तृतीय-अध्याय

शोध-प्रविधि एवं प्रक्रिया

3.0 प्रस्तावना

शोध एक वैज्ञानिक प्रक्रिया है अतः उसकी एक निश्चित प्रविधि व क्रमिक प्रक्रिया होती है। इसके अभाव में शोध–कार्य दिशाहीन हो जाता है तथा अपेक्षित परिणामों को कदापि प्राप्त नहीं कर सकता अतः शोध प्रविधि व प्रक्रिया का निर्धारण शोध–कार्य का अति महत्वपूर्ण चरण है।

उक्त शोध सैद्धान्तिक व दार्शनिक (मनौवैज्ञानिक) प्रकार का शोध है तथा इसमें विषय वस्तु विश्लेषण प्रविधि का प्रयोग किया गया है।

3.1 सैद्धान्तिक एवं दार्शनिक शोध

सैद्धान्तिक शोध से तात्पर्य उन सभी प्रकार के शोधों से हैं जो भिन्न–भिन्न क्षेत्रों में सिद्धान्त का निर्माण एवं विकास करते हैं। यह भी द्विविध होते हैं। पुस्तकालय शोध तथा सिद्धान्त–रचना। ***पुस्तकालय शोध*** में शोधार्थी स्वयं ऑकडों का सङ्ग्रहण नहीं करता अपितु आनुभाविक नियमों के अनुकूल शोध समस्या से सम्बन्धित ऑकडों को समन्वित करता है या अनेक तरह के असदृश ऑकडों का मिलाकर उसमें छिपे अर्थ को निकालता है तथा एक सामान्यीकरण करता है।

सिद्धान्त रचना में शोध का मुख्योद्देश्य सम्बन्धित क्षेत्र की समस्या विशेष के स्वरूप को स्पष्ट करने के विचार से सिद्धान्त की रचना करना होता है।

दार्शनिक शोध में मानव के अनुभवों के आधार पर उसकी सत्यता का प्रतिस्थापन किया जाता है। दार्शनिक शोध प्रयोग नहीं है अपितु इसमें जीवन के अनुभवों के आधार पर बौद्धिक स्तर पर तार्किक ढंग से चिन्तन किया जाता है। यह भी द्विविध होता है। प्रथम किसी विशिष्ट दार्शनिक प्रणाली के विशिष्ट पक्षों का विवेचन तथा द्वितीय किसी महान् विचारक या दार्शनिक के विचारों व उसके साहित्य का आलोचनात्मक अध्ययन।

दार्शनिक शोध के चरणों का उल्लेख क्लार्क एवं क्लार्क[72] ने अपनी पुस्तक में किया है।

1. समस्या क्षेत्र की पहचान,समस्या का परिभाषीकरण और प्रबन्धयोग्य अनुपात में सीमाङ्कन।
2. समस्या से सम्बन्धित उपलब्ध तथ्यों का सङ्ग्रहण।
3. तथ्यों का विश्लेषण व संश्लेषण तथा उनके बीच सम्बन्धों की पहचान।
4. सिद्धान्तों में निहित सम्बन्धों को ज्ञात कर सामान्य सिद्धान्त का निर्माण करना।
5. इन सिद्धान्तों का उपकल्पना या तात्कालिक अनुमानों के रूप में कथन।
6. उपकल्पनाओं की स्वीकृति, अस्वीकृति और परिष्करण के लिए जॉच करना।

72- David H. Clarke and Harrison h. Clarke, ***Research Processesd in Physical Education, Recreation and Health*** Prentice Hall, INC Englewood Cliffs, New Jersy, 1970, P,85

