JULY 2017
Volume-1, Issue-2

ISSN 2456-558X

HEMCHANDRACHARYA INTERNATIONAL E JOURNAL OF RESEARCH

Most Referred & Peer Reviewed Multi Disciplinary E Journal of Research

CHIEF EDITOR
Dr. Rajeshkumar A. Shrimali
Assistant Professor
Shree H. S. Shah College of Commerce, Modasa.

CO-EDITOR
P.R. SHARMA
Assistant Professor
Shree M.B.PATEL SCIENCE COLLEGE, ANAND.

HEMCHANDRACHARYA INTERNATIONAL E JOURNAL OF RESEARCH

ISSN: 2456-558X

Multi Disciplinary and Peer-Reviewed Research Journal in India

Chief Editor

Dr. Rajeshkumar A. Shrimali
(M.com., B.ed.,NET.,M.phil.,Ph.D)
Assistant Professor,
Shree H.S.Shah college of commerce, modasa,
Dist-Arrvalli, Gujarat, India

CO-Editor

P R SHARMA
(M.A., B.ed.,NET.,M.phil)
Assistant Professor,
Shree M.B.Patel Science College, Anand, Gujarat, India

PUBLISHED BY

http://www.hemchandracharyaejournal.com/

HEAD QUARTER

At. & Post. Chaveli,

Ta-Chansma, Dist-Patan, North Gujarat, India, Asia

JULY-2017, VOLUME-1, ISSUE-2

"HEMCHANDRACHARYA INTERNATIONAL E JOURNAL OF RESEARCH" is a Bi-Annual based Research Journal.

Copy Right, JULY- 2017, All Rights Reserved

- **No part of this publication may be reproduced or copied in any form by any means without prior written permission**
- **"HEMCHANDRACHARYA INTERNATIONAL E JOURNAL OF RESEARCH" holds the copyright to all articles contributed in this publication. In case of reprinted articles "HEMCHANDRACHARYA INTERNATIONAL E JOURNAL OF RESEARCH" holds the copyright for the selection, sequence, introduction material, summaries and other value additions**
- **The view expressed in this publication are purely personal judgments of the authors and do not reflect the view of "HEMCHANDRACHARYA INTERNATIONAL E JOURNAL OF RESEARCH". The views expressed by external authors represent their personal views and not necessarily the views of the organizations they represent.**
- **All efforts are made to ensure that the published information is correct. "HEMCHANDRACHARYA INTERNATIONAL E JOURNAL OF RESEARCH" is not responsible for any errors caused due to oversight or otherwise.**

ISSN 2456-558X

Editor's Column

The explosion of knowledge at the global hut due to technological dynamics has certainly redefined the very concept of education. The prevailing scenario of education--especially higher education--has become a matter of study and analysis for the scholars and practitioners who have a craving desire to face changes and challenges. It is because we, the human beings, are endowed with the faculty of choice and a free will.

Unlike other species, we are not programmed. We can make choices and use our free will to act and achieve our objectives. Despite the dramatic progress in ICT in education achieved so far at the school and college levels, much remains to be done: each country, to varying degrees, continues to struggle with issues of children out of school and illiterate youths and adults. Inequities in educational opportunities, quality of educational services and level of learning achievement persist by gender, rural/urban locality, ethnic background, and socioeconomic status.

The quality of learning and the capacity to define and monitor this quality is lacking in most developing countries. The means and scope of education continue to be narrow and confined to historical models of delivery, and the use of other channels continues to be ad hoc and marginal. The increase in quantitative and qualitative demand for education is not matched by an increase in resources.

At this juncture, it is safe to state that the polarity of views on the possibility of change is amazing. We, the publishers of Journal of research , are very much excited to view some aspects of these changes through scholarly articles contributed by august scholars and colleagues. The present issue contains papers with critical insight and analysis as well as systematic discussion and deliberation on various themes of language, literature, information technology, commerce and so on. We hope this will certainly be useful for the people who aspire change.

Chief-Editor

Dr. Rajesh Shrimali

HEMCHANDRACHARYA INTERNATIONAL E JOURNAL OF RESEARCH

JULY :- 2017, VOLUME-1, ISSUE-2

INDEX

Sr.	Title	Page
1.	“कालिदास का प्रकृति वर्णन” - डॉ. દીપકકુમાર હીરાલાલ જોષી	1-6
2.	हिन्दी गुजराती रामायणों का तुलनात्मक अध्ययन डॉ॰ कल्पनाबेन रामजीभाई पटेल	7-10
3.	લઘુકથા : સંજ્ઞા–અર્થ : ડૉ.કલ્પેશકુમાર રેવાભાઈ પરમાર	11-13
4.	sSk‹Vyakr`Sy]dWvkal: - Do imtex xmaR	14-20
5.	IMPORTANCE OF STRESS MANAGEMENT IN CURRENT SCENARIO - Prof. Kamlesh M. Goswami	21-25
6.	A PERCEPTION OF PUBLIC AND PRIVATE SECTOR BANK CUSTOMERS ABOUT THE SAFETY AN INNOVATIVE E-BANKING IN SELECTED CITIES OF GUJARAT - Paresh Thakor.	26-34

"कालिदास का प्रकृति वर्णन"

ઇન્ચાર્જ પ્રિન્સિપાલ

ડૉ. દીપકકુમાર હીરાલાલ જોષી

શ્રી એસ.કે શાહ એન્ડ શ્રી કૃષ્ણા ઓ.એમ આર્ટ્સ કોલેજ, મોડાસા

मानव का सृष्टि के आदि से ही प्रकृति से तन्तु पट जैसा सम्बन्ध रहा है। हमारा सारा साहित्य प्रकृति के रमणीय अंचल में विरचित हुआ है।हृदयगत मनो भावो के प्रबल हो उठने पर मानव का प्रकृति से तादात्म्य अधिकाधिक हो जाता है। मानव के सुख-दुःख में सहचरी बनकर तद्रूप हो जाती है। प्रातःकालीन मलय समीर पक्षीओं का नीडों मेंमृदु कलरव, कोयल की काकली, पपीहा की पी कहाँ, अलिवृन्द का गुनगुन की मूक भाषा में मृदु संगीत, प्रसूनों की मादक सुरभि, सरिताओं का कलकल निनाद, मृग श्रावकों कीहृदयहारी क्रीडाएँ सुख की अवस्था में जो मेघ सुरती-ग्लानि निवारक होते हैं तथा प्रिय वियोग में उन मेघों को ही दूत कर्म करना पडता है।

साहित्य समाज का दर्पण है। मानव हृदय की उदार वृत्तिओं का सत्यम्, शिवम्, सुन्दरम् की भावमयी पृष्ठ भूमि पर समष्टिरूप में प्रस्तुतिकरण ही साहित्य है। हमारे आदि साहित्य अर्थात् वैदिक साहित्यका सृजन भी प्रकृति की रम्य सुष्मा की परिधि में हुआ है। साहित्य के व्यष्टिरूप के कारण स्वरूप प्रारंभ से ही प्रकृति काव्य की अन्तरात्मा में झाँकती रही है। वेदों का सृजन ही अन्य वन्य प्रदेशों में हुआ है। भगवान वेद व्यास, वाल्मीकि आदि महर्षि तपोवनों को अलंकृत करते रहें है।

कालिदास का प्रकृति वर्णन संस्कृत साहित्य के समुज्वल हार का हीरक है। वे प्रकृति देवी के प्रवीण उपासक थे। उनकी स्थूल रस दर्शिनी सृष्टी अत्यंत व्यापक

सावधान और प्रकृति के मार्मिक रहस्यों तथा स्थलों की उद्भावना में पूर्ण समर्थ है। कालिदास के सजीव प्रकृति चित्र यद्यपि कल्पना चक्षु दृश्य हैं किन्तु उसकी मूर्तता, मनोहरता और सरसता वस्तुबिंब को ग्रहण कराते हुए सहृदय के हृदय के सौंदर्यानुभूति से भर देती है। कालिदास बाह्य और अन्तः प्रकृति दोनों के सफल कलाकार है। बाह्य जगत के सौंदर्य वर्णन से उनकी विलक्षण निरीक्षण प्रतिभा की विज्ञप्ति होती है। भारतीय कलाकार नग्न प्रकृति का सादा चित्र कभी प्रस्तुत नहीं करता। भारतीय कवियों के प्रकृति वर्णन अलंकृत, सुंदर मुग्धहारी अलंकारो से सुसज्जित, रंगीत परिधान परिवृत दर्शकों के समक्ष आते है। कालिदास के प्रकृति वर्णन में सहृदयता, सरसता और कल्पना की मोहकता पायी जाती है। प्राकृतिक उपमाओं के वैविध्य के साथ अलंकृत, विषद् और मनोमुग्धहारी गंगा-यमुना की क्रीडाओं से सुशोभित प्रयोय के संगम का रमणीय चित्र दृष्टव्य है।

क्व चित्प्रभालेपिभिरीन्द्रनीलैर्मुक्तामयी यष्टिरिवानुविद्धा।
अन्यत्रमालासितपंकजानामिन्दीवरैरुत्खचितान्तरेव ॥
क्व चित्खगानां प्रियमानसानां कादम्बसंसर्गवतीव पंक्ति :।
अन्यत्रकालागुरुदत्तपत्रा भक्तिर्भुवश्चन्दनकल्पितेव ॥
क्व चित्प्रभा चान्द्रमसीतमोभिश्छायादिलीनैः शबलीकृतेव।
अन्यत्र शुभ्रा शरदभ्रलेखा रन्ध्रेष्विवलक्ष्यनभः प्रदेश ॥

(रघुवंश सर्ग – १३)

पान से आन्दोलित लताएँ नर्तकीयों सी सुन्दर चित्रित की गई है। प्रकृति का मानवीकरण दर्शनीय है।

श्रुतिसुखभ्रमरस्वनगीतयः कुसुमकोमलदन्तरूचः बभुः ।

उपवनांतलतापवनाहतैः किसलयैः सलयैरिव पाणिभिः ।।

(रघुवंश)

उपवन में लताएँ नाच रही है, श्रवण सुखद भ्रमर गुंजारगीत के समान ज्ञात होती है । विकसित कुसुम चमकते हुए दाँत है, पवन के झकोंरों से आन्दोलित किसलय उनके सुकुमारपाणिपल्लव है जिनसे वे ताल दे रही है ।

प्राकृतिक सौंदर्य का अनुकरण मानवीय एवं काल संबंधी सौंदर्य स्वीकार किया जाता है । वास्तव में मानवीय सौंदर्य का मानदण्ड प्राकृतिक सौंदर्य है ।पार्वती की समता लतासे अत्यधिक सौंदर्यात्मक ढंग से प्रस्तुत की गई है ।

आवर्जिता किंचिदिवस्तनाभ्यां वासो वसाना तरुणार्करागम् ।

पर्याप्तपुष्पस्तबकावनम्रा संचारिणी पल्लविनी लतेव ।।

(कुमारसम्भव)

मानवीय सौंदर्य से प्राकृतिक सौंदर्य की कई स्थानों पर तुलना की गई है । प्राकृतिक सौंदर्य कुछ अधिक उत्तम दिखाई देता है ।

अधरः किसलयरागः कोमल विटपानुकारिणौ बाहू ।

कुसुममिवलोभनीयम् यौवनमंगेषु सन्नद्धम् ।।

(शाकुन्तल)

बाह्य प्रकृति जो अभिरामता उपस्थित करती है वही सुन्दरता अतः प्रकृति में भी है । कवि की शकुन्तला कोमल लता की भाँति है । उसके अधर नवपल्लव की

अरुणिमा धारण कीए हुए है ।बाहू कोमल शाखाओं का अनुकरण कर रहे है । विकसित कुसुम के समान लुभावना यौवन अंगो में प्रस्फुरित हो रहा है।

कालिदास प्रकृति की गोद में स्थितभारतीय पावन आश्रमों की सुन्दरता, अकृत्रिमता तथा मनोज्ञता का वास्तविक वर्णन अनेक स्थलों पर करते है। एक सुन्दर चित्र देखें –

नीवारः शुकगर्भकोटरमुख भ्रष्टास्तरुणामधः ।
प्रस्निग्धाः क्वचिदिङ्गुदीफलभिदः सूच्यन्त एवोपलाः ।।
विश्वासोपगमादभिन्नगतयः शब्दं सहन्ते मृगाः ।
तोयाधारपथाश्च वल्कलशिखानिष्यन्दरेखाङ्किताः ।।
(अभि. शाकु. – १/१३)

प्रकृति वर्णन में ऋतु दर्शन भी अपना विशेष स्थान रखते है। कालिदास का ऋतुसंहार नामक खण्डकाव्य तो सहृदय समाज में विख्यात ही है। ग्रीष्मऋतुका यह एक स्वाभाविक चित्र उनकेअभिज्ञान शाकुन्तल से है।

सुभगसलिलावगाहाः पाटलसंसर्गसुरभिवनवाताः ।
प्रच्छायसुलभनिन्द्रा दिवसाः परिणामरमणीयाः ।।
(अभि. शाकु. – १/३)

शीघ्रगामी रथ पर आरूढ दुष्यन्त के द्वारा प्रकृति के जो जो भव्य चित्र उसकी आँखों में उभरे थे उनका वर्णन कविने अत्यन्त स्वाभाविक ढंग से प्रस्तुत किया है।

यदालोके सूक्ष्मं व्रजति सहसा तद् विपुलतां ।
यदर्धे विच्छिन्नं भवति कृतसन्धानमिव तत् ।।

प्रकृत्या यद् वक्रं तदपि समरेखं नयनयोर्न मे ।

दूरेकिंचित् क्षणमपि न पार्श्वे रथजवात् ।।

(अभि. शाकु.)

