


### 3.3.1 (Supporting Documents)

## Faculty Member's research papers

International Journal of Home Science 2017; 3(1): 282-283



**Fasting diet**

**Mayani Chaodhary**  
Assistant Professor (UGC-NET),  
Department of Home Science,  
(Food & Nutrition), Methodist  
Girls P.G. College, Roorki,  
Uttarakhand, India

**Abstract**  
The aged and most radical of diets, fasting is the voluntary abstention from eating food throughout the voluntary abstention of water or juice. Fasting diet differs from starvation in one pivotal factor. Control starvation is the involuntary abstention of food for optimal health, in other words. Voluntary fasting is an exercise in self-discipline, health, and other reasons. Variations of fasting are observed in many religions including Buddhism, Hinduism, Islam, Bahai, and Christianity.

**Keywords:** Fasting diet, starvation, involuntary abstention of food, voluntary abstention of food

**Introduction**  
Food is easily available, but you choose not to eat it. This can be for any period of time, from a few hours up to days or even weeks on end. You may begin a fast at any time of your choosing, and you may end a fast at will, too. You can eat or stop eating for any reason or no reason at all.

**How does it work?**  
Fasting has its own goals, such as it is mostly the absence of eating. The present study shows that the Fasting has been used for thousands of years for spiritual and health benefits and has become popular in recent times due to the celebrity endorsement of intermittent fasting. The new fasting is not about extreme, but about dropping up your calories. Whether a regimen calls for two fasting days a week or eating your meals in a smaller "window" of time in the day, all plans share a true freedom from calorie counting. A big plus for weary foodies.

**Diet history**  
The origin of fasting as a weight loss method are lost in the mists of time, but it has probably been practiced since the dawn of civilization for a number of non-dietary reasons. These probably include food scarcity, religious ritual, or simply as a method of cleansing the body physically and spiritually, with weight loss as a side effect. The practice of fasting followed by a period of extreme overeating is a culturally accepted behavior in certain societies where large groups of people fast for a specific reason and often end it participating in feasts or meals that involve an excessive consumption of food.


**How does it work?**  
The rationale behind a fast is that the total avoidance of food provides a quick weight loss method. In some cultures, this practice serves as a form of penance for overindulgence and has religious overtones. Without food, blood sugar levels go down as do essential fats in the form of energy entering the body. This drop is registered as a biochemical message to send to the brain promoting hunger pangs to kick in. During a fast, fasting of hunger comes and go as the body is remaining you that you will need to eat at some point.

**During the first few hours of the fast, the body will obtain energy or glucose either from the glycogen stored in the muscles or the liver. This energy source lasts for several hours, generally about half a day, or two to three skipped meals. Once used up, and if food does not enter the body, glucose from muscle and fat will be broken down and turned to glucose as energy.**

**With prolonged fasting, a physical state known as ketosis kicks in. Fasting causes water loss and large amount of metabolic breakdown because it is composed of proteins. As muscle is broken down, nitrogen is eliminated from the body.**

282

International Journal of Home Science 2017; 3(1): 24-25



**Best life diet**

**Mayani Chaodhary**  
Assistant Professor (UGC-NET),  
Department of Home Science,  
(Food & Nutrition), Methodist  
Girls P.G. College, Roorki,  
Uttarakhand, India

**Abstract**  
A three phase plan to achieve weight loss through behavioral changes, increased activity levels, improvements in diet, and the resolution of key eating issues. The Best Life Diet is a slow and steady approach to weight loss. This diet by Oprah's weight loss guru outlines small incremental changes to help you lose your best life, which involves an active lifestyle, "emotional freedom," portion control, and wholesome eating.

**Keywords:** Best Life Diet, weight loss, active lifestyle, emotional freedom.

**Introduction**  
Make small lifestyle changes for big results: Begin by assessing why you overeat and addressing emotional issues. Then make minor diet changes such as cutting off eating two hours before bedtime and having breakfast every day. You eventually adopt a more active lifestyle and follow a diet rich in healthy, whole foods. The present study shows that the Best Life Diet covers chapters on healthy food choices, beneficial physical fitness exercises, motivational tips, recipes, and more. Furthermore, this plan is not about quick weight loss or counting calories, but rather an action plan for permanent eating behavior changes from the long haul.

**Diet History**  
Although Bob Greene, an exercise physiologist, published this diet program in 2006, it only really became popular after being featured on *The Oprah Winfrey Show*. The best life plan's practical approach stands to gain even more widespread popularity due to its celebrity following.

**How does it work?**  
This three-phase program gradually eases the person dieting into a healthier diet and a more active lifestyle.

**Phase 1** has a minimum of four weeks and focuses on increasing the individual's metabolism by adding and increasing the frequency of exercise. This stage includes three structured meal plans and not consuming food within two hours of going to sleep.

**Phase 2** is a minimum of four weeks, involves weight loss, cutting calories, and changing food choices. In reality, significant weight loss is not expected to occur until Phase 2 due to increasing levels of exercise, the removal of nutrient-poor, unhealthy foods, becoming attuned to the cues that govern the hunger signal, and assessing the emotional reasons for overeating.


**Phase 3** is centered on finding lifelong fitness levels to suit the individual and fine-tuning his or her corresponding diet. This final stage is designed to last for the "rest of your life". Permanent weight maintenance and stabilization is encouraged through improved food choices and achieving a good understanding of their nutritional value. The "Anybody Can Calorie" concept is introduced to fit favorite kinds of food too so the selection is not so overly restrictive. The scientific evidence supports the effectiveness of weight loss plans that combine diet and physical activity, and behavioral strategies or permanent healthy diet and weight management.

**Pros and Cons**  
The Best Life Diet focuses on sustained weight loss by underlining the importance of

24

International Journal of Food Science and Nutrition

International Journal of Food Science and Nutrition  
ISSN: 2455-688X, Impact Factor: RJIF 5.14  
www.foodescjournal.com  
Volume 2: Issue 4: July 2017; Page No. 281-303



**Holy Hinduism and the Victorian vegetarianism**

**Mayani Chaodhary**  
Assistant Professor (UGC-NET), Department of Home Science (Food & Nutrition), Methodist Girls P.G. College, Roorki, Uttarakhand, India

**Abstract**  
Hinduism is a major religion and ethnic ritual of South Asia, which developed from Vedic religion. The term 'Hindu' was derived from the river 'Sindhu'. 'Sindhu' is a Sanskrit word meaning 'of the Indus Valley' used by the resident of that region. The Aryans in the 2nd millennium BCE. Hinduism is the cardinal religion practiced in India (80.5%), followed by Islam (13.4%), Christianity (2.3%), Sikhism (1.7%), Buddhism (0.8%) and Jainism (0.4%). The followers of these religions perceive different dietary rules and regulations for eating and fasting. Hindus make up the largest percentage of vegetarians in the world today. The center of interest of the present study is the holy ethnic ritual Hinduism and its favoritism towards the meat pattern that are in harmony with nature, sympathetic, warm, vegetarian and respectful of other life forms, that is the "vegetarianism".

**Keywords:** Hinduism, vegetarianism, dietary rules and regulations, ethics.

**Introduction**  
Nature has an unflinching habit of sting with the determined and the positive - minded. As the world is increasingly shrinking to become a global village, we all regardless of our age, experiences, find ourselves sailing in the boat of life, which is full of paradoxes. Everyone wants to live such and every manner of life. This actually only in Vedic knowledge, however, never embrace a non-vegetarian diet, and the devoted Hindus still preserve vegetarianism as a devout. The present study shows the relationship between the spiritual status of a kind of human being called Hinduism and one of the physical boosters of human diet - diet.

**Karma and rebirth of a soul**  
The serpentine system of Hinduism has proven to be very simple. Hindus believe in many gods, reincarnation (birth of a soul), and karma. The law of karma records everything we do. "Karma" literally means "action" (understood as how one's fate in previous lives mostly affects the current incarnation). All who vegetarians faith in rebirth and all the non-vegetarian faith only in one life. This can't be just a coincidence.

