

## इकाई 3 आंगिक भाषा और सम्प्रेषण

### इकाई की रूपरेखा

- 3.0 उद्देश्य
- 3.1 प्रस्तावना
- 3.2 हाव-भाव
  - 3.2.1 हाव-भाव की सामाजिक सापेक्षिकता
  - 3.2.2 हाव-भाव के प्रकार्य
  - 3.2.3 हाव-भाव और भाषा में उसका स्थान
- 3.3 आंगिक भाषा
  - 3.3.1 शारीरिक प्रतिक्रियाएँ
  - 3.3.2 शारीरिक स्थितियाँ
- 3.4 आंगिक सम्प्रेषण और भाषा
- 3.5 सारांश
- 3.6 बोध प्रश्नों के उत्तर

### 3.0 उद्देश्य

इस पाठ में चर्चा की गई है कि किस तरह हम मौखिक रूप से उच्चरित या अभिव्यक्त भाषा के साथ शारीरिक रूप से विभिन्न चेष्टाएँ करते हैं। इन आंगिक चेष्टाओं को हम आम भाषा में हाव-भाव आदि नामों से जानते हैं। आंगिक भाषा (body language) एक नई संकल्पना है, जिसे आप इस इकाई में पढ़ेंगे। हाव-भाव और आंगिक भाषा के माध्यम से जो सम्प्रेषण करते हैं, उसे आंगिक सम्प्रेषण कहा जाता है। इस इकाई को पढ़ने के बाद आप :

- i) उच्चरित भाषा और आंगिक सम्प्रेषण (non-verbal communication) में अंतर बता सकेंगे और इनका सह-संबंध बता सकेंगे;
- ii) आंगिक सम्प्रेषण के स्वरूप तथा प्रकार्य समझा सकेंगे;
- iii) हाव-भाव (gestures) का स्वरूप स्पष्ट कर सकेंगे;
- iv) आंगिक भाषा (body language) की प्रक्रिया और प्रकार्य बता सकेंगे; और
- v) कुल सम्प्रेषण की प्रक्रिया में आंगिक सम्प्रेषण का महत्त्व बता सकेंगे।

### 3.1 प्रस्तावना

भाषा की परिभाषा देते हुए हम कहते हैं कि भाषा वाक्-ध्वनियों से बनी वह व्यवस्था है जिसके माध्यम से हम विचारों का आदान-प्रदान करते हैं। क्या हम सिर्फ उच्चरित भाषा के माध्यम से ही सम्प्रेषण करते हैं? इस बात का उत्तर देने से पहले हमें अन्य प्राणियों के सम्प्रेषण के बारे में विचार करना होगा, जो भाषा का उपयोग नहीं कर सकते। जानवर दो तरह से सम्प्रेषण करते हैं -

- i) वे सम्प्रेषण के लिए आवाज़ (ध्वनि संकेतों) का उपयोग करते हैं। जैसे कुत्ते अलग-अलग स्थितियों में भिन्न-भिन्न अर्थ सम्प्रेषण के लिए अलग-अलग ध्वनियाँ निकालते हैं।
- ii) वे आंगिक चेष्टाओं के माध्यम से अर्थ सम्प्रेषण करने का यत्न करते हैं। जैसे गुस्सा दिखाने के लिए सभी जानवर मुँह खोलकर दाँत दिखाते हैं। इसी तरह, अधीनस्थता दिखाने के लिए कुत्ता पूँछ खींच लेता (तुम दबाता) है या प्यार जताने के लिए पूँछ हिलाता है।

मनुष्य भी भाषा के साथ-साथ आवाज़ों और आंगिक चेष्टाओं का अर्थ सम्प्रेषण के लिए प्रयोग करता है। लेकिन उसके संदर्भ में आवाज़ों और आंगिक चेष्टाएँ उच्चरित भाषा के साथ-साथ चलती हैं, उच्चरित भाषा के सम्प्रेषण करते दृढ़ करती हैं। कुछ संदर्भों में हम केवल ध्वनियों या संकेतों से काम चला लेते हैं। जैसे चोट लगने या दर्द होने पर हम सिर्फ 'हूँ' कहकर अभिव्यक्ति करते हैं। या ओंठों के मध्य तर्जनी को रखकर बच्चों को श् कहकर चुप रहने का संकेत कर देते हैं। इस तरह, मनुष्य के सम्प्रेषण के भी दो रूप हैं, जो एक-दूसरे के पूरक हैं -

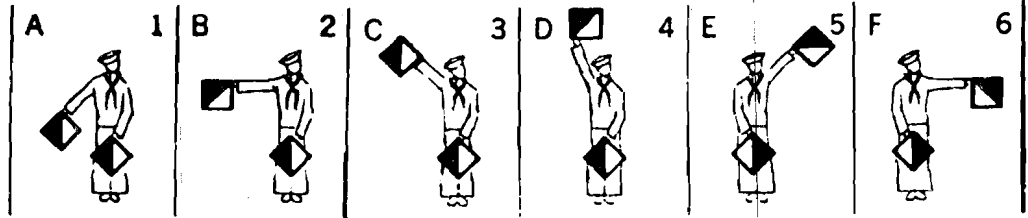
1. उच्चरित भाषा द्वारा अर्थ सम्प्रेषण
2. आवाज़ों और आंगिक चेष्टाओं से बना आंगिक सम्प्रेषण।

आंगिक सम्प्रेषण के संदर्भ में हम दो तरह के भाषा रूपों को अर्थात् दो तरह की सम्प्रेषण पद्धतियों को इस चर्चा से अलग रखना चाहेंगे, जो उच्चरित/लिखित भाषा पर आधारित हैं और जिनका उपयोग भाषा के स्थान पर किया जाता है। ये हैं -

- (क) गुप्त भाषा; और
- (ख) संकेत भाषा।

(क) **गुप्त भाषा (secret language)** का प्रयोग समाज के कुछ विशिष्ट वर्ग करते हैं। जैसे चोर आपसी सम्प्रेषण के लिए सामान्य शब्दों के लिए विशिष्ट अर्थ निश्चित कर लेते हैं। चोरों की भाषा में 'तीली' का अर्थ है - लाल टोपी वाला पुलिसकर्मी। 'बकरा' का अर्थ है - वह आदमी जिसे वे लूटना चाहते हैं। व्यापारी हाथ के संकेतों के माध्यम से बेचने या दाम कम करने के बारे में आपस में विचार-विमर्श कर लेते हैं।

(ख) **संकेत भाषा (sign language)** के कई रूप हैं। जहाज़ी दो झंडों की स्थिति से वर्णों का संकेत करते हैं, जिससे शब्दों की वर्तनी का पता चले और लोग दूर से दृश्य माध्यम से संकेत को ग्रहण कर सकें।



गूगो भी दो तरह से हाथ के संकेतों से अर्थ सम्प्रेषण करते हैं। कुछ संकेत शब्दों के परिचायक हैं।



ऐसे संकेत भाषा के वर्णों के परिचायक हैं।

गुप्त भाषा और संकेत भाषा वास्तव में सामान्य भाषा के स्थानापन्न रूप हैं और विशिष्ट सामाजिक वर्गों के द्वारा सामान्य भाषा के अभाव में सम्प्रेषण के लिए प्रयोग में लाई जाती हैं। यह भाषा की तरह समाज द्वारा स्वीकृत यादृच्छिक व्यवस्था है जिसे प्रयत्नपूर्वक सीखना पड़ता है।

