झारखण्ड
राय विश्वविद्यालय
राँची

शिक्षा संस्कृति उत्थान न्यास

कौटिल्य
ज्ञान केंद्र

चरित्र निर्माण
एवं
व्यक्तित्व का समग्र विकास

राष्ट्रीय कार्यशाला

दिनांक : 21-23 जून 2025



समिति सदस्य

डॉ. अमृता मजूमदार – कुलसचिव, झारखंड राय विश्वविद्यालय

डॉ. हरमीत कौर – डीन, आईक्यूएसी, झारखंड राय विश्वविद्यालय

डॉ. सुमीत पांडेय – डीन अकादमिक, झारखंड राय विश्वविद्यालय

सुश्री अग्रता कश्यप – व्याख्याता, वाणिज्य एवं प्रबंधन विभाग, झारखंड राय विश्वविद्यालय

सुश्री रागिनी कुमारी – सहायक प्राध्यापक, फिजियोथेरेपी विभाग, झारखंड राय विश्वविद्यालय

सुश्री रश्मि राज – सहायक प्राध्यापक, वाणिज्य एवं प्रबंधन विभाग, झारखंड राय विश्वविद्यालय

कोश संचालक

अन्नमय कोश – सुश्री रश्मि राज, सहायक प्रोफेसर

प्राणमय कोश – डॉ. प्रशांत जयवर्धन, सहायक प्रोफेसर

मनोमय कोश – श्री राजन तिवारी, सहायक प्रोफेसर

विज्ञानमय कोश – डॉ. कैलाशपति दत्ता, सह–प्रोफेसर

आनंदमय कोश – सुश्री मानोशी रॉय, सहायक प्रोफेसर

संरचना एवं संकलन

राहुल सिंह – कौटिल्य ज्ञान केंद्र, झारखंड राय विश्वविद्यालय

स्मारिका रूपांकन

शैलेश कुमार – कौटिल्य ज्ञान केंद्र, झारखंड राय विश्वविद्यालय

Published by :
Jharkhand Rai University,
Raja Ulatu, Namkum, Ranchi, Jharkhand
India - 834010

विषय–सूची

क्र. सं.	सत्र विवरण	पृष्ठ संख्या
1	त्रिदिवसीय कार्यशाला – समय सारिणी	I
2	संपादकीय	II
3	कुलाधिपति का संदेश	III
4	कुलपति का संदेश	IV
5	मुख्य वक्ताओं की सूची	V
6	सत्र I : उद्घाटन समारोह	01–02
7	सत्र II : अन्नमय कोश	03
8	सत्र III : प्राणमय कोश	04–05
9	सत्र IV : मनोमय कोश	06–07
10	सत्र V : विज्ञानमय कोश	08
11	सत्र VI : आनंदमय कोश	09–10
12	सत्र VII : पंचकोश पर परिचर्चा	11
13	सत्र VIII : पर्यावरण संरक्षण एवं स्वच्छता पर परिचर्चा	12
14	सत्र IX : पढ़ाने की कला	13–14
15	सत्र X : शिक्षण के महत्व, उसकी मूलभूत अवधारणा	15
16	सत्र XI : शिक्षण की कला और पंचकोश सिद्धांत की समझ	16
17	सत्र XII : समापन समारोह	17–18
	परिशिष्ट	
18	आगामी कार्ययोजनाएँ	I-II
19	प्रतिभागियों के अनुभव व सुझाव	III-IV
20	प्रतिभागियों की सूची	V-VII
21	मीडिया कवरेज	VIII

त्रिदिवसीय कार्यशाला - समय सारिणी

तिथि : 21 जून 2025 से 23 जून 2025

(आषाढ़ कृष्ण एकादशी से आषाढ़ कृष्ण त्रयोदशी, संवत 2082)

सत्र	सत्र का नाम	समय	वक्ता
21 जून 2025			
I	उद्घाटन सत्र	09:30 – 11:00 पूर्वाह्न	डॉ. अतुल कोठारी, राष्ट्रीय सचिव, शिक्षा संस्कृति उत्थान न्यास
अल्प विराम		**चाय**	11:00 – 11:15 पूर्वाह्न
II	अन्नमय कोश	11:15 पूर्वाह्न – 01:15 अपराह्न	डॉ. मनोहर भंडारी, प्रोफेसर, फिजियोलॉजी, ईएसआईसी मेडिकल कॉलेज, इंदौर
अल्प विराम		**भोजन**	01:15 – 02:00 अपराह्न
III	प्राणमय कोश	02:00 – 03:30 अपराह्न	डॉ. मनोहर भंडारी, प्रोफेसर, फिजियोलॉजी, ईएसआईसी मेडिकल कॉलेज, इंदौर
अल्प विराम		**चाय**	04:00 – 04:30 अपराह्न
IV	मनोमय कोश	04:30 – 06:00 अपराह्न	डॉ. अजय कुमार तिवारी, कुलाधिपति, स्वामी विवेकानंद विश्वविद्यालय, सागर
22 जून 2025			
V	विज्ञानमय कोश	09:30 – 11:00 पूर्वाह्न	डॉ. सविता सेंगर, कुलाधिपति, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
अल्प विराम		**चाय**	11:00 – 11:30 पूर्वाह्न
VI	आनंदमय कोश	11:30 पूर्वाह्न – 01:00 अपराह्न	डॉ. अतुल कोठारी, राष्ट्रीय सचिव, शिक्षा संस्कृति उत्थान न्यास
अल्प विराम		**भोजन**	01:00 – 02:30 अपराह्न
VII	पंचकोश पर वार्ता	02:30 – 03:45 अपराह्न	विषय : लेखन, प्रस्तुतीकरण, समीक्षा, जिज्ञासा एवं समाधान
अल्प विराम		**चाय**	03:30 – 04:00 अपराह्न
VIII	पर्यावरण स्वच्छता पर चर्चा	04:00 – 05:30 अपराह्न	डॉ. सविता सेंगर, कुलाधिपति, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
23 जून 2025			
IX	पढ़ाने की कला	09:30 – 11:00 पूर्वाह्न	डॉ. चाँद किरण सलूजा, अकादमिक निदेशक, संस्कृत संवर्धन प्रतिष्ठानम्, नई दिल्ली
अल्प विराम		**चाय**	11:00 – 11:30 पूर्वाह्न
X	भारतीय ज्ञान परंपरा एवं चरित्र निर्माण	11:30 पूर्वाह्न – 01:00 अपराह्न	डॉ. चाँद किरण सलूजा
अल्प विराम		**भोजन**	01:00 – 02:30 अपराह्न
XI	आगामी कार्ययोजना चर्चा	02:30 – 03:30 अपराह्न	–
अल्प विराम		**चाय**	03:30 – 04:00 अपराह्न
XII	समापन सत्र	04:00 – 05:30 अपराह्न	डॉ. राजेश्वर पराशर, सहायक प्रोफेसर, हिंदी विभाग, एल.एस. कॉलेज, बीआरए बिहार विश्वविद्यालय

संपादकीय



चरित्र निर्माण की ओर एक सार्थक पहल

आज के समय की शिक्षा प्रणाली एक ऐसे मोड़ पर खड़ी है, जहाँ उसकी दिशा और दशा को लेकर गहरे आत्ममंथन की आवश्यकता है। जब शिक्षा केवल अंक और नौकरियों तक सीमित हो जाए, तब यह जरूरी हो जाता है कि हम उसके मूल उद्देश्यों की ओर लौटें। भारत की प्राचीन परंपरा शिक्षा को चरित्र और जीवन मूल्यों के निर्माण का साधन मानती रही है। आज की पीढ़ी को वही शिक्षा चाहिए, जो उन्हें बेहतर इंसान बनाय और उसे सफल के साथ संवेदनशील और संतुलित भी बनाए।

इसी सोच को साकार करते हुए विश्वविद्यालय लंबे समय से भारतीय जीवन मूल्यों, नैतिकता और समग्र व्यक्तित्व विकास को शिक्षा के केंद्र में लाने के लिए प्रयासरत रहा है। ''चरित्र निर्माण और व्यक्तित्व का समग्र विकास" विषय पर आयोजित इस राष्ट्रीय स्तरीय कार्यशाला ने पंचकोशीय मानव विकास के सिद्धांत – अन्नमय, प्राणमय, मनोमय, विज्ञानमय और आनंदमय कोश – के माध्यम से यह स्पष्ट करने का प्रयास किया है कि शिक्षा का वास्तविक उद्देश्य विद्यार्थियों में संतुलन, विवेक और जीवन मूल्यों की स्थापना करना है।

हालाँकि यह आयोजन केवल एक छोटा कदम है, पर यह उस सतत प्रयास का संकेत है जो शिक्षा को 'सूचना' से 'बोध' की ओर मोड़ना चाहता है। योग, ध्यान, नैतिकता और भारतीय दर्शन जैसे विषयों को फिर से शिक्षा की धारा में स्थान देना आज के समय की माँग है। विद्यार्थियों के मानसिक, बौद्धिक और आत्मिक संतुलन की बात अब केवल वैकल्पिक नहीं रह गई, बल्कि यह शिक्षा की अनिवार्यता बन चुकी है।

अब आवश्यक है कि ऐसे प्रयास संस्था और कार्यशाला की सीमाओं से आगे बढ़कर शिक्षा जगत में व्यापक परिवर्तन का माध्यम बनें। एक बेहतर समाज के निर्माण के लिए आवश्यक है कि शिक्षा को रोजगार के साथ-साथ चरित्र निर्माण का माध्यम बनाया जाए। विश्वविद्यालयों की भूमिका इस दिशा में मार्गदर्शन देने और नीतियों को वास्तविक जीवन से जोड़ने में महत्वपूर्ण हो सकती है। झारखंड राय विश्वविद्यालय इस दिशा को एक आधार मानते हुए भावी कार्ययोजनाओं को और व्यापक स्तर पर विस्तार देने के लिए तत्पर है।

डॉ. हरमीत कौर
डीन, आईक्यूएसी, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची

कुलाधिपति का संदेश



भारतीय ज्ञान परंपरा के अनुसार शिक्षा वह प्रक्रिया है, जो व्यक्ति के जीवन के हर मूलभूत पक्ष को छूती है और उसके विचार, चरित्र और दृष्टि को दिशा प्रदान करती है। यह पाठ्यक्रम या अकादमिक प्रगति का माध्यम तो है ही, साथ ही व्यक्ति के 'चरित्र', विचार और जीवन दृष्टि को गढ़ने की प्रक्रिया भी है। जब शिक्षा में मूल्य और दृष्टि का समन्वय होता है, तभी वह समाज और राष्ट्र के लिए सार्थक परिणाम देती है। हमारे लिए शिक्षा का स्वरूप व्यापक है। यह व्यक्ति के शरीर, प्राण, मन, विवेक और आत्मा - सभी स्तरों के विकास का साधन है। भारतीय दर्शन की पंचकोशीय दृष्टि - अन्नमय, प्राणमय, मनोमय, विज्ञानमय और आनंदमय कोश - हमें बताती है कि मनुष्य का व्यक्तित्व तभी पूर्णता की ओर बढ़ता है, जब इन सभी परतों का संतुलित विकास हो। इसी दिशा में हमारे प्रयास विद्यार्थियों को जीवन के हर क्षेत्र में सक्षम बनाने की ओर अग्रसर हैं।