**During the "Vedic period" in India (c. 1500 - c. 500 BCE), the "Iron Age" in India subsided during which the Vedas, the oldest scriptures of Hinduism, were composed. Hindus accept and sacrificed animals massively.**

**Concepts of an afterlife included a "narana" (practice) where those who had earned enough merit through the cult of ample virtuous gifts were probable to go. Vegetarianism appears casually in Hinduism. Around the first day of 7000BC (beginning of 7th century BC), some Hindu thinkers began to experiment a meatless diet, though they were probably a minority.**

**Formations of the Buddhist and the Jain religions (around the 6th century BC) in India deeply affected Hinduism, both of which put pronounced importance on the spirituality of all life, including animals. This practice continued in the post-Vedic period, up to the pre-Mauryan period.**

**Asoka: the great emperor**  
In the third century BC, the great Indian King Asoka after the gruesome Killings was converted to Buddhism, and Buddhism became the solemn religion. Asoka himself makes the most effort in raising flesh consumption. And the killing of some kinds of animals was forbidden entirely. It is said that Asoka was converted to Buddhism after viewing the massacre that resulted from the arch battle of Killings. For the establishment of this new peace, he strongly engages vegetarianism and debars animal sacrifice.

**Lord Krishna**  
Hindu vegetarianism is heavily galvanized from the Krishna yoga. Before eating anything devotees of Krishna, offer their food to God in trust. "Prasanna" means "nourish," or the divine grace of God. The call of worshipping the body cow in Hinduism spring. This panorama survives to this day. The followers of Lord Krishna pursue vegetarianism, and Hindus were the most influenced. The soul of Krishna was written down in the "Bhagavad Purana" during the 5th century. After the glow of the "Bhagavad Purana" into Hinduism, no Hindu would kill a cow or eat meat. The followers of ISKCON (International Society for Krishna Consciousness, here Krishna), are also in harmony with vegetariansism.

**The Bhagavad Gita**  
In the Bhagavad Gita, which is the holy book of Hindus, foods are classified into three different types: "sattva", "rajas", and "tamah", based on the property, quality, and purity, respectively. The "sattva" food signifies prosperity, intelligence, strength, health, and happiness. This food type includes fruits, vegetables, legumes, cereals, and sweets. The "rajasika" food signifies activity, passion, and restlessness, which includes hot, sour, spicy, and salty foods. The "tamahika" food is heavy and indigestible, which generally causes dullness and inactivity.

281

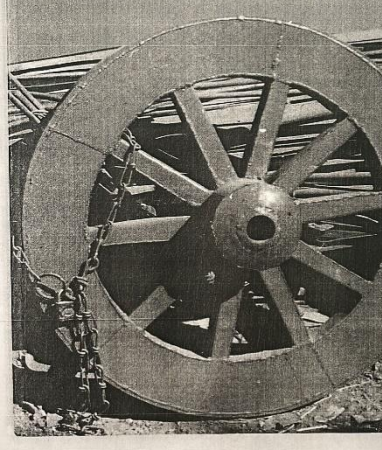
मध्य प्रदेश प्रगतिशील लेखक संघ का प्रकाशन  
जून - 2017

ISSN 2231-0460

प्रगतिशील

# वसुधा

कहानी की कहानी



युद्ध के मोर्चे पर अतीत में लिए प्रेम की स्मृति: उमने कहा था विपिन शर्मा

चंद्र शर्मा मुझे हिंदी के महानुभाव रचनाकार हैं निबन्धकार एवं विहास वेता के रूप में भी उनकी लोकप्रियता है। इसी बहुत कम लेखक हैं जिनकी रचनापरिधि को आलोचकों एवं पाठकों का इनका सम्मान, प्रेम और सराहना मिलती हो। मुझे जो की कहानी 'उमने कहा था' अपने लेखन की शुरुआत पुस्तक 'वसुधा' है। 1915 से लेकर 2015 तक की अवधि में संस्कृत विषय एवं भारत में बापू की कथा बहना। आर्थिक सामाजिक की विभक्तिपूर्ण दुनिया को जो बरि विधुओं में शक्ति। आदिवासी संस्कृत एवं भारतीय नौवीं में बहना विषय में ही युद्ध की है। प्रथम विधुद्वय पर अतिव्यक्त विस्तारकों ने अपनी महानता के साथ ही निरक्षर विज्ञान विज्ञान विषय युद्ध की विभक्ति एवं दर्शाया।

इसकी के लेखक प्रथमो लेखी के युद्ध की भावना को लेखक कहा है 'हम जो विपिन से जीवित बच गए। सम्पूर्ण के संकष नहीं हैं। यह एक जीवन कला विचार था निरने में अत्य जीवित रहे व्यक्तियों, निरने में स्वयं भी हैं। हम शक्ति एवं विचारों की बंध बंध अपने ही द्वारा लिखे गए की घटने से सधा। हम जीवित बचे लोग न केवल मनुष्यी थे बल्कि असंत आचर्यकारक भी थे। हम बंधे हुए लोग बंधे हैं जिन्होंने अपने वाक्य, कौशल अथवा भाव से कभी रसातल को नहीं छुआ, जिन्होंने युद्ध था अथवा पर्यवर्तन के चेहरे को देखा था वह वाक्य नहीं लीं, और लीं की जो उनकी आवाज था युद्ध की। (इसकी के लेखक प्रथमो लेखी का युद्ध की भावना को लेकर एक हास्य नाम की पुस्तक 'अतिरिक्तो का युग' भाग-1)

'उमने कहा था' अर्द्ध संवेदनशील की सनतता को लेकर के मन में ही नहीं आया तक में महाराज तक उमने देती कहानी है। आलोचकों ने इस कहानी को 'सिम से कहे हुए सत्य पर प्रेम का आद्यान कहा' मगर वह अतिरिक्त ही सत्य है। 'उमने कहा था' कहानी को युद्ध विषय एवं सम्मान की कहानी बहना न्याय न्यायगत होगा। प्रथम विधुद्वय में निरक्षर विज्ञान, प्रथम, रूस, अस्ट्रिया, हंगरी द्वारा सुरक्षा और जर्मनी, जापान युद्धों और देर थे। विज्ञान अतिरिक्त शब्दों में महानुभाव महाराज था। दुनिया के आधिकारिक विस्तारों में उमने उल्लेखित थे। अस्तु नव संघर्ष को विज्ञान एवं वेत पर आधिपत्य प्रथम विधुद्वय के केंद्र में थे। भारत की बहुरिक्त युद्ध

84

प्रगतिशील लेखक संघ - 99

Scholars Academic Journal of Biosciences (SAJB)

Sch. Acad. J. Biosci., 2017; 5(11):794-799

CScholars Academic and Scientific Publisher  
(An International Publisher for Academic and Scientific Resources)  
[www.sajpubl.com](http://www.sajpubl.com)

ISSN 2321-6883 (Online)  
ISSN 2347-9515 (Print)

## Alteration in Length and Weight of *Pungasianodon hypophthalmus* under Extensive, Intensive and Semi-Intensive Culture Practice

**Dr. Manveer Singh Kandari, Dr. Pooja Agarwal**  
Uttarakhand College of Science and Technology, Dehradun, H.N.B Garhwal University (A Central University), Srnaagar, Uttarakhand, India

**Original Research Article**

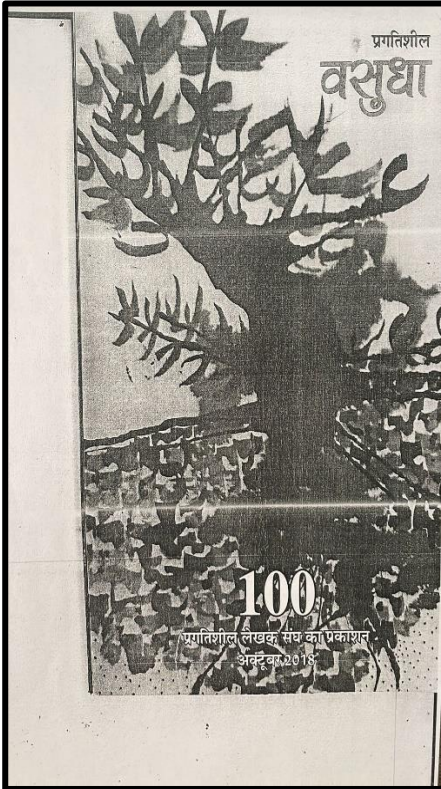
\*Corresponding author  
Dr. Manveer Singh Kandari