इसकी तुलना में आंगिक सम्प्रेषण सामान्य भाषा का पूरक है और सह-सम्प्रेषण का माध्यम है। इसका उपयोग भाषा बोलने वाले सभी मनुष्य करते हैं। यह काफी हद तक सहज और स्वतःप्रेरित (involuntary) है। जैसे गुस्से से आँखें लाल होना, नसें खिंचना आदि शारीरिक क्रियाएँ उस भाव के जुड़ी सहज क्रियाएँ हैं। इस कारण आंगिक सम्प्रेषण एक प्रकार से सार्वभौम हैं।

हम इस इकाई में आंगिक सम्प्रेषण की भूमिका, स्वरूप, प्रकार आदि की चर्चा करेंगे और देखेंगे कि आंगिक सम्प्रेषण के बारे में जानकारी हमारे लिए क्यों आवश्यक है।

### 3.2 हाव-भाव (gestures)

हाव-भाव वे आंगिक चेष्टाएँ हैं जो मौखिक अभिव्यक्ति के साथ-साथ सह-सम्प्रेषण के रूप में व्यक्त होती हैं। जैसे 'नहीं' कहने वाला साथ में सिर भी हिलाता है। सामान्य उक्तियों के साथ व्यक्त हाव-भावों की सूची इस प्रकार हो सकती है -

उक्ति

- मैंने उसे भगा दिया

हाव-भाव

हाथ से दूर करने का संकेत

- मैं तुम्हें मारूँगा/मारूँगी
  - ठीक है, मिल जाएगा
  - मत करो यह काम
  - अस्सलाम अलैकुम
- तर्जनी से ताइन का संकेत  
'हाँ' जैसी मुद्रा में सिर को दो-तीन बार हिलाना  
बाहर की तरफ़ खुली हथेली को धीरे दायें-बायें दो-तीन बार हिलाना  
हाथ को सलाम की मुद्रा में ऊपर ले जाना

हाव-भाव भाषिक अभिव्यक्ति के साथ इतने गहरे जुड़े हैं कि हम प्रायः भाषण या संवाद की स्थिति में आंगिक चेष्टाएँ करते रहते हैं। यह भाषा का अभिन्न अंग-सा हो गया है और उक्ति के साथ-साथ हाव-भाव भी आ ही जाते हैं। उदाहरण के तौर पर, लोग टेलीफोन पर बातचीत करते समय भी आंगिक चेष्टाएँ करते रहते हैं। भले ही उन्हें देखने वाला कोई न हो।

हमने कहा था कि हाव-भाव आदि आंगिक चेष्टाएँ सह-सम्प्रेषण का माध्यम है। इसका तात्पर्य यह है कि भाषा के अभाव में हम कभी-कभी सिर्फ़ हाव-भाव से अपने को अभिव्यक्त कर सकते हैं। जैसे चुप रहने के लिए आँठों पर उँगली रखना, पास आने के लिए उँगलियों से संकेत करना। भूख की अभिव्यक्ति करने के लिए हम उँगलियों से खाने जैसा संकेत करते हैं और पेट की तरफ़ इशारा करते हैं।

आम बोलचाल की भाषा में भाषा रहित संकेतों को हम **इशारा** कहते हैं। निम्नलिखित संदर्भों में मौखिक अभिव्यक्ति नहीं है, केवल आंगिक संकेत से सम्प्रेषण है -

- उसने मुझे इशारे से बुलाया।
- उन्होंने इशारा किया कि बक्सा नीचे है।
- दोनों इशारों से बात कर रहे थे।
- मैंने तुम्हारा इशारा नहीं समझा।

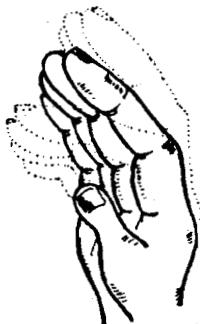
### 3.2.1 हाव-भाव की सामाजिक सापेक्षिकता

हमने ऊपर उल्लेख किया था कि हाव-भाव कुछ हद तक सार्वभौम होते हैं। जैसे 'हाँ' के लिए सिर हिलाना आदि। यह भी सच है कि हाव-भावों में भाषाओं और प्रयोक्ता के विभिन्न वर्गों के अनुसार अंतर होता है। याने आंगिक चेष्टाओं में कुछ हद तक यादृच्छिकता (arbitrariness) होती है। इस संदर्भ में यह भाषा के समान है, जिसमें सामाजिक स्तर पर विविधता होती है। हम आगे सामाजिक सापेक्षिकता के संदर्भ में हाव-भावों में विविधता की चर्चा करेंगे।

कुछ हाव-भाव समाज-सापेक्ष होते हैं। भारत में उत्तर के व्यक्ति 'ना' करने के लिए दायें से बायें सिर हिलाते हैं, 'हाँ' करने के लिए ऊपर से नीचे सिर हिलाते हैं। दक्षिण भारत में 'ना' का संकेत समान है। लेकिन 'हाँ' के लिए संकेत भिन्न प्रकार का है। वे जबड़े को घड़ी के पेंडुलम की तरह एक दिशा से दूसरी दिशा में घुमाते हैं।



इस तरह दक्षिण 'हाँ' में दायें-बायें और ऊपर-नीचे की दोनों गतियों का सम्मिश्रण है और इस कारण दोनों के साथ भ्रम पैदा करता है।



भारत के संदर्भ में 'हाँ आओ'  
अमेरिकी संदर्भ में 'टाटा'



अमेरिकी संदर्भ में 'यहाँ आओ' का संकेत



भारतीय संदर्भ में 'यहाँ लाओ'

दूसरा उदाहरण है जहाँ एक ही संकेत अलग-अलग संस्कृतियों में अलग-अलग अर्थ देता है। हथेली ज़मीन की तरफ़, चारों उँगलियाँ एक-साथ रखें और उँगलियों को ऊपर से नीचे अपनी तरफ़ लाएँ तो भारत के संदर्भ में इसका तात्पर्य है 'आओ'। यही संकेत अमेरिकी संदर्भ में विदाई के अवसर पर 'टाटा' करने का अर्थ देता है। फिर अमेरिकी 'आओ' के लिए किस संकेत का उपयोग करते हैं? हथेली ऊपर, तर्जनी ऊपर उठी हुई और बाकी उँगलियाँ थोड़ी मुड़ी हुई। वे तर्जनी को अपनी तरफ़ घुमाएँ तो 'आओ' का अर्थ निकलता है। यही संकेत भारतीय संदर्भ में कुछ भिन्न मुद्रा में 'लाओ' का अर्थ देता है, जब पाँचों उँगलियाँ खुली हों और उँगलियों को अपनी तरफ़ घुमाया जाए। निष्कर्ष रूप में कह सकते हैं कि हाव-भावों में थोड़ी समाज-सापेक्षिकता है याने हाव-भाव कुछ हद तक यादृच्छिक हैं। भाषा और संस्कृति के अनुसार हाव-भावों और इशारों के अर्थ में अंतर आ जाता है।