कालिदास का कुमारसम्भव हिमालय के अनेक सुंदर चित्रों से युक्त है । उनका मेघदूत तो बाह्य प्रकृति और अन्तः प्रकृति के वर्णनों से ही निर्मित है । उसका सारा वैभव प्रकृति वर्णन पर ही आधारित है। वह प्रकृति का प्राण है, प्रकृति उसका प्राण है । मेघदूत का एक श्लोक प्रकृति वर्णन से अनुप्राणित है । कालिदास की प्रकृति मानव का सजीवरूप धारण कर उपस्थित हुई है और मानो उसने अपना हृदय खोलकर कवि के सामने रख दिया है जिसे देख कर रसमग्न भावविभोर कविने दिव्यकला के परिधान में लपेटकर उसे पाठकों को समर्पित कर दिया है ।

त्वय्यादातुं जलमवनते शाङ्गिणो वर्णचौरे ।

तस्याः सिन्धो पृथुमपि तनुं दूरभावात्प्रवाहम् ।।

प्रेक्षिष्यन्ते गगनगतयोनूनमावर्ज्यदृष्टी ।

रेकं मुक्तागुणमिव भूवः स्थूलमध्येन्द्रनीलम् ।।

(पूर्व मेघ.)

कालिदास की अद्भूत अवलोकन शक्ति श्लाघ्य है । कालिदास का नर्मदा वर्णन भी उपमा के सहयोग से अनुपम बन पडा है । पूर्व मेघ में निर्विन्ध्या नदी का नायिका के रूप में सुन्दर वर्णन दिखाई देता है ।कविने रूपक और श्लेष अलंकारो की सहयता से निर्विन्ध्या नदी में सुन्दरी प्रियतम को आमन्त्रण देनेवाली नायिका और मेघ के लिए

नायकवत् व्यवहार करने का कथन जिस चारूता के साथ किया गया है वहप्रशंसनीय है।

कालिदास के प्रकृति वर्णन से विविध वैशिष्ट्य है, वह मानव सौंदर्य की अभिव्यंजना के लिए कहीं प्रकृति की सहायता लेता है तो कहीं वह प्रकृतिके उपर मानव के सुकुमार और सहज भावों का आरोप करता है मानवीय और प्राकृतिक व्यापारों का सामंजस्य भी कालिदास की एक विशेषता है वह मानव और प्रकृति को एक ही परिवार काप्राणी चित्रित करता है । परस्पर स्नेह, स्वाभाविक सहानुभूति, अत्यन्त घनिष्ठता और अकृत्रिम सहृदयता से ओतप्रोत मानव और प्रकृति दिखाई देते है। कवि प्रतिभा की मानव सुलभ सुष्मा को देखकरआनंदमग्न हो जाता है ....

हिन्दी गुजराती रामायणों का तुलनात्मक अध्ययन

डॉ॰ कल्पनाबेन रामजीभाई पटेल
<u>**संप्रति**</u> : का॰ प्राचार्य एवं अध्यक्ष,
हिन्दी विभाग,
आटŸर्स एन्ड कोमर्स कोलेज, बामणा
(उत्तर गुजरात)

::

रामकथा ने अनंत काल से भारतीय जनमानस को प्लावित, परिष्कृत तथा पवित्र किया है । वेद, पुराण, साहित्य आदि ने अपना अद्रितिय स्थान अर्जित किया है । राम लोकनायक के रुप में स्वीकृत है । राम के चरित्र का प्रचार – पसार तुलसीदासजीने ही सर्वाधिक किया है । एसा कहेंगे तो आत्युक्ति नहीं होगी । तुलसी का मानस विश्व धर्म पर आधृत है । तुलसी विघ्वंसक क्रांति में विश्वास न कर विधायक परिवर्तन में आस्था रखते है ।

तुलसी रचित 'रामचचितमानस' की लोकप्रियता आक्षुण्ण है । मानस की तुलना गुजराती भाषा की अमल्य कृति 'श्री गिरधरकृत रामायण' से हम करेंगे । 'गिरधरकृत रामायण' एवं गुजराती भाषा का आर्ष ग्रंथ है । देवदत्त जोशी कहते है कि 'गुजराती भाषानुं प्रतिनिधि 'रामायण' ते 'गिरधरकृत रामायण' छे ।

आधुनिक युग में तुलनात्मक अध्ययन का महत्व बढ रहा है । तुलनात्मक अध्ययन आज के युग की माँग है । तुलनात्मक अध्ययन भाषा और साहित्य के परस्पर संपर्क को बढाता है । तुलनात्मक अध्ययन के द्रारा समता और विभेंदो का तटस्थ अध्ययन करके भ्रम और पूर्वग्रह से मुक्त हुआ जा सकता है । यह मानव के सीमित ज्ञान क्षेत्र को विस्तृत करता है । और उसके भाषागत साहित्यिक एवं प्रादेशिक बंधनो का ज्ञानार्जन में बाधा नहीं डालने देता । विजयसिंह कहते है कि ''भारत की सांस्कृतिक और साहित्यिक एकता की अनुभूति को तुलनात्मक अध्ययन आद्यार प्रदान करता है ।'' यही सही है कि पारस्परिक संपर्क और आदान–प्रदान से भाषाओं और साहित्यो के क्षितिज विस्तृत होते है । तुलनात्मक अध्ययन का अर्थ किसी को बडा या छोटा स्थापित करना नही है, किन्तु एक ही वस्तु पर दो कवियों के लिखे काव्यो में प्राप्त होनेवाले समांतर भावों, विचारो और कल्पना के अंतर में जाकर समान बिंदुओ को पहचानना तुलनात्मक अध्ययन का लक्ष्य है ।

कोई भी कला सृष्टि अपने मूल रुप में कतिपय भावों की सरस एवं संवेदनात्मक अभिस्फूरणा हुआ करती है । इस अभिस्फूरण के लिए तीव्र अनुभूति तथा इस अनुभूति को नवोन्मेष देने के लिए प्रसादपूर्ण कल्पना, साथ ही इस कल्पना को सुमूर्त रुप देने के लिए व्यंजक शक्ति की आवश्यकता होती है । सूत्र रुप में काव्यकला के उदभव एवं विकास का इतिवृत भी इतना ही है । भारतीय जनमानस को अपनी सर्जनात्मक प्रतिभा से जिन कवियों ने प्रभावित किया है, उनमें गोस्वामी तुलसीदास का महत्वपूर्ण स्थान है । तुलसी का 'रामचरितमानस' हिन्दी साहित्य की एक एसी उपलब्धी है, जिसका प्रभाव लोकमानस पर अक्षुण्ण रहा है । भारत के सामाजिक एवं धार्मिक जीवन पर इस ग्रंथ का ऐसा प्रभाव पडा है कि आज भी 'रामचरितमानस' के नायक राम के द्रारा प्रतिपादित मानवीय मूल्य आकाशदीप की भाँति मानवजगत को आलोकित कर रहा है । तुलसी ने 'रामचरितमानस' जैसा अमर महाकाव्य किस प्रेरणा के परिणाम स्वरुप रचा यह अनुसंधान का विषय हो सकता है । मनोवैज्ञानिक किसी कृति की प्रेरणा के मूल में आत्माभिव्यंजना की विफलता, परिस्थितियों का प्रभाव और क्षतिपूर्ति के सिद्वांत को निरुपित करते है ।

तुलसी ने 'रामचरितमानस' का संवत १६३९ (सन १५७४) में चैत्र मास की नवमी तिथि मंगलवार को रामजन्म स्थान अयोघ्या से प्रारंभ किया ।

गिरधर कविने उत्तरकाण्ड के अंतिम अघ्याय में रामायण का रचना काल स्पष्ट निर्दिष्ट किया है ।

''शाके सत्तरसे उट्टावन, धन संक्रांति त्यांहेजी ।
संवत अष्टादशत्रिनेवुं हेमंतऋतुनी मांहेजी ।।

गिरधर कवि बिना लाग लपेट स्पष्ट कह देते है । कवि की प्रतिभा अनूठी थी । कवि गिरधर आख्यानकार थे । लोगों के सन्मुख बैठकर अपना भाव प्रस्तृत करना आम बात नही है । इसमें लोकरंजन एवं लोकरुचि का विशेष घ्यान रखना पडता है । कवि के पास कवि हृदय तो है ही श्रघ्धा के द्रारा भक्तिमार्ग के सोपानों को सिघ्ध करते हुए आराघ्य की विशेष कृपा प्राप्त करना चाहते है ।

रामचरितमानस के प्रेरणा स्त्रोत के विषय में तुलसी कहते है कि 'स्वान्तःसुखाय तुलसी रघुनाथ-गाथा' साथ-साथ इसमें लोकमंगल और बहुजन हिताय की भावना भी निहित है । कवि ने नानापुराण, निगमागम सम्मत भी कहा है, जिसमें वाल्मीकि रामायण, हनुमान्नाटक, प्रतिमानाटक, योगवाशिष्ट, महावीर चरित, उत्तररामचरित, प्रसन्न राघव,

अध्यात्म रामायण, श्रीमद भागवत, उपनिषद, महाभारत, हितोपदेश आदि ग्रंथो का प्रभाव लक्षित होता है । उस समय हिन्दु धर्म हासोन्मुख था । मुगलो के आक्रमणो से प्रजा त्रस्त और पथ भ्रष्ट हो गइ थी । देश की आम जनता संस्कृत से अनभिज्ञ थी । अतः लोकनायक तुलसीने जनता की भाषा में रामचरितमानस की रचना की । कवि अयोघ्याकाण्ड (२०४) में चारो पुरुषार्थो की कामना न करते हुए भक्ति का ही वरदान माँगते है जैसे –

अरथ न धरम न काम रुचि गति न चहउँ निरवान ।
जनम जनम रचि राम पद यह वरदानु न आन ।। रा.मा. २-२०४-२९८

गुजराती भाषा की प्रतिनिधि कृति रामायण के रचयिता गिरधरदास का जन्म विक्रम संवत १८४३ में हुआ । तुलसीदासजी का जन्म संवत १५८९ माना जाता है । गिरधर तुलसी के २५४ साल बाद अवतरित हए । कवि आख्यानकार थे । उन्होंने कलियुग में केशव किर्तन ही जीवन का उद्देश्य बताया है । प्रेरणास्त्रोत के संबंध में अपनी दीनता, विनम्रता और अल्पमति का उल्लेख करते हुए स्पष्ट शब्दो में कहा है कि मैंने इसमें वाल्मीकी रामायण, हनुमान्नाटक, पदमपुराण, अग्निपुराण आदि ग्रंथो का आधार ग्रहण किया है । गिरधर कवि ने रामनाम की महिमा का उल्लेख करते हुए यह भी कहा है कि मेंने परमार्थ के लिए ही ग्रंथ लिखने का परिश्रम किया है, इस में मेरा स्वार्थ है ।