**Article History**  
Received: 25.10.2017  
Accepted: 06.11.2017  
Published: 30.11.2017

**Abstract:** *Pungasianodon hypophthalmus* is a cat fish. In an effort to promote growth, increase survival and cost associated with fish meal and other majors a comparative study was done under three experiment. Experiment-I was extensive culture practice, experiment-II was intensive culture practice and experiment-III was semi-intensive. The study was conducted for six months. Twenty five fingerlings of *Pungasianodon hypophthalmus* were randomly selected from the pool and stocked in each three earthen pond (3.00m x 3.00m x 2m). In the end of experiment highest weight, length and lowest mortality (88/100m, 35.10cm, 12%) was recorded in experiment-II, lowest length, weight and highest mortality (54/61gm, 29.50cm, 40%) was observed in experiment-I while for experiment-III, it was recorded (68.20gm, 33.48cm, 24%).

**Keywords:** *Pungasianodon hypophthalmus*; Cat fish; Extensive, Intensive, Semi-intensive

DOI:



हृदय के कहानियाँ

जीवन राग के रचनाकार: हृदयेश  
विचित्र कुमार शर्मा

हृदय ने जीवन के बंद कमरों को खोलकर, गीब-रेहत, गली-मुहल्ले के अन्ध मनुष्य को इतनी आकाशवादी की संभव बनाया। प्रेमचंद के बाद की विस्मरणों की परम्परा में अस्मकले और हृदय 'अस्मक' खड़े नजर आते हैं। आकाश के पहात भारत के अंदर तेजी से पाँच पैरार रहे भई-भोजावद, भ्रष्टाचार घुसखोरी लाल-शही, भ्रष्टाचार आदि का उनको कर्तव्यी प्रिचवद रचती है। हिंदी कीने और दिखने के बीच का टूटा हृदय में नही है। स्थितिस्थितियों के गठबोधों से दूर वह पश्चिमी उ.प्र. के कस्बे राहकलीपुर में अन्धरा लेखन करते रहे। उनक लेखन की सुकज्जत सन 1951 में पहली कहानी 'कस्तूर भगत का है' से हुई। भागसती से प्रकलित ईशिक सम्मान में यह कहानी प्रकलित हुई। 'यह यात्रा, छोटे शहर के लोग, अंगरेजी वाली का परस, इतिहास, सगरभिकारी, अस्मक, प्रतिनिधि कहानियाँ' नागिक, समालोचन तथा अन्य कहानियाँ, जीवन राग, सन् 2005 में बौध, सती अंगार समय में, हृदय के कहानियाँ अदि कृतियाँ उर्क विपुल लेखन का दर्शनक है।

एक किस्मियों के लिए सबसे बड़ी ताकत उसकी यथायत्त से सम्बन्धन और बोधे समय का सतस एवं प्रवाहपूर्ण अंशच में अंकन है। वह मुख्य की मातः स्थितियों, संघर्षों एक बड़े परिचर्जन को प्रविधा में बर्न-दर-खड़े रहने की निरति का विना साइड हूए बर्न करते हैं। हृदय को एक कहानी है 'अस्मक' कहानी का गमक मुगुलाल बक की योग्यता में स्वयं के जीवन को देखना है युवावस्था में मुगुलाल अपने पढ़ाई को लड़की से प्रेम करता है, उन दोनों के बीच में बहिः आइ जा जाती है, लड़की ने घर से भागने का प्रस्ताव रखा मगर वह च्यामिभित बंद का रिस्कार है। इस प्रस्ताव की मर्ने के लिए साइस की दरकार थी, मगर वह साइस जुटा नहीं पाया। कुछ समय पहात उसकी प्रिभवा का विवाह एक बुजुर्ग के साथ हो जाता है। शरीर के कुछ समय पहात उसके पति की मृत्यु हो जाती है। उसकी प्रिभवा के युवावस्था में ही विधवा हो जाने की मुगुलाल भाव की निरति मानकर स्वीकार कर लेता है। सन 1942 का कालाखंड अंग्रेजों को देश में बड़ेदने के लिए अखिल भारतीय जन आंदोलन का था, मुगुलाल के सामने भी अस्मक था, स्वयं की पदत सिद्ध करने का। देश की आकाश में आना योग्यता देना उसे अस्मर प्रता हुआ था, मगर वह उन

प्रगतिशील वसुधा - 100 91

International Journal of Fisheries and Aquatic Research

International Journal of Fisheries and Aquatic Research  
ISSN: 2456-7248  
Impact Factor: IJIF 5.44  
www.fishjournals.com  
Volume 3, Issue 3, July 2018, Page No. 54-60

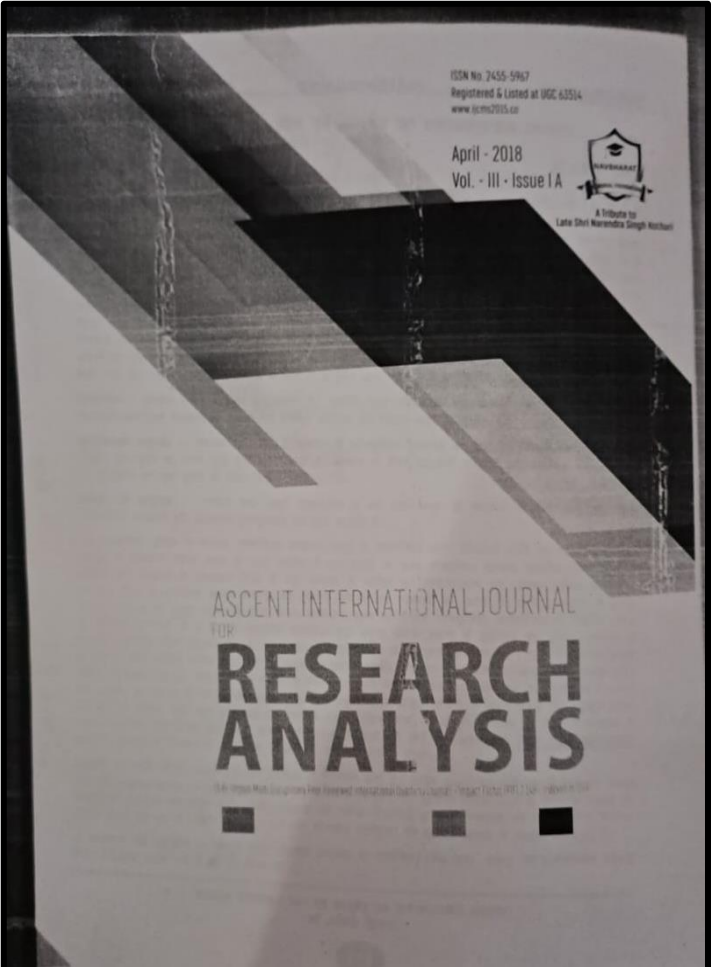
Study on monthly variation in haematological and biochemical parameters of three Indian major carps under semi-intensive polyculture practice

Manveer Singh Kandari<sup>1</sup>, Neelam Naatiraf<sup>2</sup>, Geeta Rautan<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Department of Zoology, Uttarakhand College of Science and Technology, Dehradun, Uttarakhand, India  
<sup>2</sup> Department of Zoology, DAV (PG) College, Dehradun, Uttarakhand, India  
<sup>3</sup> Department of Zoology, Sai Group of Institutions-Paramedical College, Dehradun, Uttarakhand, India

Abstract  
Present study was designed for eight months to investigate the monthly fluctuations (parameters) in the blood of three Indian Major Carps viz, *Labeo rohita*, *Catla catla* and *Cirrhinus mrigala* under semi-intensive polyculture practice. Highest RBCs count, Hb % and PCV% in all three genera were observed in the month of June while the lowest was observed in March. Highest values of ESR was recorded in the month of September for all three genera and lowest was recorded in March. The comparatively higher increment in total WBCs count was observed from June-September for all three genera. The highest amount of glucose was recorded in the month of September and the lowest was recorded in March in all experimental fishes. Highest amount of protein in all three genera was observed in the month of July and lowest was recorded in October. The amount of cholesterol was observed highest in the month of June while the lowest was recorded in October in all three genera. The data was statistically analyzed by GraphPad prism 5 software followed by ANOVA at different significant level (P<0.001, P<0.01, P<0.05).