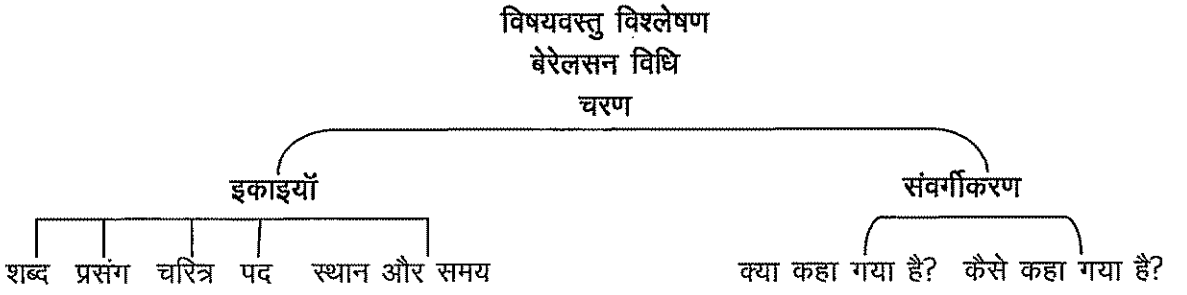
3.2 विषय वस्तु विश्लेषण प्रविधि

विषयवस्तु विश्लेषण[73] में शोधकर्ता अध्ययन किए जाने वाले व्यक्तियों के व्यवहारों का सीधे प्रेक्षण या निरीक्षण नहीं करता है और ना ही वह उन व्यक्तियों का साक्षात्कार लेता है या उनके विचारों को किसी प्रश्नावली के प्रश्नों के माध्यम से जानने की कोशिश करता है बल्कि ऐसे व्यक्तियों द्वारा किए गए संचारों या उनके व्यवहारों के बारे में एकत्रित दस्तावेजों का विश्लेषण करता है और एक निष्कर्ष पर पहुँचने का प्रयास करता है।

विषय वस्तु विश्लेषण एक ऐसी वैज्ञानिक प्रविधि है जिसमें संचार में निहित तथ्यों या विशेषताओं को पृथक् कर उसे शोध प्रदत्त के रूप में तैयार किया जाता है। यह क्रमबद्ध, वस्तुनिष्ठ तथा परिमाणात्मक अथवा गुणात्मक होती है।[74] विषयवस्तु विश्लेषण की कई विधियाँ है जिसके तीन सामान्य पहलू हैं– समष्टि को परिभाषित करना, विभक्तिकरण करना, विशेषण की इकाई तथा परिणामन। इसके द्वारा व्यक्त तथा अव्यक्त दोनों तरह की विषय–वस्तु का विश्लेषण किया जाता है।

विषय वस्तु विश्लेषण प्रविधि वर्तमान परिस्थितियों की व्याख्या हेतु, किसी लेखक के प्रमुख सम्प्रत्ययों, विश्वास, चिन्तन एवं लेखन शैली के ज्ञानार्थ, किसी घटना के सम्भावित कारकों की पहचान तथा व्याख्या हेतु, किसी विचारधारा के विश्लेषण के लिए, विषयों या समस्याओं के तुलनात्मक महत्व का पता लगाने के लए अथवा किसी पुस्तक के प्रचार एवं पूर्वाग्रह का मूल्यांकन करने के *उद्देश्य* से प्रयुक्त की जाती है।

विषयवस्तु विश्लेषण की ***बेरेलसन विधि*** का उल्लेख प्राप्त होता है। इसमें मूलतः ***दो चरण*** है–



73- "मार्गन (1990) के अनुसार– इस प्रविधि का प्रयोग पहले केवल व्यक्त विषय वस्तु जैसे संचार में प्रयुक्त शब्दार्थों एवं वाक्यांशों आदि की वारम्वारता तक ही सीमित रखा जाता था परन्तु आजकल इसका प्रयोग उन शब्दांशों एवं वाक्यांशों में अन्तर्निहित भावों ,अर्थों, अभिप्रायों आदि के विश्लेषण में भी किया जाता है।" उद्धृत– अरूण कुमार सिंह, (2009), मनोविज्ञान, *समाजशास्त्र तथा शिक्षा में शोध विधियाँ*, दिल्ली: मोतीलाल वनारसीदास, पृ.सं 237

74- Holsti (1969) "Content analysis is delind as any technique for making inferences by systematically and objectively identifying specified characteristics of message". ***Content Analysis for the social science and Humanities*** –*तथैव*– पृ.क.236

75- आर.ए. शर्मा, *शिक्षा अनुसन्धान एवं सांख्यिकी* , मेरठ:, इण्टरनेशनल पब्लिशिंग हाउस, 2009 पृ.क्र. 285