भारतीय दृष्टि हमें यह सिखाती है कि शिक्षा जीवन को अर्थपूर्ण और उद्देश्यपूर्ण बनाने की यात्रा है। जब परंपरा के गहन ज्ञान को आधुनिक संदर्भों से जोड़ा जाता है, तब शिक्षा समाज के लिए परिवर्तनकारी शक्ति बनती है। इसी सोच को साकार रूप देने के लिए विश्वविद्यालय में कौटिल्य ज्ञान केंद्र की स्थापना की गई है। यह केंद्र भारतीय नीति शास्त्र, दर्शन और जीवन मूल्यों को व्यावहारिक स्वरूप में आत्मसात करने का अवसर प्रदान करता है। यहाँ विद्यार्थियों को वह दृष्टि और मार्गदर्शन मिल रहा है, जो उन्हें बौद्धिक रूप से सक्षम, संवेदनशील और मूल्यनिष्ठ नागरिक बनने के लिए प्रेरित करता है।

झारखंड राय विश्वविद्यालय में यह प्रयास उस सतत परंपरा का हिस्सा है, जिसके अंतर्गत विश्वविद्यालय समय-समय पर ऐसे कार्यक्रमों का आयोजन करता रहा है, जो विद्यार्थियों को भारतीय दृष्टिकोण आधारित, मूल्यनिष्ठ और जीवनोपयोगी शिक्षा प्रदान करते हैं। हमारा लक्ष्य है कि विश्वविद्यालय का प्रत्येक छात्र अपने विषय में दक्ष होने के साथ-साथ समाज और राष्ट्र की प्रगति में भी सक्रिय योगदान दे। साथ ही, विद्यार्थी अपनी जड़ों से जुड़े रहकर वैश्विक चुनौतियों का सामना करने के योग्य बनें और अपने जीवन में ऐसा संतुलन स्थापित करें, जहाँ आधुनिक ज्ञान और भारतीय मूल्यों का सुंदर समन्वय दिखाई दे।

इस दिशा में सहयोग के लिए मैं ''शिक्षा संस्कृति उत्थान न्यास'' और विशेष रूप से डॉ. अतुल कोठारी सहित सभी विद्वानों का हृदय से आभार व्यक्त करती हूँ। साथ ही इस प्रयास को सफल बनाने वाले सभी शिक्षक, विद्यार्थी और सहयोगियों को बधाई देती हूँ।

यह यात्रा सतत् चलने वाली है। मुझे विश्वास है कि यह पहल विश्वविद्यालय के साथ-साथ समाज और शिक्षा जगत में भी सकारात्मक परिवर्तन का आधार बनेगी।

प्रो. (डॉ.) सविता सेंगर
कुलाधिपति
झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची

कुलपति का संदेश



झारखंड राय विश्वविद्यालय का ध्येय ऐसी शिक्षा व्यवस्था विकसित करना है, जो ज्ञान प्रदान करने के साथ-साथ विद्यार्थियों के व्यक्तित्व को हर स्तर पर समृद्ध करे। हमारी सोच है कि शिक्षा का वास्तविक उद्देश्य चरित्र निर्माण, आत्मविकास और मानवीय मूल्यों से संपन्न जीवन दृष्टि का निर्माण करना है। इसी भावना के साथ विश्वविद्यालय ऐसा वातावरण निर्माण कर रहा है, जहाँ विद्यार्थी अकादमिक उत्कृष्टता के साथ संवेदनशील, मूल्यनिष्ठ और नेतृत्व गुणों से संपन्न नागरिक बनकर समाज एवं राष्ट्र की प्रगति में सार्थक योगदान दें।

विश्वविद्यालय में स्थापित कौटिल्य ज्ञान केंद्र मूल्यनिष्ठ शिक्षा को प्रोत्साहित करने का एक सशक्त माध्यम है। इसके अंतर्गत व्याख्यान श्रृंखलाएँ, व्यक्तित्व विकास कार्यशालाएँ, प्रशिक्षण कार्यक्रम और समाजोपयोगी परियोजनाएँ संचालित की जाती हैं। इन पहलों का उद्देश्य विद्यार्थियों के दृष्टिकोण को व्यापक बनाना और उन्हें जीवनोपयोगी कौशल से समृद्ध करना है। इसी उद्देश्य के अंतर्गत शिक्षा संस्कृति उत्थान न्यास, नई दिल्ली के सहयोग से "चरित्र निर्माण एवं व्यक्तित्व का समग्र विकास" विषय पर एक राष्ट्रीय कार्यशाला का आयोजन किया गया। इस कार्यशाला ने प्रतिभागियों को भारतीय ज्ञान परंपरा की गहनता से जोड़ते हुए आत्मविकास की दिशा में प्रेरित किया।

मुझे यह बताते हुए गर्व की अनुभूति हो रही है कि विश्वविद्यालय लगातार अपनी शैक्षिक और सांस्कृतिक गतिविधियों के माध्यम से छात्रों को उनकी जड़ों से जोड़ने का प्रयास कर रहा है। आने वाले समय में और भी ऐसे कार्यक्रम आयोजित किए जाएंगे, जो भारतीय ज्ञान परंपरा और आधुनिक शिक्षा को जोड़ते हुए विद्यार्थियों के लिए नए अवसर और अनुभव प्रस्तुत करेंगे।

आगामी कार्ययोजना के तहत, विश्वविद्यालय कौटिल्य ज्ञान केंद्र की उन गतिविधियों का विस्तार कर रहा है, जिनके अंतर्गत पूर्व में भी मूल्य-आधारित पाठ्यक्रम, अभ्यास-आधारित प्रशिक्षण, शोध परियोजनाएँ और छात्र-भागीदारी वाले नवाचार कार्यक्रम आयोजित किए जाते रहे हैं। अब इन्हें और अधिक संरचित और व्यापक रूप में आगे बढ़ाया जा रहा है। आने वाले समय में ऐसे और अवसर उपलब्ध कराए जाएंगे, जो भारतीय ज्ञान परंपरा और आधुनिक शिक्षा को जोड़ते हुए विद्यार्थियों के विकास को नई दिशा देंगे।

मैं शिक्षा संस्कृति उत्थान न्यास के सहयोग और विशेषज्ञों के मार्गदर्शन के लिए हार्दिक आभार व्यक्त करता हूँ। साथ ही, इस यात्रा में योगदान देने वाले संकाय सदस्यों और कर्मचारियों को बधाई देता हूँ। मुझे विश्वास है कि भारतीय दृष्टि और आधुनिक नवाचारों के समन्वय से झारखंड राय विश्वविद्यालय मूल्यनिष्ठ, प्रेरणादायी और जीवनोपयोगी शिक्षा का एक उत्कृष्ट और सशक्त केंद्र बनेगा।

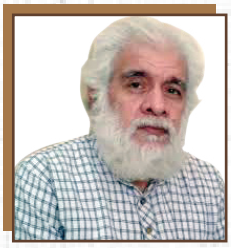
प्रो. (डॉ.) पीयूष रंजन
कुलपति
झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची

मुख्य वक्ताओं की सूची



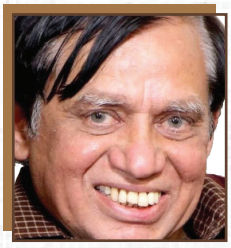
डॉ. अतुल कोठारी, राष्ट्रीय सचिव, शिक्षा संस्कृति उत्थान न्यास

डॉ. अतुल कोठारी भारतीय शिक्षा और संस्कृति से जुड़े प्रमुख चिंतक एवं शिक्षाविद हैं। आप शिक्षा संस्कृति उत्थान न्यास के राष्ट्रीय सचिव के रूप में भारतीय परंपरा और जीवन मूल्यों पर आधारित शिक्षा प्रणाली के संवर्धन के लिए कार्यरत हैं। आपने राष्ट्रीय शिक्षा नीति सहित विभिन्न शैक्षिक सुधारों में योगदान दिया है और शिक्षा को राष्ट्र निर्माण का आधार मानते हैं।



डॉ. चांद किरण सलूजा, निदेशक – संस्कृत प्रोमोशन फाउंडेशन

डॉ. चांद किरण सलूजा संस्कृत भाषा एवं साहित्य के प्रतिष्ठित विद्वान हैं। आप संस्कृत प्रोमोशन फाउंडेशन के निदेशक के रूप में कार्य करते हुए संस्कृत के प्रचार–प्रसार, शिक्षण तथा शोध को प्रोत्साहित करते हैं। आपका उद्देश्य संस्कृत को आधुनिक शिक्षा और जीवन से जोड़कर जन–जन तक पहुँचाना है।



डॉ. मनोहर भंडारी, प्रोफेसर, फिजियोलॉजी, ईएसआईसी मेडिकल कॉलेज, इंदौर

डॉ. मनोहर भंडारी एक प्रख्यात शिक्षाविद एवं चिकित्सा विशेषज्ञ हैं। आप फिजियोलॉजी विषय में गहन ज्ञान और लंबे शिक्षण अनुभव के लिए जाने जाते हैं। वर्तमान में ईएसआईसी मेडिकल कॉलेज, इंदौर में प्रोफेसर के रूप में कार्यरत होकर वे विद्यार्थियों को गुणवत्तापूर्ण चिकित्सा शिक्षा प्रदान कर रहे हैं।



डॉ. अजय कुमार तिवारी, कुलाधिपति, स्वामी विवेकानंद विश्वविद्यालय, सागर

डॉ. अजय कुमार तिवारी एक प्रतिष्ठित शिक्षाविद और दूरदर्शी प्रशासक हैं। आप स्वामी विवेकानंद विश्वविद्यालय, सागर के कुलाधिपति के रूप में उच्च शिक्षा की गुणवत्ता, अनुसंधान उन्नयन और विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास के लिए निरंतर कार्यरत हैं। शिक्षा को सामाजिक परिवर्तन और राष्ट्र निर्माण का माध्यम मानते हुए आप विश्वविद्यालय में नवाचार, मूल्यनिष्ठ शिक्षा और शोधोन्मुख वातावरण को बढ़ावा देते हैं।



प्रो. (डॉ.) सविता सेंगर, कुलाधिपति, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची

प्रो. (डॉ.) सविता सेंगर एक प्रख्यात शिक्षाविद एवं प्रशासक हैं। आप झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची की कुलाधिपति के रूप में उच्च शिक्षा की गुणवत्ता, शोध संस्कृति और विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास के लिए निरंतर कार्यरत हैं। आपका विशेष बल शिक्षा को मूल्यनिष्ठ, व्यावहारिक एवं समाजोन्मुख बनाने पर है, जिससे विद्यार्थी भविष्य के उत्तरदायी नागरिक बन सकें।



डॉ. राजेश्वर पराशर, सहायक प्रोफेसर, एल एस महाविद्यालय,
डॉ. बाबासाहेब भीमराव आंबेडकर बिहार विश्वविद्यालय

डॉ. राजेश्वर पराशर हिंदी साहित्य के एक सक्रिय अध्येता और शिक्षाविद हैं। आप एल. एस. महाविद्यालय, मुजफ्फरपुर (डॉ. बाबा साहब भीमराव आंबेडकर बिहार विश्वविद्यालय) में सहायक प्रोफेसर के रूप में अध्यापन करते हुए विद्यार्थियों को हिंदी भाषा, साहित्य और संस्कृति के गहन अध्ययन हेतु प्रेरित करते हैं। आपका झुकाव शोध, आलोचना और साहित्यिक विमर्श की ओर विशेष रूप से उल्लेखनीय है।