'रामचरितमानस' की भाषा की तुलना में रामायण की भाषा थोडी शिथिल प्रतित होती है । इसका कारण यह है कि किसी भी भाषा पर पूर्ण अधिकार बिना शब्द प्रयोग किया जाए तो संभवतः दोष आ ही जाते है । गिरधर ने अनेक स्थानों पर गलत शब्दों का प्रयोग किया है । एक दो उदाहरण देखें तो – कामदुधा के स्थान पर कामदुर्गा, स्त्री के स्थान पर अस्त्री, भरत के लिए भरथ, भर्थ आदि । 'आ' उपसर्ग का प्रयोग किरने के पश्चात पर्यन्त शब्द का उल्लेख अनावश्वक है । कवि ने फिर भी 'आकर्ण पर्यन्त खेंचीने मूकियुं तेणे ठाम रे' का प्रयोग किया है । अतः कहना होगा कि कवि का घ्यान कथा की और अधिक है कला की और कम । रामचरितमानस का अंगी रस भक्ति रस है । रामायण का अंगी रस करुण और शांत प्रतित होता है ।

❖ रामचरितमानस भारतीय जनजीवन की आचारसंहिता और पारिवारिक जीवन का महाकाव्य है ।

❖वाल्मीकि के राम महान पुरुष है । अध्यायत्म रामायण के राम पूर्णतः इश्वर है । रामचरितमानस के राम मर्यादापुरुषोत्तम है और गिरधर के राम पूर्ण ब्रह्म होते हुए भी आधुनिकतावादी है ।

❖रामचरितमानस का निर्माण व्यष्टि और समष्टि के कल्याण के लिए हुआ है, और इतने पर भी उसमें ललित कला के सब गुण मौजूद है ।

❖गुजराती भाषा के कवि गिरधर के समग्र जीवन संस्कार का उपहार 'रामायण' है ।

❖गिरधर कविने 'रामायण' की रचना के लिए वाल्मीकि रामायण, हनुमान्नाटक, पदमपुराण, अग्निपुराण, योगवासिष्ठ, श्रीमद भागवत, हरिवंशपुराण, आनंद रामायण, अध्यात्म रामायण, गीतावली, महाभारत, श्रीरामचरितमानस आदि का आधार ग्रहण किया है ।

❖गिरधर कृत रामायण प्रबंध सदृश आख्यान शैली का ग्रंथ है । आख्यानकार श्रोता या भक्तों को श्रोताजन बोलो श्री हरि सचेत करते है ।

❖रामचरित मानस की प्रासंगिकता उतनी ही है जितनी पहले थी । हम जब तक मनुष्य बने रहने की आकांक्षा मन में रखेंगे तब तक 'मानस' का प्रभाव अक्षुण्ण रहेगा । वाल्मीकि रामायण में कहा गया है कि जब तक पर्वतों तथा नदियों का अस्तित्व रहेगा तब तक रामायण की कथा संसार में फैलती रहेगी ।

❖रामचरितमानस की समता में गुजराती साहित्य की कोई रचना हो तो गिरधर कृत रामायण है । आज भी गुजरात के कई परिवारों मे गिरधरकृत रामायणका निरंतर पारायण होता है ।

''यावत स्थास्यन्ति गिरयः सरितश्च महीतले ।
तावद रामायणकथा लोकेषु प्रचरिष्यति ।।''

– : **आधार ग्रंथ** : –

१. कवितावली : तुलसीदास, संपादक माताप्रसाद गुप्त, हिन्दी साहित्य सम्मेलन प्रयाग।
२.पार्वती मंगल : तुलसीदास, संपादक हनुमानप्रसाद पोद्दार, गीताप्रेस, गोरखपुर।
३. कवि गिरधर जीवन अने कवन : ले. देवदत जोशी, एमे. एस. युनि. , बडोदरा।
४. गुजराती साहित्य : 'मध्यकालीन' अ. म. रावल, धी मेकमिलन एन्ड कंपनी, मुंबई ।

લઘુકથા : સંજ્ઞા–અર્થ :

ડૉ.કલ્પેશકુમાર રેવાભાઈપરમાર
B.A.,B.ed,M.A.,M.Phil,NET, PhD
મું.રામાયણ, પો.સાબલી,
તા.ઈડર, જિ.સાબરકાંઠા
પિન : ૩૮૩૪૨૧
મો.૯૪૦૯૫ ૮૪૪૩૧
Kr5279parmar@gmail.com

લઘુકથાનો સર્વ સામાન્ય અર્થ નાની વાર્તા એવો કરી શકાય. પણ આપણે તેને વિસ્તૃત માહિતી મેળવીએ. સૌ પ્રથમ 'લઘુકથા' સંજ્ઞાને સમજવાનો પ્રયાસ હિન્દી સાહિત્યમાંથી જાણી શકાય છે. આ લઘુકથાને 'કથા સાહિત્ય' તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે. તેને અંગ્રેજીમાં 'Fiction' તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. આ અર્થને આપણે 'લઘુનવલ', 'ટૂંકી વાર્તા' અને લઘુકથા જેવા નામોથી ઓળખીએ છીએ. લઘુકથા એ 'લઘુ' અને 'કથા' એવા બે પદોનો બનેલો છે. 'લઘુ' એટલે 'નાનું' અને 'કથા' એટલે 'વાર્તા'. એ રીતે આપણે આ પ્રકારને 'નાનીવાર્તા' એવું નામકરણ આપી શકીએ. આ પ્રમાણે લઘુકથાના પર્યાયરૂપે 'કથનિકા', 'લઘિમા', 'પ્રાસંગિકા' – વગેરે સંજ્ઞાઓ પણ પ્રયોજાતી જોવા મળે છે. આમ છતા ગુજરાતી સાહિત્યમાં 'લઘુકથા' નામ જ યોગ્ય અને સર્વ સ્વીકૃત થયેલું જોવા મળે છે. ફ્રેન્ચ સાહિત્યમાં પણ લઘુકથાને Vignetee તરકે ઓળખવામાં આવે છે. તે જ પ્રમાણે અમેરિકામાં પણ લઘુકથાને 'Shorts Shorts' તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. વિવિધ શબ્દકોશમાં લઘુકથાના અલગ અલગ અર્થ છે. ગુજરાતી 'લઘુકથા' શબ્દના કોશગત અર્થો જોઈએ.

૧. લઘુકથા : (સ્ત્રી)નાની વાર્તા, સાહિત્યનો એક પ્રકાર
૨. લઘુવાર્તા : લઘુકથા
૩. લઘુકથા : (સ્ત્રી), (સં) ટૂંકીવાર્તા, નવલિકા, શોર્ટ સ્ટોરી
૪. લઘુકથા : Short Story
૫. લઘુકથા : નાની વાર્તા

મોહનલાલ પટેલ લઘુકથાની વ્યાખ્યા આ પ્રમાણે નોંધી આપે છે : "ક્ષુદ્ર (અલ્પ ફલકવાળુ) 'સિરયુએશન' (સ્થિતિ કે સંયોગ કે પરિસ્થિતિ)ને ઊર્મિ વિસ્ફોટ સાથે સાંકળવાની કલાત્મક યોજના તે લઘુકથા."[i] આ વ્યાખ્યાને આધારે એવું તારણ કાઢી શકાય કે અહીં 'સિચ્યુએશન' વધારે મહત્વ આપવામાં છે. 'લઘુકથા સર્જક' કોલ ઘટનામૂલક ક્ષુદ્ર સિચ્યુએશનના પ્રત્યાઘાતરૂપે પ્રગટેલા એકાદ ઘ્યર્થને કેન્દ્રમાં રાખીને ભાવનાક્ષમ સાહિત્યકૃતિની રચના કરવાની હોય છે. અહીં 'ક્ષુદ્ર' એટલે 'નકામુ' કે 'નગણ્ય' નહીં પરંતુ અલ્પફલકવાળું કે વજન વિહીન ઘટનાવાળું એવો અર્થ લેવાનો અર્થાત્ કે વજનવિહિન ઘરનાવાળું એવો અર્થ લેવાનો. આગળ પાછળના સંદર્ભ સિવાયના એક ક્ષણિક ઝબકાર જવું. ક્ષુદ્ર સિચ્યુએશન અર્થાત્ ઘટના દ્વારા પ્રગટતી એવી પરિસ્થિતિ જેવા ઉદ્ભવી માટે કોઈ ખાસ ભૂમિકા ન હોય. તે આકસ્મિક જન્મે અન માણસના ચિત્તને ક્ષણાર્ધ માટે ક્ષુબ્ધ કરીને એને વિસ્તરતું મૂકી પોતાના પ્રભાવને સંકેલી લે છે. આ ચિત્તક્ષોભને લીધે લીધેલા જીવન રહસ્ય ઉપર એ લઘુકથાની રચના કરે છે.

"ટૂકીવાર્તા જો 'તણખો' છે તો લઘુકથા એ તણખાનદ પરમાણું છે. તણખો અણુ અને આ અણુને વિભાજિત કરો તો પરમાણુ પાસે પહોંચાય..."[ii] આ જ રીતે લઘુકથાને રમેશ ત્રિવેદી "લઘુકથા મત્સ્યવેધની કલા છે."[iii] રમેશ ત્રિવેદીએ લઘુકથામાં ચિત્તની એકાગ્રતા પર વિશેષ ભાર મૂકતા જણાય છે. તેમના મતે ઉત્તરકક્ષાની અત્યંત આવશ્યક એવી ચિત્તની એકાગ્રતા સર્જક પાસે હોવી જોઈએ. દ્રૌપદીના સ્વયંવર પ્રસંગે અર્જુને જે અકાગ્રતા, સ્વસ્થતા અને સભાનતાપૂર્વક મત્સ્યવેદ્યનું દુષ્કર કાર્ય પાર પાડયું હતું. તેવી એકાગ્રતા, ધીરજ અને દક્ષતા લઘુકથા લેખકમાં હોય તે અપેક્ષિત છે. લઘુકથા વિશે

ઈજ્જતકુમાર ત્રિવેદી નોંધે છે : "લઘુકથા એટલે લાગણીની જ કથા એવું નથી. જીવન ફિલસૂફીના સ્પર્શ વગર કોઈ કૃતિ સાહિત્ય કૃતિ બની શકતી નથી. એટલે લઘુકથા સર્જકનું કથયિતવ્ય એ આ ફિલસૂફી જ હોય પણ લઘુકથામાં જેમ જીવનની સર્વગ્રાહી ફિલસૂફી માટે પણ એમાં અવકાશ નથી. લઘુકથા એ ફિલસૂફી કોઈ જ વિચાર દ્વારા એનું દર્શન કરાવે છે."[iv]

અહીં લઘુકથામાં ઈજ્જતકુમાર ત્રિવેદીએ લાગણીની સાથે સાથે જીવન ફિલસૂફી પર ભાર મૂકયો છે. ફકત એક જ વિચાર, પણ એ જ વિચાર, પણ એ વિચાર એટલો બળકટ હોય છે કે ભાવકના ચિત્તને એ કાયમને માટે પકડી રાખ. છે. લઘુકથામુ જીવનના વ્યાપક સંદર્ભને છોડી દઈ માત્ર ભાવપરિસ્થિતિના સૂક્ષ્મ ફલક પરથી વાર્તાના રચના થાય છે.