3.3 शोध प्रविधि एवं प्रक्रिया

प्रस्तुत शोध–कार्य सैद्धान्तिक व दार्शनिक (मनोवैज्ञानिक) प्रकार का शोध है अतः इस कार्य में क्रमशः निम्न लिखित चरणों का पालन किया गया।

3.3.1 ग्रन्थ–चयन

सर्वप्रथम सम्बन्धित साहित्य की समीक्षा से शोधर्थी को अनुभूत हुआ कि योग प्राणायाम, आसन इत्यादि के आचरण से जीवन में आने वाले परिवर्तनों को जानने हेतु अनेक शोध हुए हैं किन्तु पातञ्जलयोगदर्शन जो कि इनका आधार है, पर शोध कार्य नगण्य ही है। अतः शोधार्थी द्वारा पातञ्जलयोगदर्शन ,ग्रन्थ का चयन शोध हेतु किया गया।

- **प्राथमिक स्रोत–**

प्रस्तुत शोध–कार्य हेतु मुनि पतञ्जलि विरचित योग–सूत्र प्राथमिक स्रोत हैं। जिनका रचना–काल विक्रम–पूर्व द्वितीय शतक माना जाता है। इन सूत्रों की संख्या 195 है।
तथा ये चार पादों में विभक्त है–
1.–समाधिपाद,
2.–साधनपाद,
3.–विभूतिपाद तथा
4.–कैवल्यपाद।

मुनि पतञ्जलि विरचित योग सूत्रों का प्राथमिकतया अध्ययन करने हेतु, गीताप्रेस गोरखपुर द्वारा संवत् 2053 में प्रकाशित पातञ्जलयोगसूत्रों का उपयोग किया गया है।

- **द्वितीयक स्रोत–**

प्रस्तुत शोध–कार्य में पातंजल योगसूत्रों में निहित व्यक्तित्व की अवधारणा को स्पष्ट करने हेतु द्वितीयक स्रोत के रूप में पातञ्जल योगसूत्रों पर लिखित कुछ भाष्य व टीकाओं का चयन किया गया है–

- **पातञ्जलयोगप्रदीप**

ग्रन्थकार	–	श्रीस्वामी ओमानन्द तीर्थ
प्रकाशक	–	गोविन्द भवन कार्यालय,गीता प्रेस,गोरखपुर
प्रकाशन वर्ष	–	वि.संवत् 2053

- **योग प्रभाकर भाष्य**

भाष्यकार	–	परमहंस स्वामी अनन्त भारती
प्रकाशक	–	स्वामी केशवनन्द योग संस्थान, दिल्ली
प्रकाशन वर्ष	–	विक्रम संवत् 2056

- **महर्षि व्यास देव प्रणीत व्यासभाष्य (योगसिद्धि टीका सहित)**
  टीकाकार एवं सम्पादक – डॉ. सुरेशचन्द्र श्रीवास्तव
  प्रकाशक – चौखम्बा सुरभारती प्रकाशन वाराणसी
  प्रकाशन वर्ष – 2006

- **महर्षि व्यासदेव प्रणीत भाष्य एवं राजर्षि भोजदेव प्रणीत भोजवृति**
  अनुवादक – श्रीमत्परमहंस परिव्राजकाचार्य श्री स्वामी विज्ञानाश्रम
  सम्पादक – जगदीश शास्त्री
  प्रकाशक – ईस्टर्न बुक लिंकर्स दिल्ली
  प्रकाशन वर्ष – 2008
- **योगप्रतिभा टीका**
  टीकाकार – डॉ. प्रतिभा रानी द्विवेदी
  प्रकाशक – राधा पब्लिकेशनस नई दिल्ली
  प्रकाशन वर्ष – 2000

3.3.2 शोध समस्या से सम्बन्धित सूत्रों का चयन–

ग्रन्थ चयन के पश्चात् पातञ्जलयोगसूत्रों में से उन सूत्रों का चयन किया गया जो कि व्यक्तित्व की अवधारणा से सम्बन्धित हैं– ये सूत्र निम्नलिखित हैं–