उद्घाटन समारोह
सत्र – I

चरित्र निर्माण और व्यक्तित्व के समग्र विकास की यात्रा सदियों से भारतीय ज्ञान परंपरा का अभिन्न हिस्सा रही है। इसी विषय पर झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची ने तीन दिवसीय राष्ट्रीय कार्यशाला का आयोजन किया, जिसका उद्देश्य प्रतिभागियों को चरित्रा निर्माण के गहरे आयामों से अवगत कराना था।

कार्यशाला का विधिवत उद्घाटन दीप प्रज्ज्वलित कर किया गया। इस शुभ अवसर पर विश्वविद्यालय की कुलाधिपति प्रो. (डॉ.) सविता सेंगर, शिक्षा संस्कृति उत्थान न्यास के राष्ट्रीय सचिव डॉ. अतुल भाई कोठारी, स्वामी विवेकानंद विश्वविद्यालय के कुलाधिपति डॉ. अजय कुमार तिवारी सहित कई गणमान्य व्यक्तियों ने कार्यक्रम में सहभागिता रही।

कुलाधिपति प्रो. सेंगर ने अपने स्वागत भाषण में कहा कि चरित्र निर्माण केवल बाहरी व्यक्तित्व या दिखावे तक सीमित नहीं है। यह भारतीय दर्शन की गहन अवधारणाओं से जुड़ा विषय है। उन्होंने विश्वविद्यालय के परिसर में स्थापित कौटिल्य ज्ञान केंद्र का उल्लेख करते हुए बताया कि यह केंद्र भारतीय ज्ञान परंपरा और भारतीय दृष्टिकोण के प्रचार–प्रसार के लिए समर्पित है।

कार्यशाला के मुख्य वक्ता डॉ. अतुल भाई कोठारी ने अपने भाषण की शुरुआत पंचकोश की अवधारणा से की। उन्होंने पंचकोश – अन्नमय, प्राणमय, मनोमय, विज्ञानमय और आनंदमय कोश – की विस्तृत व्याख्या की। बताया कि ये पांच आवरण न केवल शारीरिक और मानसिक स्तर पर मानव अस्तित्व को समझने में मदद करते हैं, बल्कि आध्यात्मिक जागरूकता का भी मार्ग प्रशस्त करते हैं।

डॉ. कोठारी ने कहा कि पंचकोश के भीतर चेतना के तीन रूप – चेतन, अवचेतन और अचेतन – व्याप्त हैं। ये सभी एक–दूसरे से गहरे रूप में जुड़े हैं। उन्होंने कहा, ''चरित्र निर्माण का अर्थ है अपने भीतर की इन गहराइयों को समझना और जीवन के व्यवहार में उनका समुचित समावेश करना।''





कार्यशाला में मंत्र, योग विद्या तथा जीवन के आचरण और व्यवहार पर भी विशेष जोर दिया गया। डॉ. कोठारी ने समझाया कि चरित्र निर्माण केवल सैद्धांतिक ज्ञान नहीं, बल्कि दैनिक जीवन में उसका व्यवहारिक अनुपालन है। उन्होंने प्रतिभागियों को प्रेरित किया कि वे भारतीय संस्कृति और आध्यात्मिकता के इन प्राचीन सूत्रों को आत्मसात कर अपनी और विश्वविद्यालय के छात्रों की सोच व व्यक्तित्व का संपूर्ण विकास करने में अपना योगदान दें।

कुल मिलाकर यह तीन दिवसीय कार्यशाला न केवल चरित्र निर्माण के महत्व को उजागर करने में सफल रही, बल्कि भारतीय दर्शन के गहन ज्ञान को समझने और अपनाने का एक प्रभावी मंच भी साबित हुई। झारखंड राय विश्वविद्यालय की यह पहल शिक्षा और संस्कृति के क्षेत्र में एक नवीन अध्याय की शुरुआत है, जो आने वाले समय में विद्यार्थियों के व्यक्तित्व निर्माण में मील का पत्थर सिद्ध होगी।

अन्नमय कोश

सत्र - II

मुख्य वक्ता :- डॉ. मनोहर भंडारी (सेवानिवृत्त सह-प्राध्यापक, शासकीय चिकित्सा महाविद्यालय, इंदौर)



अन्नमय कोश शरीर का सबसे स्थूल और भौतिक स्तर है, जिसे 'अन्न' यानी भोजन से पोषण मिलता है। हमारे शरीर में मांस, हड्डियाँ, त्वचा, रक्त और अंग–अवयव इसी कोश का हिस्सा हैं। योग और साधना में यह पहला स्तर है, जिससे साधक को ऊपर उठना होता है।

तीन दिवसीय राष्ट्रीय कार्यशाला के द्वितीय सत्र में डॉ. मनोहर भंडारी ''अन्नमय कोष'' पर केंद्रित व्याख्यान प्रस्तुत किया। उन्होंने भारतीय परंपराओं, योग और आधुनिक चिकित्सा विज्ञान के माध्यम से शरीर, आहार और चेतना के गहरे संबंधों पर विस्तार से चर्चा की। डॉ. भंडारी, जो विश्व हिन्दी सम्मेलन (फिजी) में "विश्व हिन्दी सम्मान" से सम्मानित हैं, ने प्रतिभागियों को ध्यानपूर्वक भोजन क्रिया का व्यावहारिक अभ्यास भी कराया। उन्होंने बताया कि तैत्तिरीय उपनिषद के अनुसार अन्नमय कोष पंचकोशीय शरीर की सबसे बाहरी परत है, जो भोजन एवं जल से पोषित होता है और स्वस्थ जीवन की नींव है।

उन्होंने कहा कि भारतीय संस्कृति में शरीर को 'धर्मसाधना का साधन' माना गया है। योगासन शरीर की स्थूल संरचना को सुदृढ़ बनाते हैं और पाचन, रक्त संचार, रीढ़ की स्थिति तथा लचीलापन को सुधारते हैं। प्राणायाम भले ही प्राणमय कोष से संबंधित हो, लेकिन इसका प्रभाव अन्नमय कोष पर भी पड़ता है– यह ऑक्सीजन आपूर्ति को बढ़ाता है, तनाव घटाता है और तंत्रिका तंत्र को व्यवस्थित करता है।

आयुर्वेद में आहार का चुनाव शरीर की प्रकृति के अनुसार किया जाता है, जो अन्नमय कोष को संतुलन में रखने में सहायक होता है। योग दर्शन के 'अहिंसा', 'शौच' और 'तपस' जैसे सिद्धांत शरीर की शुद्धता और अनुशासन पर बल देते हैं। डॉ. भंडारी ने यह भी उल्लेख किया कि आधुनिक चिकित्सा विज्ञान द्वारा मांसपेशीय, तंत्रिका, पाचन और संचार तंत्र को जिस तरह समझा जाता है, वह योग में वर्णित अन्नमय कोष से मेल खाता है।

इस संदर्भ में, अन्नमय कोष से जुड़ी एक गहन संवेदनशीलता आधारित गतिविधि भी करवाई गई, जिसमें सभी प्रतिभागियों को किशमिश के दो–दो दाने दिए गए। उन्हें आँख बंद करके उन दानों को धीरे–धीरे चबाने और पूरी तरह अनुभव करने को कहा गया। इस अभ्यास ने भोजन के प्रति सजगता और आभार की भावना को बढ़ावा दिया। इसके पश्चात प्रतिभागियों ने अपने अनुभव साझा किए, जिसमें कई ने भोजन को एक आध्यात्मिक अनुभव के रूप में महसूस करने की बात कही।

निष्कर्षतः, यह सत्र यह स्पष्ट करता है कि अन्नमय कोष न केवल भौतिक शरीर का प्रतिनिधित्व करता है, बल्कि यह चरित्र निर्माण, आत्म–संयम और समग्र व्यक्तित्व विकास की प्रक्रिया में भी मूलभूत भूमिका निभाता है। जब योग, प्राणायाम, आयुर्वेद और भारतीय जीवनशैली को दैनिक जीवन में समाहित किया जाता है, तो व्यक्ति शारीरिक, मानसिक और आत्मिक रूप से संतुलित एवं समृद्ध बनता है। अन्नमय कोष इस प्रकार प्राचीन योग–दृष्टि और आधुनिक विज्ञान के बीच एक सेतु का कार्य करता है।

प्राणमय कोश

सत्र - III

मुख्य वक्ता :- डॉ. मनोहर भंडारी (सेवानिवृत्त सह-प्राध्यापक, शासकीय चिकित्सा महाविद्यालय, इंदौर)

प्राणमय कोश जीवन ऊर्जा या 'प्राण' से संबंधित है। श्वास, हृदय की गति, रक्त प्रवाह, पाचन आदि सभी क्रियाएँ इसी प्राणशक्ति से संचालित होती हैं। इसे देखा नहीं जा सकता लेकिन अनुभव किया जा सकता है। इस विषय पर डॉ. मनोहर भंडारी ने अपने विस्तृत विचार प्रस्तुत किए।

डॉ. भंडारी ने अपने व्याख्यान की शुरुआत 'ऊँ' के उच्चारण से की। उन्होंने बताया कि जब हम रोजाना 'ऊँ' का जप करते हैं, तो इससे न केवल शरीर की थकावट दूर होती है, बल्कि दिमाग को भी शांति और ऊर्जा मिलती है। 'ऊँ' की



ध्वनि हमारे शरीर में ऑक्सीजन का स्तर बढ़ाती है और मस्तिष्क को सकारात्मक तरंगों से भर देती है। उन्होंने इसे प्राण को मजबूत करने का सबसे अच्छा तरीका बताया। यह ध्वनि हमारे तंत्रिका तंत्र को मजबूत बनाती है और मन को स्थिर करती है।

डॉ. भंडारी ने समझाया कि प्राण यानी जीवन की वह ऊर्जा, जो शरीर को जीवित और सक्रिय रखती है। इसका मुख्य स्रोत सूर्य है। उन्होंने कहा कि जब हम सांस लेते हैं, तो हमारे भीतर ''सोउहं'' की एक प्राकृतिक ध्वनि बनती है। यह सांस लेने की प्रक्रिया केवल शारीरिक क्रिया नहीं है, बल्कि यह भी एक प्रकार की साधना है।

प्राणमय कोश के बारे में बात करते हुए उन्होंने कहा कि यह हमारे शरीर में फैली हुई ऊर्जा का स्तर है, जो हमारे चारों ओर के आभामंडल से जुड़ा रहता है। प्राणमय कोश का काम इस ऊर्जा को संतुलित और प्रवाहित करना है। जब यह संतुलन में रहता है, तो हमारा शरीर पूरी तरह स्वस्थ और रोगों से मुक्त रहता है।

अपने व्याख्यान के दौरान डॉ. भंडारी ने एक प्रभावशाली पीपीटी (प्रेजेंटेशन) के माध्यम से इन सभी बातों को विस्तार से समझाया। उन्होंने विभिन्न चित्रों और ग्राफिक्स के माध्यम से प्राण, प्राणायाम और प्राणमय कोश की अवधारणाओं को सरल ढंग से प्रस्तुत किया, जिससे श्रोताओं के लिए विषय सरल हो गया। यह पीपीटी सभी प्रतिभागियों के साथ साझा किया गया।



प्राणायाम के बारे में उन्होंने कहा कि यह कोई सामान्य व्यायाम नहीं, बल्कि एक प्रकार की दिव्य चिकित्सा है। जब हम प्राणायाम करते हैं, तो हम अपने भीतर मौजूद शक्ति को जाग्रत करते हैं। यह शक्ति हमारे शरीर, मन और आत्मा को मजबूती देती है। उन्होंने बताया कि हमारा खानपान, नींद, डर और कामवासना – ये सारी चीजें हमारे प्राण के प्रवाह को प्रभावित करती हैं। अगर इनमें असंतुलन आ जाए, तो शरीर और मन दोनों पर बुरा असर पड़ता है। इसलिए जीवन में संयम और संतुलन बहुत आवश्यक है।