"લઘુકથા આમ તો ઘાસલ પુષ્પ છે. ખૂબ જ નાનું અને પૂર્ણ. ફૂલ સૂર્યમુખીનું મોટા કદનું હોય કે અરણી, બોકંદી, પીપટીયું, ચોખલીયું કે તારોળિયાનું ખૂબ ન્હાનું હોય, એમાં એક પ્રકારની પૂર્ણતા હોય છે કે જે અનામ ઘાસ પર ઝૂલતાં, ઝાકળશા એ લઘુત્તર પુષ્પોમાં પણ સહૃદયને સ્પર્શી લેવાની શકિત હોય છે. લઘુકથા કંઈક આવું પુષ્પ છે."[v]

અહીં પ્રેમજીભાઈ પટેલે 'લાઘવ' અને 'પૂર્ણતા' પર ભાર મૂકયો છે. આ બન્ને ગુણો લઘુકથામાં હોવા અતિ જરૂરી છે. 'લઘુતા' અને 'ગુરુતા' વચ્ચે સૌંદર્યની દૃષ્ટિએ કોઈ ફેર જ નથી.

લઘુકથા એ 'લઘિમા'ના સર્જક શ્રી નવીન કા.મોદીએ 'લઘિમા'ના કળાસ્વરૂપની ચર્ચા કરતાં લઘુકથા અને હાર્મોનિકાની સાથે લઘિમાની તુલના કરીને નોંધ્યું છે : "લઘુકથા, હાર્મોનિકા અને લઘિમા ત્રણેમાં ટૂંકીવાર્તા કરતા વિશેષ લાઘવ અપેક્ષિત છે. ત્રણે સ્વરૂપોમાં લઘુકથા સૌથી વધુ લોકપ્રિય સ્વરૂપ છે, 'માસ' માટે લખાતું, જયારે હાર્મોનિકા–લઘિમા 'કલાસ' માટે છે. તે સ્વકીય તાજપ, સ્ફૂર્તિ ને સંસ્કારિતા વડે ભાવક ચિત્ત પર વિશિષ્ટ વાતાવરણ અને અસર મૂકી જાય છે."[vi]

કેટલાક સર્જકો લઘુકથાને 'ટૂચકો' ની સાથે પણ સળખાવે છે. 'નામ ફેરે ટુચકો' અને 'એક માની કૂખે અવતરેલાં જોડિયાં ભાઈ–બહેન છે.' લઘુકથાના લક્ષણો એ ટુચકાને મળતા આવે છે. તે સંદર્ભે શ્રી મોહનલાલ પટેલ નોંધે છે : "લઘુકથા અને ટુચકાને કળાની દૃષ્ટિએ કોઈ નિસબત નથી. લઘુકથા એ કળાકૃતિ છે, ટુચકો એ માત્ર ચાતુરીકથા છે. ટુચકામાં સાચું જીવન નથી, જીવનનું પ્રતિબિંબ પણ નથી. એનું મુખ્ય ધ્યેય મનોરંજન છે."[vii] આમ લઘુકથા અને ટુચકામાં લાઘવ અને ચમત્કૃતિનું લક્ષણ સમાન છે, પરંતુ બન્નેમાંથી મળતો અર્થ ભિન્ન જોવા મળે છે. લઘુકથામાં સમસ્ત ઊર્મિતંત્રને ઝંકૃત કરી મૂકવાની અપાર શકિત છે. જયારે ટુચકામાં આ શકિતનો અભાવ જોવા મળે છે. ટુચકો એ માત્ર ક્ષણિક મનોરંજન કે વિનોદ સિવાય કશું આપી શકતો નથી. કે આગળ વધી શકતો પણ નથી.

લઘુકથાના સંદર્ભે શ્રી રમેશ ત્રિવેદી નોંધે છે : "લઘુકથા કેટલાક અણઘડ લેખકોને હાથે જરૂર અવદશાને પામી છે. એનાં ઘણાંબધાં કારણો છે. લઘુકથાના નિરૂપણમાં આવતું વધુ પડતું સરલીકરણ, ટોનની એકવિધતા, એકસુરીલાપણું, વિષયવૈવિધ્યનો અભાવ, એના અંતમાં પ્રવર્તતી દુર્બોધતા, સ્થૂળ ઘટનાનું સ્થૂળ–સપાટી પરનું નિરૂપણ, કોઈ એકાદ સમર્થ સર્જક દ્વારા નીવડી આવેલી કૃતિમાં વ્યકત થયેલી ભાવપરિસ્થિતિનું સતત સંખ્યાબંધ સર્જકો દ્વારા થતું અંધ અનુકરણ, પુનરાવર્તન અને આ બધાને લઈને સ્વરૂપમાં દેખાતો નવોન્મેષનો અભાવ, એક પ્રકારની સ્થગિતતા વગેરે મર્યાદાઓ કેટલાક સુખદ અપવાદ સિવાય લગભગ ઘણાખરા સર્જકોમાં જોવા મળે છે."[viii]

લઘુકથાઓનું સ્તર રૂપનિર્મિતની દૃષ્ટિએ ઘણું ઊંચું હોવું જોઈએ. આ પ્રકારમાં નાનકડી ઘટના કે પરિસ્થિતિની પસંદગી આધારરૂપ હોય છે. આ સંદર્ભે શ્રી સોમાભાઈ વી. પટેલ નોંધે છે : "લઘુકથામાં લાઘવ તો અપેક્ષિત હોય જ. આ સાહિત્યપ્રકારને 'લઘુકથા' નામ જ તેના લાઘવને કારણે મળ્યું છે. પરંતુ લાઘવ કોઈ ટૂંકીવાર્તામાં, કે ટુચકામાં પણ હોય. લાઘવને કારણે આ સ્વરૂપો વચ્ચેની ભેદરેખા આંકવાનું સહેલું નથી; એટલે માત્ર લાઘવ લઘુકથાનો આત્મા ન બની શકે. તો પછી લઘુકથામાં અન્ય કથાપ્રકારોથી કયાં વિશેષ તત્વોની અપેક્ષા રાખીશું ? મારી દૃષ્ટિએ લઘુકથામાં લાઘવ ઉપરાુત બે બાબતો મુખ્ય છે : એક પરિસ્થિતિ (સિચ્યુએશન) અને બીજું સ્પર્શ સંવેદન. એમાં એવી પરિસ્થિતિ હોય જે વાચકના ચિત્તમાં ક્ષોભ પ્રગટાવી શકે, એને તીવ્ર સંવેદન અનુભવી શકે. એમાં ટૂંકી વાર્તા જેવી કોઈ

મોટી કે ઠોસ ઘટનાની અપેક્ષા નથી હોતી. એટલે જ મોહનલાલ લઘુકથામાં ઘણીવાર 'ઘટના' શબ્દને બદલે પરિસ્થિતિ (કે સિચ્યુએશન) અને તેય 'ક્ષુલ્લક' પરિસ્થિતિનો ઉલ્લેખ કરે છે.

લઘુકથામાં પરિસ્થિતિ ભલે સામાન્ય, સાવ નાની–શી હોય, પણ એ ઊર્મિવિસ્ફોટક બનવાની ક્ષમતા ધરાવતી હોય એ આવશ્યક શરત ગણાય. આવી પરિસ્થિતિની પરખ અને તેમાંથી લઘુકથા સર્જવાની – કહો કે વાચકચિત્તમાં તીવ્ર સંવેદન જગાવવાની લેખકની ક્ષમતા ઉપર જ તેનો બધો આધાર રહે છે."[ix]

ક્ષુલ્લક ઘટના ક્યારેક કેવી કલાત્મક લઘુકથામાં પરિણમે છે એ પ્રેમજી પટેલની લઘુકથાઓમાં જોઈ શકાય છે. તેમાં 'મખમલી મોતી'ની વાત કરીએ તો તરુણાવસ્થામાં યૌવનમાં પ્રવેશી ચૂકેલી એક મુગ્ધાએ પોતાના વસ્ત્ર ઉપર લાલ ડાઘ જોયો. તે ચિંતા અનુભવે છે. પણ તેના શરીરમાં પ્રથમવાર આવેલ બદલાવને કારણે તે રજસ્વલા બનતી મુગ્ધાના ચિત્તમાં એ ક્ષુલ્લક ઘટના કેવું પ્રબળ સિચ્યુએશન બનીને ઊભરે છે ! એ ઘટના મુગ્ધાના મનમાં ચિંતા કરી મૂકી છે. તે પોતાના વસ્ત્ર ઉરનો લાલ ડાઘ નદીના વહેણમાં ધોઈ રહેલી એ લજ્જામયીના ચિત્તના લેખકે કરેલા વર્ણન પરથી સમજી શકાશે. '...કપડું નદીમાં પલાળ્યું ને...પોતાનું અસ્તિત્વ જાણે લાલલાલ નદીમાં છવાતું ગયું–એને થયું, નદીના પાણીનો રંગ બદલાઈ ગયો.' આમ, લઘુકથામાં ઘટનાને જ ક્ષુલ્લક ન ગણતાં તેને મહત્વ આપવામાં આવે છે.

સંદર્ભ સૂચિ :

[i]'ઝાકરમાં સૂરજ ઊગે' – મોહનલાલ પટેલ, પ.આ.૧૯૯૧, આદર્શ પ્રકાશન અમદાવાદ – ૧

[ii]'લઘુકથા આસ્વાદ' – ચીનુ મોદી, પૃ.૧૫

[iii]'લઘુકથા વિમર્શ' – રમેશ ત્રિવેદી, પૃ.૧૯

[iv]'વામનના પગલા' – ઈજ્જતકુમાર ત્રિવેદી, પૃ.૫૯

[v]'મધુપ્રિયા', રામજી કડિયા, ગુર્જર પ્રકાશન, અમદાવાદ –૧

[vi]'લઘુકથા વિમર્શ' – રમેશ ત્રિવેદી, પૃ.૪–૫

[vii]'એજન' પૃ.૫

[viii]'એજન'

[ix]'મોહનલાલ પટેલ એક અધ્યયન ગ્રંથ' – સંપાદક – મણિભાઈ પ્રજાપતિ, રંગદ્વાર પ્રકાશન, પૃ.૨૪૮

सँस्कृतव्याकरणस्य उद्भवकालः

डो मितेश शर्मा
प्राथमिक शिक्षकः , कर्णावती

संपूर्णविश्वे मानवानां विशेषः प्रभावः विद्यते । तत्र मानवेषु वाचः प्रभावः भवति । वाचि अपि तस्याः भाषायाः प्रभावः अतीवावश्यकः अस्ति । अतः कथनस्य तात्पर्यमस्ति यत् भाषायां तस्याः भाषायाः प्रभावः भवत्येव अतः तस्य विचारः अतीवाश्यकः विद्यते । व्याकरणस्य उद्भवविषये चिन्तयामः चेत् सर्वैः प्रमाणिकृतमस्ति यत् ऋग्वेदः प्राचीनतमः ग्रन्थः अस्ति । अतः ऋग्वेदे केचन व्याकरणस्य उदाहरणानि प्रदत्तानि सन्ति ।

यज्ञेन यज्ञमयजन्त देवा : ।। ऋग् 1/164/50

यतः कस्मात् ? प्रख्यातं यजति कर्मेति नैरुक्ताः । निरुक्त 3/19 ।।

यजयाचयतविच्छप्रच्छरक्षो नग् अष्टा 3/3/90

ये सहांसि सहसा सहन्ते ।।ऋग् 6/66/9।। सह्धातोः असुन्

पूर्वीरश्नन्तावश्विना ।।ऋग् 8/5/31 ।।

अश्विनौ यद् व्यश्नुवाते सर्वम् । निरुक्तः 12/1 ।।

स्तोतृभ्यो महते मघम् । ऋग् 1/11/3 ।।

मघमिति धननामधेयम् महतेदानकर्मणः । निरुक्तः 1/7 ।।

धान्यमसिधिनुहि देवान् ।। यजु 1/20 ।।

धिनोतर्धान्यिमे।महाभाष्यम् ।5/2/4

तदाप्नोदिन्द्रो यतीस्तस्मादायौ अनुष्ठन ।। अथर्ववेद-3/13/2 ।।

आप आप्नोतेः निरुक्त 9/26 , आप्नोतेह्रस्वश्च ।।

शब्दशास्त्रस्य प्रमाणीभूतेनाचार्यपतञ्जलिना व्याकरणशास्त्राध्ययनस्य प्रयोजनस्य वर्णनसमये चत्वारि श्रृंगाः , चत्वारि वाक् , उत त्वः , सक्तुमिति , सुदेवोऽसि इति पञ्च मन्त्राणि समुद्धृतानि सन्ति । तेषा् अर्थानि अपि भगवता व्याकरणमूलकमकारि । अत्र षडंगशब्देन व्याकरणस्य निर्देशः क्रियते । शिक्षा , व्याकरणम् , निरुक्तः , छन्दः , कल्पः तथा ज्योतिषम् इति षट्संख्यकात्मनां वेदांगानां षडंगशब्देन निर्देशः गोपठब्राह्मणे बौद्धायनादिधर्मशास्त्रे तथा रामायणादिषु प्रायः समुपलभ्यते । महामुनिः पतञ्जलिः -

