सार्वजनिक अभिव्यक्तिको सिद्धान्तमाथि दृष्टि प्रक्षेपण

बाबुराम ओझा
उपप्राध्यापक, नेपाली विभाग, भोजपुर बहुमुखी क्याम्पस, त्रि. वि., नेपाल

सारसङ्क्षेप

मानिसले समाजमा भाषिक व्यवहार गर्दा प्रस्तुत गर्ने अभिव्यक्तिगत सीपलाई वाक्कला वा अभिव्यक्तिकला भनिन्छ। वाक्कलालाई अभिव्यक्ति सीप मात्र नमानेर मानवमा निहित बोलीरूपी गहना र उसलाई अन्य प्राणीबाट अलग पार्ने पहिचानविशेष पनि मानिन्छ। वाक्कलामा एकआपसमा कुराकानीका क्रममा हुने सांवादिक सीपदेखि सार्वजनिक रूपमा उपस्थित भएर वा कुनै सञ्चारका माध्यमबाट गरिने वैचारिक प्रस्तुति, विश्लेषण, संश्लेषण वा सम्बोधन कलाजस्ता कुराहरू पर्दछन्। नेपालमा सार्वजनिक अभिव्यक्तिका विषयमा व्यवस्थित अध्ययनको अभाव देखिएको र भएका अध्ययन पनि प्रायः आमसञ्चार र पत्रकारिता विषयनिकट भएका कारण नेपालको सामाजिक र राजनैतिक क्षेत्रको सार्वजनिक अभिव्यक्ति सीप अव्यवस्थित र कमजोर रहेको परिप्रेक्ष्यमा सार्वजनिक अभिव्यक्तिका आधारभूत सैद्धान्तिक मानक के कस्ता छन् ? भन्ने समस्यामा आधारित रहेर यसका सैद्धान्तिक आधारतर्फ अभिमुख गराउने उद्देश्यले यो लेख तयार पारिएको छ। यस लेखमा वाक्कलाको सामान्य परिचय र यसका सापेक्षतामा सार्वजनिक अभिव्यक्तिको चिनारी, अनौपचारिक संवादका तुलनामा सार्वजनिक अभिव्यक्तिको विशिष्ट पहिचान र सार्वजनिक अभिव्यक्तिको P'3'को लोकप्रिय सिद्धान्तलाई विभिन्न विद्वानका मतका सहाराले चिरफार र पुष्टि गरिएको छ। खास गरी वर्णनात्मक विधिको प्रयोग गरी तयार भएको यो गुणात्मक प्रकारको अनुसन्धानात्मक लेखले विश्वविद्यालयमा अध्ययनरत वाक्कला र आमसञ्चार विषयका विद्यार्थी, सार्वजनिक रूपमा बोल्ने वक्ता, कार्यक्रम उद्घोषक, शैक्षिक तथा व्यावसायिक सहजकर्ता तथा राजनैतिक वृत्तका व्यक्तिहरूलाई सार्वजनिक अभिव्यक्ति निखारतर्फ अभिप्रेरित गर्ने अपेक्षा राखिएको छ।

मुख्य शब्द/शब्दावली : आत्मविश्वास, गैह्रभाषिक सङ्केत, पूर्वतयारी, प्रयत्न, प्रस्तुतीकरण, वाक्कला, वाक्चातुर्य, वाणी, समालोचनात्मक सीप, संवाद, सार्वजनिक अभिव्यक्ति आदि।

१.१ विषयपरिचय

मान्छेले सभ्यताको विकासका क्रममा भाषाको माध्यमले आफ्नो भावना र विचारको आदानप्रदान गर्न थालेको हो। सामाजिक प्राणी हुनुका नाताले मानवका विचारको साटासाट र चाहनाहरूको अभिव्यक्ति भाषाकै माध्यमबाट हुने गरेको कुरा निर्विवाद छ। "सामाजिक व्यवहार चलाउन र प्रत्येक व्यक्तिका बीच सम्बन्ध स्थापित गर्न भाषा अनिवार्य हुन्छ" (शर्मा र लुइटेल, २०६४, पृ.४)। अतः भाषा सबै प्रकारको अभिव्यक्तिको माध्यम हो। यो बोलीसँग सम्बन्धित हुन्छ। यस्तो बोली कथ्य र लेख्य दुवै हुन सक्तछ अनि यस्तो अभिव्यक्ति निजी वा सार्वजनिक पनि हुन सक्छ। मानिसले भाषाको माध्यमबाट गर्ने विचार वा चेतनाको विनिमयसँग वाक्कलाको गहिरो सम्बन्ध छ।

वाक्कला मूलतः भाषाकै माध्यम अपनाएर अभिव्यक्त गरिने वाणीविशेष हो। यो बोल्ने सीप वा तौरतरिका विशेष हो। अतः वाक्कलामा सामान्य रूपमा संवादका क्रममा प्रयोग हुने अभिव्यक्ति सीप र औपचारिक रूपमा कुनै सभा-समारोहमा प्रस्तुत गर्ने विचार वा विश्लेषण वा सम्बोधन दुवै पर्दछन्। कुनै निजी र अनौपचारिक कुराकानीमा प्रयुक्त भाषाका विषयमा आम रूपमा त्यति चर्चा गरिन्न र गर्नु पनि आवश्यक छैन-होइन। तर सार्वजनिक रूपमा

Received: July 2019 *Accepted: Sept. 2019*

गरिने औपचारिक अभिव्यक्ति र त्यसको कौशलका विषयमा परिचर्चा आवश्यक छ र यसको चर्चा-बहस भने चाहिने भन्दा थोरै भएको छ । यसैको फलस्वरूप नेपालमा सार्वजनिक रूपमा दिइने प्रस्तुतिहरूका एक चौथाइ हिस्सा कि त अप्रभावकारी कि त विभिन्न कुराहरूले विवादित भएको सबैसामु प्रष्ट छ । नेपालमा सार्वजनिक अभिव्यक्तिमा सामेल हुनेहरूको भाषिक, सांरचनिक तथा अन्य प्रकारका त्रुटिका कारण कार्यक्रम भद्दा र विषयको सम्प्रेषण प्रभावकारी बन्न नसकेको देखिन्छ र यसलाई नेपालीपन र नेपाली जिब्रो भनेर पन्छिने गरिएको छ । यसले समग्र देशकै सार्वजनिक अभिव्यक्तिको गरिमामा ह्रास आएको र कहिलेकाहीँ अन्तर्राष्ट्रिय क्षेत्रमा समेत नेपालको प्रस्तुति विवादास्पद तथा हास्यास्पद बनेको देखिन्छ ।

यहाँ सार्वजनिक रूपमा दिइने सबै प्रकारका अभिव्यक्तिका लागि आवश्यक आधारभूत मानक के हुन् ? भन्ने समस्यामा आधारित रहेर यसको सैद्धान्तिक अवधारणामाथि प्रष्ट्याउने र यसमा हुने त्रुटिहरूको न्यूनीकरण गर्ने उद्देश्यका साथ यो लेख तयार पारिएको छ । वाक्कला र सार्वजनिक अभिव्यक्तिका बारेमा विश्वविद्यालय तहमा आम सञ्चार र नेपाली विषयमा पठनपाठन हुने गरेको छ तर सार्वजनिक रूपमा सञ्चालन हुने आम कार्यक्रममा सहभागीहरूको ठूलो हिस्सा यसबाट बेखवर रहेको पाइन्छ । यसका अलावा सार्वजनिक अभिव्यक्तिका विषयमा अङ्ग्रेजीलगायतका विकसित र विस्तारित भाषामा व्यवस्थित अध्ययन-लेखन भएको भए पनि नेपाली भाषामा यस्तो अध्ययनको कमी देखिन्छ । भएका थोरै अध्ययन पनि आम सञ्चार, पत्रकारिता र रेडियो वा टी.भी.मा गरिने उद्घोषणमा केन्द्रित छन् । त्यसैले सार्वजनिक अभिव्यक्ति र यसको गाम्भीर्यलाई थोरै भए पनि सहज र व्यवस्थित पार्दै सार्वजनिक अभिव्यक्तिलाई परिष्कृत र प्रभावकारी बनाउने अपेक्षासहित यो लेख तयार पारिएको छ ।

यस लघु आयतनको लेखमा वाक्कलाका सापेक्षतामा सार्वजनिक रूपमा दिइने अभिव्यक्तिका पूर्वसर्त, यसका आधारस्तम्भ र प्रभावकारी रूपमा सार्वजनिक रूपमा प्रस्तुत हुनका लागि उपायहरू सुझाइएको छ । सीमित आकार र आयामको यस लेखमा आकारगत लघुताभित्र सार्वजनिक अभिव्यक्तिका व्यापक पक्ष र चरणहरूको मिहीन चिरफार सम्भव नभएको हुनाले यसका आधारभूत पक्षलाई मोटो रूपमा प्रस्तुत गरिएको छ । यसो गर्दा तथ्य प्रस्तुतिका क्रममा वर्णनात्मक विधिको अवलम्बन गरिएको छ । हाल नेपालमा पनि सार्वजनिक अभिव्यक्तिको क्षेत्र विस्तार भएको तर यसलाई व्यवस्थित पार्न बाँकी रहेको सन्दर्भमा यस लेखले सार्वजनिक रूपमा बोल्न चाहने वक्ता, कार्यक्रम उद्घोषक, सहजकर्ता तथा राजनैतिक वृत्तका व्यक्तिहरूलाई मार्गनिर्देशन गर्ने हुनाले यो लेखन फलदायी हुने अपेक्षा गरिएको छ ।

१.२ वाक्कलाका सापेक्षतामा सार्वजनिक अभिव्यक्ति

१.२.१ वाक्कला

'वाक्कला' शब्द 'वाक्' र 'कला' गरी दुईवटा पद मिलेर बनेको छ । यहाँ 'वाक्' को अर्थ वाणी वा भाषा र 'कला' को अर्थ सीप वा तौरतरिका भन्ने हुन्छ । नेपाली बृहत् शब्दकोशले पनि 'वाक्' को अर्थ भाषा वा वाणी नै बताएको छ (पोखरेल र अन्य, २०५५, पृ.११३६)। ग्रीक च्जभतयच बाट निष्पन्न भएको वाक्कलालाई जनाउने अङ्ग्रेजी शब्द च्जभतयचष्अ को अर्थ पनि प्रभावकारी भाषण वा लेखन सीप भन्ने हुन्छ । यसरी व्युत्पत्तिमूलक आधारमा हेर्दा मानिससँग निहित भाषाको प्रयोगको सीपलाई वाक्कला भनिन्छ । पनेरु (२०५८, पृ.१) ले मानवद्वारा गरिने अभिव्यक्तिगत सीपलाई वाक्कला मान्दै खासमा भाषाको कलात्मक प्रयोगलाई वाक्कला मानेका छन् । यस भनाइमा मान्छेमा निहित रहेका अभिव्यक्तिको सीप मात्रलाई वाक्कला नमानेर उसमा रहेको विचार वा चेतनाको सञ्चरणमा प्रयुक्त अभिव्यक्ति कौशल वा निपुणता एवम् कलापूर्णतालाई वाक्कला मान्नुपर्ने आशय पाइन्छ ।