योग विज्ञान को उन्होंने मानवता के लिए एक बड़ा वरदान बताया। उन्होंने खास तौर पर पवन मुक्तासन का उल्लेख किया, जो शरीर की नाड़ियों को खोलता है, पाचन तंत्र को सक्रिय करता है और पूरे शरीर में प्राण की ऊर्जा को तेज करता है।

उन्होंने प्राणमय कोश के कमजोर होने के कुछ लक्षण भी बताए, जैसे बार–बार थकान महसूस होना, सांस लेने में असहजता, मन का बेचैन रहना या उदासी में डूबा रहना, और रोगों से लड़ने की क्षमता का कम हो जाना। उन्होंने कहा कि ऐसे लक्षण दिखें तो तुरंत प्राणायाम और सही आहार की ओर ध्यान देना चाहिए।

प्राणायाम को उन्होंने जीवन के लिए एक संजीवनी औषधि बताया। उन्होंने जोर देकर कहा कि धीरे–धीरे, गहरी और लंबी सांस लेना, बहुत लाभकारी होता है। इससे मस्तिष्क तक अधिक ऑक्सीजन पहुँचती है और यह कई गंभीर बीमारियों से बचाने में मदद करता है, यहाँ तक कि मस्तिष्क के कैंसर जैसी बीमारी से भी। उनका मानना है कि प्राणायाम न केवल शरीर को रोगों से मुक्त करता है, बल्कि व्यक्ति को मानसिक रूप से मजबूत और आत्मिक रूप से ऊँचा बनाता है।

अपने व्याख्यान के अंत में डॉ. भंडारी ने सभी को यह संदेश दिया कि प्राणायाम एक दिव्य साधना है और इसे हर इंसान को अपने जीवन में अपनाना चाहिए। 'ऊँ' के उच्चारण से इसकी शुरुआत करें और योग के माध्यम से अपने प्राणमय कोश को मजबूत बनाएं। यही जीवन को सुखी, शांत और निरोग बनाने का सच्चा उपाय है।

मनोमय कोश

सत्र - IV

मुख्य वक्ता :- डॉ. अजय कुमार तिवारी, कुलाधिपति, स्वामी विवेकानंद विश्वविद्यालय, सागर



मनोमय कोश मन, विचारों, कल्पनाओं और भावनाओं का केंद्र होता है। हमारे अंदर के भाव इसी स्तर पर जन्म लेते हैं। यह व्यक्ति की मानसिक स्थिरता और अशांति का कारण बन सकता है। ध्यान और मानसिक अनुशासन से इस कोश को नियंत्रित किया जा सकता है।

इस सत्र की शुरुआत सरला बिरला विश्वविद्यालय की योग प्रशिक्षक डॉ. अर्चना मौर्य ने की। उन्होंने 'ऊँ' के उच्चारण और गायत्री मंत्र के जाप से वातावरण को शांत और सकारात्मक बनाया। इसके बाद उन्होंने प्रतिभागियों को शरीर के तीन स्तरों – अन्नमय कोश, प्राणमय कोश और मनोमय कोश – के बारे में बताया। उन्होंने समझाया कि शरीर में वात, कफ और पित्त को संतुलित रखना क्यों जरूरी है और यह कैसे हमारे स्वास्थ्य को प्रभावित करता है।

डॉ. मौर्य ने कई योग अभ्यास भी करवाए, जिनमें सूक्ष्म व्यायाम, सूर्य नमस्कार, प्राणायाम, कपालभाति, अनुलोम–विलोम और उज्जायी प्राणायाम शामिल थे। उन्होंने बताया कि योग करने से न केवल हमारा शरीर स्वस्थ रहता है, बल्कि मन को भी शांति मिलती है और आत्मिक रूप से हम मजबूत बनते हैं। सत्र के अंत में झारखंड राय विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ. पीयूष रंजन ने डॉ. मौर्य को स्मृति चिन्ह भेंट कर उनका सम्मान किया।



इसके बाद मुख्य वक्ता डॉ. अजय कुमार तिवारी ने अपने सत्र की शुरुआत भी गायत्री मंत्र से की। उन्होंने बताया कि चरित्र निर्माण और व्यक्तित्व विकास जीवन में क्यों जरूरी हैं। उन्होंने खास तौर पर मनोमय कोश पर बात की, जो हमारे सोचने, समझने और महसूस करने की शक्ति से जुड़ा होता है। उन्होंने समझाया कि मन अगर असंतुलित हो, तो बाकी कोश भी प्रभावित हो जाते हैं।

मनोमय कोश की समझ को गहराई से अनुभव कराने के लिए एक सूक्ष्म ध्यान गतिविधि करवाई गई, जिसमें प्रतिभागियों

को अपनी एक उंगली पर ध्यान केंद्रित करने को कहा गया। निर्देश था कि वे आँखें बंद करके केवल अपनी उंगली



की उपस्थिति और संवेदना को पूरी तन्मयता से महसूस करें – बिना हिलाए, बिना विचारों में बहते। यह अभ्यास विचारों की गति को शांत करने और मानसिक एकाग्रता को जागरूकता में बदलने का माध्यम बना। अभ्यास के बाद जब अनुभव साझा किए गए, तो कई प्रतिभागियों ने पहली बार अपने ''माइंड'' और ''मूड'' के बीच संबंध को प्रत्यक्ष रूप से अनुभव करने की बात कही।

सत्र को और प्रभावी बनाने के लिए उन्होंने दो गतिविधियाँ भी करवाईं। पहली, नाक से साँस की पहचान – जिसमें प्रतिभागियों ने यह देखा कि किस नासिका से हवा ज्यादा निकल रही है, और यह अभ्यास उन्होंने अनुलोम–विलोम प्राणायाम से जोड़ा। दूसरी गतिविधि थी – ''मैं कौन हूँ?'' इसमें प्रतिभागियों ने अपने बारे में खुद सोचकर विचार प्रकट किए। यह आत्म–विश्लेषण का अच्छा अभ्यास था।

डॉ. तिवारी के अनुसार, हमारे भीतर के पाँचों कोश एक–दूसरे से गहन रूप से संबद्ध हैं। अगर एक भी असंतुलित हो जाए तो बाकी पर भी असर पड़ता है। उन्होंने कहा कि जब मन शांत और खुश होता है, तभी हम सही ज्ञान और सच्चा आनंद पा सकते हैं। व्यक्तित्व विकास की बात करते हुए उन्होंने बताया कि इसका मतलब केवल दिखावे से नहीं है, बल्कि भीतर की एकाग्रता, सकारात्मक सोच, आत्म–नियंत्रण और रचनात्मकता से है। उन्होंने बताया कि मन को मजबूत और शांत रखने के लिए 'ऊँ' का जाप करना, अच्छा संगीत सुनना, अच्छे लोगों के साथ समय बिताना, खुद से सीखना, मुस्कुराना, प्रेम और आभार व्यक्त करना फायदेमंद होता है।



कार्यक्रम के अंत में सभी प्रतिभागियों ने कहा कि यह सत्र बहुत उपयोगी रहा। उन्होंने माना कि इस तरह के कार्यक्रम योग और आंतरिक विकास को समझने का बेहतरीन तरीका हैं। यह सत्र न केवल शारीरिक स्वास्थ्य के प्रति जागरूक करने वाला था, बल्कि मानसिक, भावनात्मक और आत्मिक विकास के लिए भी प्रेरणादायक सिद्ध हुआ।

विज्ञानमय कोश

सत्र - V

मुख्य वक्ता :- डॉ. राजेश्वर पराशर, सहायक प्रोफेसर, हिंदी विभाग, एल एस महाविद्यालय, डॉ. बाबासाहेब भीमराव आंबेडकर बिहार विश्वविद्यालय



विज्ञानमय कोश बुद्धि, विवेक और आत्मचिंतन का स्तर है, जो सही और गलत में अंतर करने की क्षमता देता है। यह निर्णय लेने, तर्क करने और गहराई से सोचने की शक्ति प्रदान करता है। यह आंतरिक समझ और आत्म–जागृति की ओर बढ़ने का मार्ग है। योग में यह उच्च चेतना की अवस्था मानी जाती है।

डॉ. राजेश्वर पराशर ने विज्ञानमय कोश पर प्रेरक और गहन व्याख्यान प्रस्तुत किया। उन्होंने अपने संबोधन की शुरुआत पंचकोशीय संकल्पना से की। उन्होंने कहा कि मनुष्य के व्यक्तित्व को समझने के लिए भारतीय दर्शन ने पाँच स्तर बताए हैं – अन्नमय, प्राणमय, मनोमय, विज्ञानमय और आनंदमय। अन्नमय कोश शरीर से, प्राणमय कोश ऊर्जा से, मनोमय कोश मन से, विज्ञानमय कोश बुद्धि से और आनंदमय कोश आत्मिक स्तर से जुड़ा है। इन सभी का संतुलित विकास ही जीवन की पूर्णता को दर्शाता है।

डॉ. पराशर ने विशेष रूप से यह स्पष्ट किया कि विज्ञानमय कोश तक पहुँचने से पहले शरीर, प्राण और मन के स्तरों को समझना और साधना आवश्यक है। उनका कहना था कि जब मन नियंत्रित होता है, तभी व्यक्ति ऊँचे बौद्धिक और नैतिक निर्णय लेने में सक्षम हो पाता है। उन्होंने विज्ञानमय कोश की व्याख्या करते हुए बताया कि यह हमारे तर्क, निर्णय क्षमता और विवेक का क्षेत्र है। उन्होंने सरल शब्दों में विज्ञान की परिभाषा भी दी कि जब ज्ञात ज्ञान में नवीनता जोड़ी जाती है या किसी घटना के कारण को क्रमबद्ध ढंग से समझकर निष्कर्ष तक पहुँचा जाता है, तभी वह विज्ञान कहलाता है।

उन्होंने कहा कि यही प्रक्रिया जब मनुष्य के भीतर चलती है, तब विज्ञानमय कोश पुष्ट होता है। बुद्धि के माध्यम से प्राप्त यह ज्ञान व्यक्ति को यह भेद करना सिखाता है कि क्या उचित है और क्या अनुचित, किस पथ पर चलना चाहिए और किससे बचना चाहिए। डॉ. पराशर ने इस बात पर जोर दिया कि यदि विज्ञानमय कोश सक्रिय न हो, तो व्यक्ति केवल भौतिक या मानसिक स्तर तक ही सीमित रह जाता है और उसका विकास अधूरा रह जाता है। उन्होंने उदाहरण देते हुए कहा कि जिस प्रकार बिना धार की तलवार किसी काम की नहीं होती, उसी प्रकार बिना विज्ञानमय कोश के जागरण के मनुष्य की बुद्धि केवल संग्रह रह जाती है, वह विवेक में परिणत नहीं हो पाती।