समाधिपाद

अथ योगानुशासनम् ।।1।।
योगश्चितवृत्तिनिरोधः ।।2।।
तदा द्रष्टुः स्वरूपेऽवस्थानम् ।।3।।
वृत्तिसारूप्यमितरत्र ।।4।।
वृत्तयः पञ्चतय्यः क्लिष्टाक्लिष्टाश्च ।।5।।
प्रमाणविपर्ययविकल्पनिद्रास्मृतयः ।।6।।
प्रत्यक्षानुमानागमाः प्रमाणानि ।।7।।
विपर्ययो मिथ्याज्ञानमतद्रूपप्रतिष्ठम् ।।8।।
शब्दज्ञानानुपाती वस्तुशून्यो विकल्पः ।।9।।
अभावप्रत्ययालम्बना वृत्तिर्निद्रा ।।10।।
अनुभूतविषयासम्प्रमोषः स्मृतिः ।।11।।
अभ्यासवैराग्याभ्यां तन्निरोधः ।।12।।
तत्र स्थितौ यत्नोऽभ्यासः ।।13
स तु दीर्घकालनैरन्तर्य्यसत्कारासेवितो दृढभूमिः ।।14।।
दृष्टानुश्रविकविषयवितृष्णस्य वशीकारसंज्ञा वैराग्यम् ।।15।।
वितर्कविचारानन्दास्मितारूपानुगमात् सम्प्रज्ञातः ।।17।।
भवप्रत्ययो विदेहप्रकृतिलयानाम् ।।19।।
श्रद्धावीर्यस्मृतिसमाधिप्रज्ञापूर्वकमितरेषाम् ।।20।।

तीव्र संवेगानामासन्नः ।।21।।
मृदुमध्याधिमात्रत्वात्ततोऽपि विशेषः ।।22।।
व्याधिस्त्यानसंशयप्रमादालस्याविरतिभ्रान्तिदर्शनालब्धभूमिकत्वानवस्थितत्वानि चित्तविक्षेपास्तेऽन्तरायाः ।।30।।
दुःखदौर्मनस्यांगमेजयत्वश्वासप्रश्वासा विक्षेपसहभुवः ।।31।।
मैत्रीकरूणामुदितोपेक्षाणां सुखदुःखपुण्यापुण्यविषयाणां भावनातश्चित्तप्रसादनम् ।।33।।
वीतरागविषयं वा चित्तम् ।।37।।
ऋतम्भरा तत्र प्रज्ञा ।।48।।
श्रुतानुमानप्रज्ञाभ्यामन्यविषया विशेषार्थत्वात् ।।49।।

साधनपाद

तपः स्वाध्यायेश्वरप्रणिधानानि क्रियायोगः ।।1।।
समाधिभावनार्थः क्लेशतनूकरणार्थश्च ।।2।।
अविद्याऽस्मितारागद्वेषाभिनिवेशाः पञ्च क्लेशाः ।।3।।
अविद्या क्षेत्रमुत्तरेषां प्रसुप्ततनुविच्छिन्नोदाराणाम् ।।4।।
अनित्याशुचिदुःखानात्मसु नित्यशुचिसुखात्मख्यातिरविद्या ।।5।।
दृगदर्शनशक्तयोरेकात्मतेवास्मिता ।।6।।
सुखानुशयी रागः ।।7।।
दुःखानुशयी द्वेषः ।।8।।
स्वरसवाही विदुषोऽपि तथा रूढोऽभिनिवेशः ।।9।।
ते प्रतिप्रसवहेयाः सूक्ष्माः ।।10।।
ध्यानहेयास्तद्वृत्तयः ।।11।।
क्लेशमूलः कर्माशयो दृष्टादृष्टजन्मवेदनीयः ।।12।।
सति मूले तद्विपाको जात्यायुर्भोगाः ।।13।।
ते ह्लादपरितापफलाः पुण्यापुण्यहेतुत्वात् ।।14।।
परिणामतापसंस्कारदुःखैर्गुणवृत्तिविरोधच्च दुःखमेव सर्वं विवेकिनः ।।15।।
प्रकाशक्रियास्थितिशीलं भूतेन्द्रियात्मकं भोगापवर्गार्थं दृश्यम् ।।18।।
विवकेख्यातिरविप्लवा हानोपायः ।।27।।
योगाङ्गानामनुष्ठानादशुद्धिक्षये ज्ञानदीप्तिराविवेकख्यातेः ।।28।।
यमनियमासनप्राणायामप्रत्याहारधारणाध्यानसमाधयोऽष्टावंगानि ।।29।।
अहिंसासत्यमस्तेयब्रह्मचर्यापरिग्रहाः यमाः ।।30।।
जातिदेशकालसमयानवच्छिन्नाः सार्वभौमा महाव्रतम् ।।31।।
शौचसन्तोषतपःस्वाध्यायेश्वरप्रणिधानानि नियमाः ।।32।।
वितर्कबाधने प्रतिपक्षभावनम् ।।33।।
वितर्का हिंसाऽऽदयः कृतकारितानुमोदिता लोभक्रोधमोहपूर्वकामृदुमध्याधिमात्रादुःखाज्ञानानन्तफला इति प्रतिपक्षभावनम् ।।34।।
अहिंसाप्रतिष्ठायां तत्संनिधौ वैरत्यागः ।।35।।
सत्यप्रतिष्ठायां क्रियाफलाश्रयत्वम् ।।36।।