भाषा मानवीय वस्तु हो र यो विचार विनिमयको सशक्त माध्यम पनि हो । मान्छेले भाषाको प्रयोगद्वारा

भावनाको विनिमय गर्छ । "भाषामा प्रेषकले भनेको कुरा प्रापकले ग्रहण गर्न सक्ने र प्रापकले सोधेको जवाफ पुनः प्रेषकले दिन सक्ने भएकाले यसमा अन्तर्विनिमय योग्यता रहेको छ"(गौतम र चौलागाईं, २०६७, पृ.६)। यस्ता भावना वा विचारको अन्तर्विनिमयका क्षेत्रहरू कुराकानी वा संवाद, भाषण, प्रवचन, वक्तृता, वादविवाद आदि हुन् । भाषिक सञ्चारमा क्षेत्रमा भएको कौशल वा निपुणता भाषाको विशिष्ट प्रकारको र कलात्मक प्रयोग नै वाक्कला भएकाले यसमा भाषिक सञ्चार प्रणालीको प्रमुख भूमिका छ तर विचारणीय कुरा के छ भने वाक्कलामा गैह्रभाषिक प्रकारका हाउभाउ, सङ्केत, लय आदिको भूमिकालाई पनि नकार्न मिल्दैन । वाक्कला मानवको अभिव्यक्तिगत सीप मात्र नभएर मान्छेसँग मात्र भएको वाणीको अनुपम शक्ति वा बोलीरूपी गहना मानिन्छ किनकी वाक्पटुता र बोलीमा मिठास भएका व्यक्तित्वको समाजमा सम्मान हुन्छ । मान्छेबाहेकका सीमित प्राणीले विचार विनिमयका लागि सीमित तौरतरिका त अँगाल्छन् तर उनीहरूमा भाषिक पकड र भाषिक उत्पादन शून्य हुन्छ । अतः सम्पूर्ण प्राणीका माझमा मानिसलाई पृथक् अनि सर्वश्रेष्ठ तुल्याउने कुरा यही हो । वाक्कलालाई आभूषणका रूपमा विकास गर्न र सार्वजनिक व्यक्तित्वमा रूपमा आफूलाई निखार्नका लागि भने वाणीमा कलात्मकता तथा मिठास आवश्यक हुन्छ ।

१.२.२ सार्वजनिक अभिव्यक्ति

सार्वजनिक अभिव्यक्ति भनेर मानिसले भाषाको प्रयोग गरेर सार्वजनिक स्थानमा खास विषयवस्तुमा आधारित रहेर दिइने अभिव्यक्तिलाई भनिन्छ । वास्तवमा सार्वजनिक ठाउँमा दर्शकहरूलाई लक्ष्य गरेर बोलिने कुरा नै सार्वजनिक अभिव्यक्ति हो । यो दर्शक-श्रोतालाई कुनै सन्देश प्रवाह गर्ने प्रक्रिया हो । आधुनिक समयमा यस पदावलीको अर्थ व्यापक भएको हुनाले यसले सार्वजनिक वा सामूहिक रूपमा व्यक्त सबै प्रकारका अभिव्यक्तिलाई जनाउँछ । यसमा प्रायः दर्शक वा श्रोतालाई लक्षित गरी उनीहरूलाई जानकारी, विचार वा मनोरञ्जन प्रदान गरिन्छ । अतः सार्वजनिक अभिव्यक्ति दर्शकलाई मुग्ध पार्ने कला हो । यसका लागि विभिन्न सञ्चारका माध्यमको प्रयोग गरिन्छ । प्रभावकारी सार्वजनिक अभिव्यक्तिमा विषयको गहिराइअनुसारको प्रस्तुतिको ओज, दर्शकको ख्याल र उनीहरूको आम मनोविज्ञानअनुसारको व्यवहार तथा प्रस्तुतीकरणको सीप समेटिएको हुन्छ । त्यसैले "सफल सार्वजनिक अभिव्यक्तिकार बन्नका लागि कुनै पनि विषय तथा कार्यक्रमको पूरा जानकारीका साथ गरिएको तयारी तथा प्रयत्नले ठूलो भूमिका खेल्छ । अभिव्यक्तिगत प्रष्टता, शब्दभण्डारमा पर्याप्तता तथा अध्ययनशीलता कुशल अभिव्यक्ति दिनका लागि आवश्यक पूर्वसर्तहरू हुन्"(ओझा, २०७५, पृ.८८) । यसका अतिरिक्त समयको परिपालना, विनयशीलता, आत्मविश्वास, तार्किकता, अध्ययनशीलता भएको र सबैलाई सम्मान गर्ने व्यक्ति नै कुशल वक्ता, प्रवचनकर्ता र सर्वप्रिय उद्घोषक-विश्लेषक बन्न सक्छ ।

मानव सभ्यताको इतिहासमा प्राचीन समयदेखि नै मानिसहरूले सार्वजनिक अभिव्यक्तिलाई सञ्चारको एक प्रमुख साधनका रूपमा प्रयोग गर्दै आएको पाइन्छ । विगतमा आमसञ्चारका साधनको विकास नभइसकेको अवस्थामा अझ मानिसले मीठो, प्रभावकारी र वाक्चातुर्ययुक्त वाणीलाई विचार र चेतनाको सञ्चार गर्ने माध्यम मानेको पाइएको छ । आजभन्दा २५०० वर्षभन्दा पनि अघि ग्रिसेली नेता पेरिकल्सले भनेको कुरा आज पनि सत्य मानिन्छ । उनले जो मानिस कुनै विषयमा ठोस विचार सोच्छ तर व्याख्या गर्न सक्दैन, त्यसको सो विषयमा कुनै चिन्तन वा विचार नै छैन भने हुन्छ(लुकास, २०१५, पृ.४) भनेका छन् । सार्वजनिक अभिव्यक्तिले मानिसका विचारहरूलाई अरुसामु राख्ने र अरुलाई प्रभावित पार्न र मानिसलाई सार्वजनिक व्यक्तित्वका रूपमा विकसित बन्न गहन भूमिका खेल्छ । । सार्वजनिक अभिव्यक्ति र वाक्कलाको अविछिन्न्न सम्बन्ध छ । अतः वाक्कलाका विधाहरू जस्तैः भाषण, प्रवचन, वादविवाद, उद्घोषण आदि सार्वजनिक अभिव्यक्ति र यस मान्यतासँग अन्तर्सम्बन्धित रहेका छन् । सार्वजनिक अभिव्यक्ति वाक्कलाकै आधारभूमिका विकसित कला हो तर यो वाक्कलाको परिष्कृत र विशिष्ट क्षेत्र हो, जसमा अभिव्यक्तिको सार्वजनिकीकरण र विस्तारपूर्ण प्रसारण र त्यसको प्रभावकारितामा जोड दिइन्छ ।

१.३ सामान्य संवादका तुलनामा सार्वजनिक अभिव्यक्ति

मानिसले आफ्नो दैनिक जागृत समयको औसतमा ३० प्रतिशत समय संवादमा खर्च गर्छ । अतः हामीले दैनिक जीवनमा गरिने कुराकानीबाट नै अभिव्यक्तिका आधारभूत कुराहरू सिक्छौं । मानिसले तथ्यहरूको संरचना तयार पार्न र त्यसलाई व्यवस्थित तथा क्रमबद्ध गर्न संवादबाट नै सिकेको हो । कुराकानीमा विषय र यसका तथ्यहरूको सिलसिला मिलाउन सक्ने मानिस नै सबैको प्रिय हुन्छ र भावी दिनमा उसैले तुलनात्मक रूपमा प्रभावकारी ढङ्गले आम मानिसका बीचमा खास विषयमा सञ्चार गर्न सक्छ । उचित स्थानमा तर्क र उदाहरणको समायोजन, सन्देशको प्रष्टता, कथाकथनको सीप, अरुको विचार सुन्ने आदतको विकास जस्ता कुराहरू दैनिक रूपमा गरिने कुराकानीबाट विकास गर्न सकिने सीपहरू हुन्, जो सार्वजनिक वक्ताका रूपमा प्रस्तुत हुँदा पनि आवश्यकीय मानिन्छन् । दैनिक रूपमा हुने सामान्य कुराकानी वा संवादसँग सार्वजनिक अभिव्यक्तिको गहिरो सम्बन्ध हुन्छ । दैनिक रूपमा हामीले विचार विनिमय र भावनाको साटासाटका लागि प्रयोग गर्ने भाषिक व्यवहारबाट नै सार्वजनिक अभिव्यक्तिको आधारभूमि तय हुने भएकाले संवादको कुशलता र प्रभावकारितालाई सार्वजनिक अभिव्यक्ति परिष्कारको पूर्वसर्त मानिन्छ । धेरै मानेमा सार्वजनिक अभिव्यक्तिमा सामान्य संवादका सीपहरू प्रयुक्त हुन्छन् । अधिकांश मानिस, जो दैनिक कुराकानीमा प्रभावकारी सञ्चार गर्न सक्छन्, तिनीहरूले मात्र सार्वजनिक अभिव्यक्तिमा सञ्चार गर्न सक्छन् । यही योग्यताले सार्वजनिक अभिव्यक्तिको अभ्यास गरे संवादमा झैँ परिस्थितिअनुसार बोल्ने वक्ताका रूपमा आफूलाई विकास गर्न सकिन्छ(लुकास, २०१५, पृ.८)।