Keywords: Indian major carps, RBC, ESR, hematology, biochemistry.



ALJRA Vol. III Issue I A www.ijcims2015.co ISSN 2455-5967

पतंजलि योगपीठ : योग एवं आयुर्वेद का समाजशास्त्रीय अध्ययन

डॉ अमिता बिहान

सारांश- समाज एवं महत्वपूर्ण अवधारणा है। क्योंकि जहां जीवन है वहीं समाज है। जहां व्यक्ति के एक दूसरे के साथ सामाजिक संबंध स्थापित कर समाज के निर्माण और विकास में योगदान दिया है। वहीं समाज में व्यक्ति का समाजीकरण कर उसके व्यक्तित्व विकास में योगदान दिया है। इसलिये स्वस्थ समाज का निर्माण करना अब यम्याधी हो जाता है। योग का समाज के साथ प्रत्यक्ष सम्बन्ध है। आयुर्वेद का विकास भी प्राचीन समय से ही है। आयुर्वेद का महत्व भी वर्तमान समय में बढ़ता चला आ रहा है। योग एवं आयुर्वेद की प्रासंगिकता वर्तमान समय में बढ़ती जा रही है। इसलिये इस सम्बन्ध में वर्तमान समय में अनेक शोध कार्य भी किये जाते रहे हैं। वर्तमान शोध कार्य पतंजलि योगपीठ पर केंद्रित रहा है जिसमें योग व आयुर्वेद का सामाजिक स्वास्थ्य संदर्भ में प्रभाव को अध्ययन किया गया है। तथ्यों के संकलन में वैज्ञानिक प्रविधियों का प्राथमिक व द्वितीयक स्तरीय-निरीक्षण व अईसहमानी अवलोकन तथा अप्रत्यक्ष स्तरीय में से टेलीफोन साक्षात्कार, इंटरनेट आदि प्रयोग किया गया है। विश्लेषण उपरलत पाया गया कि पतंजलि योगपीठ समाज में योग व आयुर्वेद द्वारा समाज में सकारात्मक प्रभाव डाल रहा है।

प्रस्तावना- समाज एक महत्वपूर्ण अवधारणा है। क्योंकि जहां जीवन है, वहीं समाज है, व्यक्ति के बीच पाये जानेवाले सामाजिक सम्बन्धों के आधार पर निर्मित व्यवस्था को समाज कहा जाता है।

भूगोलिक अनुसार :- समाज स्वयं सघ है सगठन है औपचारिक सम्बन्धों का योग है। जिसमें सहयोग देने वाले व्यक्ति एक-दूसरे के साथ जुड़े हुये या सम्बन्ध है। समाज के लिये सहयोगी सम्बन्धों को आवश्यक माना गया है जो व्यक्तियों को एक दूसरे के साथ जोड़ते हैं।

भरतृर के अनुसार - समाज एक अमूर्त अवधारणा है जो एक समूह के सदस्यों के बीच पाये जाने वाले पारस्परिक सम्बन्धों की जटिलता (सम्पूर्णता) का बोध कराती है।

अतः सामाजिक जीवन में समाज, सामाजिक सम्बन्ध, समूह व सामाजिक अन्तः क्रियाओं आदि का सम्पूर्ण जीवन के सम्बन्ध में अध्ययन किया जाता है जहां व्यक्ति ने एक दूसरे के साथ सामाजिक सम्बन्ध स्थापित कर समाज के निर्माण और विकास में योगदान दिया है वहीं समाज में व्यक्ति का समाजीकरण कर उसके व्यक्तित्व विकास में योगदान दिया है इसलिये स्वस्थ समाज का निर्माण करना अब यम्याधी हो जाता है। वर्तमान समाज में अनेक स्वास्थ्य समस्याओं को सुदृढ़ करने के लिये अनेक कार्यक्रम चला रहे हैं जो सांस्कृतिक, आध्यात्मिक व निरीोगी समाज का निर्माण कर रही है। जिसमें पतंजलि योगपीठ एक प्रमुख स्थान रखता है इसलिये इस प्रस्तुत अध्ययन में पतंजलि योगपीठ योग एवं आयुर्वेद का समाजशास्त्रीय दृष्टिकोण से अध्ययन किया गया है। आज के भूमण्डलीकरण के दौर में जहां व्यक्ति अनेक बीमारियों से ग्रस्त है। वहीं पतंजलि योगपीठ द्वारा योग एवं आयुर्वेद की सेवाये देकर समाज में शान्त को इन बीमारियों एवं तनाव से निजात दिलाने में अपना महत्वपूर्ण योगदान प्रदान कर रहे है। योग एवं आयुर्वेद के माध्यम से व्यक्ति के स्वास्थ्य एवं मानसिक तथा सामाजिक जीवन पर बहुत अछा एवं अनुकूल प्रभाव पड़ रहा है। प्रस्तुत शोध इस दृष्टि को ध्यानान्तर्गत रखकर किया गया है। प्रस्तुत अध्ययन पूर्व पतंजलि योगपीठ में जाकर कायजट सर्व किया गया तथा लोगों को उनकी सेवाओं को लेते हुये अवलोकित किया गया। अतः प्रस्तुत अध्ययन समाज के विकास के दृष्टिकोण से अत्यन्त उपयोगी साबित होगा।

आयुर्वेद दो शब्दों आयुष (Ayus) व वेद (veda) से मिलकर बना है। आयुष (Ayū) का अर्थ life है तथा वेद (ved) का अर्थ related to knowledge or science है। भारत में आयुर्वेद का साहित्य वैदिक काल में सर्वप्रथम मिलता है। आयुर्वेदिक दवाईयों का प्रयोग वर्तमान में व्यक्तियों की अनेक बीमारियों व उनके स्वास्थ्य को राही करने में निरन्तर प्रयोग बढ़ता जा रहा है। जिस सम्बन्ध में पतंजलि योगपीठ (हरिद्वार) की भूमिका समाज में अत्यन्त महत्वपूर्ण है।

2. अध्ययन के उद्देश्य - प्रस्तुत शोध अध्ययन समस्या से सम्बन्धित शोध आय यकता को ध्यानान्तर्गत रखकर निम्न उद्देश्य बनाये गये हैं जो कि निम्न है -

पतंजलि योगपीठ : योग एवं आयुर्वेद का समाजशास्त्रीय अध्ययन  
डॉ अमिता बिहान


27.1

Journal of Alloys and Compounds 764 (2018) 724–729

Contents lists available at ScienceDirect

Journal of Alloys and Compounds

journal homepage: <http://www.elsevier.com/locate/jalcom>




---

Multilayer MgZnO/ZnO thin films for UV photodetectors

Vijay S. Rana<sup>a</sup>, Jeevitesh K. Rajput<sup>a</sup>, Trilok K. Pathak<sup>a,b</sup>, L.P. Purohit<sup>a,\*</sup>

<sup>a</sup> Semiconductor Research Lab, Department of Physics, Gurukul Kangri University, Haridwar, India  
<sup>b</sup> Department of Physics, IITROE, Birla Institute of Technology, Meskhabad, India