ब्राह्मणेन निष्कारणो धर्मः षडंगो वेदोऽध्येयो ज्ञेयश्च

एतत् आगमनवचनम् उद्धृतमस्ति । सम्प्रति उपलभ्यमानब्राह्मणेभ्यः अतिप्राचीनः देवलः व्याकरणस्य षडंगेषु परिगणनामकरोत् ।

व्याकरणे समागतनां कतिपयसंज्ञानां अर्वाचिनता ।

अनेन प्रकारेण व्याकरणस्य प्राचीनता सिद्ध्यति । अपि च पाणिनीयतन्त्रे स्मृतानामनेकसंज्ञानामपि पूर्वत्व, प्रतीयते । तत्र केषाञ्चन संज्ञानामुल्लेखो गोपथब्राह्मणे लभ्यते यथा -

ओंकारं पृच्छामः , क धातुः किं प्रातिपदिकम् , किं नामाख्यातम् , किं लिंगम् , किं वचनम् , का विभक्तिः , को विकारः , को विकारी , कति मात्रः , कति वर्णः कत्यक्षरः , कति पदः , कः संयोगः ----

वैयाकरणस्य प्रसिद्धविभक्तेः संज्ञायाः उल्लेखः मैत्रायणीसंहितायाम् उल्लेखो भविष्यति ।

तस्मात् षड् विभक्तयः । मैत्रा-सं 1/7/3

ऐत्तरेयब्राह्मणे विभक्तिरूपेण सप्तधा विभक्तवाण्याः पाठो लभ्यते ।

सप्तधा वै वागवदत् । 71/7 ऐ-ब्रा तुलनां कुर्वन्तु यस्य ते सप्त सिनधवः । ऋ 8/69/12 सप्तसिन्धवः , सप्तविभक्तयः ।

व्याकरणस्य प्राचीनताविषये इत्येवक्तुं शक्यते यत् मूलवैदातिरिक्तं यत्किञ्चित् भारतीय ळवैदिकवांगमये सम्प्रति लभ्यते तत्र व्याकरणशास्त्रस्य उल्लेखो प्राप्यते । अतः एतत् सुव्यक्तं यत् वर्तमानकाले उपलब्धकृष्ण द्वेपायनस्य शिष्याः तै प्रोक्त आर्षवैदिकवांगमयस्य रचायाः प्रागेव पूर्वं व्याकरणशास्त्रं पूर्णतया सुव्यवस्थितम् अभवत् , तथा तस्य पठनपाठने व्यवहारः प्रारब्धो जातः ।

भारतीये ऐतिह्ये सर्वाषां विद्यानाम् आदिप्रवक्ता ब्रह्मा कथितः । एतत् नितान्तसत्यं वर्तते । तदनुसारं व्याकरणशास्त्रस्य प्रथमप्रवक्ता अपि ब्रह्मा एव अस्ति ।ऋक्तन्त्रकारः लिखति यत् -

ब्रह्मा बृहस्पतये प्रोवाच , बृहस्पतिरिन्द्राय , इन्द्रः भारद्वाजाय , भरद्वाजः ऋषिभ्यः , ऋषयः ब्राह्मणेभ्यः ।। ¼ ।।

एतत् वचनानुसारेण व्याकरणस्य एकदेशस्य अक्षरसमाम्नायस्य प्रथमः प्रवक्ता ब्रह्मा वर्तते । युवानचांगः अपि भारतभ्रमणविवरणे ब्रह्मदेवकृत व्याकरणं निर्दिशति । भारतीयेतिहासानुसारं ब्रह्मा अस्य कल्पस्य विगतजल प्लावस्य पश्चात् बभूव । यद्यपि उत्तरकाले एतन्नाम उपाधिरूपेण अनेकव्यक्त्यर्थं प्रयुक्तं जातम् तथाऽपि सर्वाषां विद्यानां आदिप्रवक्ता प्रथमब्रह्मा एव अस्ति । तथा तस्य कालः न्यूनातिन्यूनं 13 सहस्रवर्षपूर्वं मन्यते अस्ति च ।

व्याकरणस्य विकासः

समस्तभारतीयैतिहासिकानां मतेन कथितमस्ति यत् लोके यातवतां विद्यानां प्रकाशः अत्र दृश्यते तस्य आदि प्रवर्तकः आदिब्रह्मा अस्ति । प्रवचनमिदं अतिविस्तृतमस्ति । एतत् प्रथमप्रवचनमेव शास्त्रं शसनं वेति नाम्ना प्रसिद्धमभूत् । उत्तरवर्ति-समस्तप्रवचनानि ब्रह्मणः आदिप्रवचनानुसारं बभूव । अतः एव उत्तरवर्ति-प्रवचनं मुख्यतया अनुशास्त्रम् , अनुतन्त्रम् , अथवा अनुशासनम् , इति शब्देन विस्तृतः विद्यते ।

अनुशासनादिषु प्रयुक्तः अनु निपातः अनुक्रमहीनार्थयोः द्योतकः वर्तते । उत्तरवर्ति-तन्त्राणां संक्षिप्तत्वात् हीनत्वम् । यथा - अनुशाकटायनं वैयाकरणः अनु शब्दः हीनार्थद्योतकः । द्रष्टव्यम् हीने (1/4/86) सूत्रस्य काशीका ।

भारतवर्षस्य बृहद् इतिहासः इति ग्रन्थस्य द्वितीये भागे लेखकेन पं भगवतीदत्तेन अ-4 ब्रह्माद्वारा प्रोक्तानां येषां 22 शास्त्राणां सप्रमाणम् उल्लेखो कृतः तेषां नामानि निम्नलिखितानि सन्ति ।

1 वेदज्ञानम् ।2 ब्रह्मज्ञानम् ।3 योगविद्या ।4 आयुर्वेदः ।5 हस्त्यायुर्वेदः ।6 रसतन्त्रम् ।7 धनुर्वेदः ।8 पदार्थविज्ञानम् 9 धर्मशास्त्रम् ।10 अर्थशास्त्रम् ।11 कामशास्त्रम् ।12 व्याकरणम् ।13 लिपिज्ञानम् ।14 ज्योतिषशास्त्रम् ।15 गणितशास्त्रम् ।16 वास्तुशास्त्रम् ।17 शिल्पशास्त्रम् ।18 अश्वशास्त्रम् ।19 नाट्यवेदः ।20 इतिहासः ।21 पुराणम् ।22 मीमांसाशास्त्रम् ।23 शिवस्तवः ।
वा स्तवशास्त्रम् ।

वस्तुतः ब्रह्मणः प्रथमप्रवचनकालान्तरं व्याकरणस्य क्रमिकः ह्रासः एव जातः संक्षेपत्वात् , अनुशासनम् इत्यादौ अनु इति शब्दः हीनार्थे वर्तते , अतः व्याकरणस्य विकासः क्रमः न कदापि जातः , ह्रासक्रमः एव वर्तते । तथाऽपि लोके विकासक्रमस्य व्यवहारो भवति स च संस्करणादिना प्रचारप्रसारमाध्यमेन वा व्यवह्रीयते ।

द्वितीयप्रवक्ता बृहस्पतिः

ऋक्तन्त्रस्य उपर्युक्तवचनानुसारं व्याकरणस्य द्वितीयपंवक्ता बृहस्पतिः वर्तते । अंगिरापुत्रत्वात् एषः आंगिरस इति नाम्ना विख्यातः । ब्राह्मणग्रन्थेषु देवानां पुरोहितः वर्णितः ।

बृहस्पति वैं देवानां पुरोहितः । ऐ-ब्रा 8/26

देवगुरुणा अनेक शास्त्राणां प्रवचनमकरोत् । तत्र कतिपयशास्त्राणामुल्लेखो लभ्यते ।

1 सामगानम् ।
2 अर्थशास्त्रम् ।
3 इतिहासपुराणम् ।
4 समस्तवेदांगानि ।

वेदांगानि बृहस्पतिः । शान्ति अ-210 श्लोक 20 ।

मत्स्यपुराणे 13/47 एषः वाक्पतिः इतिनाम्ना विख्यातः ।

भार्यामर्प्य वाक्पतेस्त्वम् ।

अत्र व्याकरणस्य प्रवचनस्य उल्लेखो अनेकेषु ग्रन्थेषु दृश्यते । महाभाष्यानुसारं बृहस्पतिः शक्राय दिव्य सहस्रवर्षपर्यन्तं प्रतिपदितव्याकरणम् अशिक्षयत् ।-

बृहस्पतिरिन्द्राय दिव्यं वर्षसहस्रं प्रतिपदोक्तानां शब्दानां शब्दपारायणं प्रोवाच 1/1/1 एषः अर्थवादो वर्तते । अस्य तात्पर्यं सुदीर्घकाले वर्तते ।

ब्रह्मवैवर्तपुराणस्य प्रकृतिखण्डे पञ्चमाध्याये लिखितमस्ति यत् -

पप्रच्छ शब्दशास्त्रं च महेन्द्रश्च बृहस्पतिम् ।

दिव्यं वर्षसहस्रं च स त्वा दध्यौ च पुष्करे ।।27।।

तदा त्वत्तो वरं प्राप्य दिव्यं वर्षसहस्रकम् ।

उवाच शब्दशास्त्रं च तदर्थं सुरेश्वरम् ।।28।।

अस्य व्याकरणशास्त्रस्य आदिसंस्कर्ता इन्द्रः इति पातञ्जलमहाभाष्ये ज्ञायते यत् बृहस्पतिः इन्द्राय प्रतिपदपाठेन शब्दोपदेशम् अकरोत् । तस्मिन् काले प्रकृति-प्रत्ययानां विभागो न अभवत् । प्रथमतः इन्द्रः शब्दोपदेशस्य प्रतिपदपाठात्मिकायाः प्रक्रियायाः दररुकतां ज्ञातवान् । तथा सः पदानां प्रकृतिप्रत्ययादिविभागेन शब्दोपदेशक्रियायाः विषये कल्पनाम् अकरोत् । अस्य उल्लेखो तैत्तिरीयसिंहितायां 6/4/7 मध्ये उपस्थापितः ।

व्यकरणशास्त्रे मार्गद्वयं प्रसिद्धमस्ति । एकः ऐन्द्रः अपरश्च माहेश्वरः शैवमार्गः । वर्तमानप्रसिद्ध्यानुसारं कातन्त्रव्याकरणं ऐन्द्रसम्प्रदायस्य वर्तते । तथा इाणिनीयव्याकरणं शैवसम्प्रदायस्य अस्ति । युधिष्ठिर मीमांसकस्य मतानुसारं पाणिनितः प्राचीनाः अष्टपञ्चाशीतिः व्याकरणप्रवक्तारः आसन् । सम्प्रतिग्रन्थकाराः प्रधानतया अष्टशाब्दिकानाम् उल्लेखो कुर्वन्ति ।

व्याकरणमष्टप्रभेदम् । दुर्ग निरुक्तवृत्तिः ।

हैमबृहद्वृत्यवचूर्णिमध्ये तृतीयपृष्ठे निम्नोक्तानाम् अष्टव्याकरणानाम् उल्लेखो वर्तते ।