यस्तो सम्बन्ध र आधारभूत समानताका बावजुद पनि सामान्य संवाद र सार्वजनिक रूपमा औपचारिक तवरले दिने अभिव्यक्तिमा पर्याप्त भिन्नताहरू छन् । सार्वजनिक अभिव्यक्ति सामान्य कुराकानीको तुलनामा पूर्ण संरचनायुक्त र औपचारिक हुन्छ । सामान्य कुराकानी अनौपचारिक प्रकृतिको हुनाले यसमा समयको परिपालना, भाषाको स्तर र विषयलाई व्याख्या गर्ने क्रममा हुने त्रुटिलाई स्वाभाविक रूपमा लिइन्छ । खास गरी सार्वजनिक रूपमा प्रस्तुत गरिने बोली भनेको चेतन मस्तिस्कको उपज भएकाले यसमा संरचना, औपचारिकता तथा पूर्ण व्यवस्थितिमा ध्यान दिइनुपर्छ, जुन कुराहरू सामान्य कुराकानीमा पाइन्नन् । यसका अलावा दर्शकको मनोविज्ञानको अध्ययन, बाहिरी वातावरणको प्रभाव र आयोजकले तय गरेका नियमहरूको मनन जस्ता कुरा सार्वजनिक अभिव्यक्तिका विशिष्ट पहिचान हुन् । सामान्य कुराकानीबाट सार्वजनिक अभिव्यक्तिलाई अलग्याउने अर्को पक्ष भाषाको प्रयोग पनि हो । सामान्य संवाद अनौपचारिक हुनाले त्यहाँ भाषाको स्पष्टता र मतको प्रभावकारितामा खासै ध्यान दिइन्न । सार्वजनिक रूपमा सम्पन्न गरिने भाषिक व्यवहारमा दर्शक-श्रोताको संख्या धेरै हुन्छ र आम रूपमा उपस्थित मानिसका माझमा बोल्दा भाषाको उपयुक्त मानकको सुविचारित चयन पनि आवश्यक छ ।

सार्वजनिक अभिव्यक्तिमा प्रस्तुतीकरणमा विविधता पनि आवश्यक हुन्छ । सामान्य कुराकानीको तुलनामा विषयको जोडमा लागि अभिव्यक्तिमा आरोह-अवरोहको अपेक्षा गरिन्छ । संवादमा सामान्यतः एकै प्रकारको अभिव्यक्तिको तौरतरिकाको प्रयोग हुन्छ भने सार्वजनिक प्रकारको अभिव्यक्तिमा कार्यक्रमको विषय, प्रसङ्ग र दर्शकको स्तर र कार्यक्रममा भएको समुपस्थितिका आधारमा प्रस्तुतिमा विविधता अँगाल्नुपर्छ । अर्को थप कुरा के हो भने सार्वजनिक रूपमा दिइने अभिव्यक्तिमा सञ्चारको प्राविधिक पक्षको ज्ञान, आवाजको स्पष्टता र सुन्न सकिनेगरिको आवाज र बोलीको गति तथा पद्धतिमा पनि उतिकै चनाखो हुनुपर्छ । यसरी हेर्दा सामान्य संवाद वा कुराकानी र सार्वजनिक अभिव्यक्ति दुवैको आधारशिला एउटै भए पनि सार्वजनिक अभिव्यक्ति वाणीको परिष्कृत र व्यवस्थित रूप मानिन्छ ।

१.४ सार्वजनिक अभिव्यक्तिका प्रकार

सार्वजनिक अभिव्यक्तिका प्रकारका सम्बन्धमा पर्याप्त मतवैभिन्य पाइन्छ । तथापि त्यस्ता अभिव्यक्तिको उद्देश्यका आधारमा यिनलाई मूलभूत रूपमा सूचनामूलक, प्रेरणामूलक र मनोरञ्जनात्मक गरी तीन भागमा विभक्त गर्नु उपयुक्त हुन्छ । तिनीहरूको सङ्क्षिप्त परिचय तल दिइएको छ ।

१.४.१ सूचनामूलक अभिव्यक्ति

यो प्रारम्भिक प्रकारको तर सर्वप्रचलित अभिव्यक्ति मानिन्छ । संसारमा जति पनि सार्वजनिक रूपमा बोल्ने कार्य हुन्छ, त्यसको लगभग ७० प्रतिशत कार्यहरू यसै भागमा पर्दछन् । यसको मत्लव धेरैभन्दा धेरै वक्तव्यहरू सूचनात्मक प्रकारका हुन्छन् भन्ने हो । यस प्रकारको अभिव्यक्तिमा कुनै कुराको जानकारी, खास विषयमा तथ्य वा तर्क प्रस्तुति जस्ता विषयहरू समाविष्ट हुने गर्छन् । यसमा कुनै विषयको सही जानकारी वा तत्सम्बन्धी ज्ञान सुन्नका लागि दर्शकाको उपस्थिति रहेको हुन्छ । असल सूचनात्मक अभिव्यक्तिले दर्शकमा एक तरिकाले वास्तविक र सही सूचना सम्प्रेषण गर्छ र दर्शकलाई सो विषय वा शीर्षकमा जान्न इच्छुक बनाउँछ । वास्तविकता, स्पष्टता र सुरुचिपूर्णता जस्ता तीन लक्ष्य प्राप्त गर्न सकेमा कुशल वक्ताका रूपमा मानिसको प्रभावकारिता देखिन्छ(ब्रेन्च र अन्य, २०१२, पृ.४८२)। अतः सूचनामूलक अभिव्यक्तिले दर्शक वा श्रोतालाई कुनै विषयमा प्रष्ट सूचना दिने हुनाले कुनै कुरा मान्नलाई प्रेरित गर्नु वा दर्शकको कुनै प्रकारको विचारमा परिवर्तनको चाहना यस प्रकारको भाषणादिमा हुँदैन । यस्तो अभिव्यक्ति ज्यादा विषय र तत्सम्बन्धी तथ्यमा आधारित हुने र यसमा ज्ञानको सम्प्रेषण र तथ्यहरूको विषयगत विश्लेषण गरिने हुनाले मानिसका दैनिक जीवनमा सूचनामूलक अभिव्यक्तिको ठूलो महत्व छ ।

१.४.२ प्रेरणामूलक अभिव्यक्ति

यो विशेष प्रकारको अभिव्यक्ति मानिन्छ । यसमा वक्ताको श्रोता-दर्शकलाई प्रभावित पार्ने ध्येय हुन्छ । सूचनामूलक भनाइमा जस्तो कुनै विषयको विवरण वा जानकारी खराखरी प्रस्तुत गर्ने नभएर यसमा दर्शकका रूपमा उपस्थित मानिसहरूलाई आफ्नो अभिव्यक्तिको प्रभाव र प्रेरणाले खिच्नुपर्ने हुन्छ । प्रायः धार्मिक प्रवचन, प्रेरणादायी प्रकारका मनोविज्ञान परिवर्तन गराउन सक्ने खालका सन्देश वा वक्तव्य र राजनैतिक भाषण वा कसैप्रति समर्थन प्राप्त गराउने खालका आह्वानहरू यस प्रकारका अभिव्यक्ति हुन् । यसमा अभिव्यक्तिको प्रभावकारिता र अभिप्रेरणाको ठूलो कार्य हुन्छ किनकी मानिसको वर्तमान विचार-चिन्तन वा आदतलाई परिवर्तन गरेर नयाँ मोड दिनु यस प्रकारको भाषणादिको मूल ध्येय हो । ब्रेन्च र अन्य (२०१२) ले प्रेरणादायी अभिव्यक्ति मानिसको आचरण, मान्यता र विश्वास वा विचार परिवर्तन गर्नका लागि आवश्यक हुन्छ भनेको पाइन्छ । खास गरी राजनैतिक कार्यक्रमादिका अधिकांश भाषणहरूले दर्शकमा भएको विद्यमान राजनैतिक विचार वा चिन्तनमा परिवर्तन गराई आफ्नोअनुसारको बनाउन प्रयास गर्छन् । अझ निर्वाचनको बेलामा जनमत बटुल्नका लागि यस्ता भाषण प्रभावकारी हुन्छन् ।

१.४.३ मनोरञ्जनात्मक अभिव्यक्ति

यो विशेष प्रकारको र रोचक अभिव्यक्ति मानिन्छ । यसमा वक्ताले श्रोता वा दर्शकलाई मनोरञ्जन दिलाउने कार्य गर्छ । । माथिका दुई प्रकारका परम्परागत संरचनाका अभिव्यक्तिभन्दा पृथक रूपमा यस प्रकारको अभिव्यक्तिमा परिहासका साथमा व्यञ्जनाले पनि काम गरेको हुन्छ । ब्रेन्च र अन्य(२०१२,पृ.५३५)ले भनेका छन्, “मनोरञ्जनात्मक अभिव्यक्ति दर्शकको ध्यान तान्न र उनीहरूलाई आल्लादित पार्न र सन्देशको सम्प्रेषण गर्न तयार पारिएको अभिव्यक्ति हो । अत्यन्तै पुराना तरिकाका सूचनामूलक र प्रेरणादायी भाषणादिमा जस्तै मनोरञ्जनात्मक अभिव्यक्तिमा पनि

सन्देशको प्रष्ट सञ्चार त हुन्छ तर सन्देश सञ्चार र अभिव्यक्तिको तरिका भने विल्कुल फरक हुन्छ।" यस भनाइले यस्तो अभिव्यक्तिमा दर्शकलाई मुग्ध पार्ने कलामा मिसाएर सन्देश प्रेषण गरिने हुनाले दर्शकले सहज रूपमा नै सन्देश ग्रहण गर्छ भन्ने हो । विभिन्न रोचक समारोहमा राखिने यस्ता भाषणहरू अनौपचारिक प्रकारका, रमाइला र खास भाषणजस्ता नै लाग्दैनन् । नेपालमा विभिन्न साङ्गीतक माहौलका लागि आयोजित कार्यक्रम, साहित्यिक भाषण, सामाजिक जीवनका विविध समयमा आयोजित मनोरञ्जनात्मक कार्यक्रममा दिइने अभिव्यक्ति यसभित्र पर्दछन् ।

१.५ सार्वजनिक अभिव्यक्तिका फाइदाहरू

सार्वजनिक अभिव्यक्ति क्षमताले मानिसको जीवनका हरेक मोडमा फाइदा पुऱ्याउँछ । यसले प्रभावकारी सञ्चारको सीप विकास गर्नुका साथै मानिसको समग्र व्यक्तित्वको विकास र निखारमा पनि फाइदा गर्छ । हामीले मानव जीवनमा प्रयोगमा ल्याउने भाषामा परिष्कार र परिमार्जन गरेर भाषिक पकड प्राप्त गर्न र शब्दभण्डार क्षमताको अभिवृद्धिका लागि पनि सार्वजनिक अभिव्यक्तिले गहन भूमिका खेल्ने गर्छ। फारेल(२०११) र एरास(२०१२)लाई उद्धृत गर्दै स्रेबरले आजको विश्वका ७० प्रतिशत कामहरू सार्वजनिक अभिव्यक्तिसँग सम्बन्धित रहेका हुन्छन् । उत्पादनदेखि सेवातिरको आर्थिक स्थानान्तरणसँगै अरुलाई सञ्चार गर्ने क्षमता महत्वपूर्ण कुरा बन्दै आएको छ। वरिष्ठ र ख्यातिप्राप्त सिइओहरूको सल्लाह के छ भने क्षमतावान नेताले विचारहरू प्रभावकारी रूपमा सञचार गर्न, अरुलाई प्रभावित पार्न, समर्थन प्राप्त गर्न र समन्वय तथा सहजीकरण गर्न र समूहमा प्रभावकारी रूपले बोल्ने क्षमता राख्नुपर्छ भन्ने निष्कर्ष व्यक्त गरेकी छिन्(स्रेबर, २०१३, पृ.२)। यस तथ्यले सार्वजनिक अभिव्यक्तिको सीपले मानिसको पेशागत बढोत्तरीमा लाभ हुन्छ भन्ने कुरा छर्लङ्ग पार्छ ।