---

**ARTICLE INFO** **ABSTRACT**

*Article history:*  
 Received 24 April 2018  
 Received in revised form 13 June 2018  
 Accepted 13 June 2018  
 Available online 14 June 2018

*Keywords:*  
 MgZnO/ZnO  
 Sol-gel method  
 I-V characteristics  
 Photoconductance

**1. Introduction**

Ultraviolet (UV) photodetectors (PDs) based wide bandgap semiconductors have been stabilized and used in different potential applications such as UV-photography, chemical agent sensing, UV astronomy and flame detection [1,2]. For the preparation of UV photodetectors many aspects were approached, such as p-n junction [3,4], Schottky junction, metal-semiconductor-metal (MSM) [5], and their photo detection performance was explored extensively [6]. ZnO is wide band gap (3.37 eV) semiconductor and large excitonic energy (60 meV) [7] which is useful for optoelectronic applications such as UV detectors [8], LEDs [9], Laser [10]. The wavelength of emission or detection can be modulated by alloying ZnO with a higher bandgap material [11,12]. The bandgap of zinc oxide can be tuned by alloying it with group II and III elements, e.g. Be, Mg, Cd [13,14]. Among of these materials, magnesium (Mg) doped ZnO thin films have been a research focus due to similar ionic radii of Mg<sup>2+</sup> and Zn<sup>2+</sup>, and their excellent optoelectronic properties of the parent structure of ZnO. Because of the high solid solubility of MgO in ZnO, the lattice constants remain almost unaffected even after Mg incorporation. As a result, MZO thin film exhibits tunable electrical and optical properties and it has been established as a promising active layer material in optoelectronic applications, for example, ultraviolet photodetectors [12,15,16]. Moreover, the band gap of ZnO can be tuned from 3.37 to 7.8 eV by composition with varying magnesium content [16]. Mg is incorporated into ZnO lattice and it has tended to reduce the interstitial oxygen vacancies and electron density [17,18].

In addition, effect of oxygen pressure compared with pure ZnO and MgZnO films, multilayer films show a better UV performance [21]. Among the previous MgZn<sub>1-x</sub>O/ZnO UV photodetectors, the bottom ZnO layer used as a buffer layer to improve the quality of the top MgZnO layer [22,23]. Some researcher focused the different Mg composition on the characteristics of MgZn<sub>1-x</sub>O/ZnO heterostructure and MgZn<sub>1-x</sub>O/ZnO quantum well photodetectors [24,25]. Although, multilayer films GaN/Al<sub>x</sub>Ga<sub>1-x</sub>N have been used in various PDs, but for growing the GaN and Al<sub>x</sub>Ga<sub>1-x</sub>N materials high temperature technology is required such as molecular beam epitaxy and metal organic chemical vapor deposition systems [26–28]. Nevertheless, the fundamental PDs based on double-layer films have not attracted considerable attention that it deserves. So far, ZnO/MgZnO and MgZnO/ZnO double-layer films had been prepared by the magnetron sputtering method [24,29–31]. High quality ZnO films have been synthesized by ultrahigh vacuum systems, such as pulsed laser deposition (PLD) [32,33], molecular beam epitaxy (MBE) [34] and RF-sputtering [35]. However, these processes are not suitable for synthesizing large area films at a low cost. The sol-gel method has been used to synthesize various kinds of oxide materials from liquid chemical sources, which is known as a simple and economical technique to deposit large area oxide thin

---

*\* Corresponding author.  
 E-mail address: [profvijay@puhpjy@gmail.com](mailto:profvijay@puhpjy@gmail.com) (L.P. Purohit).  
<https://doi.org/10.1016/j.jalcom.2018.06.139>  
 0254-3888/2018 Published by Elsevier B.V.*

ISSN : 2456-7299 RNI : REF. 1267026  
 UPBILL/2015/70083

# 'शोध साधना' शोध पत्रिका

## 'SHODH SADHNA' SHODHPATRIKA


The Half-Yearly Research Journal of Social Sciences

A Peer Reviewed Research Journal

Prof. Vijay Bahadur Singh Yadav  
 Chief Editor

Dr. Pankaj Sharma  
 Guest Editor

Dr. M. S. Tyagi  
 Managing Editor



Year 3, Vol. 4 (Part-II) May 2018 To October 2018

CS CamScanner

SHODH SADHNA "SHODH PATRIKA"

ISSN : 2456-7299  
 RNI : UPBILL/2015/70083  
 YEAR 3, VOL. 4 (PART-II)  
 MAY 2018 TO OCTOBER 2018

## विश्व में शक्ति सन्तुलन का बदलता स्वरूप

शोध साधना – सैन्य विज्ञान विभाग  
 सुरक्षा विभाग, राजीव गांधी राष्ट्र प्रशासकीय महाविद्यालय,  
 दिल्ली (पुस्तकालय)

आज दुनिया में रोलबल शब्द का चलन  
 तेजी से बढ़ गया है। इसके आगे  
 आगे बढ़ते-बढ़ते के साथ मनाया जा रहा था  
 जहाँ 5 दिसम्बर 1991 की रात  
 वैभव और मसीहा की शान में मक्ति  
 के प्रस्ताव के गीत गाये जा रहे हैं। वहीं  
 अन्धकार के प्रभुत्व और मार्क्सवादी-लेनिनवाद  
 के प्रभुत्व के परामर्श पर खुद गोर्बाच्योव  
 का संक्षेप खा जा रहा था। 25 दिसम्बर  
 को ही तत्कालीन उन सभी सुधारवादियों का  
 शक्ति का अन्त हो गया था। जो केवल लोकप्रियता के लिए  
 शक्ति का सत्ता अपनाते रहे हैं, यह विडम्बना  
 है कि दुनिया की दूसरी महाशक्ति नेता  
 मिखाइल ग्लोबनिन का सबसे बड़ा कसूर  
 ही यह था कि उन्होंने रूसिक तबाही न  
 जातियों के राष्ट्रवाद का सूत्री से टकन किया  
 और अपने अंतिम दिनों सोवियत संघ को अन्त  
 यूरोप का मालिक तथा एक महाशक्ति के रूप में  
 छोड़ा।

वास्तव में समाजवाद और साम्यवाद  
 विरोधियों की उन्नी लड़ाई में समाजवाद की  
 इसलिये हार हुई कि सिद्धान्त को तर्क पर  
 रखकर रूसी नेता मयंकर भागवादा की  
 भूल-भूलीया में भटक गये। यह बात भी सत्य है  
 कि जो देश कभी सोवियत प्रणाली के नीचे अपनी  
 स्वायत्तता खो चुके थे, सोवियत संघ के विघटन के  
 बाद और अमेरिका को आँस दिखाया करते थे।  
 सोवियत संघ के बाद विश्व एक बुद्धि संतुलन के  
 रूप में बदल गया और इसी के साथ शीत युद्ध  
 का यूरोप से अन्त हो गया था अमेरिका पूरे  
 विश्व का डायरेक्टर जनरल और बुद्धि संतुलन  
 का हवन किया या स्वतंत्रता के नाम पर अनेक  
 देशों को नयी प्रकार की गुलामी दी।

बदलते राजनीतिक एवं वैश्विक परिवर्तन  
 में आज विश्व एकभुवीय बन गया है। शीत युद्ध  
 के समय विश्व द्विभुवीय इसलिए था, क्योंकि  
 अधिकांश परिवर्तनीय यूरोपीय देश और चीन ने

Shodh Sadhna Shodh Patrika / 133





International Journal of Research Publications and Reviews  
Journal homepage: www.ijrpr.com ISSN 2582-7421

### Sugar and Related Products

**Mayani Chaodhary**  
Assistant Professor, Department Of Home Science  
Phool Singh Bhat Government Degree College Lambhaga, Tehri Garhwal, Uttarakhand, India

**ABSTRACT**

Sweeteners have been utilized to reduce free-sugar content in food. They are used in a wide range of sweet foods, to improve the palatability of drinks and other meals, sugar and sugary are related.