ब्राह्मैशानमैन्द्रं च प्राजापत्यं बृहस्पतिं ।

त्वाष्ट्मापिशलं चेति पाणिनीयतथाष्टमम् ।।

अत्र अष्टव्याकरणानि परिगणितानि सन्ति ।

ब्राह्मम् , ऐशानम् , ऐन्द्रम् , बार्हस्पत्यम् , त्वाष्ट्म् , आपिशलम् तथा पाणिनीयम् । रामायणस्य उत्तरकाण्डे नवव्याकरणस्य उल्लेखो वर्तते ।

सोऽयं नवव्याकरणार्थवेत्ता । किष्किन्धाकाण्ड ।

श्रीतत्वविधिनामकवैष्णवग्रन्थे निम्नोक्तानां नवव्याकरणानां निर्देशो समुपलभ्यते ।

ऐन्द्रं चान्द्रं काशकृत्स्नं कौमारं शाकटायनम् ।

सारस्वतं चापिशलं शाकल्यं पाणिनीयकम् ।।

पूवोक्तरीत्या रामायणे कानि नव्यव्याकरणानि आसन् । तेषां निर्देशः कुत्रापि न । काशिकावृतौ ध्ध्रघए पञ्चव्याकरणग्रन्थानामुल्लेखो वर्तते । तेषां नामसंकीर्तनं नास्ति । सम्भवतः एतानि ऐन्द्रम् , चान्द्रम् , पाणिनीयम् , काशकृत्स्नम् , आपिशलम् भविष्यति ।

केचन जनाः पञ्चव्याकरणस्य अर्थं - सूत्रपाठः , धातुपाठः , गणपाठः , उणादिपाठः तथा लिंगानुशासनम् -। अनये च पदच्छेदे समास अनुवृत्ति वृत्ति तथा उदाहरणम् । यदि एषा कल्पना स्वीकिंयते चेत् पञ्चव्याकरणः इति तेषां प्रयोगः साधु भविष्यति ।

व्याकरणस्य त्रयः विभागाः ।

1 छान्दसमात्रम् - प्रातिशाख्यदि ।

2 लौकिकमात्रम् - कातन्त्रादि ।

3 लौकिकवैदिकोभयविधम् -आपिशलपाणनीयादि ।

अत्र लौकिकव्याकरणस्य यावन्तो ग्रन्थाः प्राप्यन्ते ते सर्वे पाणिनितः अर्वाचिनाः सन्ति । अत्र व्याकरणप्रवक्तृणां विभागद्वयमस्ति ।

1 पाणिनेः प्राचीनाः ।

2 पाणिनेः अर्वाचिनाः ।

पाणिनेः स्वशब्दानुशासने आपिशलि-काश्यप-गार्ग्य-गालव-चाक्रवर्मण-भारद्वाज-शाकटायन-शाकल्य-सेनक-स्फोटायनादिदशशाबिदकानामुल्लेखो लभ्यते । एतदतिरिक्तं शिवः - महेश्वरः , बृहस्पतिः , इन्द्रः , वायुः , भरद्वाजः , भागुरिः , पौष्करसादिः चारायणः , काशकृत्स्नः , शान्तनः ,वैयाघ्रपद्यः , माध्यन्दिनि , रौढः , शौनकिः गौतमः , व्याडि एते षोडशाचार्याः अन्यत्र उल्लेखिताः सन्ति ।

पाणिनेः अर्वाचिनाः आचार्याः -

पाणिनः अर्वाचिनाः आचार्याः सन्ति । यैः व्याकरणसूत्राणि रचितानि सन्ति । यत्र प्रधानाचार्याः निम्नलिखिताः सन्ति ।

1	-----	कातन्त्रम्	2000 वि-पू
2	चन्द्रगोमी	चान्द्रम्	1000 वि-पू
3	क्षपणकः	क्षपणकम्	वि-प्रथमशताब्दी
4	देवानन्दी	जैनेन्द्रम्	सं 500 से पूर्व
5	वामनः	विश्रान्तविद्याधरम्	सं 400-600
6	पाल्यकीर्तिः	जैन शाकटम्	सं 871-924
7	शिवस्वामी	---	सं 914-940
8	भोजदेवः	सरस्वतीकण्ठाभरणम्	सं 1075-1110
9	बुदि्धसागरः	बुदि्धसागरम्	सं 1080
10	भद्रेश्वरसूरिः	दीपकः	सं 1200 से पूर्व

11	वर्धमानः	----	सं 1150-1225
12	हेमचन्द्रः	हैमव्याकरणम्	सं 1145-1229
13	मलयगिरिः	शब्दानुशासनम्	सं 1188-1250
14	क्रमदीश्वरः	जोमर	वि 100 से पूर्व
15	अनुभूतिस्वरूपः	सारस्वतम्	सं 1250
16	वोपदेवः	मुग्धबोधः	सं 1287-1350
17	पद्मनाभः	सुपद्मः	वि 14
18	विनयसागरः	भोजव्याकरणम्	वि-सं 1650-1700

एतदतिरिक्तं कतिपयार्वाचीनव्याकरणरचयितारः जाताः । येषां ग्रन्थः नाममात्रस्य व्याकरणं वर्तते । अथवा अप्रसिद्धमस्ति । अतः तेषां वर्णनमत्र न कृतमस्ति । कालदेशशासकाणां प्रभावेण भिन्न-भिन्नकाले व्याकरणस्य ह्रासः विकासः वा जातः तत्र तत्तदाचार्यैः नूतनव्याकरणस्य टीकाग्रन्थानां वा रचनां कृत्वा स्ववैदुष्यप्रभावेण व्याकरणशास्त्रस्य प्रचारः प्रसारश्च कृतः । एषा चर्चा कालस्थानसापेक्षा वर्तते । अस्माकं शोधप्रबन्धस्य विषयः भिन्नः तथा चर्चा अपि भिन्ना अस्ति अतः तस्य विषये चर्चा कर्तव्या अयोग्या अस्ति अतः अनेन संक्षेपेण चर्चां कृत्वा तेषां आचार्याणां नामोल्लेखो विधाय विरमामि ।

।।सन्दर्भग्रन्थाः।। *{References}*

क्रमः	ग्रन्थः	लेखकः	प्रकाशकः
1	संस्कृत-हिन्दी-कोशः	वामन शिवराम आप्टे	मोतीलाल बनारसी दास दिल्ली 1969
2	संस्कृतवा मयस्य बृहद् इतिहासः चतुर्थखण्डकाव्यम्	बलदेव आचार्य उपाध्याय	उत्तरप्रदेश संस्कृत सँस्थान लखनऊ, 1997
3	संस्कृतधातूना नूतनवर्गीकरणम् एवमर्थवैज्ञानिकम् अध्ययनम्	डां सुमन कुमारी	निर्मल पब्लिकेशन्स दिल्ली, 1995
4	वाक्यपदीयम् ब्रह्मकाण्ड	खण्डूडी, आचार्य सत्यनारायण शास्त्री सम्पादक	कृष्णदास अकादमी वाराणसी तृतीय संस्करण 2000

5	वैयाकरणसिद्धान्तकौमुदी तृतीयभागः	बालकृष्ण पंचोली	चौखम्बा संस्कृत संस्थान, वाराणसी द्वितीय संस्करण 1987
6	शब्दकल्पद्रुमः	देव राजा राधाकान्त	राष्ट्रियसंस्कृतसंस्थान नई दिल्ली 2002

7	अष्टाध्यायी	पाणिनिः	चौखम्बा सुरभारती प्रकाशन, दिल्ली 1987
8	धातुपाठः	पाणिनिः	चौखम्बा संस्कृत सीरीज, वाराणसी 1969
9	व्याकरणमहाभाष्यम्	पतञ्जलिः	चौखम्बा सुरभारती प्रकाशन, दिल्ली 1987
10	वैयाकरणसिद्धान्तकौमुदी	भट्टोजिदीक्षितः	चौखम्बा संस्कृत संस्थान, वाराणसी
11	संस्कृत व्याकरण का उद्भव और विकास	वर्मा, सत्यकाम	मोतीलाल बनारसी दास दिल्ली

IMPORTANCE OF STRESS MANAGEMENT IN CURRENT SCENARIO

Prof. Kamlesh M. Goswami

Shri H. S. Shah college of commerce, Modasa.

::

INTRODUCTION:-

Stress is commonplace in the lives of college students. Learning to deal with stress means learning to understand what stress is, identifying common sources, and then practicing some method of stress reduction on a regular basis.

Everyone has some method(s) for dealing with stress. Sometimes the methods we use for dealing with stress are productive: meditation, exercise, and listening to our favorite music would be examples. But sometimes the methods we choose are not so positive: alcohol abuse, smoking and overeating would be examples. Though these negative stress management tools to tend to work in the short term, in the long term they will have other negative health effects. It is best to find stress management tools that will have beneficial, positive health effects in the long run and yet still effectively manage stress in the short term.

DEFINITION:-

"Stress is not necessarily something bad – it all depends on how you take it. The stress of exhilarating, creative successful work is beneficial, while that of failure, humiliation or infection is detrimental."

- **Hans Sleves**

Coping with Stress

College students have many sources of stress: school, jobs, relationships, money (the lack of it), etc. Perhaps there is no more important topic than how one can handle or cope with stress. This module hopes to offer some practical advice on how to understand and manage one's stress.

Some important questions to ask yourself prior to starting this unit are:

- What are the main stresses in my life right now?
- Are these stresses caused by people or things?
- How have you attempted to manage these stresses? By avoiding them? By confronting them? Using substances?
- Have you ever given any thought to developing several, positive methods for stress management that could be effectively and safely used when the need arises

Sources of Stress:-

In order to combat stress in your life, you need to become aware of common sources of stress. The following will categorize stress simply. While there are many sources of stress, the most important ones to you are the ones that you encounter frequently and that may serve as a source of distress with time.

There are many different ways that stress can be categorized. The three categories discussed below are just suggestions as to how you might view the sources of stress in your life. The important thing is whether your most common stressors would fall into any of the categories discussed below. If so, you will find several coping methods, which will be outlined later, that will be based on these categories of stress.

Situational Stress

Situational stress is caused by situational stressors in your immediate environment. An example would be sitting in an airplane as it is taxiing the runway for takeoff. You may be

sitting, clutching the arm rests and hoping that you won't need to use the emergency instructions that the stewardess has just explained to you.

Your work environment, while you are working, is considered a situational stress. You are running back and forth, dealing with customers, counting change, answering phones, etc. When your workplace is real busy, you may experience a high level of situational stress. If your workplace is always busy, you may need some coping methods to help you function at high levels with the lowest possible negative reactions to the continual stress.

Keyword: it's happening NOW.

Body Stress

Body stress is stress that results in overt physical symptoms. Examples include abuse, such as consuming too much alcohol, abusing drugs, or exercising too much. On the other hand, some people neglect their bodies by not getting enough sleep or proper nutrition.

Many people view it as a simple hangover, but drinking too much alcohol is a stress to the body. It reduces the amount of REM or dream sleep that you experience and results in a series of problematic symptoms such as headache, fatigue and inability to concentrate. This is an example of body stress that is caused by abuse of alcohol. What is the solution to this kind of stressor. Not too much can be done about an aggressive hangover except to wait out the symptoms. The more serious problem facing you would be to ensure that this type of abuse does not become a regular feature of your life. Often, body stress is related to other sources of stress. For example, the reason that one abuses alcohol may very well have to do with stresses at work or with relationships. So, the abuse of alcohol and resulting body stress is really tied to a deteriorating relationship. In this case, your body stress is your first clue to look for other stress-related problems.

Keywords: abuse, neglect.

Mind Stress

Mind stress is caused by negatively perceiving life events. Some people have a tendency to exaggerate problems or even invent problems that don't exist. We sometimes say that these people make "mountains out of molehills". Try to catch yourself being pessimistic, taking things personally or jumping to conclusions.

Mind stress is very common. You could be reading a book, listening to your teacher lecture or watching a movie, and suddenly you are no longer listening but instead you are thinking about something that happened earlier that morning or something that will be happening later that day. To the extent that you are worrying or fretting over these details is an example of mind stress. People who frequently allow themselves to mentally worry or think negative thoughts are the most prone to the negative long-term effects of mind stress.