व्रेन्च र अन्य (२०१२, पृ.१२)ले सार्वजनिक अभिव्यक्तिका फाइदाहरूमध्ये सबैभन्दा महत्वपूर्ण र पहिलो फाइदाका रूपमा कुनै कुरालाई हेर्ने समालोचनात्मक दृष्टिकोणको विकासलाई समालोचनात्मक अभिव्यक्ति सीपलाई मानेका छन् जसले कुनै प्रभावकारी वक्ता हुनका लागि मात्र होइन, पूरै जीवन जियाइका क्रममा सघाउ पुऱ्याउँछ । यस तथ्यले समूहमा बोल्ने र समूहलाई प्रभावकारी रूपले मार्गदर्शन गर्न सक्ने मानिसले आफूलाई जीवनमा आइपरेका विभिन्न कठिनाइको सामना गर्ने सीपको पनि विकास गर्न सक्छ भन्ने कुरा छ्याङ्ग पार्छ । मानिसले आफ्नो भाषिक र गैह्रभाषिक सञ्चार सीपमा निखार ल्याउनका लागि र आफू वरिपरि भएको दुनियालाई प्रभावित पार्न पनि यसले टेवा पुऱ्याउँछ । यसकै माध्यमबाट मानिस आफूलाई एउटा विचारकका रूपमा विकास गर्न र समूहको नेतृत्व गर्ने क्षमताको विकास गर्न सक्षम हुन्छ। सार्वजनिक अभिव्यक्तिको उपादेयतालाई बुँदागत रूपमा यहाँ प्रस्तुत गरिएको छ।

समालोचनात्मक सीपको विकास
भाषिक र गैह्रभाषिक सञ्चार सीपमा निखार
आत्मविश्वासको वृद्धि
पेशागत क्षमता अभिवृद्धि र आय आर्जनको माध्यम
सञ्चार क्षमताको विकास
सुन्ने क्षमताको परिष्करण
सामाजिक प्रभावमा अभिवृद्धि
नयाँ नयाँ मानिससँगको सम्पर्क
मानिसका अगाडि बोल्न सङ्कोच र डरको अभाव
सोच्ने र सम्झने क्षमताको विकास
अरुलाई प्रभावित पार्ने कलाको विकास

उत्तेजनाको नियन्त्रण

हाउभाउको प्रयोगमा कुशलता

वाकपटुता र वाक्चातुर्यमा वृद्धि आदि ।

१.६ सार्वजनिक अभिव्यक्तिमा आत्मविश्वासको भूमिका

सार्वजनिक अभिव्यक्तिको विकासमा आत्मविश्वासको ठूलो महत्व छ । यसले आफ्ना कुरा वा तर्कलाई प्रभावकारी रूपले प्रस्तुत गर्न अहम् भूमिका खेल्छ । कतिपय नेता र प्रस्तोताले आत्मविश्वासको कमीले गर्दा विषयमा दम भए पनि प्रस्तुतीकरणको फितलोपना र विषयको सङ्गठनको अभावले गर्दा आम दर्शकलाई प्रभावित पार्न सक्दैनन् भने आत्मविश्वासी मानिसहरूको अभिव्यक्तिले सम्पूर्ण दर्शकहरू मुग्ध हुने र उसका कुरा गम्भीर भएर सुन्ने गरेको पाइन्छ । यसबाहेक निर्णय लिने क्षमताको विकास तथा सुधारका लागि पनि आत्ममविश्वासको नै भूमिका रहन्छ । आत्मविश्वास बलियो भएमा मानिसले कुनै पनि कुरामा निर्णय चाँडै लिन सक्छन् । आत्मविश्वास बलियो भएका मानिसहरूको सोच्ने क्षमता र समस्या समाधानको सीप पनि राम्रो हुन्छ । मानिसमा निराशा, हतासपन तथा एक प्रकारको डर जन्मजात रूपमा रहेका हुन्छन् तर ती त्यति बेलासम्म मात्र सक्रिय हुन्छन्, जुन बेलासम्म उसमा आत्मविश्वासको अवस्था कमजोर हुन्छ । यसको आशय आत्मविश्वासको उदय र विकाससँगै वक्तामा एक प्रकारको सङ्कोच तथा हडबडी हटेर जान्छ र ऊ तर्क र तथ्यमा मात्र परनिर्भर रहने अवस्था पनि रहन्न ।

मानिसको रगतमा भएको ग्लुकुज र बिलुरुबिन जस्ता तत्वको जस्तै आत्मविश्वासको पनि तह हुन्छ । यसको कमी भएपछि मानिसले अध्ययनबाट प्राप्त भएको र जानेको कुरा प्रभावकारी हिसाबले सञ्चार गर्न सक्दैन भने आत्मविश्वासको तह ज्यादा भो भने मानिस आफ्नो मात्र कुरामा विश्वास गर्ने र जिद्धी पाराको बन्न पुग्छ । विश्वमा दैनिक रूपमा हुने सार्वजनिक अभिव्यक्तिमा यी दुई प्रकारका कमजोरीका कारण मानिस आफ्नो भाषणका क्रममा आलोचनाको सिकार बन्न पुग्छन् । निरन्तरको अभ्यास र विषयको ज्ञानार्जनबाट आत्मविश्वास बढ्ने भएको हुनाले सार्वजनिक अभिव्यक्तिमा विषयको ज्ञान, अभ्यासलाई आत्मविश्वास बढाउने आधारशिला मानिन्छ ।

ज्याफेरी ब्रिवरले सन् २००५ मा अमेरिकामा गरेको डरसम्बन्धी एक सर्भेको निष्कर्षलाई उद्धृत गर्दै लुकास(२०१५, पृ.९) ले ४२ प्रतिशत मानिसलाई सार्वजनिक रूपमा बोल्न डर लाग्ने तर २८ प्रतिशतलाई मात्र मृत्युदेखि डर लाग्ने मननीय तथ्य उल्लेख गरेका छन् । यसले मानिसलाई सार्वजनिक अभिव्यक्तिका क्रममा ज्यादा नै त्रास उत्पन्न हुने सत्य उद्घाटित गर्छ र यो डरको शमन गर्ने र त्यसबाट छुटकारा पाउने उपाय पनि आत्मविश्वासमा वृद्धि नै हो । मानिसमा आत्मविश्वास कमजोर बनाउने मुख्य तत्व भनेका हीनताबोध र निराशा हुन्, जसका कारण मानिस जानेका कुरालाई पनि अरूसामु प्रस्तुत गर्न सक्दैन र गरिहाले पनि प्रभावकारी रूपमा सम्प्रेषण गरी अरुलाई प्रभावित पार्नबाट चुक्न पुग्छ । मानवमा सुषुप्त अवस्थामा रहेको हीनता र नैराश्यको निराकरणमा लाग्नु गलत हो । अतः यसको न्यूनीकरण र नियन्त्रण गर्नु जरुरी छ, जसले गर्दा आत्मविश्वासको तह माथि आउँछ र वक्ताले आफूले राख्न खोजेका विषयको निर्धक्क रूपमा प्रस्तुतीकरण गर्न सफल हुन्छ । "आत्मविश्वास घट्दो छ भने कार्यशक्ति पनि घट्छ । जसको आत्मविश्वास जागेको छ, उनीहरूले नै असम्भवलाई पनि सम्भव बनाइदिन्छन्(के.सी., २०७१, पृ.१५)। विश्वासको मनोविज्ञान विचित्रको हुन्छ । मानिसले विश्वासको शक्तिले संसारमा असम्भव कुरा पनि सम्भव बनाइदिएको र त्यही विश्वासको कमीका कारण मामुली काममा पनि अफलता हात पारेर निराशामा दिनकटनी गरेको पाइएको छ । सकारात्मक सोचको विकास, अध्ययनशीलता, सचेततापूर्वक गरिएको तयारी, अभ्यस्तता जस्ता कुराले आत्मविश्वासको अभिवृद्धिमा गहन भूमिका खेल्छन् ।

१.७ सार्वजनिक अभिव्यक्तिमा ३ 'प' को सिद्धान्त

सार्वजनिक अभिव्यक्ति भनेको भाषाको माध्यमबाट कुनै सार्वजनिक समारोह वा समूहमा कुनै विषयमा गरिने अभिव्यक्ति वा सम्बोधन गर्ने कला हो भन्ने कुरा माथि नै प्रष्ट पारिसकिएको छ । मिहीन रूपमा भन्नु पर्दा सार्वजनिक स्थानमा गरिने अभिव्यक्तिलाई सार्वजनिक अभिव्यक्ति भनिन्छ तर आधुनिक समयमा यसलाई दर्शक वा श्रोतालाई प्रभावित पार्न तथा मनोरञ्जन प्रदान गर्ने कौशलका रूपमा यसलाई हेर्ने गरिएको छ । कुनै अभिव्यक्ति दिने क्रममा अभिव्यक्तिकारले कि त यसलाई चाहिनेभन्दा सामान्य र हलुका रूपमा लिएका कारण वक्ताले आफ्नो भाषणादिले प्रभाव छोड्न सक्दैन कि त प्रस्तुतिका उत्पन्न हुन सम्भावित त्रास र प्रस्तुतिलाई एक प्रकारको डरलाग्दो र सम्भव गर्न नसकिने काम ठानेर यसबाट पर भाग्ने मानिसले सार्वजनिक प्रकारको वक्तव्य आदिमा प्रवेश गर्न नसकेको कारण आफ्नो प्रतिभा पनि टक्स्याएर राखेको पाइन्छ । सार्वजनिक रूपमा जे बोल्ने गरिन्छ, यसलाई भगवान्ले दिएको शक्ति मानेर यसलाई कुनै प्रकारको तिखार, निखार वा प्रयास-प्रयत्नको जरुरी छैन भन्ने मान्यताले पनि जरा गाडेको देखिन्छ । यो गलत मान्यता हो । वक्तामा रहेको प्रस्तुतीकरणको सीपका अलावा वक्ताले आफ्नो अभिव्यक्तिमा विकास र निखारमा ल्याउन सक्ने थुप्रै तथ्यहरू हुन्छन् । खासमा कुनै पनि भाषण वा अभिव्यक्तिको सकारात्मक उपलब्धि वक्ताको अभिव्यक्ति सीपमा मात्र एकल रूपमा भर पर्दैन । वक्तव्यको विषय वा शीर्षक, दर्शक वा श्रोताको मनोवृत्ति, सामग्रीको गुणस्तर, अभिव्यक्तिका लागि लागेको समय र यस्तै अन्य कुराहरूले पनि प्रभाव पारेका हुन्छन् । यिनमा केही तत्वहरू वक्ताको नियन्त्रणभन्दा बाहिरका पनि हुन्छन् (निकिटिना, २०११, पृ.३४) र धेरैजसो भने वक्ताको सचेतता, अध्ययनशीलता, आत्मविश्वास, लगाव तथा तयारीसँग सम्बन्धित हुन्छन् ।