डॉ. पराशर ने विद्यार्थियों में स्वाभाविक रूप से विद्यमान जिज्ञासा की चर्चा करते हुए कहा कि यदि उनकी प्रश्नवृत्ति को सही दिशा दी जाए, तो उनका बौद्धिक विकास अत्यंत तीव्र हो सकता है। उन्होंने बताया कि सामान्यतः सोलह वर्ष की आयु तक बालक–बालिकाएँ एक सुदृढ़ बौद्धिक स्तर पर पहुँच सकते हैं, यदि उन्हें उचित वातावरण और मार्गदर्शन प्राप्त हो। उन्होंने भारतीय संस्कृति की इस विशेषता की भी प्रशंसा की कि यहाँ प्रश्न पूछने, विचार करने और संवाद करने की परंपरा को सदैव प्रोत्साहित किया गया है। उपनिषदों में गुरु और शिष्य के बीच हुए संवादों को इसका सुंदर उदाहरण बताते हुए उन्होंने कहा कि इसी विचार–विमर्श से तर्क और विवेक विकसित होता है।

उन्होंने यह भी कहा कि बुद्धि को राग–द्वेष से मुक्त होना चाहिए, तभी वह निष्पक्ष रहकर विवेकपूर्ण निर्णय कर सकती है। ऐसा व्यक्ति ही वास्तव में नैतिकता का पालन करने में सक्षम होता है। अपने सारगर्भित वक्तव्य के अंत में डॉ. पराशर ने कहा कि बुद्धि के बिना बोध संभव नहीं। अभ्यास, अध्ययन और स्वाध्याय से ही बुद्धि का विकास होता है और जब विज्ञानमय कोश जाग्रत होता है, तभी व्यक्ति विवेकशील, तार्किक तथा नैतिक निर्णय लेने में समर्थ बनता है। कार्यक्रम में उपस्थित सभी प्रतिभागी इस व्याख्यान से अत्यंत प्रभावित हुए। कई छात्रों एवं शिक्षकों ने इसे अपने लिए एक नई दृष्टि प्रदान करने वाला बताया। वास्तव में, डॉ. पराशर के इस गहन विश्लेषण ने विज्ञानमय कोश के महत्व को एक नई रोशनी में प्रस्तुत किया और सभी को आत्मचिंतन का एक महत्त्वपूर्ण अवसर प्रदान किया।

आनंदमय कोश

सत्र - VI

मुख्य वक्ता :- डॉ. अतुल कोठारी, राष्ट्रीय सचिव, शिक्षा संस्कृति उत्थान न्यास

आनंदमय कोश पाँच कोशों में सबसे गहन, सूक्ष्म और आत्मा के सबसे निकट होता है। यहाँ व्यक्ति को शुद्ध आनंद, शांति और दिव्यता का अनुभव होता है जो बाहरी सुख–सुविधाओं से नहीं मिलता। यह केवल गहन ध्यान, भक्ति या आत्मसाक्षात्कार द्वारा अनुभव किया जा सकता है।



डॉ. अतुल कोठारी ने अपने व्याख्यान की शुरुआत सभी प्रतिभागियों का आत्मीय स्वागत करते हुए की। उन्होंने कहा कि इस कार्यक्रम का उद्देश्य आनंदमय कोष जैसी सूक्ष्म और गहन भारतीय अवधारणा को समझना तथा उस पर गहन विचार–विमर्श करना है। उन्होंने इसे हमारे जीवन को भीतर से समृद्ध बनाने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम बताया।

उन्होंने सबसे पहले पंचकोषों की संकल्पना का संक्षिप्त परिचय दिया। उन्होंने बताया कि हमारे व्यक्तित्व के पाँच आवरण होते हैं– अन्नमय, प्राणमय, मनोमय, विज्ञानमय और आनंदमय कोष। इनमें आनंदमय कोष सबसे भीतरी और सूक्ष्म कोष है, जो हमारे वास्तविक स्वरूप, अर्थात शुद्ध आनंद से जुड़ा है। उन्होंने कहा कि यही वह अवस्था है जहाँ व्यक्ति बिना किसी बाहरी कारण के भीतर से प्रसन्न और शांत रहता है।

अपने व्याख्यान को और संवादमूलक बनाने के लिए डॉ. कोठारी ने प्रतिभागियों से आग्रह किया कि वे बताएं, आनंदमय कोष को वे किस रूप में समझते हैं। प्रतिभागियों ने अपने–अपने अनुभव और विचार साझा किए। किसी ने इसे आंतरिक खुशी कहा, तो किसी ने अद्वैत या आत्म–साक्षात्कार की स्थिति से जोड़ा। कुछ ने गहरी निद्रा में मिली सहज शांति का उल्लेख किया, जहाँ सब कुछ होते हुए भी मन पूर्णतः शांत और संतुष्ट होता है।

इसके बाद उन्होंने चर्चा को आगे बढ़ाते हुए प्रतिभागियों से यह सोचने को कहा कि हम अपने दैनिक जीवन में आनंदमय कोष को कैसे अनुभव कर सकते हैं और कैसे उसे पुष्ट कर सकते हैं। विचार–विमर्श में यह बात सामने आई कि कृतज्ञता का अभ्यास, ध्यान और माइंडफुलनेस, निस्वार्थ सेवा, प्रकृति के साथ समय बिताना और रचनात्मक गतिविधियों में जुटना, इन सभी से हमारे भीतर का आनंदमय स्तर जागृत होता है।



डॉ. कोठारी ने विशेष रूप से वर्तमान में जीने की कला पर बल दिया। उन्होंने कहा कि जब हम बीते हुए कल की चिंता और आने वाले कल की आशंका को छोड़कर पूरी तरह वर्तमान में जीना सीख लेते हैं, तब हमारे भीतर का आनंदमय कोष सहज रूप से प्रकट होने लगता है। उन्होंने एक उदाहरण भी रखा कि कैसे एक व्यक्ति, कठिन से कठिन परिस्थिति में भी, भीतर गहरी शांति और संतोष अनुभव कर सकता है। इस पर कई प्रतिभागियों ने भी अपने अनुभव साझा किए कि किस प्रकार विपरीत परिस्थितियों में भी उन्होंने भीतर से अजीब सी स्थिरता और प्रसन्नता का अनुभव किया।

कार्यक्रम के अंतिम भाग में प्रतिभागियों ने विभिन्न प्रश्न, अन्य कोषों – अन्नमय, प्राणमय, मनोमय और विज्ञानमय – के साथ आनंदमय कोष के संबंध को लेकर जिज्ञासाएँ प्रमुख थीं। डॉ. कोठारी ने विस्तार से बताया कि ये सभी कोष एक–दूसरे से जुड़े हैं और आनंदमय कोष तक पहुँचने का मार्ग इन्हीं के शुद्ध व संतुलित होने से प्रशस्त होता है। उन्होंने यह भी कहा कि सच्चा आनंद हमारे भीतर से ही उपजता है। बाहरी साधन हमें केवल क्षणिक सुख दे सकते हैं, लेकिन स्थायी शांति और संतोष हमें अपने भीतर झांकने पर ही मिलते हैं।

अपने व्याख्यान के समापन में डॉ. कोठारी ने कहा कि इस चर्चा ने आनंदमय कोष की अवधारणा को न केवल समझने में मदद की, बल्कि इसे अपने जीवन में अनुभव करने की दिशा भी दिखाई। उन्होंने सभी को अपने भीतर इस आनंद की खोज जारी रखने के लिए प्रेरित किया, ताकि जीवन वास्तव में शांत, संतुलित और आनंदमय बन सके।

पंचकोश पर परिचर्चा

सत्र - VII



तीन दिवसीय राष्ट्रीय कार्यशाला के दूसरे दिन के सातवें सत्र का आयोजन ''पंचकोश पर परिचर्चा'' की अवधारण ा पर केंद्रित रहा। इस सत्र का उद्देश्य प्रतिभागियों को आंतरिक खुशी, आत्म–बोध और जीवन की गहराई से जुड़ने के अवसर प्रदान करना था। चर्चा की शुरुआत परिचय और हल्की–फुल्की वार्म–अप गतिविधियों से हुई, जिससे सहभागिता का एक सहज वातावरण बन सका।

सत्र की विशेष उपलब्धियों में पंचकोशों के प्रतिनिधियों द्वारा समूह प्रस्तुति (Group Presentation) भी शामिल थी, जिसमें प्रत्येक कोश – अन्नमय, प्राणमय, मनोमय, विज्ञानमय और आनंदमय – से संबंधित प्रतिभागियों ने अपनी समझ, अनुभव और प्रस्तुति साझा की। इससे पंचकोशों की अवधारणा को बहु–आयामी रूप में समझने का अवसर मिला।



सत्र की विशेषता समूह–चर्चा और गतिविधि चर्चा रही, जहाँ प्रतिभागियों ने ''दैनिक जीवन में आनंदमय कोष का अनुभव कैसे कर'' पर विचार किया। चर्चा के दौरान ध्यान, कृतज्ञता, निस्वार्थ सेवा, प्रकृति से जुड़ाव और रचनात्मक अभिव्यक्तियों जैसे साधनों को इसके पोषण के रूप में पहचाना गया। एक समूह ने यह भी बताया कि ''क्षण में जीना'' और छोटी–छोटी बातों में खुशी ढूंढना आनंदमय कोष की ओर पहला कदम हो सकता है। सत्र के अंतिम चरण में खुली चर्चा और प्रश्नोत्तर हुआ। प्रतिभागियों ने आनंदमय कोष के अन्य कोषों – अन्नमय, प्राणमय, मनोमय और विज्ञानमय – से इसके संबंध को समझने की जिज्ञासा व्यक्त की। इस दौरान खुशी के स्रोतों पर भी दार्शनिक और मनोवैज्ञानिक दृष्टिकोणों से चर्चा हुई। सभी ने इस पर सहमति जताई कि सच्ची खुशी भीतर से आती है।



कई प्रेरणादायक सुझाव भी सामने आए: नियमित कृतज्ञता का अभ्यास, सकारात्मक प्रतिज्ञान (जैसे ''मैं स्वस्थ हूँ, मैं मस्त हूँ''), ध्यान और माइंडफुलनेस, निस्वार्थ सेवा, रचनात्मकता, प्रकृति से जुड़ाव, और आत्म–अन्वेषण। प्रतिभागियों ने इन विचारों को अपने अनुभवों से समृद्ध किया।

अंत में यह अनुभव किया गया कि ऐसी चर्चाएँ न केवल भारतीय ज्ञान–परंपरा की गहराई को समझने में सहायक होती हैं, बल्कि आत्मिक विकास और आंतरिक संतुलन की दिशा में भी प्रेरित करती हैं। यह कार्यशाला न केवल जानकारी के आदान–प्रदान का माध्यम बनी, बल्कि आत्मिक रूप से भी सभी प्रतिभागियों को स्पर्श कर गई। भविष्य में भी ऐसे सत्रों की आवश्यकता व्यक्त की गई, जो आंतरिक संतुलन और विकास की दिशा में मार्गदर्शक बनें।

पर्यावरण संरक्षण एवं स्वच्छता पर परिचर्चा

सत्र - VIII

तीन दिवसीय राष्ट्रीय कार्यशाला के आठवे सत्र में डॉ. (प्रो.) सविता सेंगर, कुलाधिपति, झारखंड राय विश्वविद्यालय और डॉ– राजेश्वर पराशर, सहायक प्रोफेसर, एल.एस. कॉलेज, बाबा भीमराव अंबेडकर विश्वविद्यालय, बिहार मुख्य वक्ता के रूप में शामिल हुए।



परिचर्चा में वक्ताओं ने पर्यावरण संरक्षण को आज की सबसे बड़ी आवश्यकता बताया। बढ़ते प्रदूषण, जलवायु परिवर्तन, पानी की कमी और प्लास्टिक के उपयोग ने पर्यावरण को गंभीर रूप से प्रभावित किया है। इन समस्याओं से निपटने के लिए सभी को मिलकर प्रयास करने की जरूरत है।