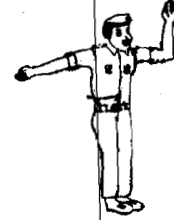
### 3.2.2 हाव-भाव के प्रकार्य

हाव-भाव सह-सम्प्रेषण (co-verbal communication) के संकेत हैं, याने मौखिक भाषा के साथ-साथ चलते हैं। हम बचपन से ही भाषा के अर्जन के साथ इन्हें अर्जित करते हैं और मौखिक भाषा के साथ-साथ इनका बराबर उपयोग करते हैं। हम देखेंगे कि हाव-भाव या इशारे सम्प्रेषण में किस तरह हमारी सहायता करते हैं।

1. ये कथ्य या संदेश के आंगिक प्रतिरूप हैं और सम्प्रेषण को पुष्ट करते हैं। जैसे 'मैं तुम्हें मारूँगा' के साथ मुक्का दिखाना, 'दौड़कर आओ' के साथ उँगलियों से आने का संकेत करना, 'मुझे क्या मालूम है' कहने के साथ कंधे उचकाना और 'मैं चीरकर रख दूँगा' जैसी धमकी के साथ बड़े हुए हाथ को काटने के अंदाज़ में एक ओर से दूसरी ओर ले जाना।
2. ये अक्सर मौखिक भाषा के अभाव में या उसके स्थान पर संकेत या इशारे का काम करते हैं। बिना बोले कंधे उचकाना 'मैं क्या जानूँ' का अर्थ देता है, दोनों हाथ जोड़ना 'नमस्कार' का अर्थ देता है। इसी तरह के निम्नलिखित कुछ संकेतों को देखिए :



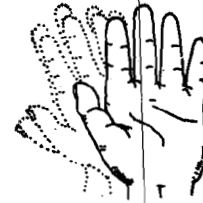
हम जीत गए हैं।  
यह अंग्रेज़ी अक्षर V  
(Victory) पर  
आधारित है।



ठहरो, आगे मत  
बढ़ो। (स्थिर  
हाथ, उठी  
हथेली)



क्या आप मुझे अपनी  
गाड़ी में ले जा  
सकते हैं? (लिफ़्ट दे  
सकते हैं?)



शांत/चुप/ज़रा  
रुकिए (आगे-  
पीछे हिलता  
हुआ हाथ)

3. हाव-भाव भाव-प्रदर्शन का काम करते हैं। छाती पीटना शोक का संदेश संप्रेषित करता है, मुँह बिचकाना घृणा का भाव प्रदर्शित करता है (उन स्थितियों में भी जहाँ घृणा पैदा करने वाली स्थिति या वस्तु सामने न हो।)
4. हाव-भाव दिशा आदि की दृष्टि से सांकेतिक होते हैं। हम आम तौर पर 'यह', 'वह', 'ऊपर', 'नीचे' आदि शब्दों को बिना हाव-भाव के नहीं बोलते। अर्थात् हम शब्द बोलते हैं, साथ में अर्थ का संकेत भी करते हैं। कुछ लोग कई शब्दों को साथ में संकेत से भी स्पष्ट करते हैं। जैसे,
  - वह ताला खोलकर अंदर गया। (ताला खोलने का संकेत, अंदर जाने का संकेत)
  - उसने एक चॉटा मारा और धक्का दे दिया।
  - वे खाना खा रहे थे। एकदम नीचे लुढ़क गए।

जब लोग बातचीत के कई अंशों को संकेत से दिखाते जाएँ तो देखने वालों को पूरी बात को दृश्य रूप में देखने जैसा आभास होता है। इसी कारण ऐसी अभिव्यक्ति को आम तौर पर 'नाटकीय अंदाज़' में बोलना कहा जाता है।

5. संकेतों के कारण कही गई बात को अच्छी तरह समझने में सुविधा होती है। जैसे रास्ता बताने वाले दिशा, दूरी आदि का संकेत करते जाते हैं, जिससे कही हुई बात स्पष्ट समझ में आ जाती है और स्मरण भी हो जाती है। दूसरे शब्दों में कह सकते हैं कि हाव-भाव के अभाव में अर्थ-बोध और स्मरण में कठिनाई होती है।
6. हाव-भाव से अक्सर हम यह भी जान लेते हैं कि व्यक्ति क्या कहने वाला है या किस मनस्थिति में है। अर्थात् हाव-भाव सम्प्रेषण में अनुमान का आधार बनता है। जैसे कोई हिचकिचाहट का भाव लिए हमारे सामने खड़ा हो तो हम समझ जाते हैं कि वह कोई गलत काम कर आया है या कुछ माँगने वाला है। इससे हमें उस व्यक्ति से बात करने में सुविधा होती है।
7. हाव-भाव व्यक्ति की अभिव्यक्ति को लय-गति देते हैं; अभिव्यक्ति के स्तर पर रूप देते हैं। मान लीजिए कोई व्यक्ति अभिव्यक्ति में किसी शब्द पर बल देना चाहता है, तो बल की आंगिक चेष्ट करता है; वह उक्ति को अचानक रोकता है, तो हाव-भाव भी रुक जाते हैं। इस तरह अभिव्यक्ति और आंगिक चेष्टाएँ समान लय-गति में चलते हैं और भाव-भाव से अभिव्यक्ति में जीवंतता आती है। आपने देखा होगा कि टेलीविज़न पर समाचार प्रस्तुत करने वाले बिना किसी हाव-भाव के सपाट ढंग से समाचार पढ़ते जाते हैं और सुनने में कोई आनंद नहीं आता। इसकी तुलना में स्वर के उतार-चढ़ाव और तदनु रूप आंगिक चेष्टाओं के साथ भाषण सुनने में बड़ा मज़ा आता है।

हाव-भाव के प्रकारों को हम निम्न प्रकार से सूत्र रूप में प्रस्तुत कर सकते हैं -

#### हाव-भावों के प्रकार्य

1. हाव-भाव अभिव्यक्ति को जीवंतता देते हैं।
2. हाव-भाव अभिव्यक्ति को पुष्ट करते हैं।  
अभिव्यक्ति का पूरक बनते हैं।  
अभिव्यक्ति को अर्थ देते हैं।
3. हाव-भाव कहीं-कहीं अभिव्यक्ति का स्थान ले लेते हैं।
4. हाव-भाव से हम मनोभावों को अभिव्यक्ति देते हैं।
5. हाव-भाव कथ्य को ठीक से समझने और उन्हें याद रखने में उपयोगी हैं।
6. हाव-भाव से हम वक्ता के मंतव्य और मनस्थिति का अनुमान कर सकते हैं।

### 3.2.3 हाव-भाव और भाषा में उसका स्थान

जिस तरह हम किसी व्यक्ति की मौखिक अभिव्यक्ति के आधार पर प्रतिक्रिया व्यक्त करते हैं, उसी तरह हम हाव-भाव को अभिव्यक्ति का रूप मानकर प्रतिक्रिया व्यक्त करते हैं। निम्नलिखित उक्तियाँ और संदर्भ देखिए -

- मुझे आँखें मत दिखाओ। (अर्थात् डाँट का भाव मत दिखाओ)
- क्यों मुँह लटकाए खड़े हो? (अर्थात् क्यों दुखी लग रहे हो?)
- क्यों हाथ मल रहे हो? (हाथ मलना असहाय होने का सूचक है।)

हम भाषा में हाव-भाव पर आधारित अनेकों अभिव्यक्तियों को शामिल करते हैं। जब हम दूसरे व्यक्तियों के बारे में बात करते हैं, तो उनके व्यवहार, मनोभाव आदि की सूचना देने के लिए उनके हाव-भावों का उल्लेख करते हैं। इसी तरह उपन्यास, कहानी आदि में पात्रों के संवाद के साथ-साथ लेखक उनके हाव-भावों का उल्लेख करते हैं, जिससे हम मानसिक पटल पर उनके मंतव्य या मनस्थिति का अनुभव कर सकें। कुछ उदाहरण देखिए -

- वह कंधे उचकाकर बोला.....
- उन्होंने सिर हिलाते हुए कहा.....
- वह पेर पटकते हुए बाहर निकल गया।

इसी तरह बोलने के तरीकों से भी व्यक्ति की मनस्थिति का पता चलता है। इसे भी लेखक या वक्ता निम्न प्रकार से प्रकट करते हैं -

- फुसफुसाकर बोला.....
- चिल्लाकर बोला.....
- दबे हुए स्वर में पूछा.....