सार्वजनिक अभिव्यक्तिलाई नियमबद्ध, संरचित र परिष्कृत पार्ने थुपै मान्यताहरूको परिचर्चा भएको छ । यसमा विद्वान-लेखकहरूको रायमा विविधता पनि प्रशस्त छ । मूल रूपमा आशय, आत्मविश्वास, दर्शक मनोविज्ञान, प्रेरणा, अनुशासन, व्याख्या, दृश्यात्मकता तथा पूर्वानुमानका सिद्धान्त बढी चर्चामा आएको पाइन्छ । यी सिद्धान्तहरूको सम्मीलनबाट कुनै पनि सार्वजनिक अभिव्यक्ति सफल पार्ने चरणगत प्रकृयासमेत समेटिएको ३'P' को मान्यता प्रभावकारी र एकीकृत मानिएको छ । निकिटिना (२०११, पृ.३४)ले लगभग ९८ प्रतिशतजति अभिव्यक्तिगत सफलता प्रस्तोताले पालना गर्ने ३'P'(Preparation, Practic and Presentation) को सूत्रमा निर्भर हुने विचार व्यक्त गरेकी छिन् । यसैले अधिकांशले मानिसले मन पराएको र सार्वजनिक अभिव्यक्तिका क्षेत्रमा लोकप्रिय रहेको ३'P' को सिद्धान्तलाई नेपालीकरण गरी तीन '**प**' (पूर्वतयारी, प्रयत्न वा प्रयास र प्रस्तुतीकरण)को सिद्धान्तका रूपमा सङ्क्षेपमा प्रष्ट पारिएको छ ।

१.७.१ पूर्वतयारी

कुनै पनि वक्ताले राम्रो भाषण वा त्यस्तै प्रवचन दिनका लागि त्यसको पूर्वतयारी अत्यन्तै आवश्यक मानिन्छ । आफूले बोल्नुपर्ने विषय तथा त्यसको प्रभावकारितामा ध्यान दिएर वक्ताले विषयको तयारी गरेको खण्डमा उसको अभिव्यक्ति अरुको भन्दा चोटिलो, दर्शक वा श्रोतालाई प्रभावित पार्ने र सारगर्भित बन्न सक्छ । बोल्नका लागि दिइएको छोटो समयमा त्यो मानिसले राम्रोसँग बोल्न सक्छ, जसले विषयका प्राथमिक तथ्यहरू समेटेर आफ्नो वक्तव्य वा अरु प्रकारका अभिव्यक्तिको व्यवस्थित पूर्वतयारी गर्छ । डेल कार्नेज (२००८)ले 'पूर्वतयारी भएको वक्ताले मात्र आत्मविश्वासपूर्वक बोल्न सक्छ' भन्ने विचार राखेको देखिन्छ । हाम्रो समाजका कतिपय अनुभवी वक्ताहरू आफूलाई पूर्ण पारङ्गत ठान्ने र कुनै तयारीविना कार्यक्रममा उपस्थित भई वक्ताको रूपमा आफ्नो अभिव्यक्ति पस्किने गर्छन् तर यस क्रममा उनीहरू कि त फितलो भाषण गर्न पुग्छन् कि त विषयभन्दा बाहिर विवादित कुरा बोल्न पुग्छन् । अतः सफल वक्ता वा अभिव्यक्तिकार त्यो हुन्छ, जो आफूले बोल्ने वा उद्घोषण गर्ने विषयमा आवश्यक पूर्वतयारी गर्छ । संसारमा तिनै मानिसहरू सफल भएका छन्, जसले आफूले बोल्ने विषयलाई गम्भीरताका साथ लिएर त्यसको

आवश्यक गृहकार्य गरेका छन् । अतः कुनै भाषणादिको पूर्वतयारी भनेको त्यसको गृहकार्य हो, जसले कामको परिणतिमा ठूलो प्रभाव पार्छ। उदाहरणका लागि यदि तपाइँ कुनै समारोह वा कार्यक्रममा उद्घोषक वा वक्ताको रूपमा रहँदै हुनुहुन्छ, तपाइँले कतिको गृहकार्य गर्नुभएको छ भन्ने कुरा तपाइँको अभिव्यक्तिमा झल्किन्छ ।

कुनै पनि प्रकारको अभिव्यक्तिमा गरिएको आवश्यक पूर्वतयारीले वक्तामा निराशा घट्नुका साथै विषयवस्तुमाथिको पकड र ज्ञानको तह पनि माथि देखाउँछ। कतिपय विद्वान-लेखकहरूले बोल्न लागेको वा बोल्नका लागि दिइएको विषयप्रतिको अभिरुचि वा उत्साहलाई पनि पूर्वतयारीको महत्वपूर्ण हिस्सा मानेको पाइएको छ। यो पूर्वतयारीको कुनै अङ्ग होइन तर सर्त हो किनकी विषयमाथिको चाख वा उत्साहले तयारीलाई गति प्रदान गर्छ । विशेष गरेर कुनै पनि प्रकारको अभिव्यक्तिको पूर्वतयारी गर्दा उपस्थित हुने संभावित दर्शक, अभिव्यक्तिको उद्देश्य तथा अभिव्यक्ति दिने विषय र तरिका तथा अभिव्यक्तिका लागि तोकिएको समयमाथि ध्यान केन्द्रित गर्नुपर्छ।

१.७.१.१ दर्शक-श्रोता

दर्शक भनेको कुनै पनि भाषणादि सुन्न र हेर्न सशरीर कार्यक्रममा उपस्थित मानिस वा समूह हुन् भने श्रोता भनेको कुनै पनि सञ्चारको माध्यमबाट भाषण, कार्यक्रमादि सुन्ने मानिस वा जमात हो। आफूले सम्बोधन गर्ने श्रोता वा दर्शकको बारेमा पूर्ण रूपमा जानकार भएको खण्डमा वक्ता वा प्रवचकले उनीहरूको संभावित चेतनाको तह, मनोभावनाअनुरूपको विषय र भाषाप्रयोगको बारेमा पनि पूर्वतयारी गर्न सक्छ। दर्शकको शैक्षिक स्तर तथा तहले सोअनुसारका तर्क र उदाहरण दिन सहयोग पुऱ्याउँछ। कतिपय कार्यक्रममा पारङ्गत तथा अनुभवी मानिएका वक्ताले पनि दुर्बोध र अप्रभावकारी भाषण गर्न पुग्नुको मुख्य कारण नै श्रोता वा दर्शकको स्तर र तहअनुसारको तयारी नपुगेर हो । यस तथ्यले सङ्केत गर्ने कुरा भनेको सार्वजनिक रूपमा कुनै अभिव्यक्ति दिने मानिसले पूर्वतयारीको चरणमा आफ्ना दर्शक वा श्रोताको बारेमा विश्लेषण गर्नु आवश्यकीय छ भन्ने हो। आफ्नो कार्यक्रममा वा आफ्ना कुरालाई सुन्न वा आफ्नो कार्यक्रम वा भाषण हेर्नका लागि उपस्थित मानिसको खास खास आधारमा विश्लेषण गरेर तयारी गर्ने वक्ता नै असल वक्ता हुन सक्छ। "मानिस सामान्यतः आफूलाई काम लाग्ने र अर्थपूर्ण कुरा सून्न चाहन्छन्। आम मानिसको झैँ दर्शकको पनि अहमकेन्द्रित बानी भएको हुनाले उनीहरू आफ्ना मूल्य, विश्वास र आफ्नो भलो हुने कुरामा ज्यादा ध्यान दिन्छन् (लुकास, २०१५, पृ.१००)। त्यसैले दर्शकको जनसाङ्खिक अवस्था, शैक्षिक स्तर वा चेतनाको तह र आम रूपमा उनीहरूको मनोविज्ञानको जानकारी राखेको खण्डमा कुनै पनि अभिव्यक्तिको पूर्वतयारी राम्रो भएको मानिन्छ।

१.७.१.२ अभिव्यक्तिको उद्देश्य

तपाइँले कुनै प्रकारको अभिव्यक्ति दिनुको उद्देश्य के हो र के कार्यका लागि तपाइँलाई वक्ता वा अन्य कुनै पनि अभिव्यक्तिकारको भूमिकामा बोलाइएको हो ? भन्ने विषयमा तपाइँ सर्वप्रथम जानकार हुनैपर्छ। कुनै पनि कार्यक्रमको उद्देश्य कसैलाई सान्तवना दिनु वा शिक्षित पार्नु वा मनोरञ्जन प्रदान गर्नु वा अन्य कुनै रहेको हुन्छ। अतः सो कार्यक्रम र तपाइँले बोल्नुपर्ने आवश्कताअनुसार नै विषयको तयारी गरियो भने समयसीमामै प्रभावकारी हिसाबले आाफ्ना कुराहरू राख्ने वक्ताका रूपमा आफूलाई प्रमाणित गर्न सक्नुहुन्छ । "अभिव्यक्तिको उद्देश्यको निक्यौल भएमा त्यसले अभिव्यक्तिको उपयुक्त शैली छनौटमा सहयोग पुऱ्याउँछ। उदाहरणका लागि सम्भावित लगानीकर्तालाई विचार वा योजनाले आकर्षित गर्ने उद्देश्यले तयार भएको भाषण र कर्मचारीलाई नयाँ व्यापार नीतिको बारेमा जानकारी दिन तयार पारिने भाषणको शैली विल्कुल फरक हुन्छ"(निकिटिना, २०११, पृ.३५) । यस तथ्यले अभिव्यक्तिको उद्देश्य निर्धारणले तयारीलाई गतिमान बनाउने र प्रयास वा प्रयत्नलाई पनि मूर्त बनाउन मद्दत गर्ने कुरा प्रष्ट पार्छ । अभिव्यक्तिको प्रकार कुनै विषयमा जानकारी, प्रेरणा वा मनोरञ्जन के हो सोअनुसार उद्देश्य निर्धारण गर्ने गरिन्छ।