**Keywords:** Sweeteners, Fermentation, Crystallization, Gelatinization, Gels, Artificial Sweeteners.

**Total sugars**

- Free sugars: Includes all sugars defined as added sugars + the sugar component of honey, fruit juice and fruit juice concentrates.
- Intrinsic sugars: Includes natural sugars in intact fruits, vegetables and milk.
- Added sugars: Includes added forms of dextrose, fructose, sucrose, lactose, sugar syrups and fruit syrups.
- Sugars in honey and fruit juice: Includes honey, fruit juice concentrates and residual fruit sugar in alcoholic beverages fermented from fruit.

**Nutritional value**

Sugar is mainly a source of energy for the body. As a result, meals with high-sugar content have a poor nutritional density, including proportionally less protein, essential, and vitamins.

© 2021 IJRAR November 2021, Volume 8, Issue 4 www.ijrar.org (E-ISSN 2348-1268, P-ISSN 2348-5171)

## FATS AND OILS

**Mayani Chaodhary**  
Assistant Professor, Home Science  
Phool Singh Bhat Government Degree College Lambhaga, Tehri Garhwal, Uttarakhand, India

**Abstract-**

Fat is present naturally in many foods. This fat is often referred to as invisible fat. Examples of foods containing appreciable quantities of invisible fat include meat, poultry, fish, dairy products, eggs, nuts and seeds, visible fats are made from these products. They are hard, cooking oils, salad oils, margarine and butter.

When fat contain a relatively high proportion of saturated fatty acids such as *Palmitic and Stearic acids*, they have relatively high melting point and are usually solid at room temperature.

When fats contain a relatively high proportion of unsaturated fatty acids such as mono unsaturated *Oleic acid* and polyunsaturated *Linoleic acid*, they have relatively low melting point and are oils at room temperature.

**Keywords:** Fatty acids, hydrogenation, emulsions, rancidity, smoking point, oxidation, hydrophilic and lipophilic.

**Some typical oil and fat compositions are:**

Fatty acid composition*	SFA	MUFA	PUFA	TFA
Safflower oil	31%	61%	7%	<2%
Sunflower oil	22%	55%	17%	<2%
Olive oil	38%	57%	3%	<2%
Soyabean oil	6%	22%	15%	<2%
Coconut oil	2%	8%	91%	<2%
Corn oil	39%	27%	13%	<2%
Palm oil	50%	39%	3%	<2%
Butter	5%	28%	62%	5%
Baking margarine (fat content 75-80%)**	14%	36%	49%	<2%
Spreading margarine (fat content 80-85%)**	4%	29%	25%	<2%

(\*Figures based on average market value. There may be variability based on composition of product, geographical origin, PUFA, SFA, MUFA and TFA sum up to 100%. \*\*70-75% saturated acid are for fats.

As the number of carbon atoms in the fatty acids increase, this making longer chain fatty acids, the melting point also increases. Butyric acid with 4 carbon atoms melts at a lower temperature than doc's stearic acid with 18 carbon atoms.

IRAR2101516 | International Journal of Research and Analytical Reviews (IJRAR) www.ijrar.org | 187

International Journal of Home Science 2021; 7(2): 176-177

## Free radical theory of ageing

**Mayani Chaodhary**

**Abstract**

There are about 300 hypotheses that attempt to explain the ageing process. Many of them are based on the analysis of cumulative changes over time. The free radical hypothesis of ageing, proposed initially by Harman and based on the oxidative cellular and subsequent oxidation of free radicals, is the most popular and thoroughly tested of all the hypotheses. The goal of this study is to summarize numerous studies on the subject. This review will summarize different research on the formation of free radicals in DNA damage, oxidative stress, antioxidants, the mechanism of auto-antibodies, and their influence on the ageing process.

**Keywords:** ageing, oxidation, aerobic metabolism, free radical, antioxidants

**Introduction**

Ageing in humans refers to the gradual accumulation of changes in a person's physical, psychological, and social characteristics through time. For example, reaction speed may reduce as people get older, yet knowledge of current events and wisdom may increase.

**On Aging...**

George Bernard Shaw: "You don't stop laughing when you grow old, you grow old when you stop laughing"

Helen Mirren: "The only thing that matters is, if you're disappointed, do it again. Do it again."

Many of the changes that occur as our bodies age are said to be triggered by free radicals, according to the free radical theory of ageing. Free radicals have been linked to DNA damage, protein cross-linking, and other alterations. This damage accumulates over time, resulting in the onset of ageing.

**Conclusion**

It is a chemical reaction that uses oxygen to produce energy from carbohydrates (sugars). It's also known as aerobic metabolism. Oxidative metabolism and the term "oxidation" to describe the interaction of a material with oxygen. Much later, it was discovered that the material loses electrons when oxidized, and the definition was expanded to encompass any process in which electrons are lost, regardless of whether oxygen is present.

Corresponding Author: Mayani Chaodhary, Assistant Professor, Home Science, Phool Singh Bhat Govt. Degree College, Lambhaga, Tehri Garhwal, Uttarakhand, India

## अन्कार

गांधी अंक

विचारशीलता और बौद्धिक हस्तक्षेप का उपक्रम

सम्पादक प्रियंवद

उप सम्पादक जीवता प्रभाकर

वर्ष-19 अंक 53  
अगस्त 2019

यह अंक  
www.notnull.com

अन्कार: खोखा

विविध शर्म

### सिनेमाई परं पर गांधी उपस्थिति

हैदराबाद की एक अद्भुत पहली है गांधी। सिनेमा गांधी को एक शक्ति की ओर बढ़ा करे, उनका ही वह सत्यवादी की ओर बढ़ा करे। और वे इन सिनेमा के दौर और चरणों में ही पहिले ही और वहीं से अपने कैमरे के लिये एक प्रारंभ करे। गांधी के सत्य प्रया: यह ही सत्यवाद और असाध्यवाद का कला शक्ति है। गांधी का सत्यवाद ही तो एक सत्य को अपने में समाहित करे है। गांधी को सिनेमा प्रियत्व की दिशा में बसाया है, यह सब जो बड़े ही सत्य गांधी अपने और सब से ही है। वे असाध्यवादी नहीं है। गांधी ने सिनेमा के प्रारंभ के दिनों को प्रारंभिक सिनेमा। सिनेमा एक विचार प्रवाह में जो गांधी सिनेमा प्रियत्व के दौर में रहे। गांधी का सत्यवादी की दिशा में समाहित करे है। सिनेमा का कैमरे के लिये एक प्रारंभिक प्रारंभिक है। सिनेमा के प्रारंभिक दिनों में गांधी का सत्यवादी की दिशा में समाहित करे है। सिनेमा के प्रारंभिक दिनों में गांधी का सत्यवादी की दिशा में समाहित करे है। सिनेमा के प्रारंभिक दिनों में गांधी का सत्यवादी की दिशा में समाहित करे है।

53

## नया खोज

खोज

रबीन्द्रनाथ टैगोर विश्लेषण

भारतीय भाषापीठ

ISSN - 2278-2184  
Dr. J. C. Chakrabarti  
B. Bhattacharya

## टैगोर साहित्य का सिनेमाई आख्यान

टैगोर साहित्य का सिनेमाई आख्यान

खोज

भारतीय भाषापीठ

## Analysis of soil physical properties of different land forms in and around Nagal Hatnala region, Dehradun

<sup>1</sup>Brij M Upreti, <sup>2</sup>Manveer Singh Kandari

<sup>1</sup>Head department of Botany, <sup>2</sup>Head Department of Zoology  
 Uttaranchal College of Science and Technology, Dehradun.  
 Email - <sup>1</sup>Brijmupreti@gmail.com, <sup>2</sup>manveerkandari@gmail.com

**Abstract:** Soil is defined as, an independent body in nature with a unique morphology from the surface down to the parent material as expressed by the sample profiles. Different parameters were used to analyse the soil physical properties viz soil texture, Water holding capacity, moisture content, bulk density, porosity. Present study shows maximum sand percentage (53.03%) in construction area while minimum percentage (38%) in water resource area. Maximum and minimum silt percentage recorded from construction area (37.75%) and water resource area (33.24%) respectively likewise water resource area shows maximum and minimum clay percentage i.e. 23.94% and 14.13%. Water resource area and construction area shows maximum and minimum bulk density i.e. 1.12g/cm<sup>3</sup> and 0.97 g/cm<sup>3</sup> respectively. Maximum and minimum water holding capacity was recorded at Agriculture land (19.29%) and construction area (10.42%) respectively. Construction area shows maximum porosity (63.45%), pH (6.8) while minimum at water resource area i.e. 5.72% and 5.2 respectively. As per above observation this can be estimated that water source area and agriculture land having better soil physical properties as compare to construction area, it is due to over construction and deforestation around construction area.