जल संकट पर बात करते हुए डॉ. (प्रो.) सविता सेंगर ने कहा कि पीने योग्य जल सीमित मात्रा में उपलब्ध है और इसका दुरुपयोग हमारी आने वाली पीढ़ियों के लिए खतरा बन सकता है। रोजमर्रा की आदतों में थोड़ा बदलाव लाकर हम पानी की बचत कर सकते हैं, जैसे नल बंद रखना, पीने के पानी का अपव्यय न करना, फव्वारा नल की बजाय बाल्टी से स्नान करना और आर.ओ. के अपशिष्ट जल का उपयोग पौधों की सिंचाई में करना।

डॉ. (प्रो.) सविता सेंगर ने ऊर्जा की बचत पर भी जोर दिया। अनावश्यक रूप से बिजली का उपयोग न करके हम न केवल ऊर्जा बचा सकते हैं, बल्कि पर्यावरण की रक्षा में भी यागदान दे सकते हैं। वहीं, प्लास्टिक प्रदूषण को वैश्विक समस्या बताते हुए इसका कम से कम उपयोग करने और इसके विकल्पों को अपनाने की सलाह दी गई।

वक्ताओं ने यह भी कहा कि सफाई केवल घर तक सीमित नहीं होनी चाहिए, बल्कि सार्वजनिक स्थानों को भी साफ रखना हमारी जिम्मेदारी है। कचरा निर्धारित स्थान पर फेंकना, पुराने वस्त्र व किताबें जरूरतमंदों को देना और सफाई अभियानों में भाग लेना समाज के प्रति हमारा कर्तव्य है। अंत में यह स्पष्ट किया गया कि पर्यावरण की रक्षा केवल सरकार या संस्थानों का काम नहीं है, बल्कि हर नागरिक का भी उतना ही उत्तरदायित्व है। छोटे–छोटे प्रयासों से हम बड़ा परिवर्तन ला सकते हैं और आने वाली पीढ़ियों के लिए एक स्वच्छ और सुरक्षित वातावरण छोड़ सकते हैं।

पढ़ाने की कला

सत्र - IX

मुख्य वक्ता :- डॉ. चांद किरण सलूजा, निदेशक - संस्कृत प्रोमोशन फाउंडेशन

झारखंड राय विश्वविद्यालय और राष्ट्रीय शिक्षा संस्कृति न्यास द्वारा आयोजित तीन दिवसीय राष्ट्रीय कार्यशाला के नवम सत्र का विषय "शिक्षण कला" था। इस सत्र में मुख्य वक्ता के रूप में डॉ. चांदकिरण सलूजा थे। उन्होंने शिक्षण के महत्व और इससे जुड़ी कई जरूरी बातों को बहुत ही सरल और प्रभावशाली ढंग से समझाया। सत्र के दौरान उन्होंने अपनी बातों को अधिक स्पष्ट और रोचक बनाने के लिए पीपीटी (PowerPoint Presentation) का उपयोग किया। इस प्रस्तुति के माध्यम से उन्होंने शिक्षण से जुड़े विचारों को दृश्य माध्यम द्वारा सहजता से प्रस्तुत किया, जिससे प्रतिभागियों को विषय की गहराई को समझने में सहायता मिली।



सत्र की शुरुआत में उन्होंने कहा कि केवल पढ़ाना ही काफी नहीं होता, बल्कि पढ़ने की सही आदत भी होनी चाहिए। उन्होंने इस बात पर जोर दिया कि देश में पठन संस्कृति यानी पढ़ने की रुचि को बढ़ाना बेहद जरूरी है। इसके लिए शिक्षा नीति को ठीक से समझना और उसमें समयानुकूल बदलाव करना आवश्यक है। उन्होंने यह भी कहा कि आजकल लोग मोबाइल के बिना असहज हो जाते हैं, और यह दर्शाता है कि कहीं न कहीं हमारी शिक्षा व्यवस्था में सुधार की जरूरत है। हमें इस दिशा में सोचने की जरूरत है कि शिक्षा में पठन संस्कृति को कैसे शामिल किया जाए।





डॉ. सलूजा ने शिक्षकों की भूमिका पर प्रकाश डालते हुए कहा कि विद्यार्थियों के पास ज्ञान का एक विशाल भंडार होता है। हमारी भूमिका यह है कि हम उन्हें सही दिशा में ले जाएं और उन्हें मार्गदर्शन दें। उन्होंने कहा कि मोबाइल को केवल नकारना ठीक नहीं, बल्कि हमें यह देखना चाहिए कि इसका उपयोग पढ़ाई को बेहतर और आसान बनाने में कैसे किया जा सकता है?

उन्होंने कहा कि विद्यार्थियों के सवाल सिर्फ उनकी जिज्ञासा को ही नहीं दर्शाते, बल्कि वे शिक्षकों की सोच को भी एक नई दिशा दे सकते हैं। उन्होंने बताया कि पढ़ाने की असली कला यह है कि हम विद्यार्थियों को केवल सूचना न देना है, बल्कि उन्हें खुद सोचने, समझने और सवाल करने के लिए प्रेरित करना है। डॉ. सलूजा ने पठन और वाचन के बीच के अंतर को समझाया और कहा कि शिक्षक का काम है विद्यार्थियों में सोचने की कला को बढ़ावा देना। उन्होंने कहा कि केवल उत्तर देना ही नहीं, बल्कि बच्चों के मन में सवाल उठाना भी शिक्षा की एक सुंदर प्रक्रिया है। उन्होंने बताया कि प्राचीन भारतीय शिक्षा प्रणाली में ज्ञान देने से ज्यादा जानने की जिज्ञासा जगाना ही असली शिक्षण माना जाता था।

उन्होंने यह विचार भी रखा कि शिक्षण के तरीकों में समय के अनुसार बदलाव आना चाहिए। उन्होंने भारतीय परंपरा के अनुसार पढ़ाने की प्रक्रिया को पाँच सरल चरणों में समझाया – पहले जानना, फिर समझना, अभ्यास करना, उसे प्रयोग में लाना और अंत में दूसरों तक पहुँचाना। इस क्रम में ही शिक्षा का सही विकास होता है।

सत्र के अंत में डॉ. सलूजा ने यह बात दोहराई कि पढ़ाने का तरीका सीखना और उसे व्यवहार में लाना ही शिक्षण की असली कला है। उन्होंने कहा कि बच्चों को उनकी भाषा में, उनके तरीके से समझाना ही सबसे अच्छा शिक्षण है। यह सत्र सभी शिक्षकों और शिक्षा से जुड़े लोगों के लिए बेहद प्रेरणादायक रहा, जिसमें शिक्षण के प्रति एक नई समझ और सकारात्मक दृष्टिकोण विकसित हुआ।

शिक्षण के महत्व, उसकी मूलभूत अवधारणा

सत्र - X

प्रसिद्ध शिक्षाविद् डॉ. चांदकिरण सलूजा ने शिक्षण के महत्व, उसकी मूल सोच और भारतीय ज्ञान परंपरा के व्यवहारिक पक्षों पर बहुत गहराई से बात की। उन्होंने कहा कि कोई भी सिद्धांत तब तक अधूरा होता है जब तक उसे जीवन में व्यवहार में न लाया जाए। शिक्षा का असली उद्देश्य सिर्फ जानकारी इकट्ठा करना नहीं, बल्कि उस जानकारी को अपने जीवन में सही तरीके से अपनाना है।



डॉ. सलूजा ने जोर देकर कहा कि केवल किताबी ज्ञान पर्याप्त नहीं है। असली शिक्षा तब मानी जाती है जब वह हमारे व्यवहार, सोच और जीवन जीने के तरीके को सकारात्मक रूप से प्रभावित करे। उन्होंने भारतीय ज्ञान परंपरा को एक निरंतर बहती धारा बताया जो समय के साथ बदलती रही है, लेकिन अपनी गहराई और उद्देश्य को कभी नहीं खोय। इसमें केवल तथ्य नहीं, बल्कि जीवन जीने की समझ और दृष्टिकोण भी छिपा होता है। उन्होंने कहा कि आज की शिक्षा में यह जरूरी है कि हम ज्ञान को केवल संग्रह करने का साधन न समझें, बल्कि उसे अपने व्यवहार और सोच में उतारें। शिक्षा का उद्देश्य हमें बेहतर इंसान बनाना होना चाहिए, जो समाज में प्रेम, सहयोग और समरसता के साथ रह सके। उन्होंने कहा कि ज्ञान हमारे जीवन का तीसरा नेत्र है, जो हमें सही दिशा दिखाता है। लेकिन अगर हम उस ज्ञान का प्रयोग न करें तो वह बोझ बन जाता है।

डॉ. सलूजा ने यह भी बताया कि शिक्षा का कार्य केवल मानसिक विकास तक सीमित नहीं होना चाहिए। उसमें नैतिकता, मानवीय मूल्यों और करुणा जैसे गुणों का भी समावेश होना चाहिए। उन्होंने गुरुकुल परंपरा की बात की, जहाँ शिक्षा का उद्देश्य केवल विद्या देना नहीं, बल्कि विद्यार्थियों के पूरे व्यक्तित्व को सँवारना होता था। उन्होंने यह भी समझाया कि पढ़ाने के साथ–साथ विद्यार्थियों की छिपी क्षमताओं को पहचानना और उन्हें निखारना भी शिक्षक का कार्य है। यह काम एक खोज की तरह होता है, जिसमें हर बच्चे के भीतर कुछ अनमोल खोजा जाता है। उन्होंने भारतीय दर्शन के पंचकोशीय सिद्धांत के माध्यम से व्यक्तित्व निर्माण की प्रक्रिया को सरल रूप में समझाया। ये कोश यह बताते हैं कि इंसान केवल शरीर नहीं है, बल्कि उसके भीतर ऊर्जा, विचार, ज्ञान और आनंद का भी एक गहरा संसार होता है।

डॉ. सलूजा ने राष्ट्रीय शिक्षा नीति पर भी चर्चा की। उन्होंने बताया कि इसका उद्देश्य ऐसे नागरिक तैयार करना है जो सोचने में तार्किक हों, वैज्ञानिक दृष्टिकोण रखता हो और साथ ही करुणा, सहानुभूति, साहस और लचीलापन जैसे मानवीय गुणों से भरपूर हों। ये लोग एक ऐसे समाज की रचना करें, जहाँ हर व्यक्ति को समानता और सम्मान मिले – जैसा कि हमारे संविधान की कल्पना है।

इस सत्र ने शिक्षकों, शोधकर्ताओं और विद्यार्थियों को बहुत प्रभावित किया। डॉ. सलूजा ने शिक्षा को सिर्फ एक विषय नहीं, बल्कि जीवन जीने की एक दिशा के रूप में प्रस्तुत किया। उन्होंने सबको यह सोचने पर प्रेरित किया कि असली शिक्षा वही है, जो हमारे सोचने, समझने और जीने के तरीकों को बेहतर बनाए।

शिक्षण की कला और पंचकोश सिद्धांत की समझ

सत्र - XI

तीन दिवसीय राष्ट्रीय कार्यशाला के अंतिम दिवस के चतुर्थ सत्र की अध्यक्षता झारखंड राय विश्वविद्यालय की कुलाधिपति प्रो. डॉ. सविता सेंगर ने की। इस अवसर पर उन्होंने भारतीय परंपरा में शिक्षण की कला और पंचकोश सिद्धांत की गूढ़ अवधारणाओं पर विस्तार से प्रकाश डाला। डॉ. सेंगर ने कहा कि भारतीय शिक्षा पद्धति मात्र सूचनाओं के संप्रेषण तक सीमित नहीं रही, बल्कि यह जीवन निर्माण की एक गहरी साधना रही है। यहाँ शिक्षा को आत्मबोध, आत्मविकास और आत्मनियंत्रण का माध्यम माना गया है, जो मनुष्य के भीतर की सम्पूर्ण संभावनाओं को जाग्रत करने में सहायक होती है।