हिंदी (या सामान्य रूप से देखें तो किसी भी भाषा) के अधिकतम मुहावरे हाव-भाव या मान्य इशारों पर आधारित होते हैं। 'मुँह मोड़ना', 'हाथ खींच लेना', 'कमर कसना', 'अँगूठा दिखाना', 'सिर झुकाना', 'नाक-भौंह सिकोड़ना' आदि मुहावरे वास्तव में व्यक्ति के मनोभाव का ही दृश्य चित्र उपस्थित करते हैं।

### बोध प्रश्न-1

1. हाँ/नहीं में उत्तर दीजिए।
  - 1) गुप्त भाषा आंगिक सम्प्रेषण नहीं है। हाँ/नहीं
  - 2) प्राणी भी आंगिक सम्प्रेषण का उपयोग करते हैं। हाँ/नहीं
  - 3) संसार के सभी व्यक्ति किसी आशय के लिए एक ही तरह की आंगिक चेष्टाएँ करते हैं। हाँ/नहीं
  - 4) बिना भाषा के आंगिक चेष्टा को इशारा कहा जाता है। हाँ/नहीं
  - 5) बिना हाव-भाव या उतार-चढ़ाव के भाषा बोलने पर भाषा में जीवंतता आ जाती है। हाँ/नहीं
  - 6) हिंदी के कई मुहावरे हाव-भाव पर आधारित हैं। हाँ/नहीं
2. निम्नलिखित स्थिति में उक्ति (मौखिक) के साथ जुड़े हाव-भाव का उल्लेख कीजिए -
  - 1) मैंने तो तुमसे पहले ही कहा था।
  - 2) मैं क्या करूँ। वह तो मानती ही न थी।
  - 3) मैं तुम्हें छोड़ूँगा नहीं।
  - 4) और वह बात। मैं कैसे भूल सकती हूँ।
3. निम्नलिखित वाक्यों में प्रयुक्त मुहावरों में कौन-सा हाव-भाव है और उसका आशय क्या है?
  - 1) उसने कमर कस ली
  - 2) उन्होंने सिर हिलाते हुए कहा, ठीक है.....
  - 3) मैंने दोस्ती का हाथ बढ़ाया।
  - 4) इशारों में ही बात हो गई।
4. हाव-भाव के प्रमुख प्रकार स्पष्ट कीजिए।

### 3.3 आंगिक भाषा (Body Language)

आंगिक सम्प्रेषण का दूसरा महत्वपूर्ण पक्ष आंगिक भाषा है। हम मनोभावों को शब्दों से व्यक्त करते हैं। इसी तरह हमारा शरीर भी इन मनोभावों को व्यक्त करता है। अतीव क्रोध की स्थिति में आँखें लाल हो

जाती हैं, चेहरे की माँसपेशियाँ तन जाती हैं, कभी-कभी गुस्से में शरीर में कंपन होता है, हाथ भिंच जाते हैं। ऐसी स्थिति में हम बिना भाषिक अभिव्यक्ति के ही मनोभावों को समझ जाते हैं। शर्म, घबराहट (भय), प्यार, घृणा आदि भाव आंगिक प्रतिक्रिया से ही मालूम हो जाते हैं, भले इन्हें शब्दों से व्यक्त न किया जाए। इसी को हिंदी की एक लोकोक्ति 'इश्क और मुश्क छिपाये नहीं छिपता' प्रकट करती है। अर्थात् किसी व्यक्ति के प्यार को बिना उसके बताए हम उसकी आंगिक भाषा से ही समझ जाते हैं।

हाव-भाव और आंगिक भाषा में क्या अंतर है? दोनों में आंगिक चेष्टाएँ दिखाई देती हैं। लेकिन दोनों की प्रकृति में अंतर है। हाव-भाव ज्यादातर यादृच्छिक हैं, समाज सापेक्ष हैं और व्यक्ति के लिए इनका उपयोग ऐच्छिक भी है (अर्थात् कोई चाहे तो हाव-भाव का उपयोग किए बिना बोल सकता है।) इसकी तुलना में आंगिक भाषा सार्वभौम है (अर्थात् संसार में सभी व्यक्ति गुस्से में एक जैसी प्रतिक्रियाएँ व्यक्त करते हैं), आंगिक भाषा सहज है (अर्थात् हम गुस्से में चाहें तो भी आंगिक प्रतिक्रियाओं को दबा नहीं सकते)।

आंगिक भाषा के दो रूप हैं। एक है शारीरिक प्रतिक्रियाएँ (reflexes), जिसकी चर्चा हमने ऊपर की। ये प्रतिक्रियाएँ शरीर की रासायनिकी (body chemistry) पर आधारित हैं। दूसरा रूप है श्रोता के संदर्भ में वक्ता की स्थिति आदि। यह शरीर की भौतिकी (body physics) पर आधारित है। आइए, हम इन दोनों की चर्चा करें।

### 3.3.1 शारीरिक प्रतिक्रियाएँ (reflexes)

शारीरिक प्रतिक्रियाएँ मनोभावों की सहज और स्वाभाविक अभिव्यक्ति हैं। गुस्से में आँखें लाल होती हैं, लाज में चेहरा लाल होता है, घृणा में मुँह और नाक की माँसपेशियाँ सिकुड़ती हैं। काव्यशास्त्र में रस के संदर्भ में शारीरिक रूप से व्यक्त कई प्रतिक्रियाओं को संचारी भाव की संज्ञा दी गई है।

शारीरिक प्रतिक्रियाएँ मनोभावों की स्थिति में शरीर में उत्पन्न रासायनिक परिवर्तनों के कारण पैदा होती हैं। विविध भावों की स्थिति में शरीर के विविध हार्मोन कई तरह के विकार पैदा करते हैं। इसका तात्पर्य यह है कि हम भावों की स्थिति में इन प्रतिक्रियाओं से बच नहीं सकते, दूसरे हम इन प्रतिक्रियाओं के अभाव में इन भावों की पूरी अभिव्यक्ति नहीं कर सकते। यही कारण है कि नाटकों या फ़िल्मों में कई पात्र इस तरह का सफल अभिनय नहीं कर पाते। ऐसी स्थिति में मात्र संवाद से ही भावों की अभिव्यक्ति कर संतोष कर लेते हैं। जो पात्र भावों के अनुरूप सही शारीरिक प्रतिक्रियाएँ व्यक्त कर पाते हैं, वे ही सफल अभिनय की प्रशंसा के पात्र होते हैं।