Keywords: negative thinking.

How to Deal With Stress

Now that you have learned how to identify sources of stress in your life, and also how to measure the amount of stress you are experiencing, we can now talk about specific ways that you can use to counter the common stressors in your life.

Dealing with Situational Stress

The following interventions can be used to deal with stresses that result from your immediate surroundings.

Make changes in your surroundings

If you have a headache because you've been reading with poor light, move to another room where the lighting is better. Changing your surroundings can mean turning on lights, turning off loud

music or raising or lowering your computer chair. Make a careful survey of the places where you spend a good deal of your time, your study place at home or your workplace for example. Check your surroundings carefully for potential situational stressors.

Caringly and Carefully Communicate

You need to learn to communicate with those with whom you are having problems. Sometimes your situational stress is caused by people. This is a more complicated potential source of stress. Whenever there are problems, you owe it to yourself and to the other person to reach a mutually acceptable solution to the problem. This involves communication in a caring and careful way.

Learn how and when to say "NO"

Sometimes your stress is caused by taking on too many responsibilities. Some people have a habit of always saying "yes" to requests for help by others. Pretty soon they not only have all their own problems and responsibilities to attend to-they have everyone else's too! You need to become more aware of your limits and learn when you have reached them. The next step is to practice saying "no". Remember, your first responsibility is to your own health. You are of little use to others if *you* are not healthy.

Learn techniques for time management

Situational stress often results from feeling like we don't have enough time to accomplish all we need to in a given day. In many cases it is not a lack of time that is the problem, but rather it is poor time management skills that lead us to this dilemma. Time management means different things to different people. For some, it will be something as simple as making lists of "things to do". For others, learning to use daily planners and organizers will help them to better manage their time.

Delegate responsibilities

People with perfectionist tendencies have trouble delegating work. They have the attitude that, "If I want it done right, I have to do it myself". They fear that by letting someone else help them with a given task, that they are losing control and that something will probably go wrong. We need to learn that there is more than just, "my way" of doing things. Learning to delegate responsibilities when they become overwhelming, will help you build more trusting relationships and will relieve your burden of too many stressors.

Dealing with Body Stress

The following interventions can be used to deal with stresses that result from abusing or neglecting your body.

Practice relaxation training

Dealing with body stress often simply means dealing with the *evident* symptoms that are seen in the body. For example, when you see rapid, shallow chest breathing, you can counter that with the practice of more relaxed breathing technique. Or when you notice tense muscles in various parts of the body, you can practice systematically relaxing the muscles by consciously loosening the muscles that seem to be tense.

Avoid common stress-inducing substances

THE STRESS-PRONE DIET

There are several food items that are a regular part of the average American diet that may predispose one to stress and ultimately, a stress related physical disorder. With our current understanding of nutrition we conclude that the stress-prone diet is:

1. High in sugar- frequent choices of foods high in sugar cause what is known as 'reactive hypoglycemia', a situation where the blood sugar level temporarily elevates followed by a rapid decline below normal. We refer to the elevation as a "sugar high" and the decline as the "sugar blues". Our bodies respond to these cycles in ways very similar to a stress response. Symptoms include: dizziness, weakness, hunger,

headaches, and irritability. Repeated cycles add to the rate of wear and tear of various body systems.

2. High in salt- Sodium is necessary for proper function of the nervous system, but too much salt causes improper function of both the nervous and skeletal muscle systems. Salt is also implicated in certain types of high blood pressure and edema, a condition of inflammation in and around the joints.

3. High in caffeine- Caffeine is a nervous system stimulant and as such causes a group of symptoms in the user that are characteristic of stimulant drugs: wakefulness, alertness, increased energy etc. When the effect of the caffeine wears off the energy is replaced by fatigue, drowsiness, irritability and sometimes depression. Continual, heavy use of caffeine can lead to addiction and a series of mood swings that can play a role in increased stress levels.

4. Deficient in water-soluble vitamins- Vitamin C and the B complex which is comprised of several B vitamins are referred to as the 'water soluble' vitamins. The functions of these vitamins are too numerous to mention here but for the purpose of this discussion it is important to note that a properly functioning nervous system requires sufficient amounts of water soluble vitamins. Prolonged stress states deplete vitamin C while other energy yielding processes require B vitamins. Since water-soluble vitamins are not stored in great quantities in the body and since they are required for so many important processes, they should be included generously in ones daily diet.

5. High in alcoholHeavy alcohol consumption can lead to vitamin deficiencies. People who use alcohol may provide much of their daily energy (calorie) needs through alcohol consumption. Since alcohol and alcoholic beverages are deficient in "supporting nutrients" and since, the metabolism of alcohol in the body uses up several B vitamins the person who engages in this practice routinely may develop nutrient deficiencies.

6. High in nicotine- Nicotine is an addictive drug found in cigarette, cigar and smokeless tobacco. As a stimulant drug it causes increased heart rate and blood pressure. Cigarette smoking is associated with increased incidence of death from lung cancer and heart disease.

RECOMMENDATIONS

1. Decrease your intake of sugar especially refined sugar. Read labels.
2. Cut down your sources of salt to no more than 2200 mg/day. Fast, packaged, and canned foods are notoriously high in salt.
3. Drink no more than the equivalent of two cups of coffee per day (250 mg) or less.
4. Seek out and consume good sources of water-soluble vitamins and if you are unsure, take a vitamin supplement with amounts of the water-soluble vitamins equalling no more than 100% of the RDA.
5. Drink no more than the equivalent of two drinks of alcohol per day.
6. Don't smoke and if you do find a program to help you quit.
7. Get regular exercise.

Exercise regularly

It cannot be stated emphatically enough that exercise is an important way to reduce stress levels. Both physically and mentally, exercise can function to alleviate distress, and help lessen a person's susceptibility to stressors.

Practice stretching and/or yoga

Both of these activities provide a physical means for counterbalancing the physical stresses you are experiencing.

Dealing with Mind Stress

The following interventions can be used when your stresses result from negative thinking or from a tendency to mentally create problems or unrealistically exaggerate problems.

Develop and take "Star Treks"

A Star Trek is just another name for mental imagery, or visualization. Just as on TV when they "beam" people back and forth, you can mentally transport yourself to the most peaceful, relaxing place

that you can think of. Imagine a beautiful beach scene or lying in an outdoor hot tub on a warm summer night. Whatever you imagine, be sure to pay attention to each detail. Take five or ten minutes out of your day for "Trekking".

Find health enhancing phrases and repeat them regularly

Write little notes to yourself which say, "Smile more today" or, "Don't take things too seriously", or whatever else might reinforce a relaxed state of mind. Post these little notes in places where you are likely to see them often (bathroom mirror, refrigerator door, etc.). Or perhaps, enlist the help of a friend. You can write these little notes to each other and leave them in places where they are sure to be found. This practice can help to remind you that you have a tendency toward mind stressing.

Practice meditation and/or prayer

In the West, the techniques of meditation are often extracted from their Eastern religious traditions and provide simple methods for focus and concentration. A by-product of this focus is stress reduction. Meditation techniques have been shown to be effective in reducing heart rate and blood pressure, two common indicators of stress. Prayer can be used by those who are comfortable in a religious context. Prayer also allows focus (on God or on specific words of wisdom) and, as a result, often leads to a reduction in stress levels.

Create Mandalas

A Mandala is a drawing that is made inside of a circle (usually). It is essentially a vehicle for concentrating the mind. Using a pie pan or a small plate, one can trace a circle on a piece of paper. Then, just start drawing. You can draw shapes, lines and pictures. The Mandala is an expression of your subconscious thoughts and feelings, and therefore should be constructed with great care and concentration. It often helps to use colored pencils in order to more accurately portray your feelings.

Conclusion:-

So we can conclude that stress is our great enemy in our regular life. Stress is the main reason which negatively affects our work at school, at job, at family etc. So we have to deal with stress by the above stated ways.

Reference:

1 Lehner P, Seyed-Solorforough M, O'Connor M, Sak S, Mullin T. Cognitive biases and time stress in team decision making. IEEE Trans Systems, Man & Cybernetics. 1997;27: 698–703.

2 . Salt P, Nadelson C, Notman M. Depression and anxiety among medical students. Paper presented at APA Annual Meeting, Los Angeles, CA, 1984.

3 . Smith A. Stress and information processing.In: Johnston M, Wallace L, et al (eds). Stress and Medical Procedures. Oxford Medical Publications. Oxford, England: Oxford University Press, 1990:184.

A PERCEPTION OF PUBLIC AND PRIVATE SECTOR BANK CUSTOMERS ABOUT THE SAFETY AN INNOVATIVE E-BANKING IN SELECTED CITIES OF GUJARAT

Paresh Thakor

Abstract: This paper is briefing about the development of electronic financial facilities, services and usage of e-banking and the perception of e-banking users. This primary data based study is covered major four cities Ahmedabad, Gandhinagar, Rajkot and Baroda of Gujarat State. The paper covers the five likert scale applications to know about the perception of e-banking users and their responses about the security of their finance, transaction and data. An application of chi-square test is used to test the inferential part of the study.

Key Words: E-banking, Safety, Likert Scale, Chi-square test

Introduction

Indian saving money is the life saver of a country and its kin. Keeping money has helped in creating fundamental parts of the economy and to introduce another sunrise of advance on the Indian skyline. The part has deciphered the expectations and yearnings of a huge number of individuals into reality. Today, Indian banks can certainly rival present day banks of the world.

Keeping money in India started in the primary decade of eighteenth century with the General Bank of India appearing in 1786. This was trailed by Bank of Hindustan. Both these banks are currently ancient. After this, the Indian government built up three administration banks in India. The first of the three was the Bank of Bengal in 1809, the other two administration bank, viz., the Bank of Bombay and the Bank of Madras, were set up in 1840 and 1843, separately. The three administration banks were in this manner amalgamated into the Imperial Bank of India (IBI) under the Imperial Bank of India Act, 1920 which is currently the State Bank of India.

A few decades later, outside banks like Credit Lyonnais began their Calcutta operations in the 1850s. That time, Calcutta was the most dynamic exchanging port, predominantly because of the exchange of the British Empire and because of which keeping money movement took roots there and succeeded. The primary completely Indian possessed bank is the Allahabad Bank, which was set up in 1865.

By the 1900s, the market extended with the foundation of banks, for example, Punjab National Bank, in 1895 in Lahore and Bank of India, in 1906 in Mumbai, both of which were established under private proprietorship. The Reserve Bank of India formally assumed on the liability of controlling the Indian managing an account division from 1935. After India's autonomy in 1947, RBI was nationalized and given more extensive forces.

As the saving money organizations extend and turn out to be progressively perplexing under the effect of deregulation, advancement and mechanical up degree, it is significant to keep up a harmony amongst effectiveness and solidness. Amid the most recent a long time since nationalization gigantic changes have occurred in the money related markets, and in addition in the managing an account industry because of the budgetary segment changes. The banks have shed their customary capacities and have been developing, enhancing and turning out with new sorts of administrations to cook rising needs of their current and new clients. Banks have been given more noteworthy flexibility to outline their own particular item approaches. Quick progression of innovation has added to critical diminishment in value-based expenses, encouraged more noteworthy enhancement of portfolio and changes in credit conveyance of banks. Prudential standards, in accordance with global guidelines, have been set up for advancing and improving the productivity of banks.

Regardless of this estimable advance, significant issue have risen reflecting in a decrease in profitability and effectiveness and disintegration of the productivity of the managing an account division. There has been decrease in the nature of credit portfolio which, thus, has come in the method for bank's wage era and upgrade of their capital assets. Deficiency of capital has been joined by insufficiency of advance misfortune arrangements coming about into the antagonistic effect on the contributors' and financial specialists' devotion. The Government, along these lines, set up Narasimham Committee to investigate the issues and prescribe measures to enhance our monetary framework; this has come about into the change of our managing an account industry.