१.७.१.३ अभिव्यक्तिको संगठन र शैली

अभिव्यक्तिलाई पूर्ण रूपमा संगठित पार्नका लागि पनि पूर्वतयारी आवश्यक हुन्छ । यसले विषय वा शीर्षकसँग सम्बन्धित भएर तथ्यहरू खोजी गर्न सहयोग पुग्छ । सामान्यतया भाषणमा आदि र मध्य र अन्त्य भागमा के के रहने भन्ने मोटामोटी तयारी गरी मुख्य बुँदाहरू टिप्न सकिन्छ भने अरु प्रकारका उद्घोषण लगायतको तयारीमा पनि विषयको संगठनको भूमिका ठूलो हुन्छ । जसरी निर्देशक निश्चिन्त हुन्छ की दर्शकहरूले चलचित्रको कथालाई सुरुदेखि अन्त्यसम्म पछ्याउँछन्, ठीक त्यसरी नै वक्ता कुनै भाषणमा विचारको विकासलाई दर्शक वा श्रोताले सुरुदेखि अन्त्यसम्म पछ्याउँछन् भन्नेमा निश्चिन्त हुनुपर्छ । यसैले अभिव्यक्ति कुटनैतिक ढङगले संगठित हुनुपर्छ (लुकास, २०१५, पृ.१६६)। यसमा विषयका तथ्यहरू पनि छुट्नुहुँदैन र विषयको क्रम पनि टुट्नुहुँदैन, जसले गर्दा दर्शक-श्रोताले सहजै बुझ्न सक्छन् । “वक्ताले आफ्नो विषयलाई कसरी तयार गर्ने र कसरी प्रस्तुत गर्ने भन्ने विषयमा पनि पूर्वतयारी आवश्यक छ । कुनै अभिव्यक्तिको तयारी भनेको कुनै चलचित्रको निर्देशन जस्तै हुन्छ । वक्ताका रूपमा तपाईं आफ्नो प्रस्तुतिको दिर्देशक बन्नुहुन्छ न कि आफ्ना शब्दहरू दोहोऱ्याउने कलाकार मात्र”(निकिटिना, २०११, पृ.३५)। यसको आशय के हो भने वक्ताले आफैँले कुनै प्रकारको भाषणको सङ्गठन तयार पारेर त्यसको क्रम र चरण मिलाउनुपर्छ, जसले गर्दा उसको प्रस्तुतीकरण प्रभावकारी हुन्छ र दर्शकले पनि त्यसलाई रुचिका साथ ग्रहण गर्न सक्छन् ।

वक्ताले विषयको गम्भीरता, कार्यक्रमको प्रकृति र उपलब्ध हुन सक्ने सम्भावित समयका आधारमा प्रस्तुतिको उपयुक्त शैली पनि चयन गर्नुपर्छ । पूर्वतयारीकै क्रममा भाषणको थालनी कसरी गर्ने र अन्त्य कसरी गर्ने भन्ने विषयमा यकिन गर्नु राम्रो मानिन्छ । अभिव्यक्तिको तयारी गर्दा मुख्य बुँदाहरू टिप्ने, सुरु र समापनमा दिने आकर्षक चोटिलो र सबैको मन छुने तथ्य वा उदाहरण तयार पार्ने, अभिव्यक्तिको लमाइअनुसारको उदाहरणको खाका निर्धारण गर्ने कार्य यस चरणमा गरिन्छ ।

१.७.१.४ तयारीका लागि समय

कुनै पनि अभिव्यक्तिको लागि वक्ताले समय दिएर सामग्री वा तथ्यहरूको खोजी गर्नुपर्छ । विषयको प्रकृति र गम्भीरताअनुसार तयारी गर्ने समय फरक पर्न सक्छ । यस्तो तयारी सामान्यतः प्रतिमिनेटको १ घण्टाले गर्नु उपयुक्त मानिन्छ । अतः कुनै पनि कार्यक्रममा १० मिनेटको अभिव्यक्तिका लागि करिव १० घण्टाको तयारी राम्रो मानिन्छ तर पारङ्गत र पुराना तथा अनुभवी वक्ता वा प्रस्तोतालाई कम समयको तयारीले पनि राम्रो वक्ता बनाउन सक्छ तर नयाँ र सिकारु वक्ता वा प्रस्तोताले यसमा तुलनात्मक रूपमा ज्यादा समय दिनुपर्छ । समय लगाएर र व्यवस्थित रूपमा गरिएको तयारीले वक्ता वा प्रस्तोताको ज्ञानको दायरा पनि बढाउँछ र खोजिएका सामग्रीमा उत्तमभन्दा उत्तम समाग्री पस्कन सकिन्छ । वक्ताको प्रस्तुतिलाई पानीमा तैरिएको बरफको डल्लोसँग तुलना गर्न सकिन्छ । वक्ताको ज्ञानको तह भनेको पानीमा डुबेको बरफको अधिकांश अंश जस्तो हो भने पानीमाथि तैरिएको थोरै भाग भनेको वक्ताले प्रस्तुत गरेको सामग्री हो (निकिटिना, २०११, पृ.३६)। कुनै विषयमा खोजिएका र अध्ययन गरिका सबै सामग्री दर्शक सामुमा भन्नुपर्छ भन्ने छैन । ज्ञानको दायरा जति व्यापक भयो त्यति वक्ताको प्रस्तुति परिपक्व हुन्छ । त्यही तयारी पछिल्ला प्रस्तुतिका लागि पनि उपयोगी हुन्छ । वक्ताले तयारी गर्दा दर्शकको स्तर र मनोभावना तथा कार्यक्रमको प्रकृतिअनुरूपको तथ्यहरूको खोजी, आफ्नो भाषण वा प्रस्तुतिको संरचनामा ध्यान दिनुपर्छ ।

१.७.२ प्रयास वा प्रयत्न

प्रयास भनेको निरन्तरको प्रयत्न हो र यो पूर्वतयारी पछिको अभ्यासको चरण हो । सार्वजनिक अभिव्यक्ति प्रवर्द्धनका लागि अन्य कलाहरूमा जस्तै अभ्यास वा प्रयासको आवश्यक्ता पर्छ । जति बढी समूहमा बोलिन्छ, त्यति नै

बढी वक्ताको दिमाग र शरीरले तालिम पाउने र भाषणलाई सामान्य रूपमा लिन सक्छ र उति नै वक्ताले सार्वजनिक स्टेजमा आत्मविश्वास प्राप्त गर्न सक्छ(निकिटिना, २०११, पृ.४२)। कुनै पनि वक्ताले राम्रो विषय र त्यसअनुसारको सामग्रीको खोजी गरेर मात्र पुग्दैन, त्यसलाई प्रस्तुत गर्ने तौरतरिका प्रयोग गरिने भाषा आदिमा पर्याप्त अभ्यास हुनुपर्छ । "हाम्रो बोली भनेको हाम्रै अभ्यासले परिष्कृत बनाउने कुरा भएकाले जतिसक्दो बढी अभ्यासले नै हामीलाई बोल्नमा पोख्त बनाउँछ । त्यसैले हामीमा आत्मविश्वास, विषयवस्तुको ज्ञान र क्षमता हुनु अत्यावश्यक हुन्छ" (के.सी., २०७१, पृ.३)। अभ्यासले भाषण वा अन्य कुनै प्रवचनमा भएको कमी थाहा पाउन र त्यसलाई परिष्करण गर्न पनि सकिन्छ । 'अभ्यासले नै मानिसलाई अभ्यस्त बनाउँछ' भन्ने कुरा सर्वत्र प्रचलित छ र यो सार्वजनिक अभिव्यक्तिको विकासका पनि उत्तिकै लागू हुने गर्दछ ।

वक्ताले कार्यक्रममा उसको भूमिका र दिइएको विषय वा शीर्षकमा आधारित रहेर अभ्यास गर्नुपर्छ । पारङ्गत वक्ताका लागि थोरै समय र सिकारुका लागि धेरै समयको अभ्यास आवश्यक हुने हुन्छ तर अनुभवी वक्तालाई अभ्यास नै चाहिन्न भन्ने तथ्य अत्यन्त तर्कहीन र नेपालमा मात्र बिकेको कुरा हो । अभिव्यक्तिको अभ्यास गर्ने विभिन्न तौरतरिका हुनसक्छन् । पनेरु (२०५८, पृ.५९)ले कोठे अभ्यास, सहयोगीसँग अभ्यास, मञ्च अभ्यास र कुशल वक्ताको कार्यक्रममा श्रोता बन्नुलाई अभ्यासका चार तरिका मानेको देखिन्छ । यी चार तरिकाहरू क्रमबद्ध र चरणगत रूपमा घटित हुन्छन् ।

विशेषतः पूर्वतयारीका क्रममा तय भएका विषयका मुख्य बुँदाहरू र सोचिएको रूपरेखालाई मूर्त रूप दिन वक्ताले अभ्यास गर्नु जरुरी छ । यस्तो अभ्यास कुनै ऐनाको अगाडि उभिएर एक्लै गर्न सकिन्छ भने मानिसहरूका अघिल्तिर वा कुनै क्लबआदिमा पनि अभ्यास गर्न सकिन्छ । वक्ताले आफूले दिने अभिव्यक्तिको तयारी प्रारम्भमा आफैं ऐनाको अघिल्तिर, त्यसपछि केही मानिसको माझमा र अन्त्यमा पोशाक र हाउभाउसहित औपचारिक रूपमा अभ्यास गर्नुपर्छ । अभ्यासका क्रममा अरु वक्ताले दिएको अभिव्यक्तिको अनुगमन गर्नु राम्रो मानिन्छ । हाम्रो समाजमा कुनै अभिनय वा नृत्यका लागि पर्याप्त अभ्यासको खाँचो हुन्छ र निरन्तरको अभ्यास र पारङ्गततापछि मात्र स्टेजमा जाने गरिन्छ तर भाषण जस्ता विधामा भने कुनै पनि प्रकारको अभ्यास आवश्यक हुँदैन भन्ने गलत धारणा राखिन्छ । अभ्यासले नै अभिव्यक्तिमा निखार ल्याउँछ भन्ने तथ्यलाई नबुझेर वा बेवास्ता गरेर यस्तो सोच उत्पादित भएको हो ।