गुस्से में ऊँची आवाज़ में बोलना (आवाज़ का ऊँचा होना बल का प्रतिरूप है), गलती करने पर हिचकिचाकर बोलना आदि भी शारीरिक प्रतिक्रियाओं में शामिल हैं।

शारीरिक प्रतिक्रियाओं लोगों में अंतर देखा जा सकता है। कुछ लोग क्रोधी स्वभाव के होते हैं और वे अधिक प्रतिक्रियाएँ व्यक्त करते हैं, जबकि शांत स्वभाव का व्यक्ति क्रोध की स्थिति में भी इतनी प्रतिक्रियाएँ व्यक्त नहीं करते।

### 3.3.2 शारीरिक स्थितियाँ

आंगिक भाषा के इस रूप पर अभी-अभी लोगों का ध्यान गया है। इसमें वक्ता और श्रोता दोनों के मनोभावों को एक-दूसरे के प्रति उनके आकर्षण-विकर्षण के संदर्भ में समझा जा सकता है। उदाहरण के तौर पर दो घनिष्ठ मित्र बात करें, तो वे (i) एक-दूसरे की ओर मुखातिब होंगे, (ii) वे दोनों एक-दूसरे से स्पर्श की दूरी पर होंगे, और (iii) वे दोनों एक-दूसरे को देखते हुए बात करेंगे। इसकी तुलना में दो अजनबी दूरी से बात करेंगे और बेलाग होकर बात करेंगे। ये शारीरिक स्थितियाँ इस तरह व्यक्तियों के आपसी संबंधों की सूचना देती हैं।

मान लीजिए कि आप किसी सभा में बोल रहे हैं और सभा में 10-12 लोग उपस्थित हैं। लोग आपके विचार सुन रहे हैं। वे जान-बूझकर आंगिक चेष्टाएँ या हाव-भाव (gestures) प्रदर्शित नहीं करते। फिर भी आप जान जाते हैं कि कौन बोरियत महसूस कर रहा है, कौन ध्यान से सुन रहा है, कौन मन में आपके विचारों का स्वागत कर रहा है और कौन मन-ही-मन आपके विचारों की खिल्ली उड़ा रहा है।

यह जानना आपके लिए कैसे संभव है, जबकि वे अभिव्यक्ति के उद्देश्य से कोई चेष्टा या हरकत नहीं कर रहे हैं। उनकी मुखाकृति, उठने-बैठने का अंदाज़, हाथ रखने का तरीका सभी आपको उनके मन के भावों को समझने के लिए पर्याप्त संकेत करते हैं। यही आंगिक भाषा है, जो शारीरिक स्थिति से प्रकट होती है। इस संदर्भ में आगे दी गई तस्वीरों को देखिए -



'यह भाषण कब खत्म होगा?'



'यह तो मैंने सोचा ही नहीं था।'

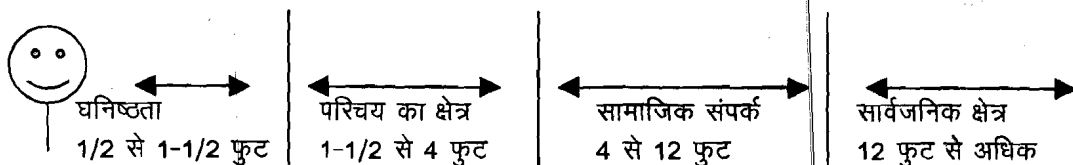


'बिल्कुल गलत कह रहे हैं आप!'

आंगिक भाषा में शरीर की भौतिक स्थिति के संदर्भ में विस्तार से चर्चा करना चाहें, तो पूरी एक पुस्तक भी पर्याप्त नहीं है। लेकिन हम यहाँ सिर्फ पाँच प्रमुख स्थितियों की चर्चा करेंगे, जिससे आप आंगिक भाषा की अभिव्यक्ति को समझ सकें।

### 1. क्षेत्र (territory)

इस विषय के मर्मज्ञ विद्वानों ने बताया है कि दो व्यक्तियों के बीच सम्प्रेषण के स्तर पर चार तरह की दूरियाँ होती हैं -



निम्नलिखित दोनों तस्वीरें देखिए। पहली तस्वीर में दोनों घनिष्ट मित्र हैं, दूसरी तस्वीर में दोनों नव-परिचित व्यक्ति हैं, अभी घनिष्टता के क्षेत्र में नहीं पहुँचे हैं -



सामाजिक संपर्क में आपका नौकर, घर में आया डाकिया, रास्ता पूछने वाला अजनबी आदि आते हैं। सार्वजनिक क्षेत्र से तात्पर्य लोगों के समूह से है, जिसे हम संबोधित करते हैं। मान लीजिए कि किसी लिफ्ट में आठ-दस लोग तुंसे खड़े हैं। भौतिक निकटता के बावजूद ये घनिष्टता के क्षेत्र में नहीं पहुँचे हैं। इस स्थिति में मन की दूरी कायम रखने के लिए कुछ मान्य सामाजिक कायदे हैं - लोग अनावश्यक



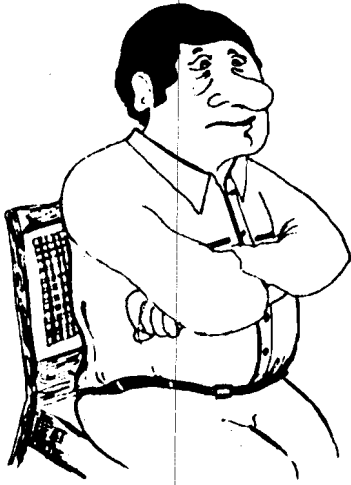
न बोलें, परिचितों से बोलें तो भी फुसफुसाकर, पास खड़े लोगों को आँखें मिलाकर न देखें, हो सके तो सिर्फ़ छत की तरफ़ देखें, अगर कभी देख भी लिया तो चेहरा भाव-विहीन हो, शारीरिक स्पर्श से बचें और स्पर्श हो जाए, तो दूरी रखने का उपक्रम करें।

घनिष्ठता के क्षेत्र में खड़े व्यक्ति एक-दूसरे की ओर मुखातिब होते हैं, आँखें मिलाकर बात करते हैं और प्रायः शारीरिक स्पर्श (हाथ थपथपाना, कंधा धूना, प्रशंसा में ताली देना, शाबाशी में कुहनी मारना आदि) स्थापित करते हैं।

क्षेत्र का अंतर आने पर व्यक्ति के मंतव्य का अनुमान हो जाता है। अगर भिखमंगा परिचय के क्षेत्र में आ जाए, तो आप घबरा जाते हैं। आखिक क्या करने वाला है? नौकरानी से सामाजिक दूरी (4 से 12 फुट) होनी चाहिए। अगर मालिक बिना कारण दूरी कम करे, तो वह उनकी गलत नीयत का अनुमान करेगी और दूरी बढ़ाएगी।

## 2. अंदाज़ (posture)

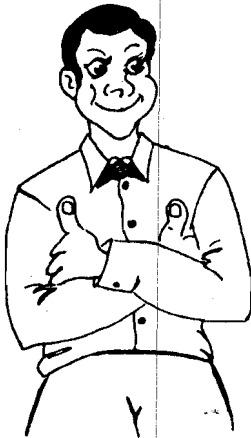
हाथ रखने का अंदाज़, बैठने या खड़े होने का अंदाज़ आदि व्यक्ति के स्वभाव तथा मनस्थिति आदि का बोध कराते हैं। निम्नलिखित तस्वीरें देखिए, जिसमें हाथ रखने के अंदाज़ से मनस्थिति का पता चलता है -