उन्होंने पंचकोशीय सिद्धांत की सरलीकृत व्याख्या करते हुए बताया कि शिक्षा का उद्देश्य व्यक्ति के समग्र विकास को सुनिश्चित करना होना चाहिए। जब तक शिक्षा शरीर, ऊर्जा, मन, बुद्धि और आत्मा – इन सभी स्तरों को स्पर्श नहीं करती, तब तक वह पूर्ण नहीं मानी जा सकती। इस सिद्धांत को न केवल समझना, बल्कि अपने जीवन और संस्थागत प्रक्रियाओं में आत्मसात करना आज की आवश्यकता है।

सत्र की एक विशेषता यह भी रही कि इसमें विभिन्न विश्वविद्यालयों से आए प्रतिभागियों ने सक्रिय रूप से भाग लिया। विचार–विमर्श के दौरान सभी ने इस बात पर सहमति जताई कि पंचकोश आधारित दृष्टिकोण को अपनाने से शिक्षा अधिक प्रभावी, संवेदनशील और संतुलित बन सकती है।

चर्चा के दौरान अनेक व्यावहारिक सुझाव सामने आए – जैसे ध्यान और योग को नियमित अभ्यास का हिस्सा बनाना, वैदिक ग्रंथों और नैतिक शिक्षा को पाठ्यक्रम में शामिल करना, विद्यार्थियों के मानसिक और भावनात्मक स्वास्थ्य के लिए परामर्श सेवाओं की उपलब्धता, और समूहगत गतिविधियों के माध्यम से सहयोग, रचनात्मकता और संवेदनशीलता का विकास। इस सत्र में प्रतिभागियों को न केवल वैचारिक रूप से समृद्ध किया, बल्कि उन्हें शिक्षा की मूल भारतीय आत्मा से भी पुनः जोड़ने का कार्य किया गया।



समापन समारोह

सत्र - XI

झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची में आयोजित तीन दिवसीय राष्ट्रीय कार्यशाला "चरित्र निर्माण एवं व्यक्तित्व का समग्र विकास" का समापन गरिमामय एवं प्रेरणादायी सत्र के साथ हुआ। समापन समारोह में विश्वविद्यालय की कुलाधिपति, कुलपति, अतिथि वक्ताओं, न्यास के पदाधिकारियों एवं विभिन्न राज्यों से आए प्रतिभागियों की उपस्थिति रही। यह सत्र न केवल कार्यशाला की उपलब्धियों की समीक्षा का अवसर था, बल्कि यह आत्ममंथन और भविष्य की दिशा तय करने का भी एक सशक्त मंच बना।

समापन सत्र की अध्यक्षता झारखंड राय विश्वविद्यालय की कुलाधिपति प्रो. (डॉ.) सविता सेंगर ने की। अपने भाषण में उन्होंने कार्यशाला की तीन दिवसीय यात्रा का संक्षिप्त विवरण प्रस्तुत करते हुए कहा कि इस कार्यशाला में केवल सैद्धांतिक ज्ञान ही नहीं दिया गया, बल्कि भारतीय ज्ञान परंपरा पर आधारित व्यावहारिक दृष्टिकोण भी प्रस्तुत किया गया, जिससे प्रतिभागियों को आत्ममंथन और आत्मविकास का अवसर मिला। उन्होंने कहा कि कार्यशाला में प्रस्तुत विचार पंचकोश की अवधारणा के माध्यम से मानव व्यक्तित्व की गहराइयों को समझाने का प्रयास रहे, और यही इस कार्यशाला की विशेषता भी रही।

इस अवसर पर शिक्षा संस्कृति उत्थान न्यास के राष्ट्रीय कोषाध्यक्ष सुरेश गुप्ता ने भी उपस्थित जनसमूह को संबोधित किया। उन्होंने कहा कि चरित्र निर्माण आज की शिक्षा का सबसे महत्वपूर्ण लक्ष्य होना चाहिए। उन्होंने कार्यशाला में उठाए गए विषयों को समयानुकूल बताते हुए कहा कि पंचकोशीय दृष्टिकोण, भारतीय संस्कृति की उस गहराई को उजागर करता है जो केवल किताबी ज्ञान तक सीमित नहीं है, बल्कि वह आचरण, व्यवहार, और जीवन दर्शन से जुड़ा है।





कार्यशाला में शामिल न्यास के राष्ट्रीय सह–संयोजक डॉ. राजेश्वर पराशर ने भी अपने विचार रखते हुए कार्यशाला की सफलता को आयोजकों की प्रतिबद्धता और प्रतिभागियों की सक्रियता का परिणाम बताया। उन्होंने सुझाव दिया कि इस प्रकार की कार्यशालाओं को निरंतर रूप से आयोजित किया जाना चाहिए जिससे विश्वविद्यालय और समाज के बीच सशक्त संवाद स्थापित हो सके।



कार्यशाला के समापन पर धन्यवाद ज्ञापन प्रस्तुत करते हुए कुलपति प्रो. (डॉ.) पीयूष रंजन ने कहा कि यह कार्यशाला विश्वविद्यालय के लिए ऐतिहासिक रही। उन्होंने विशेष रूप से डॉ. अतुल भाई कोठारी का उल्लेख करते हुए कहा कि उनके मार्गदर्शन और विचारों ने इस कार्यशाला को एक आध्यात्मिक और बौद्धिक ऊँचाई प्रदान की। उन्होंने मुख्य वक्ताओं डॉ. अजय कुमार तिवारी, डॉ. मनोहर भंडारी, डॉ. चाँद किरण सलूजा और डॉ. पराशर के प्रति आभार व्यक्त किया।

कार्यशाला के समापन के अवसर पर प्रतिभागियों को प्रमाणपत्र वितरित किए गए और इस ज्ञानात्मक यात्रा की स्मृतियों को साझा किया गया। समापन सत्र का वातावरण उत्साहपूर्ण, प्रेरणादायक और आत्ममंथन से परिपूर्ण रहा। विश्वविद्यालय प्रशासन ने घोषणा की कि भविष्य में भी इस प्रकार की कार्यशालाओं का आयोजन होता रहेगा जिससे शिक्षकों और विद्यार्थियों के व्यक्तित्व का समग्र विकास संभव हो सके।

आगामी कार्ययोजनाएँ

राष्ट्रीय कार्यशाला के उपरांत झारखंड राय विश्वविद्यालय ने पंचकोशीय दृष्टिकोण को केंद्र में रखकर विद्यार्थियों एवं कर्मचारियों के चरित्र तथा व्यक्तित्व के समग्र विकास के लिए कई योजनाओं की रूपरेखा तैयार की है। इन योजनाओं का प्रमुख उद्देश्य शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक, आध्यात्मिक और सामाजिक स्तर पर सभी के जीवन में सकारात्मक बदलाव लाना है। इस पंचकोशीय दृष्टिकोण को विश्वविद्यालय जीवन में मूर्त रूप देने के लिए विभिन्न स्तरों पर व्यावहारिक योजनाएँ बनाई गई हैं, जिन्हें क्रमबद्ध रूप से लागू किया जाएगा।

पंचकोशीय दृष्टिकोण: समग्र विकास के लिए जीवन के पाँच स्तर



अन्नमय कोष के अंतर्गत स्वस्थ शरीर के लिए सबसे पहले भोजन और दिनचर्या पर विशेष ध्यान दिया जाएगा। विद्यार्थियों के लिए पौष्टिक अल्पाहार की योजना बनाई जा रही है। अब बंद पैकेट वाले और अत्यधिक मसाले वाले आहार से बचने पर जोर दिया जाएगा। भूजिया, पॉपकॉर्न जैसे हल्के विकल्पों के साथ–साथ मेवे, फल आदि शामिल कर संतुलित एवं पौष्टिक उल्पाहार स्नैकिंग को बढ़ावा दिया जाएगा। भोजनालय और नाश्ताघर में पौष्टिक भोजन के विकल्प उपलब्ध कराए जाएँगे। इसके अलावा पूरे वर्ष में होने वाली चरित्र निर्माण से जुड़ी सभी गतिविधियों का एक व्यवस्थित वार्षिक कार्यक्रम सारिणी तैयार की जा रही है। खेलों को जीवनशैली का हिस्सा बनाने के उद्देश्य से नियमित 'खेल दिवस' आयोजित होंगे, जिनमें बैडमिंटन, बास्केटबॉल, फुटबॉल और क्रिकेट जैसी प्रतियोगिताएँ रखी जाएंगी। वर्ष में दो बार स्वास्थ्य जांच शिविर भी लगाए जाएंगे, जिनमें छात्रों व कर्मचारियों के रक्तचाप, शर्करा स्तर आदि की जांच कर आवश्यक स्वास्थ्य परामर्श दिया जाएगा।

प्राणमय कोष के अंतर्गत मानसिक व शारीरिक ऊर्जा के संतुलन के लिए विश्वविद्यालय में नियमित रूप से योग एवं प्राणायाम सत्र संचालित किए जाएंगे। इन सत्रों में भ्रामरी, अनुलोम–विलोम और कपालभाति जैसी प्राचीन विधियों को

सिखाया जाएगा। इस उद्देश्य की पूर्ति हेतु विश्वविद्यालय में एक समर्पित 'योग केंद्र' की स्थापना की जाएगी, जहाँ विद्यार्थियों को नियमित रूप से प्रशिक्षित योगाचार्यों द्वारा योग और प्राणायाम का अभ्यास कराया जाएगा। विद्यार्थियों में ऊर्जा संतुलन और आत्म–अभिव्यक्ति के लिए डायरी लिखने की आदत विकसित की जाएगी, जिससे वे अपने विचार और भावनाएँ खुलकर व्यक्त कर सकें। इसके अलावा हर सप्ताह गतिविधियां भी कराई जाएगी, जैसे पॉडकास्ट सुनना या बोलना, रोल मॉडल की कहानियाँ पढ़ना और नोटिस बोर्ड को सजाना। इससे उनका आत्मविश्वास और रचनात्मकता दोनों बढ़ेंगे। मानसिक स्पष्टता और भावनात्मक संतुलन के लिए 'भावनात्मक बुद्धि' (Emotional Intelligence) पर आधारित कार्यशालाओं का भी आयोजन होगा।

मनोमय कोष के विकास हेतु विश्वविद्यालय परिसर में ध्यान कक्ष (Meditation Room) स्थापित किया जाएगा, जो छात्रों और कर्मचारियों के लिए आत्म–चिंतन का उत्तम माध्यम बनेगा। नियमित ''ॐ'' उच्चारण और योग सत्रों से मन–मस्तिष्क में संतुलन आएगा। विद्यार्थियों को हाथ जोड़कर 'नमस्ते' कहने की आदत भी डाली जाएगी, जिससे उनमें आदरभाव और विनम्रता बढ़ेगी। साथ ही इच्छुक विद्यार्थियों के लिए संगीत कक्षाओं की भी व्यवस्था की जाएगी, ताकि उनकी रचनात्मकता को पंख लगें और मानसिक स्वास्थ्य सुदृढ़ हो।