१.७.३ प्रस्तुतीकरण

प्रभावकारी अभिव्यक्तिको तेस्रो तर महत्वपूर्ण युक्ति भनेको प्रस्तुतीकरण हो । व्यवस्थित पूर्वतयारी र राम्ररी स्वाभ्यास गरेर पनि खास स्थानमा गर्नुपर्ने प्रस्तुति फितलो हुन्छ भने कोही पनि वक्ता वा प्रस्तोता सफल हुन सक्दैन । प्रस्तुतीकरण एक प्रकारको कुशलता वा सीपविशेष हो किनकी यसमा आफूले तयारी र अभ्यास गरेका सामग्रीलाई दर्शकको सामु प्रस्तुत गर्न सक्नुपर्छ । कुनै पनि प्रस्तुतीकरणको तयारी हुँदा वक्ता पूर्ण रूपमा आशावादी बन्नुपर्छ । उसले आफ्नो मनमा विश्वास राख्नुपर्छ, जसले गर्दा उसको प्रस्तुति आश्चर्यजनक बन्छ र सबै दर्शकले मन पराउँछन् तर यसबेला वक्ताले ससाना त्रुटि हुन नदिन, नसोचिएको प्राविधिक समस्या र अन्य ससाना अवरोधको सामना गर्नका लागि आफूलाई तयार पार्नुपर्छ(निकिटिना, २०११, पृ.४४)। खास गरेर पूर्वतयारी र अभ्यासले नै प्रस्तुतिलाई धेरै हदसम्म सहयोग गर्छन् तापनि कार्यक्रमको दौरानमा दर्शक वा श्रोताको मनोविज्ञान बुझेर आफूलाई दिइएको समयभित्र वक्ताले आकर्षक प्रस्तुति दिन सक्नुपर्छ । यसमा रोष्टम वा पोडियम, माइक्रोफोनलगायतका प्रविधिको प्रयोग, वक्ताको आवाज तथा अन्य वक्ताहरूको प्रस्तुति आदिले पनि प्रस्तुति निर्धारण गर्न सक्छन् ।

१.७.३.१ भाषाको प्रयोग

प्रस्तुतिको प्रष्टता र प्रभावकारितामा ह्रास ल्याउने प्रमुख बाधाका रूपमा वक्ताको भाषा प्रयोगलाई मानिन्छ। बोल्दा प्रयुक्त हुने अप्रचलित र अपठ्यारा शब्दहरूका स्थानमा छोटा, प्रचलित र खास शब्दहरू कामयामी हुन्छन् । वास्तविकता के हो भने वक्ताले अभ्यस्तताका साथमा प्रयोगमा ल्याएका प्राविधिक र कठिन शब्दहरू स्रोतालाई दुर्बोध लाग्छन्(लुकास, २०१५, पृ.२२४)। आम मानिसका बीचमा बोल्ने क्रममा प्रमुख माध्यमका रूपमा भाषालाई र सहायक रूपमा गैह्रभाषिक पक्षलाई लिइने हुनाले भाषिक पकड, बोलीको प्रभावकारिता तथा विषयानुसार र दर्शक वा श्रोतासान्दर्भिक शब्दचयनले मूलभूत रूपमा कथनीलाई सफलीभूत पार्छन् । के.सी.(२०७१, पृ.४१)ले वक्ता वा उद्घोषकले दर्शक-श्रोताको स्तर हेरेर भाषाको प्रयोग गर्नुपर्ने, साहित्यिक र जटिल शब्दहरूको प्रयोग गर्नु नहुने र सरल, मीठो, स्पष्ट, शिष्ट भाषा सबै खालका बोलीका लागि उत्तम हुने राय व्यक्त गरेको देखिन्छ। ब्रेन्च र अन्य (२०१२, पृ.३८८-३९२) ले सार्वजनिक अभिव्यक्तिमा प्रयुक्त भाषामा ६ वटा तत्वहरूको परिचर्चा गरेका छन् । उनीहरूका अनुसार वक्ताले अभिव्यक्तिका क्रममा प्रयोग गर्ने भाषामा स्पष्टता, मितव्ययीता, शिष्टता वा श्लीलता, बोधगम्यता, शक्ति र विविधता जस्ता तत्वहरू विद्यमान रूपमा हुनुपर्छ। उनीहरूको लेखनबाट विषयअनुसार चाहिने कुरा, शिष्ट ढङ्गले र प्रष्ट र बुझिने-सुनिने गरी बोल्नु र बोलीमा विविधता अँगाल्नु वक्ताका लागि श्रेयस्कर हुन्छ भन्ने तथ्य प्रष्टिन्छ।

१.७.३.२ गैह्रभाषिक सङ्केतको भूमिका

गैह्रभाषिक सङ्केतमा मुखाकृति र त्यसको बनावट, पहिरन र त्यसको अर्थ अनि शारीरिक रूपमा गरिने अङ्गचालन पर्छन् । कुनै पनि वक्ताको प्रस्तुतीकरणको प्रभावकारितामा यी कुराको पनि सहयोगी भूमिका हुन्छ। कुनै कार्यक्रममा वक्ताको रूपमा जाँदा शालीन व्यक्तित्व देखिने गरिको पहिरन, हँसिलो मुखाकृति (शोक सभा, श्रद्धाञ्जली सभाबाहेक) र आवश्यक किसिमको हाउभाउलाई सुपाच्य मान्ने गरिएको छ। "वक्ताले श्रोतादर्शकतिर आफ्नो दृष्टि पुऱ्याउनुपर्छ ताकि वक्ता र दर्शक-श्रोताबीच सञ्चारसम्बन्ध कायम भइरहेको होस् । वक्ताको हाउभाउ कृत्रिम वा बनावटी हुनुहुँदैन, प्राकृतिक हुनुपर्छ। हाउभाउलाई वक्ताले आफ्नो सहयोगी तत्वका रूपमा लिनुपर्छ। स्वभाविक हाउभाउले मात्र वक्ताको आवाजलाई सहयोग गर्छ"(के.सी.,२०७१, पृ.३८)। वक्ताले नाक, कान, टाउको, जुँगा वा कपाल कन्याउनु अथवा शरीरका अन्य अङ्हरू चलाउनु, हात वा खुट्टा हल्लाउनु, कपडा मिलाइरहनु र गोजीमा हात राख्नु वा औला, पैसा वा कलम आदि चलाइरहनु अनुपयुक्त हाउभाउका उदाहरण हुन् । अभिव्यक्तिमा मिठास र सकारात्मक मनोवृत्ति, उपयुक्त हाउभाउ तथा शालीन व्यक्तित्वले प्रस्तुतिमा सहयोग गर्छन् भने भड्किलो पहिरन, अस्वाभाविक हाउभाउ, आक्रामक शैली आदिले प्रस्तुतिमा ह्रास ल्याउँछन् ।

१.७.३.३ मौलिकता

वक्ता कार्यक्रममा बोल्दा, कार्यक्रमको उद्घोषण गर्दा वा प्रवचन दिँदा दर्शक-श्रोताले उसको मौलिकताको अपेक्षा गर्छन् । प्रत्येक मानिसमा केही न केही मौलिक वा अरुभन्दा पृथक विशेषता हुन्छन् । यस्ता विशेषताहरू स्टेजमा प्रस्तुत हुँदा दर्शकहरूलाई आनन्द लाग्छ र यसले विविधता पनि ल्याउँछ तर आफ्नोपनलाई त्यागेर कसैको बोलीको तरिका वा हाउभाउलगायतका गैह्रभाषिक सङ्केतहरूको प्रयोग गर्दा त्यसले मौलिकता नष्ट गर्छ। कार्नेज(२००८, पृ.१२)ले वक्ताको मौलिकताका विषयमा जोड दिँदै प्रस्तुतीकरणमामा अरुको अनुकरणभन्दा आफ्नोपन ज्यादा महत्वपूर्ण रहेको तर्क राखेका छन्। उनका अनुसार यो सूत्र सङ्गीत, लेखन र सार्वजनिक अभिव्यक्तिका लागि उपयुक्त हुने गर्दछ। कुनै पनि वक्तव्यका सन्दर्भमा वक्तामा रहेको वास्तविकता नै उसको पहिचान र शैलीमा निजत्व नै उसको

आकर्षण भएकाले आफ्नै शरीरको कुनै प्रणालीसरह उसको अभिव्यक्ति निजी शैलीमा प्रवाहित हुनु राम्रो मानिन्छ । यस तथ्यले वक्ताले आफ्नो मौलिकता र विशिष्टताका साथ प्रस्तुतीकरण गरेमा त्यसले दर्शकलाई तुलनात्मक रूपमा ज्यादा प्रभावित पार्छ भन्ने हो ।

१.७.३.४ प्राविधिक पक्षको जानकारी

कुशल र सबैको प्रिय वक्ता बन्नका लागि बोल्न मात्र जानेर हुँदैन । कुनै पनि प्रसारण माध्यम वा कार्यक्रमसम्बन्धी प्राविधिक पक्षको कम्तिमा आधारभूत जानकारी भएकै हुनुपर्छ । कुनै सञ्चारको माध्यममा बोल्ने भए सोसँग सम्बन्धित प्राविधिक कुरा जस्तै टेलिभिजनको लागि क्यामेरा र यसको कोण तथा गति, कम्पोजिसन, शर्ट, प्रकाश आदि, को जानकारी आवश्यक मानिन्छ । कुनै सार्वजनिक कार्यक्रममा वक्ता वा उद्घोषक वा प्रवचनकर्ता बन्नका लागि रोष्टम वा पोडियम तथा माइक्रोफोनको जानकारी हुनुपर्छ । वक्ताले कार्यक्रमस्थलको बनावट अनुसार रोष्टम वा पोडियमको प्रयोग गर्दा आफू उभियाइको सन्तुलन मिलाउनु पर्दछ । पोडियमको बीचमा उभिनु र आफ्नो उचाइअनुसार माइक्रोफोनको सन्तुलन मिलाउन सके सञ्चार प्रभावकारी बन्दछ ।