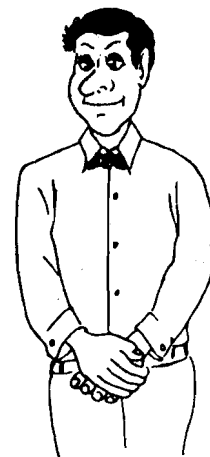
बंधे हुए हाथ, कसी हुई मुट्ठी और मुखाकृति प्रकट करते हैं कि व्यक्ति गुस्से और विरोध में है



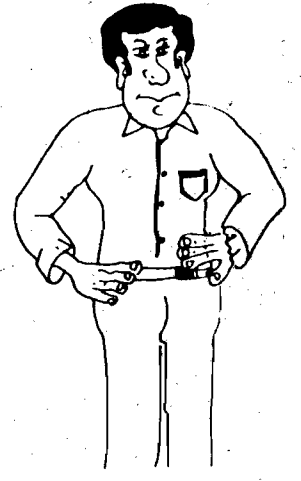
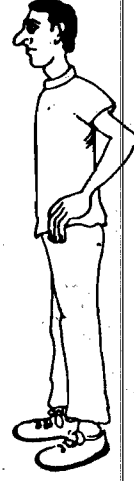
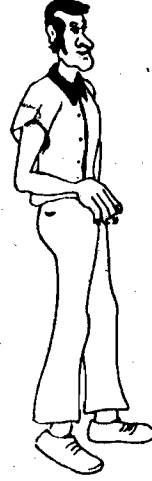
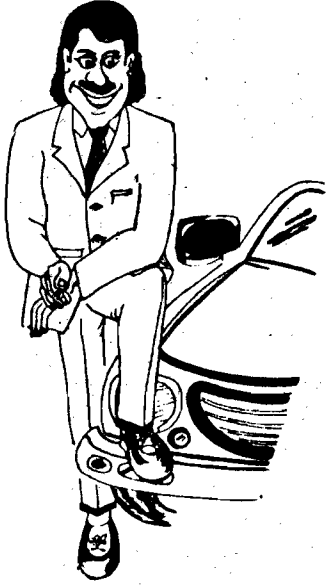
'इस मामले में मेरे इरादा पक्का है।'



इस मुद्रा से प्रकट होता है कि वह व्यक्ति अपने को कितना महत्वपूर्ण समझता है।



इस मुद्रा से पता चलता है कि वह व्यक्ति सोचता है 'इससे आगे मैं कुछ नहीं कर सकता।'



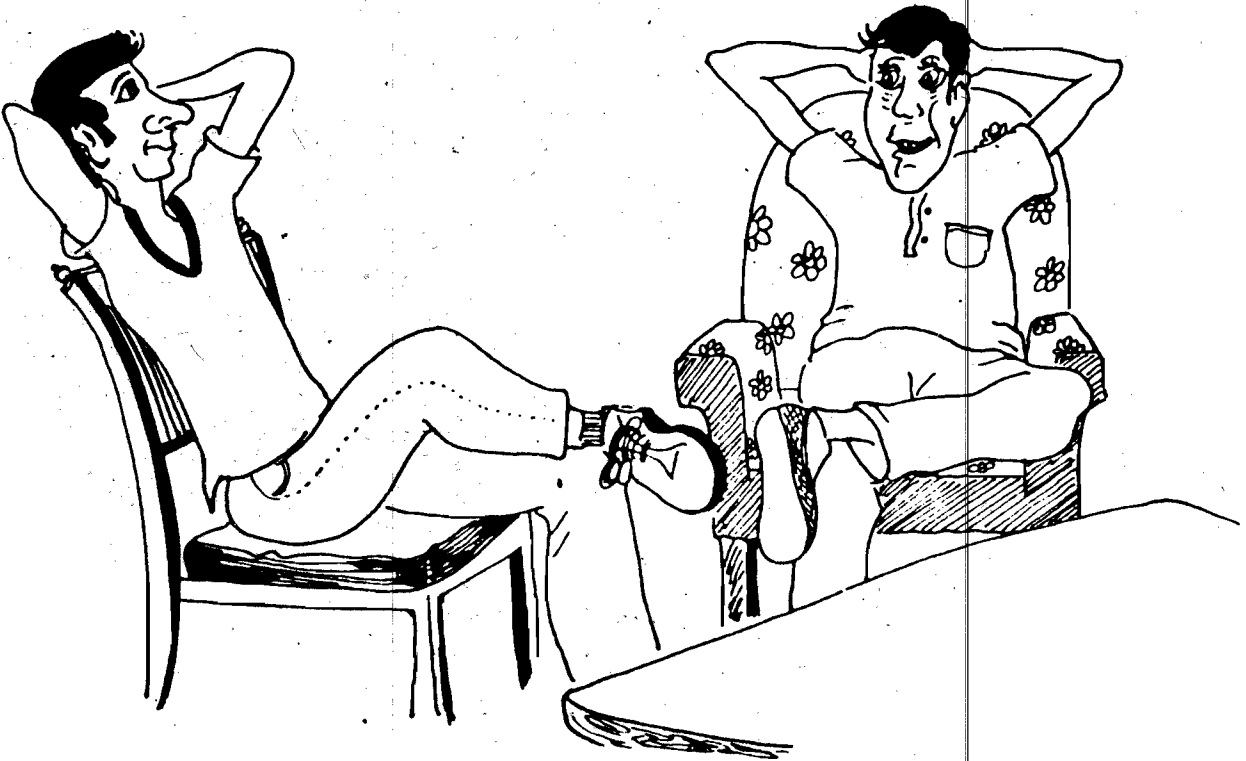
'यह मेरी गाड़ी है। छह लाख खर्च किए हैं।'

'अब मुझसे बचकर कहाँ जाओगे?'

'क्या समझ रखा है? मैं तुमसे दबने वाला नहीं हूँ।'

'जब बोलो मैं तैयार हूँ।'

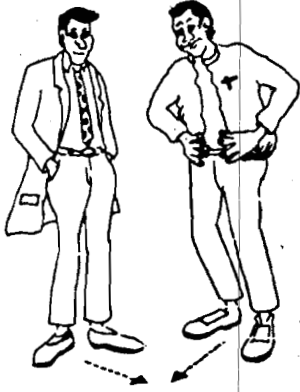
बैठने के अंदाज़ को देखिए -



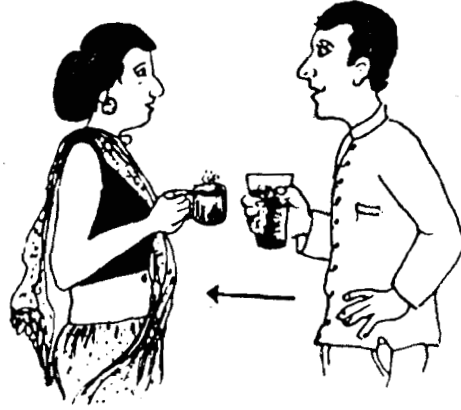
दोनों व्यक्ति यह दिखाने की कोशिश कर रहे हैं कि मैं तुमसे कम नहीं हूँ।