**Key Words:** Soil profiling, Water Resource Area, Construction Area, Agricultural Land, Dehradun.

## Alteration in haematological parameters in fresh water cat fish *Pangasius pangasius* in different water pH range.

Dr.Manveer Singh Kandari<sup>1</sup> and Dr. J.V.S.Rauthan<sup>2</sup>

Deptt. Of Zoology, Uttaranchal College of Science and Technology Dehradun.<sup>1</sup>

Deptt. Of Zoology DAV(PG) College, Dehradun<sup>2</sup>

**Abstract:** Present study was design to record the haematological parameters of *Pangasius pangasius* in different water pH environment. The experimental sets were having different water pH viz., pH4, 5.0, (experiment-I), 5.00 (experiment-II), 6.00 (experiment-III), 8.00 (control, experiment-IV), 9.5 (Experiment-V). The experiment was conducted for a period of 10 days. Non significant decline in RBCs, Hb, PCV, and MCHC was recorded in experiment-I, II, III and V, but MCV and ESR level increased non significantly while TLC increased significantly when compared with control. The data was statistically analyzed by graphed prism5 at different significant level.

**Key words:** *Pangasius pangasius*, ESR, PCV, MCHC, TLC.

**1. INTRODUCTION:** As there is little evidence of pollution affecting the health of fish and shellfish on a global scale, Although there is no dispute that pollution can affect the health of aquatic organisms under experimental conditions and may be responsible for the decline of populations of such animals in some inland waters and some estuaries, most of the evidence for pollution causing or increasing disease in fish in open waters is circumstantial (D. Bucke, 1993).

There is no dispute that during last 50 year, industrialization and urbanization is increased consequently

## ASCENT INTERNATIONAL JOURNAL FOR RESEARCH ANALYSIS

(A BI-LINGUAL MULTIDISCIPLINARY PEER REVIEWED INTERNATIONAL QUARTERLY JOURNAL)

Cover Page (Inner Cover Page)  
 About NBMF  
 Ascent Advisory Board  
 Ascent Editorial Board  
 Ascent Peer Review Board  
 Ascent Editorial Review Committee  
 From The Editor's Desk  
 Index- Vol - V, Issue - III

1. Forensic Accounting and Auditing with

ENGLISH CATALAN

III

## अनुसूचित जाति में शिक्षा द्वारा सामाजिक गतिशीलता

डॉ. अमिता बिहान

### शोध सारांश

मैकाइवर एवं पेज (1949) जहां जीवन है वही समाज है व्यक्ति और समाज में परस्परिक निर्भरता पाई जाती है व्यक्ति ने एक दूसरे के साथ सामाजिक सम्बन्ध स्थापित कर समाज के निर्माण एवं विकास में सहायता प्रदान की है, वही समाज ने व्यक्ति का समाजीकरण कर उसके व्यक्ति विकास में योग दिया है। सम्यता एवं संस्कृति के आधार पर समाज को कई वर्गों में विभाजित किया गया है। इस कारण समाज में हर व्यक्ति को अपनी एक निजी सामाजिक स्थिति प्रदान हो गयी, जिसे आगे चलकर जाति व्यवस्था का नाम दे दिया गया। सामाजिक परिवर्तन एवं अनुसन्धान समाज शास्त्र का मुख्य विषय है। सामाजिक गतिशीलता भी सामाजिक परिवर्तन का एक पक्ष है। जिसे विशेष अध्ययन के रूप में समाज शास्त्र में स्थान दिया गया है। अध्ययन हरिद्वार स्थित मायापुर के बाम्नीकी बस्ती के सन्दर्भ में किया जायेगा।

### प्रस्तावना

मैकाइवर एवं पेज, के अनुसार, "समाज रीतियों एवं कार्य प्रणालियों की अधिकार एवं परस्परिक सहायता की, अनेक समूहों तथा विभागों की, मानव व्यवहार के नियन्त्रणों तथा स्वतन्त्रताओं की एक व्यवस्था है इस सदैव परिवर्तनशील जाटिल व्यवस्था को हम समाज कहते हैं यह सामाजिक सम्बन्धों का जाल है और यह हमेशा परिवर्तित होता रहता है"

समाज के अन्तर्गत यह जाति का नाम व्यक्ति के सामाजिक एवं जीविक के कार्य का आधार रहा। इस कारण समाज के अन्तर्गत एक अलग प्रकार की कार्य सम्यता का निर्माण हुआ जो जातिगत कहलायी। प्रत्येक जाति समूह की अपनी एक पहचान अपनी एक अलग परम्परा तथा अपना जातिगत व्यवसाय कार्य सम्यता के रूप में विकसित होता चला गया। समाज विज्ञानी ऐसे कार्य को परम्परागत सांस्कृतिक संस्था प्रदान करते आये है जिसमें हर व्यक्ति अपनी परम्परा प्रथा, जनरीतियों, व्यवसाय इत्यादि को जाति के आधार पर महत्व देता चला गया तथा महत्व देता आ रहा है। भारतीय समाज जो एक तरह से जाति प्रधान समाज है परम्परागत पेशों के साथ जुड़ा हुआ है। आज भी भारतीय समाज में जाति और परम्परागत पेशे पर्यायवाची के रूप में समझे जाते हैं और इसी सामाजिक या व्यवसायिक गतिशीलता कम देखने को मिलती है यद्यपि आधुनिक भारत में जातिगत पेशों में बहुत परिवर्तन आ रहे हैं और आर्थिक जगों को देखते हुये अनेक जातियां अन्य व्यवसायों एवं दूसरी जातियों के पेशों को अपना रही है। परन्तु यह सब कुछ एक लम्बी प्रक्रिया के माध्यम से हो रहा है। भारतीय समाज के इस पक्ष से जुड़ा अध्ययन जिसे हम सामाजिक एवं व्यवसायिक गतिशीलता कह सकते हैं समाजशास्त्रीय अध्ययनों का एक महत्वपूर्ण क्षेत्र है मानवाधिकार घोषणा पत्र के लेख 26 के अनुसार शिक्षा सबका अधिकार है। शिक्षा व्यक्तित्व के पूर्ण विकास की और जन्मवृत्तियों और व्यक्ति को मानवाधिकारों एवं मूलभूत स्वतन्त्रता के प्रति जागरूक करेगी। शिक्षा सब राष्ट्रों, जातियों एवं धर्मों में आपसी समझ सहिष्णुता, और सौहार्द की भावना का वातावरण बनायेगी जिससे संयुक्त राष्ट्र विश्व शांति एवं धर्मों में आपसी समझ सहिष्णुता, और सौहार्द की भावना का वातावरण बनायेगी जिससे संयुक्त राष्ट्र विश्व शांति को सुरक्षित रखा जा सके। शिक्षा आयोग ने अनिवार्य एवं निःशुल्क शिक्षा प्राथमिक शिक्षा की संरूपित न केवल सामाजिक न्याय एवं जनतंत्र के लिये की थी वरन् इसका उद्देश्य सामान्य कार्यकर्ता की क्षमता एवं योग्यता में वृद्धि

अनुसूचित जाति में शिक्षा द्वारा सामाजिक गतिशीलता

डॉ. अमिता बिहान

6.1







*Editor in Chief*  
**Prof. Vijay Bahadur Singh**  
 Head, Hindi Department  
 Dean, Faculty of Arts  
 Banaras Hindu University  
 Varanasi