The saving money industry is entering another stage, where there is expanding rivalry from non-banks, in the household advertise as well as in the universal markets. The operational structure of managing an account in India is relied upon to experience a profound change amid the following decade. With the forthcoming new private segment banks, the private managing an account part has moved toward becoming advanced and enhanced with concentrate on discount and retail saving money. The current banks have wide branch organize and geographic spread, though the

new private area banks have huge capital, lean work force part, the flawlessness in growing great money related items.

The managing an account framework in India is succeeding likewise because of the joined endeavors of helpful banks and territorial provincial banks, which are relied upon to give a sufficient number of successful retail outlets to address the financial difficulties in next two decades.

The electronic age has likewise influenced the saving money framework, prompting an expansion in the quantity of electronic exchanges. Be that as it may, the improvement of electronic keeping money has additionally prompted new zones of hazard, for example, information security and unwavering quality, requiring new systems of hazard administration.

Supportive Literature

1. **S. Suresh (2008)** Internet banking is changing the banking industry and is having the major effects on banking relationships. Banking is now no longer confined to the branches were one has to approach the branch in person, to withdraw cash or deposit a cheque or request a statement of accounts. E-banking technologies have proliferated in recent years, and the availability of a wide range of products has led to increasing adoption among consumers. These technologies include direct deposit, computer banking, stored value cards, and debit cards.
2. **S. Chatterjee (2007)** Center keeping money is a recently created idea received by banks. In future, the smooth working of banks will rely on upon the pace of innovative up-degree. The Indian managing an account framework is one of the biggest, if not the biggest, on the planet today. The branch system is broad and these branches are presently spread out into the remote corners of our nation. Data innovation has gigantic potential for boundless branch managing an account. The advantages of center keeping money are decreased exchange costs, expanded consumer loyalty, quick execution of e-saving money administrations, administration of continually expanding exchange volume and better security.
3. **Meera Nayiar (2008)** E-managing an account is the first of those saving money benefits that truly streamline time, since it permits to the client to achieve from behind the PC numerous operations in the financial balance, speaks to the computational arrangement that permits to the holder to approach at separation at the capitals from his record, purposing to acquire data about his record circumstance and the circumstance of the affected operations, of the installment and of the capitals exchanges over a recipient, by a computational application, of

a validation strategy and of a correspondence normal, the e-keeping money is totally essential in the coordination conditions. Innovation improves Commercial Bank's capacity to convey money related administrations in new and inventive ways.

4. **Milan G. (2008)** All business, including little and medium scale enterprises, regardless of their geological areas, are all recipients of e-managing an account. It envelops a wide range of business exchange that is directed on an electronic medium, for the most part through the web. E-managing an account joins business to clients regardless of their geological area. It enables organizations to make new business contacts from various worldwide business partnerships, test new items and administrations, and make statistical surveying and different enquiries all at any rate cost and money related and something else.
5. **K. Sudhanshu** (2006) Consumer loyalty, client maintenance and new client obtaining are the key considers i-managing an account framework. This turns out to be more imperative since the procurement costs in web based keeping money surpass that of customary disconnected business by 20%-40%. The i-keeping money, subsequently now is to a greater extent a standard as opposed to an exemption in many created nations because of the way that it is the least expensive method for giving managing an account administrations business, including little and medium scale ventures, regardless of their geological areas, are all recipients of e-saving money. It includes a wide range of business exchange that is directed on an electronic medium, for the most part through the web.
6. **The Rangarajan Committee** said web saving money alludes to frameworks that empower bank clients to access their records and general data on bank items and administrations using bank's site, without the mediation or bother With extension of innovation, it is new conceivable to get money related points of interest from the bank from remote areas. Withdrawals from different stations have been conceivable because of between station networks of ATM. The Committee had likewise recommended the in station of ATM at non-branch area, Airports, Hotels, Railway stations, office PCs, Remote managing an account is by and large additionally reached out to the client's office and home. Web keeping money is another conveyance divert for banks in India. The i-managing an account channel is both an educational and a value-based medium. Be that as it may, i-managing an account has not been famously received in India not surprisingly.

Methodology

The banks will be selected from the recent report of RBI trend and Progress. From the report, the researcher has planned to select 5 public sector and 5 private sector banks on the basis of their profitability and services performance. On the basis of profitability variable, top 5 public sectors and top 5 private banks will be selected. The list of selected bank is as under.

Table 1.1 Selection of the Banks under Study

Public Sector Banks	**Private Sector Banks**
1. State Bank of India	1. ICICI Bank
2. Punjab National Bank	2. HDFC Bank
3. Bank of Baroda	3. Axis Bank
4. Bank of India	4. Kotak Mahindra Bank
5. Canara Bank	5. Indusind Bank Ltd

Regarding bank customers, adequate sample units would be considered from public sector and private sector bank located in Ahmedabad and respondents will be selected by using multi-stage random sampling method.

DATA SOURCE

The samples of the research will be derived from250 respondents, for each of the city under study area, among them 125 respondents will be inquired for public sector banks and 125 will be asked for private sector banks. The details can be presented in the following table 1.2.

Table 1.2 Sample selection from the banks

<table>
<tr><th colspan="2">Public Sector Banks</th><th colspan="2">Private Sector Banks</th><th>Total</th></tr>
<tr><td>1. State Bank of India
2. Punjab National Bank
3. Bank of Baroda
4. Bank of India
5. Canara Bank</td><td>125</td><td>1. ICICI Bank
2. HDFC Bank
3. Axis Bank
4. Kotak Mahindra Bank
5. Indusind Bank Ltd</td><td>125</td><td>250</td></tr>
<tr><td colspan="5">25 Respondents from each bank will be asking for responses.</td></tr>
</table>

Total data of 1000 respondents will be collected for major four cities.

On the views of safety and security the respondents have been inquired about their perception towards the safety and security while using e-banking services. To study their opinion they have

been asked with five different heads - No Misuse of Private Info, safe with Virtual operation, Safe in Providing Personal Info, ATMs have safe place, multi-kind safety controller. Table 5.22 represented the details of safety and usage of e- banking services.

Table 1.3Safeties of Usages of E- Banking Services

Safety	No Misuse of Private Info	Safe with Virtual Operation	Safe in Providing Personal Info	ATMs have safe place	Multi-kind safety controller
Strongly Agree	266	216	178	196	116
Agree	402	454	406	518	412
No Opinion	180	260	300	200	382
Disagree	126	60	96	64	52
Strongly Disagree	26	10	20	22	38
Total	1000	1000	1000	1000	1000

According to table 1.3 the safety and usages of e-banking services are categorized with five different heads and five likert scale opinions. It is can be seen that there are 266 respondents out of total respondents strongly agreed that there is no misuse of private information while using e-banking services. Total 402 respondents are agreed that during use of internet banking there information is secured. Total 180 respondents are not given any opinion about their safe while using e-banking services. Total 126 are disagreed that their information is secured when they are working with internet banking and 26 respondents out of total are strongly disagreed that they have been secured with their personal information with e-banking.

The respondents are also inquired about their safety with virtual operation during use of internet banking. Their opinions are given in table 5.22. It is noticed that 216 respondents are strongly agreed, total 454 are agreed that they feel secured towards virtual operations. Total 260 respondents are not given any opinion whereas 60 are disagreed and 10 are strongly disagreed that they are safe with virtual operations during use of e-banking.

The third information about safety purpose is to be asked to the respondents and that is about safe in providing personal information. The perceptions of respondents are recorded in table 1.3. Total 178 respondents are strongly agreed that their personal information is secured while using e-banking, 406 respondents are agreed that they feel secured. Out of total respondents 300 have not given any opinion. Total 96 respondents are disagreed that their personal information is secured while their use of e-banking and 20 of total respondents are strongly disagreed that they are not feel secured that their personal information is secured with use of e-banking.

For the safe transaction the services of ATMs are provided by both types of banks. The respondents are inquired about the safety of places of ATMs. Total 196 respondents are strongly agreed that the places of ATM are secured. 518 respondents are agreed that it is safe. Total 200

respondents are being neutral about their opinion. 64 respondents are disagreed that the places are safe and 22 respondents are strongly disagreed that the places of ATM are safe.

The respondents are to be asked about the overall safety for using e-banking services. They have been inquired that are they feel that multi-kind safety control with e-banking services and their perceptions are noticed in table 1.3. Total 116 respondents are strongly agreed that they have been protected while using e-banking on all the mode of safety. Total 412 are agreed that they feel secured. Total 382 respondents are not given any opinion. Out of total respondents 52 are disagreed that they have been facilitate with multi-kind safety control and 38 are strongly disagreed that they are secured with multi-kind security services for using internet banking services.

The respondents have been inquired and have been tested towards their nature and understanding for safety of e-banking. The inferential testing is required as this examination is taken for just four urban communities with chose respondents of public and private area banks. Consequently the invalid theory is tried by taking help of chi-square testing. A factual theory is inferring as takes after for every one of the criteria taken for ponder and the acknowledgment or dismissal for them is displayed in table.

The research study is based on following hypothesis

Null hypothesis:There is no significance difference in mean score of respondent's opinion regarding Security of innovative banking.

Table 1.4 Chi-square test for Safety and Usages of E- Banking Services

Safety	Chi-Square	Sig	Accept / Reject of Hypothesis
No Misuse of Private Info	343.6	10.48	Reject
Safe with Virtual Operation	310.18	10.48	Reject
Safe in Providing Personal Info	240.34	10.48	Reject
ATMs have Safe Place	378.3	10.48	Reject
Multi-kind Safety Controller	333.18	10.48	Reject

Every one of the quality level for security is to be seen about the mean score of respondents' supposition the chi-square esteem is registered higher than the 5% level noteworthy esteem along these lines the theory regarding singular quality level is rejected and general inclination speculation is additionally dismissed. In this manner, it is reasoned that there is an importance

distinction in mean score of respondent's supposition with respect to security on innovative banking.

1. Ganesh C. and Varghese M E, “Customer service in banks: Anempirical study”, Vinimaya, Volume 24, No.2, pp.14-26, 2003
2. Gani A and Mushtaq A Bhat, “Service Quality in Commercial Banks:A Comparative study”, Paradigm, Volume 7, No.1, Jan – June 2003,pp. 24 – 33
3. Gayathri Balakrishnan R, “Customers’ Awareness about the BankingServices; A Study”, Volume 49, No.2, May 15, 2010, pp.13-16Godeshwar B M, “Gaining Marketing Advantage through superiorcustomer value”, Delivering service quality, Mac Millan India Ltd.,
4. New Delhi, pp.42-49
5. Halil Nadiri, Jay Kandampully and Kashif Hussain, “Zone of tolerancefor banks: a daignostic model of service quality”, The ServiceInduatries Journal, Volume 29, No.11, Nov 2009, pp.1547-1564.
6. Hayes B E, “Measuring Customer Satisfaction: Development and useof questionnaire”, ASQC Quality Press, Milwaukee, 1992
7. Hee-Woong Kim, Yunjie Xu and Joon Koh, “A comparison of onlinetrust building factor between potential customers and repeatcustomers”, Journal of the Association for Information systems,Volume 5, No.10, Oct 2004, pp.392-420
8. Hsin-Ginn Hwang, Rai-Fu Chen and Jia-Min Lee, “Measuringcustomer satisfaction with internet banking: an exploratory study”,International Journal of Electronic Finance, 2007, Volume 1, Issue 3,pp. 321-335
9. Hummayoun Naeem, Asma Akram and Iqbal Saif M, “Service qualityand its impact on Customer Satisfaction: An empirical evidence fromthe Pakistani banking sector”, International Business and EconomicsResearch Journal, Volume 8, No.12, Dec 2009, pp.99-104
10. Huseyin Arasli, Salih Turan Katircioglu and Salime Mehtap-Smadi, “Acomparison of service quality in the banking industry: Some evidence from Turkish- and Greek-speaking areas in Cyprus”, InternationalJournal of Bank Marketing, Volume 23, Issue 7, 2005

...Published by...

Http://www.hemchandracharyaejournal.com/

INTERNATIONAL PUBLISHING HOUSE

HQ.

AT & POST-CHAVELI, TA-CHANSMA, DIST-PATAN

NORTH GUJARAT, INDIA, ASIA