अस्तेयप्रतिष्ठायां सर्वरत्नोपस्थानम् । ।37 । ।
ब्रम्हचर्यप्रतिष्ठायां वीर्यलाभः । ।38 । ।
अपरिग्रहस्थैर्ये जन्मकथंतासम्बोधः । ।39 । ।
शौचात् स्वांगजुप्सा परैरसंसर्गः । ।40 । ।
सत्वशुद्धिसौमनस्यैकाग्र्येन्द्रियजयात्मदर्शनयोग्यत्वानि च । ।41 । ।
सन्तोषादनुत्तमसुखलाभः । ।42 । ।
कायेन्द्रियसिद्धिरशुद्धिक्षयात्तपसः । ।43 । ।
स्वाध्यायादिष्टदेवतासम्प्रयोगः । ।44 । ।
समाधिसिद्धिरीश्वरप्रणिधानात् । ।45 । ।
तत्र स्थिरसुखमासनम् । ।46 । ।
प्रयत्नशैथिल्यानन्तसमापतिभ्याम् । ।47 । ।
ततो द्वन्द्वानभिघातः । ।48 । ।
तस्मिन् सति श्वासप्रश्वासयोर्गतिविच्छेदः प्राणायामः । ।49 । ।
स तु बाह्याभ्यन्तरस्तम्भवृतिर्देशकालसंख्याभिः परिदृष्टो दीर्घसूक्ष्मः । ।50 । ।
बाह्याभ्यन्तरविषयाक्षेपी चतुर्थः । ।51 । ।
ततः क्षीयते प्रकाशावरणम् । ।52 । ।
धारणासु च योग्यता मनसः । ।53 । ।
स्वविषायासम्प्रयोगे चित्तस्य स्वरूपानुकार इवेन्द्रियाणां प्रत्याहारः । ।54 । ।
ततः परमा वश्यतेन्द्रियाणाम् । ।55 । ।

विभूतिपाद

देशबन्धश्चितस्य धारणा । ।1 । ।
तत्र प्रत्ययैकतानता ध्यानम् । ।2 । ।
तदेवार्थमात्रनिर्भासं स्वरूपशून्यमिव समाधिः । ।3 । ।
त्रयमेकत्र संयम । ।4 । ।
परिणामत्रयसंयमाददतीतानागतज्ञानम् । ।16 । ।
शब्दार्थप्रत्ययानामितरेताध्यासात्संकरस्तत्प्रविभागसंयमात्सर्वभूतरूतज्ञानम् । ।17 । ।
संस्कारसाक्षात्करणात्पूर्वजातिज्ञानम् । ।18 । ।
प्रत्ययस्य परचित्तज्ञानम् । ।19 । ।
कायरूपसंयमात्तद्ग्राह्यशक्तिस्तम्भे चक्षुः प्रकाशासम्प्रयोगेऽन्तर्द्धानम् । ।21 । ।
मैत्र्यादिषु बलानि । ।23 । ।
बलेषु हस्तिबलादीनि । ।24 । ।
प्रवृत्त्यालोकन्यासात् सूक्ष्मव्यवहितविप्रकृष्टज्ञानम् । ।25 । ।
नाभिचक्रे कायव्यूहज्ञानम् । ।29 । ।
कण्ठकूपे क्षुत्पिपासानिवृत्तिः । ।30 । ।
कूर्मनाड्यां स्थैर्यम् । ।31 । ।