कनै पनि कार्यक्रममा भाषण, उद्घोषण वा प्रवचनका दौरानमा माइक्रोफोनको प्रयोग बारेमा वक्ता जानकार हुनु अनिवार्य मानिन्छ । माइक्रोफोनको माध्यमले सानो आवाज पनि विस्तार भएर धेरै मानिसका कानमा गुञ्जायमान हुने भएकाले त्यसको माध्यमबाट ठूलो जनसमूहमा बोल्दा विशेष ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने हुन्छ । माइक्रोफोनको माथिल्लो भागलाई हेड र त्यसको पछिल्लो भागलाई टेल भनिन्छ । बोल्ने क्रममा हेड अत्यन्त संवेदनशील भाग भएकाले यसलाई हिर्काउने वा फु फु गर्ने गर्नुहुँदैन । “माइक्रोफोनको माथिल्लो भागमा बाहिर जालीजस्तो भाग रहेको हुन्छ, यसलाई पफगार्ड भनिन्छ । यसले पफ जस्ता द्वोष्ठ्य ध्वनिको उच्चारणमा निस्कने आवाजलाई सकेसम्म रोक्छ तर कडा स्वास भएको बेला यी ध्वनिहरू रोकिन्नन् र आवाज ह्वा ह्वा हुन्छ । यस कुरामा उद्घोषक र वक्ताले ध्यान पुऱ्याउनुपर्छ । वक्ताले विशेष गरी लामो सास फेर्दा माइक्रोफोनबाट मुखलाई बाहिर मोड्ने गर्नु सबैभन्दा सजिलो उपाय हो”(ओझा, २०७५, पृ.९३)। माइक्रोफोनलाई सही ठाउँमा सही तरिकाले राख्नु आवश्यक हुन्छ । बोल्दा हाम्रो मुख् माइक्रोफोनको दुरी ४ इन्चदेखि ९ इन्च सम्मको हुनुपर्छ । यो भन्दा बढी दुरी भएमा हामीले बोलेको आवाज स्पष्टसँग नसुनिने हुन्छ(के.सी.,२०७१, पृ.३९)। भने धेरै नजिक भएमा आवाज ह्वा ह्वा भएर नसुनिने हुन्छ । जे होस्, माइक्रोफोनको सही प्रयोग गरेर सन्तुलित आवाज दर्शकमा पुऱ्याउन सकेमात्र वक्ताको प्रस्तुतिकरण प्रभावकारी बन्दछ ।

कतिपय प्रस्तोताले गहन र ओजपूर्ण विषयमा पनि प्रस्तुतीकरण कौशलको अभावले गर्दा दर्शकलाई वाक्क लाग्ने प्रकारको अभिव्यक्ति दिन्छन् र असल प्रस्तोता हुनबाट वञ्चित हुन्छन् । मुख्यतयाः दर्शकको सामना गर्न नसकेर निराश भएमा प्रस्तुतीकरण फितलो हुन जान्छ । यसका अलावा विषयमाथिको पर्याप्त ज्ञानको अभाव, अभ्यासको कमी, हतास वा उदास मानसिकता, त्रास आदिले कुशल प्रस्तुतिमा ह्रास ल्याउँछन् । यसबाहेक कर्कश ध्वनिमा कराउने वा चिच्याउने र दर्शक तथा अन्य वक्ताको अनादर गर्ने साथै उत्तेजनामा आउने र प्रमाणहीन र असान्दर्भिक तथ्यहरू बोल्ने कार्य पनि सार्वजनिक प्रस्तुतीकरणका ऋणात्मक पक्ष हुन् । अभिव्यक्तिमा आवश्यक आरोह-अवरोहको पालना र विषयानुसारको अभिव्यक्तिगत लय, सम्बन्धित भाषामा विज्ञता र शब्दभण्डारमा पर्याप्तता, धैर्यता, इमान्दारिता र विनम्रता र शिष्ट एवम् शालीन व्यक्तित्व, कल्पनाशीलता र सिर्जनात्मकता र जागरुकता, शिष्टता निष्पक्ष र सन्तुलित व्यवहार तथा अध्ययनशीलता कुशल वक्ताका आभूषण मानिन्छन् । प्रस्तुतीकरणको समाप्तिपछि त्यसको स्वसमीक्षा पनि आवश्यक हुन्छ । यसले आगामी प्रस्तुतिलाई अझ प्रभावकारी पार्न र नौलोपन दिन मद्दत गर्छ ।

१.८ निष्कर्ष

मानिसको भाषिक व्यवहार हुने कलात्मक प्रयोग वा कौशललाई नै वाक्कला भनिन्छ। वाक्कलाका सापेक्षतामा सार्वजनिक अभिव्यक्तिले भाषाको माध्यमबाट दर्शकलाई भाषिक सञ्चार गर्ने कलाविशेषलाई जनाउँछ, जसले दर्शक वा श्रोतालाई लक्षित गरी उनीहरूलाई जानकारी, विचार वा मनोरञ्जन प्रदान गर्छ। विचार विनिमय र भावनाको साटासाटका लागि मान्छेबाट प्रयुक्त भाषिक व्यवहारबाट सार्वजनिक अभिव्यक्तिको आधारभूमि तय हुने हुनाले दैनिक व्यवहारका सामान्य संवादसँग सार्वजनिक अभिव्यक्ति निकट छ। संवादको कुशलता र प्रभावकारिता सार्वजनिक अभिव्यक्ति निखारका पूर्वसर्त मानिए पनि सार्वजनिक अभिव्यक्ति तुलनात्मक रूपमा बढी संरचित, औपचारिक र विविधतायुक्त हुन्छ। सार्वजनिक अभिव्यक्तिकलाले समालोचनात्मक सीप, प्रभावकारी सञ्चार सीप र मानिसको समग्र व्यक्तित्व विकास तथा निखारमा अनि भाषिक परिष्कार एवम् पेशागत क्षमता अभिवृद्धि र आत्मविश्वास आर्जनमा गहन भूमिका खेल्छ। वक्तामा निहित सीप र प्रतिभाका अलावा उसको अभिव्यक्ति क्षमतालाई विकसित र परिष्करण गर्ने थुप्रै युक्तिहरू हुन्छन्।

सार्वजनिक अभिव्यक्तिको सफलताका लागि प्रायः मानिसहरूले स्वीकार गरेका ३'प'को मान्यताभित्र पूर्वतयारी, प्रयत्न र प्रस्तुतीकरण पर्दछन्, जसले वक्ताको अभिव्यक्ति क्षमतालाई परिष्कार गर्दै उसलाई प्रभावशाली वक्ताका रूपमा स्थापित गर्न भूमिका खेल्छन्। वक्ताले आफूले बोल्ने विषयमाथि पूर्वतयारीले सो विषयमा पर्याप्त तथ्यहरूको ज्ञान हुन गई अभिव्यक्तिमा सहजता र आत्मविश्वासमा वृद्धि हुनुका साथै ज्ञानको तह फराकिलो पार्नुका साथै दर्शकको मनोविज्ञानको आँकलन, अभिव्यक्तिमा मिठास र सारगर्भितता कायम गर्न सहयोग पुग्छ। पूर्वतयारीका क्रममा बनेको धारणात्मक रूपरेखालाई मूर्त र अभ्यस्त बनाउन अनि हाउभाउको परिष्करण गर्न अभ्यासले सहयोग गर्छ। प्रस्तुतीकरणमा वक्ताको पूर्वतयारी र अभ्यासको अन्तिम परीक्षा हुने हुँदा यो सार्वजनिक अभिव्यक्तिका क्रममा अन्तिम तर विशेष सीप हो। वक्ताले कुनै पनि प्रस्तुति दिँदा बोलीको मनोहारिता तथा अभिव्यक्तिमा सन्तुलन तथा तटस्थता र सुबोध भाषाको प्रयोग गरी आत्मविश्वासका साथ दिनुपर्छ। आकर्षक र शालीन व्यक्तित्व अनि वक्ताको मौलिकता वा निजत्वले पनि प्रस्तुतीकरणलाई सुन्दर बनाउन विशेष महत्व राख्छन्। यसरी सार्वजनिक भाषण, प्रवचन, उद्घोषण आदिको क्रमबद्ध र व्यवस्थित रूपमा पूर्वतयारी, सो अनुसारको उपयुक्त अभ्यास अनि आत्मविश्वासका साथ उपयुक्त प्रस्तुतीकरणले वक्ताको अभिव्यक्तिकौशल अभिवृद्धि गर्छन्। सुरुचिपूर्ण ढङ्गले गरिएको व्यवस्थित तयारी, आवश्यक अभ्यास र कुशल वक्ताहरूको श्रोता बन्ने बानीको विकास, अध्ययनशीलता, जागरुकता र आवश्यक प्राविधिक पक्षको सचेतताले आफूलाई सर्वप्रिय र प्रभावशाली वक्ताका रूपमा विकास गर्न सकिन्छ।

सन्दर्भसामग्री सूची

अधिकारी, निर्मलमणि (२०६४), उद्घोषण कला, दोस्रो संस्करण, काठमाडौँ : प्रशान्ति पुस्तक भण्डार।

उप्रेती, अर्जुनकुमार (२०६७), रेडियो भित्र, इटहरी : नयाँ संसार।

ओझा, बाबुराम (२०७५), उद्घोषण कलाका आधारभूत पक्ष, सहयात्रा (सम्पादकः खगेश्वर भट्टराई) अंक - २, पृ. ८७ - ९४।

के.सी., मनोज (२०७१), बोल्ने कला, काठमाडौँ : भुँडीपुराण प्रकाशन।

खनाल, श्रीराम (२०६५), उद्घोषण कला, काठमाडौँ : पैरवी प्रकाशन।

गौतम, देवीपसाद र प्रेमप्रसाद चौलागाईं (२०६७), भाषाविज्ञान, काठमाडौँ : पाठ्य सामग्री पसल।

पनेरु, यज्ञराज (२०५८), वाक्कला, लेखक स्वयम् , काठमाडौँ : रत्न पुस्तक भण्डार ।

पोखरेल, बालकृष्ण र अन्य (२०५८), बृहत् नेपाली शब्दकोश, पाँचौ संस्करण, काठमाडौँ : नेपाल राजकीय प्रज्ञा प्रतिष्ठान ।

शर्मा, मोहनराज र खगेन्द्रप्रसाद लुइटेल (२०६४), भाषाविज्ञान, दोस्रो संस्करण, काठमाडौँ : विद्यार्थी पुस्तक भण्डार ।

Beebe S.A. & Beebe S.J.(2006), ***Public Speaking : An audience-centered Approach***, (6th edition), New York : Pearson.

Nikitina, Arina (2011), ***Successful Public Speaking***, Bookboon.com

Stephen, E. Lucas (2015), ***The art of Public Speaking***, Twelveth Eddition, NY 10121, New York. : Mc Graw-Hill Education.

Wrench, S. Jason and others (2012), ***Public speaking practice and ethics Vol. 1.0***, (downloaded by Andy Schmitz) http://lardbucket.org

Carnegie, D. (2008), ***Speak More Effectively*, **Dale Carnegie & Associates, www.dalecarnegie.com/speak page 1-12.

Schreber, Lisa(2013), ***Introduction of Public Speaking***, California, 94105 : Creative commons http://creativecommons.org, page 1-11.