सामोरे येत असतात. हे त्यांच्या अवध्य आणि सगेसोयरे या दोन्ही नाटकांमधून प्रत्ययास येते.

संदर्भ

१. नाट्य चर्चा, संपादक, ना. बा. गोडबोले व इतर पृष्ठ २४
२. सगेसोयरे अंक ३ पुष्ठ ८१-८२
३. अवध्य अंक २२ पृ. ५७
४. मराठी नाटकातील संवाद बदलते रूप रंग, सुनिता सहस्रबुद्धे पृ. १९९


Principal
Arts & Sci. College
Kurha

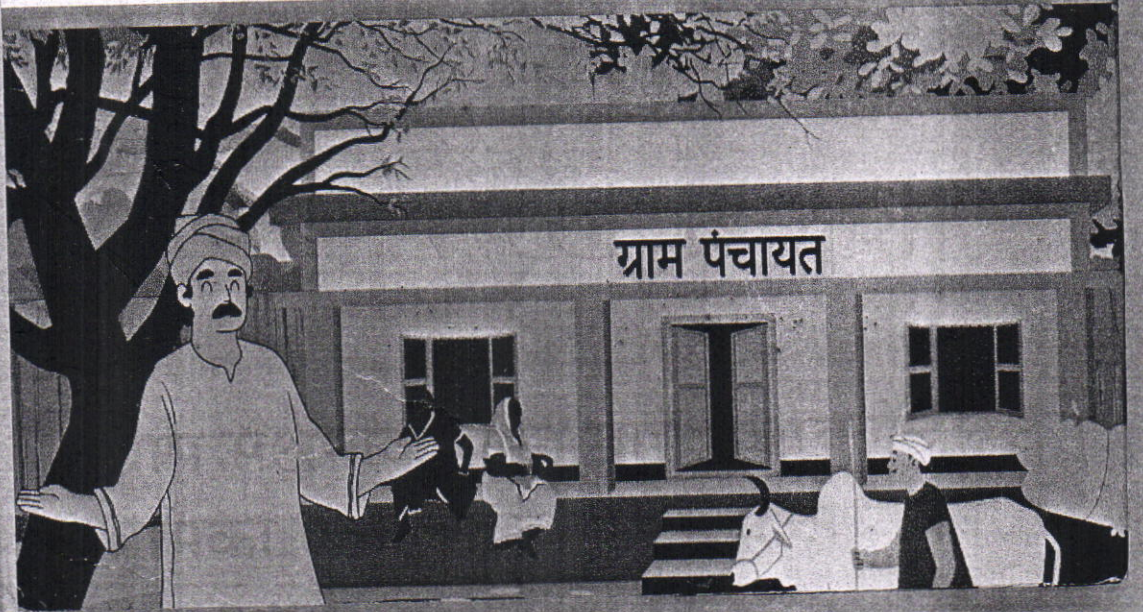


ग्राम सक्षमीकरणात ग्राम पंचायतीची
भूमिका एक विश्लेषणात्मक अध्ययन

प्रा. डॉ. विभा प्रविण देशपांडे

BOOK

2022-23



इस पुस्तक के सर्वाधिक सुरक्षित हैं। प्रकाशक की लिखित अनुमति के बिना इस पुस्तक या इसके किसी भी अंश का किसी भी माध्यम से अथवा ज्ञान के संग्रहण एवं पुनर्प्रयोग की प्रणाली द्वारा, किसी भी रूप में, पुनरुत्पादित अथवा संचारित-प्रसारित नहीं किया जा सकता, इसे संक्षिप्त, परिवर्धित कर प्रकाशित करना कानूनी अपराध है।

ISBN : 978-93-83144-02-0

प्रथम संस्करण 2023

© लेखकाधीन

पुस्तक : ग्राम सक्षमीकरणगत ग्राम पंचायतीची भूमिका एक
विश्लेषणात्मक अध्ययन
लेखक : प्रा.डॉ. विभा प्रविण देशपांडे
प्रकाशक : शुभम् पब्लिकेशन
3ए/128, हंसपुरम्, कानपुर-208021 (उ.प्र.)
सम्पर्क : 09415731903, 09452971407
E-mail : shubhampublicationskanpur@gmail.com
Website : www.shubhampublications.com
मूल्य : ₹ 495/-
शब्द सज्जा : शिखा ग्राफिक्स, कानपुर-14
मुद्रक : अनिका डिजिटल, कानपुर-14
आवरण : शिवम् तिबारी, कानपुर-14
जिल्द-सज्जा : तबाराक अली, कानपुर-01



मातोश्री स्व.श्रीमती स्नेहलता वामनराव चौबे
स्व.श्रीमती प्रतिभा लक्ष्मणराव देशपांडे

घांजा समर्पित





प्रा. डॉ. विभा प्रविण देशपांडे

1. महाविद्यालयाचे नाव कला व विज्ञान महाविद्यालय कु-हा.
2. मागील 27 वर्षांपासून राज्यशास्त्र विभाग प्रमुख म्हणून कार्यरत
3. संत गाडगेबाबा अमरावती विद्यापीठ येथे राज्यशास्त्र, अभ्यास मंडळाच्या सदस्य दि.25/4/2023.
4. पीएचडी च्या मार्गदर्शिका, अनेक राष्ट्रीय आंतरराष्ट्रीय चर्चासत्रात सहभाग व संशोधन पेपर प्रकाशित,



शुभम् पब्लिकेशन

3A/128, हसपुरम्, कानपुर - 208021 (उ०प्र०)

Contact : 09415731903, 9452971407

E-mail : shubhampublicationskanpur@gmail.com

Website : www.shubhampublications.com



ISBN 978-93-83144-02-0



9 789383 144020 >

₹ 495.00