मूर्धज्योतिषि सिद्धदर्शनम्।।32।।
प्रातिभाद्वा सर्वम्।।33।।
हृदये चित्तसंवित्।34।।
ततः प्रातिभश्रावणवेदनादर्शास्वादवार्ता जायन्ते।।36।।
ते समाधवुपसर्गा व्युत्थाने सिद्धयः।।36।।
ततोऽणिमादिप्रादुर्भावः कायसम्पत् तद्धर्मानभिघातश्च।।45।।
रूपलावण्यबलवज्रसंहननत्वानि कायसंपत्।।46।।
ग्रहणस्वरूपास्मिताऽन्वयार्थवत्वसंयमादिन्द्रियजयः।।47।।
ततो मनोजवित्वं विकरणभावः प्रधानजयश्च।।48।।

कैवल्यपाद

जन्मौषधिमन्त्रतपः समाधिजाः सिद्धयः।।1।।
जातिदेशकालव्यवहितानामप्यानन्तर्यं स्मृतिसंस्कारयोरेकरूपत्वात्।।9।।
पुरूषार्थशून्यानां गुणानां प्रतिप्रसवः कैवल्यस्वरूपप्रतिष्ठा वा चितिशक्तिरिति।।34।।

3.3.3 सूत्र विश्लेषण एवं व्याख्या

शोध समस्या से सम्बन्धित सूत्रों के अन्वेषण के पश्चात् विभिन्न भाष्यों व टीकाओं की सहायता से उनका विश्लेषण कर व्यक्तित्व अवधारणा के परिप्रेक्ष्य में उनकी विवेचना की गई है तथा इस यौगिक विचारधारा के विश्लेषण का विवरण चतुर्थ अध्याय में दिया गया है। इस अध्याय में पातंजल योगदर्शन के अनुसार व्यक्तित्व के विभिन्न प्रकार व व्यक्तित्व विकास प्रक्रिया को स्पष्ट किया गया है। पातञ्जल योग सूत्रों में निहित व्यक्तित्व–अवधारणा से सम्बन्धित भावार्थों व अभिप्रायों की व्याख्या की गई है।

3.3.4 तुलनात्मक विश्लेषण

शोध कार्य के इस चरण में अन्य भारतीय विचारधाराओं तथा प्रसिद्ध आधुनिक व्यक्तित्व सिद्धान्तों से यौगिक विचारधाराओं की तुलना करते हुए उसका महत्व प्रतिपादित किया गया है।

3.3.5 सामान्यीकरण

सैद्धान्तिक शोध में सामान्यीकरण से तात्पर्य सन्दर्भ, काल व स्थानानुसार प्रासङ्गिकता को सिद्ध करना होता है अतः प्रस्तुत शोधकार्य में पातञ्जलयोगसूत्रों में निहित सिद्धान्तों में सम्बन्धों की पहचान कर उनका व्यक्तित्व अवधारणा के सन्दर्भ में वर्तमान परिस्थितियों में प्रासङ्गिकता को सिद्ध कर सामान्यीकरण किया गया है।

3.3.6 निष्कर्ष एवं शैक्षिक निहितार्थ प्रतिपादन–

शोध–कार्य के अन्तिम चरण में पातंजल योगसूत्रों में अन्तर्निहित व्यक्तित्व अवधारणा से सम्बन्धित निष्कर्षो को प्रस्तुत करते हुए उसके शैक्षिक निहितार्थ को प्रतिपादित किया गया है।