### 3. उन्मुख होना

नीचे दो तस्वीरें दी गई हैं। पहली तस्वीर में दो लोग खड़े हैं, लेकिन एक-दूसरे के आमने-सामने नहीं हैं। इसका आशय यह है कि इन्हें अपने समूह को सीमित करने की आवश्यकता नहीं है और तीसरे के प्रवेश की गुंजाइश है। दूसरी तस्वीर में दोनों एक-दूसरे की ओर उन्मुख हैं, अर्थात् वे अपने समूह में तीसरे का प्रवेश नहीं चाहते।

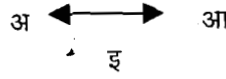
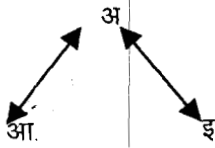


दोनों व्यक्ति अपने भीतर तीसरे व्यक्ति का स्वागत कर सकते हैं।



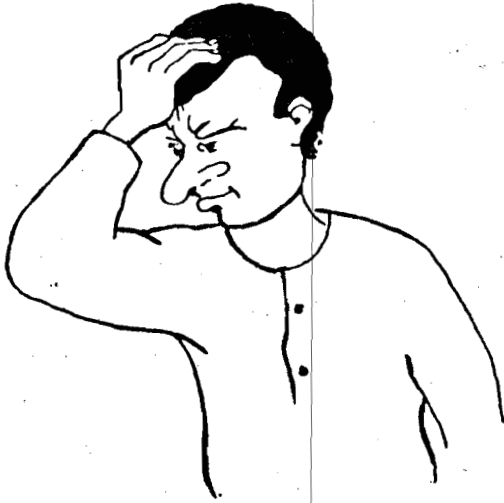
इन दोनों के बीच किसी ओर के आने की गुंजाइश नहीं है।

अक्सर ऐसा भी होता है कि तीन लोग एक वर्ग में खड़े होते हैं, जैसे पहले आरेख में है। बदली परिस्थितियों में 'अ' और 'आ' एक-दूसरे की ओर उन्मुख हो जाते हैं। तीसरे को समझ जाना चाहिए कि वह अब समूह से बाहर है (दूसरा आरेख देखें)।



### 4. मुखाकृति (facial expression)

निम्नलिखित तस्वीरों में आप चेहरे के भाव को आसानी से समझ सकते हैं -



'ओफ-ओ, फिर वही गलती!'



'बात समझ में आ गई। अब यही करूंगा।'



'हे न बड़ी मजेदार चीज़!'

## 3.4 आंगिक सम्प्रेषण और भाषा

आंगिक सम्प्रेषण के दो रूप हैं। हाव-भाव (gestures) और आंगिक भाषा (body language)। दोनों में प्रकार्यात्मक दृष्टि से विभेद या पृथक्करण नहीं है। हम मौखिक भाषा के साथ दोनों रूपों का सहज

रूप में प्रयोग करते हैं। जब कोई दीन व्यक्ति आंगिक चेष्टा के साथ 'सलाम' बोलता है, तो वह आंगिक सम्प्रेषण और वाचिक (oral) सम्प्रेषण का समन्वित रूप अपनाता है। 'सलाम' या 'नमस्ते' में आंगिक सम्प्रेषण के दोनों रूपों का समन्वित प्रयोग भी देखा जा सकता है। व्यक्ति 'नमस्कार' के लिए दोनों हाथ उठाता है, यह हाव-भाव या आंगिक चेष्टा है, जो यादृच्छिक है। सामाजिक स्तर में नीचे के पायदान पर खड़ा व्यक्ति अपनी दीनता की अभिव्यक्ति में 'नमस्कार' करते समय पूरे शरीर को झुकाता है। दीनता की यह अभिव्यक्ति आंगिक भाषा है। वय या पद में बड़े व्यक्ति 'नमस्कार' के उत्तर में शरीर को नहीं झुकाते, यह उनकी आंगिक भाषा है।

हर व्यक्ति समान रूप से आंगिक सम्प्रेषण नहीं करता, न ही हर व्यक्ति आंगिक सम्प्रेषण को पूर्ण रूप से समझ पाता है। कुछ लोग अधिक मात्रा में आंगिक सम्प्रेषण का उपयोग करते हैं, कुछ लोग सीमित मात्रा में। यह जान लेना अच्छा होगा कि आंगिक सम्प्रेषण का आशय क्या है जिससे हमें दूसरों के साथ ठीक से व्यवहार करें।

यह देखा गया है कि पढ़े-लिखे लोग आंगिक चेष्टाओं का कम उपयोग करते हैं। इसके दो कारण हैं। औपचारिक स्थितियों में भाषा का अधिक उपयोग करने के कारण वे वाचिक अभिव्यक्ति पर अधिक बल देते हैं। यह भी हो सकता है कि वे भाषा के माध्यम से अभिव्यक्ति की क्षमता पर अधिक भरोसा करते हैं। इसी तरह, समाजशास्त्रियों ने यह भी देखा है कि पुरुषों की अपेक्षा महिलाएँ व्यक्ति के आंगिक सम्प्रेषण को अधिक गहराई से देखती हैं और व्यक्ति के मनोभावों को आसानी से समझ लेती हैं। इसका यह भी अर्थ निकलता है कि पुरुष महिलाओं के आंगिक सम्प्रेषण को इतनी सूक्ष्मता से नहीं देखते। अतः वे महिलाओं के मनोभावों और व्यवहार को इतनी बारीकी से समझ नहीं पाते। हिंदी की लोकोक्ति 'त्रिया चरित्र' इसी बात की ओर संकेत करता है। 'त्रिया चरित्र' का अर्थ यह नहीं है कि (कुछ) स्त्रियाँ गलत आचरण करती हैं। इसका तात्पर्य यही है कि महिलाओं का व्यवहार गूढ़ होता है और पुरुष उसे समझ नहीं पाते। इसमें दोष महिलाओं का नहीं, आंगिक भाषा समझ न पाने की पुरुषों की अक्षमता (या कम क्षमता) का है।

जिस तरह भाषा के माध्यम से दूसरों के विचार सुनकर तदनु रूप आचरण करते हैं, उसी तरह आंगिक सम्प्रेषण से दूसरों की स्थिति समझकर उचित व्यवहार कर सकते हैं। उदाहरण के लिए, यदि हमें मालूम हो जाए कि सामने वाला आपसे बातचीत करने के लिए उत्सुक नहीं है तो हम भी उससे दूर हो सकते हैं और अप्रिय प्रतिक्रिया से बच सकते हैं। अन्यथा वह सबके सामने कह देगा - 'आपसे मैं कोई बात नहीं करना चाहता।' इसी तरह, अपने आंगिक सम्प्रेषण को भी नियंत्रित कर हम अप्रिय स्थितियों से बच सकते हैं। उदाहरण के लिए, किसी अनजान जगह में कोई अजनबी आपको घूरकर देखे, तो भय का उत्पन्न होना स्वाभाविक है। वह व्यक्ति इसी बात को आँक रहा है और घात में है। आप अपने आंगिक सम्प्रेषण को विश्वास में बदलिए। उसकी तरफ उड़ती निगाह से देखिए, फिर 'मुझे क्या परवाह' के मूड में और कहीं देखिए। आत्मविश्वास का यह भाव उसे इंगित करेगा कि आप आक्रांत होने वाले व्यक्तियों में नहीं हैं। फिर वह, आपकी तरफ नहीं बड़ेगा। यही उक्ति है न 'जो डरा वह मरा'।

#### बोध प्रश्न

5. आंगिक भाषा के संदर्भ में शारीरिक रसायनिकी और शारीरिक भौतिकी से क्या तात्पर्य है?