*Editor*  
**Dr. Ramsudhar Singh**  
 Ex Head, Department of Hindi  
 Udaipur Pratap Autonomous College  
 Varanasi

*Published by*  
**SRIJAN SAMITI PUBLICATION**  
**VARANASI (U.P.), INDIA**

Mob. 9415388337, E-mail : anukriti193@rediffmail.com, Website : anukritijournals.com

## प्राच्य वागमय में राजधर्म एवं संस्थाओं का स्वरूप

डॉ० लक्ष्मण कुमार पाण्डेय  
 अतिरिक्त प्रो०, कृष्ण सिंह विद्यापीठ, राजकीय महाविद्यालय, रावगाँव, लि० 70

राजधर्म प्राच्य वागमय में जिसका तात्पर्य है राजा का धर्म। महाभारत में भीम ने युधिष्ठिर को राजधर्म का उपदेश दिया। प्राच्य एवं राजा का प्रधान कर्तव्य दण्डनीति का सफल क्रियान्वयन।

तत्त्व तर्कादि मूलानि स्वाध्यायि चराणि च

मयाद भोगाय कल्पते स्वधर्मं चरामि च (मनुस्मृति)।

प्राचीन वैदिक वागमय को धर्मशास्त्र का पर्याय माना जाता है यद्यपि उनमें वर्णित विचारों का स्वरूप क्षेत्र विशेष तक सीमित नहीं अपितु वैश्विक स्तर पर प्रचलित था। ऋग्वेद, धर्मशास्त्र, के अन्तर्गत ही राजधर्म की संज्ञा होती रही है। जिसमें धर्मों का स्वरूप कहा गया है। शास्त्रों के अनुसार राजनीति भगवान् विष्णु की पारिनी रायित है। आम्बोक्षिकी त्रयी वातां हसके दण्ड विधान है। आदि कवि वारिमकी ने धर्मयुक्त राजनीति का चित्रण किया है। महाभारत के रामिषर्व में (अध्याय 69) इतका सांगी पाण्डु विवेचन दिया गया है, जिसमें वर्णित है कि धर्म को पूर्ण नारा से इताने के लिए प्रहमा ने धर्म, काम, मोक्ष पर एक साध अथवा वाता एक महान् ग्रन्थ लिखा इत ग्रन्थ के नीति (शासन शास्त्र) नाम भाग को राक्ष विद्याशास्त्र ने संक्षिप्त करके इत सतत अध्यायों में लिखा जिसे 'विद्याशास्त्र' की संज्ञा मिली। पुन, इत दण्ड ने पडकर पाँच सतत अध्यायों में विभक्त और जिसे 'बाहुदन्तक' की संज्ञा दी गयी। आगे सराकर बाहुदन्तक का बुद्धव्यति ने तीन सतत अध्यायों में संक्षिप्त किया, जिसे 'बाह्वल्य' नाम दिया गया। पुन, बाह्वल्य का काण्य (उपनि) ने एक सतत अध्याय में रखा। कामतुज ने भी इती से मिलती सुलती एक गाथा का विवरण प्राण होता है, जिसके अनुसार प्रजापति ने एक साध अध्यायों में एक महाग्रन्थ लिखा, जिसे मनु ने धर्मशास्त्र के रूप में बुद्धव्यति ने अध्याय के रूप में तथा नन्दी ने कामराज के रूप में एक-एक सतत अध्यायों में संक्षिप्त किया। रामिषर्व में प्रहमा के राजधर्म का जो निष्कर्ष उपस्थित किया है, यह आर्यधर्मनक रूप में कोटिरेय के अध्याय के प्रमुख विषयों से मेल खाता है।

नीतिप्रकारिका में आया है कि प्रहमा, महेश्वर, त्कन्व दण्ड, प्राधेतत, मनु, बुद्धव्यति, युक्त, मादराज एवं गौरगिरा राजधर्म के व्याख्याता थे।

महाभारत ने बुद्धव्यति, मादराज एवं अन्य लेखकों को 'राजशास्त्र' - प्रणेता कहा है, नीति प्रकारिका ने सासन पर लिखने वाले मानव एवं देव लेखकों को 'राजशास्त्रात्मा' - प्रणेता की उपाधि दी है। प्रो० एडवार्टन द्वारा सम्पादित पद्यतल के प्रधान रत्ताक में मनु, बुद्धव्यति, युक्त परातर एवं उनके पुत्र शाक्य तथा अन्य लोगों को नुराले को लेखक कहा गया है। इतका एक अन्य नाम है 'दण्डनीति'। रामिषर्व (69/79) ने इत शब्द का अर्थ किया है - 'यह विरद दण्ड के द्वारा अष्ट मार्ग पर लाया जाता है, यह शाल दण्ड देने की व्यवस्था करता है, इती से इत दण्डनीति की संज्ञा मिली है और यह तीनों लोगों में छाया हुआ है।

वैदिक और ब्राह्मण काल में राज्यशास्त्र के ग्रन्थ न होने पर भी वैदिक वागमय भर में इतलतः स्फुट वचन मिलते हैं जिनसे तत्कालीन राजशास्त्र और व्यवस्था का धोका परिचय मिल जाता है। ऋग्वेद में राजशास्त्र विषयक उल्लेख बहुत कम हैं पर अथर्ववेद में उनका संख्या पर्याप्त है परन्तु उनका सम्बन्ध प्रायः राजा से ही अधिक है। यजुर्वेद की संहिताओं और ब्राह्मणों में राज्यविषयक तथा राज्यसंरक्षण या उसके बाद किये जाने वाले धर्मों का वर्णन 'ध्यान-ध्यान' पर मिलता है। इतने राजधर्म की प्रतियां कौत्ती थी, राज कर्मचारी कौत्त थे प्रजा से कौत्त-कौत्त से कर वसुल किये जाते थे। इत्यादि विषय में बहुत अधिक जानकारी प्राप्त होती है। इतने बहुत से ऐसे श्लोक भी हैं जिनमें विभिन्न जातियों के परस्पर सम्बन्ध अधिकारी और स्थिति का विवेचन है जिससे भी राज्य व्यवस्था पर पर्याप्त प्रकाश पड़ता है।

ई०पू० 8वीं शताब्दी से व्याकरण निकल, छन्द, और ज्योतिष आदि विषयों का विशेषाध्ययन शुरू हुआ। राजशास्त्र का अध्ययन भी इती युग में हुआ दुर्भाग्यवश इत विषय के सतत प्राचीनतम ग्रन्थ जो सम्भवतः ई०पू० 8वीं शताब्दी में रचे गये, नष्ट हो गये। ई०पू० सातवीं शताब्दी में छोट-छोट राज्यों का अस्तित्व मिलता है, जिनसे शासक, मन्त्रियों एवं गुरुओं की वातां के मध्य अनेक राजशास्त्रीय सिद्धान्तों का विकास हुआ।

इत वातांओं के शीघ्र उदाहरण महाभारत का रामिषर्व है जिसमें धर्मराज युधिष्ठिर गुरु भीम से अनेक विद्याएं प्राप्त पुरते हैं। गणराज्यों की समस्याओं की आलोचना करते समय नारद व कृष्ण के संवाद का सारा अध्याय 81 में दिया गया है। रामिषर्व में अदभुत किये गये इत शब्द-विद्याओं में कुछ अदभुत राजशास्त्र पर लिखे गये ग्रन्थों के अंशों के रूप में हैं। ई०पू० 6वीं एवं 5वीं शताब्दी में राजशास्त्र पर अनेक ग्रन्थ उत्पन्न अस्तित्व में थे यद्यपि वे पीछे सत नष्ट हो गये। इत ग्रन्थों का काल प्रतिष्ठान् ध्वनी तत्कालीन अस्तित्व से पूर्व था। राजशास्त्र विषयक सिद्धान्तों और ग्रन्थों का सर्वाधिक परिचय हमें महाभारत और