---



---



---



---



---

6. निम्नलिखित वाक्यों में कौन-से मुहावरे हैं? उनसे व्यक्त शारीरिक प्रतिक्रिया से कौन-सा मनोभाव प्रकट होता है?

- 1) उसने तयोरियाँ चढ़ाते हुए कहा.....
- 2) वह खबर सुनते ही उसके पसीने छूट गए।
- 3) उसको सामने देखते ही मेरे दिल की धड़कन तेज़ हो गई।

- 4) फिर भी वे गुस्सा पी गए।  
 5) खबर सुने ही उसके कान खड़े हो गए।  
 7. निम्नलिखित मुहावरों से किस भौतिक स्थिति का पता चलता है और उसका आशय क्या है?  
 1) नज़रें चुराना  
 2) खीसें निपोरना  
 3) चेहरे पर हवाइयाँ उड़ना  
 4) तनकर खड़ा होना  
 8. चार भौतिक स्थितियों का उदाहरण सहित उल्लेख कीजिए।

---



---



---



---



---

9. भाषिक सम्प्रेषण और आंगिक सम्प्रेषण का संबंध स्पष्ट कीजिए।

---



---



---



---



---

### 3.5 सारांश

इस इकाई में आपने पढ़ा कि सम्प्रेषण के दो रूप हैं - एक, मौखिक या उच्चरित भाषा के रूप में सम्प्रेषण (verbal communication) और दो, आंगिक सम्प्रेषण (non-verbal communication) जिसमें शरीर की चेष्टाओं या शरीर में उत्पन्न विकारों से व्यक्ति के मनोभावों को समझा जा सकता है।

आंगिक सम्प्रेषण के दो रूप हैं - हाव-भाव या आंगिक चेष्टाएँ (gestures) और आंगिक भाषा (body language)।

हाव-भाव में व्यक्ति शारीरिक चेष्टाएँ करते हैं, जैसे 'हाँ' में सिर हिलाना, हाथ से इशारे करना, कंधे उचकाना, मुँह बिचकाना आदि। ये चेष्टाएँ या इशारे यादृच्छिक होते हैं और समाज सापेक्ष होते हैं। अर्थात् अलग-अलग भाषाई समुदाय एक ही अर्थ के लिए अलग-अलग संकेत करते हैं। हाव-भाव के कई प्रकार्य हैं। जैसे, ये कभी उच्चरित भाषा को स्थानापन्न करते हैं; उच्चरित भाषा के कथ्य को पुष्ट करते हैं; उच्चरित भाषा में व्यक्त मनोभावों को लय-गति देते हैं।

आंगिक भाषा के दो रूप हैं। एक, व्यक्ति के मनोभावों के अनुसार शरीर में विकार पैदा होते हैं, जैसे गुस्से में आँखें लाल होना, लज्जा में चेहरे पर लाली दौड़ना आदि। दो, व्यक्तियों के परस्पर संबंधों के अनुसार उनके बीच की दूरी, उठने-बैठने का अंदाज़ आदि से उनके मनोभावों को समझा जा सकता है।

सम्प्रेषण में ये तीनों ही रूप साथ-साथ चलते हैं। अर्थात् उच्चरित भाषा के साथ-साथ हाव-भाव और शारीरिक विकार अभिव्यक्त हो सकते हैं। आंगिक सम्प्रेषण अलग-अलग व्यक्तियों में अलग-अलग तरह से होते हैं। कुछ लोग कम हाव-भाव दिखाते हैं, कुछ ज़्यादा, जिस तरह कुछ लोग कम बोलते हैं, कुछ ज़्यादा बोलते हैं।

आंगिक सम्प्रेषण की जानकारी का हमारे जीवन में बहुत महत्त्व है। हम दूसरों के आंगिक सम्प्रेषण को जान सकें कि वे किस मनस्थिति में हैं, तो उस अनुसार अपने व्यवहार को बदल सकते हैं और समयानुकूल आचरण कर सकते हैं। इसी तरह हम अपने आंगिक सम्प्रेषण को भी नियंत्रित कर सकें, तो कई स्थितियों में सुरक्षित रह सकते हैं।

### 3.6 बोध प्रश्नों के उत्तर

#### बोध प्रश्न

1. 1) हाँ 2) हाँ 3) नहीं 4) हाँ 5) नहीं  
6) हाँ
2. 1) तर्जनी और अँगूठे को ऊपर की ओर करना, छाती के पास रखकर ऊपर नीचे हिलाना  
2) दोनों हथेलियों को अंदर की ओर से ऊपर घुमाना और धीरे से कंधे उछालना  
3) तर्जनी और अँगूठे से पिस्तौल चलाना  
4) तर्जनी से संकेत करना।
3. 1) लोग लड़ने के लिए कमर पर कपड़े को कसकर बाँधते हैं। इसका आशय है किसी काम के लिए उद्यत होना।  
2) सर 'हाँ', 'नहीं' आदि स्थितियों में हिलाया जाता है। यहाँ स्वीकृति देने का अर्थ है।  
3) हाथ मिलाना मित्रता का भाव सूचित करता है। यहाँ मुहावरा हाथ मिलाने के लिए हाथ आगे बढ़ाने पर आधारित है। आशय है मित्रता प्रदर्शित करने का प्रयत्न।  
4) अर्थात् बिना बोले ही इशारों से बात समझा दी।
4. अनुभाग 3.2.2 के अंत में देखें।
5. शारीरिक रसायनिकी का मतलब है गुस्सा, भय, प्रेम आदि स्थितियों में उत्पन्न विकार। शारीरिक भौतिकी का मतलब है दूसरों के साथ व्यवहार में दूरी, उठने-बैठने का अंदाज़ आदि। ये दोनों ही सहज प्रतिक्रियाएँ हैं।
6. 1) त्योरी चढ़ाना - गुस्से का भाव  
2) पसीने छूटना - भय की स्थिति  
3) दिल की धड़कन - प्यार या आतंक की स्थिति  
4) गुस्सा पी जाना - शांत स्वभाव, जिसमें व्यक्ति प्रतिक्रियाओं पर काबू पा जाता है।  
5) कान खड़े होना - चौकन्ना होना। यह जानवरों की प्रतिक्रिया है जिसे मनुष्यों पर आरोपित किया गया है।
7. 1) नज़रें चुराना - आँखें मिलाकर बात न कर पाना। शर्म के कारण।  
2) खीसें निपोरना - संकोच मिटाने के लिए हँसने का उपक्रम करने वाली स्थिति।  
3) चेहरे पर हवाइयाँ उड़ना - हताश या निराश होने का भाव, जब चेहरे पर उदासी का भाव प्रकट होता है।  
4) तनकर खड़ा होना - विद्रोह या घमंड की स्थिति।
8. अनुभाग 3.3.2 देखिए।
9. इसका विवरण पूरी इकाई में, मुख्य रूप से अनुभाग 3.6 में मिल सकता है।