विज्ञानमय कोष के अंतर्गत बौद्धिक विकास के लिए विश्वविद्यालय परिसर की दीवारों पर स्वामी विवेकानंद जैसे महापुरुषों के प्रेरक उद्धरण अंकित किए जाएंगे, जो छात्रों को अपने लक्ष्यों के प्रति सजग बनाएँगे। तनाव–प्रबंधन कार्यशालाएँ आयोजित की जाएंगी, जिससे विद्यार्थी तनावमुक्त रह सकें। विश्वविद्यालय अपने पूर्व छात्रों को भी इस अभियान से जोड़ेगा, ताकि उनके अनुभवों से वर्तमान विद्यार्थी सीख सकें। इसके अलावा सप्ताह की थीम पर आधारित ऑनलाइन चर्चा और विद्यार्थियों द्वारा प्रस्तुत 'टॉक सेशन्स' भी होंगे, जहाँ वे खुलकर अपने विचार साझा कर सकें।

आनंदमय कोष को साकार करने हेतु विद्यार्थियों में आत्मिक संतुलन और आनंद बनाए रखने के लिए दिन की शुरुआत सकारात्मक प्रतिज्ञाओं और अंत आभार प्रकट करते हुए किया जाएगा। वे स्वयं को बेहतर तरीके से जानेंगे और अपने व्यक्तित्व को निखारने की दिशा में काम करेंगे। इसके साथ ही विश्वविद्यालय में एक विशेष दान–पात्र स्थापित किया जाएगा, जिसमें छात्र और कर्मचारी अपने जन्मदिन या अन्य विशेष अवसरों पर स्वेच्छा से दान कर सकेंगे। यह दान सामाजिक उत्थान से जुड़ी गतिविधियों में लगाया जाएगा, जिससे विद्यार्थी सेवा और करुणा जैसे मानवीय मूल्यों को अपने जीवन में आत्मसात कर सकें।

इसके अतिरिक्त, विश्वविद्यालय ने पर्यावरण संरक्षण और सतत विकास की दिशा में भी कई महत्वपूर्ण योजनाएँ बनाई हैं। मेस और कैंटीन से उत्पन्न जैविक कचरे को जैविक खाद में बदलने की व्यवस्था की जाएगी। परिसर में एक 'पर्यावरण क्लब' की स्थापना की जाएगी, जो छात्रों में पर्यावरण के प्रति जागरूकता बढ़ाएगा और विभिन्न अभियानों के माध्यम से सक्रिय भागीदारी को प्रोत्साहित करेगा। एकल उपयोग प्लास्टिक के उपयोग पर प्रतिबंध लगाने तथा उसके विकल्पों को अपनाने हेतु पोस्टर, कार्यशालाओं और जागरूकता अभियानों का आयोजन भी किया जाएगा। साथ ही परिसर में वर्षा जल संचयन प्रणाली स्थापित की जाएगी और ऊर्जा आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए सौर पैनल लगाए जाएँगे। अपशिष्ट जल के पुनर्प्रयोग की समुचित व्यवस्था भी सुनिश्चित की जाएगी, जिससे जल संरक्षण संभव हो सके। इसके अलावा ऊर्जा संरक्षण के लिए विशेष सत्र, प्रतियोगिताएँ एवं पोस्टर प्रदर्शनी आयोजित कर कर्मचारियों व छात्रों में जिम्मेदार व्यवहार को प्रोत्साहित किया जाएगा।

इन सभी पहलों के माध्यम से झारखंड राय विश्वविद्यालय का लक्ष्य न केवल अकादमिक उत्कृष्टता प्राप्त करना है, बल्कि पंचकोशीय दृष्टिकोण के माध्यम से छात्रों और कर्मचारियों के जीवन में समग्र विकास की आधारशिला भी रखना है। यह प्रयास निश्चित ही विश्वविद्यालय परिसर को एक संतुलित, सशक्त और संवेदनशील शैक्षिक वातावरण में रूपांतरित करेगा।

प्रतिभागियों के अनुभव व सुझाव

कार्यशाला में भाग लेने वाले शिक्षाविदों और प्राध्यापकों ने पंचकोश आधारित शिक्षा की गहराई को आत्मसात किया और अपने अनुभवों को साझा करते हुए इस विषय के व्यावहारिक क्रियान्वयन पर बल दिया। प्रस्तुत हैं प्रतिभागियों के अनुभव, सुझाव और आगामी कार्ययोजनाएं –

---

1. प्रो. अमरनाथ सिंह

संस्थान : जमशेदपुर वर्कर्स महाविद्यालय

अनुभव : कार्यशाला से गहन एवं जीवनपर्यंत प्रभावी ज्ञान प्राप्त हुआ। पंचकोश की अवधारणा अब मेरी शिक्षा– दृष्टि का अभिन्न अंग बन गई है। डॉ. चांद किरण सलूजा के सत्र मेरे शैक्षिक जीवन के अत्यंत प्रेरक क्षणों में से रहे।

सुझाव : सत्रों के बीच कुछ मानसिक ताजगी लाने वाली गतिविधियाँ जोड़ी जाएं। कार्यशाला की समस्त सामग्री (प्रस्तुतियाँ, वीडियो आदि) प्रतिभागियों को सुलभ कराई जाए, जिससे समय–समय पर उनका पुनरावलोकन किया जा सके।

---

2. डॉ. बालेश्वर नाथ पाठक

संस्थान : शिक्षा संस्कृति उत्थान न्यास, संयोजक – भारतीय भाषा मंच, झारखंड

अनुभव : पंचकोशीय अवधारणा को स्पष्ट रूप से समझा और विद्वानों के विचारों से आत्मिक आनंद की अनुभूति हुई। सम्मेलन में अनुशासन एवं श्रद्धाभाव से कार्य करने की संस्कृति ने गहरी छाप छोड़ी।

सुझाव : कार्यशाला की संपूर्ण व्यवस्था उत्कृष्ट रही। भविष्य में इसकी पहुंच और अधिक लोगों तक सुनिश्चित की जानी चाहिए।

---

3. श्री महेन्द्र कुमार सिंह

संस्थान : विद्या भारती

अनुभव : कार्यशाला अत्यंत ज्ञानवर्धक एवं सुव्यवस्थित रही। यह स्पष्ट हुआ कि छात्रों के विकास से पूर्व शिक्षकों का व्यक्तित्व एवं चरित्र सुदृढ़ होना चाहिए।

सुझाव : पंचकोश की गहन समझ के लिए कार्यशाला को कम से कम पांच दिनों तक आयोजित किया जाना चाहिए। प्रायोगिक गतिविधियाँ बढ़ाई जाएं, जिससे सहभागिता और सीखने की प्रक्रिया में तेजी आए।

4. डॉ. संदीप कुमार

संस्थान : सरला बिरला विश्वविद्यालय

अनुभव : पंचकोश के प्रति समझ बढ़ी और शिक्षा के नए आयामों से परिचय हुआ। कार्यशाला ने व्यक्तिगत और व्यावसायिक स्तर पर समृद्ध किया।

सुझाव : सीखे गए सिद्धांतों को जीवन एवं शिक्षण व्यवहार में अपनाना आवश्यक है। ऐसी कार्यशालाएं अधिक बार आयोजित की जानी चाहिए।

---

5. डॉ. शोभा सरिता

संस्थान : बीबीएमकेयू, धनबाद

अनुभव : अन्नमय कोश के अनुरूप भोजन व्यवस्था प्रशंसनीय रही। संस्थान की शिक्षण पद्धति एवं अनुशासन अनुकरणीय हैं।

सुझाव : पंचकोश की जानकारी केवल सैद्धांतिक न होकर व्यवहारिक अनुभवों से भी जुड़ी हो, जैसे शैक्षणिक भ्रमण, बगीचा गतिविधियाँ, इत्यादि।

6. डॉ. नीलू कुमारी

संस्थान : बीबीएमकेयू, धनबाद

अनुभव : पंचकोशीय अवधारणाओं से छात्रों के समग्र विकास की दिशा स्पष्ट हुई। सहानुभूति जैसे भावों को व्यवहार में कैसे उतारा जाए, इसका सरल मार्गदर्शन मिला।

सुझाव : उच्च शिक्षा में चरित्र निर्माण को विशेष स्थान मिलना चाहिए। केवल डिग्री प्राप्ति तक सीमित शिक्षा छात्रों में संकीर्ण दृष्टिकोण पैदा कर रही है।

---

7. डॉ. डुमरेंद्र राजन

संस्थान : बहरागोड़ा महाविद्यालय

अनुभव : सभी सत्र अत्यंत सारगर्भित रहे। संस्थान की व्यवस्थाएं सराहनीय थीं और आयोजकों की सेवा भावना अनुकरणीय रही।

सुझाव : संस्थान के समस्त कर्मचारियों, सुरक्षा गार्डों आदि को भी समान भोजन व्यवस्था दी जाए। वे भी पंचकोश के अंग हैं और समान सम्मान के अधिकारी हैं।

---

8. श्री वकील कुमार

संस्थान : झारखंड राय विश्वविद्यालय

अनुभव : यह कार्यशाला अत्यंत सकारात्मक अनुभव रही। शिक्षण को रुचिकर व छात्र–केंद्रित बनाने की विधियाँ स्पष्ट हुईं।

सुझाव : बच्चों हेतु भी ऐसे सम्मेलन आयोजित किए जाएं, ताकि वे स्वयं इन अनुभवों से लाभान्वित हो सकें।

---

9. डॉ. रामनारायण सिंह

संस्थान : शिक्षा संस्कृति उत्थान न्यास

अनुभव : कार्यशाला रोचक, ज्ञानवर्धक एवं प्रेरणास्पद रही। विषयवस्तु ने मन, बुद्धि एवं आत्मा के संतुलन की आवश्यकता को रेखांकित किया।

सुझाव : पंचकोश का ज्ञान तभी प्रभावशाली सिद्ध होगा जब उसे व्यवहार में लागू किया जाए। इसके लिए संस्थागत ढाँचे को सुदृढ़ किया जाना चाहिए।

---

10. डॉ. सी.के. सिंह परिहार

संस्थान : के.के. टीचर्स ट्रेनिंग कॉलेज, धनबाद

अनुभव : कार्यक्रम संचालन समयबद्ध एवं सुचारु रहा। व्यक्तिगत रूप से भी ज्ञान एवं संवेदनशीलता में वृद्धि हुई।

सुझाव : भविष्य में छात्रों की भी भागीदारी सुनिश्चित की जाए, ताकि शिक्षा का उद्देश्य केवल बौद्धिक विकास तक सीमित न रहे।

प्रतिभागियों की सूची

1. डॉ. अमृता मजूमदार :– कुलसचिव, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
2. डॉ. हरमीत कौर :– डीन, आईक्यूएसी, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
3. डॉ. सुमीत कुमार पांडेय :– डीन, अकादमिक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
4. अनुराग दास :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
5. डॉ. रौनक आरा (पीटी) :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
6. डॉ. सौम्य रंजन लेनका (पीटी) :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
7. द्रवेश प्रियदर्शी :– प्रमुख, सीएमसी, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
8. गौरी बराइक :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
9. हेमेंद्र मिश्रा :– सह–प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
10. ज्योत्सना बा :– सहायक प्राध्यापक, एस. पी. महिला महाविद्यालय, दुमका, झारखंड
11. नेहा चंद्रा :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
12. प्रशांत कुमार शांडिल्य :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
13. प्रो. (डॉ.) रंधीर कुमार गुप्ता :– सहयोगी डीन, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
14. राजेश कुमार :– सहायक प्राध्यापक, मॉडल कॉलेज, दुमका
15. रश्मि :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
16. रितु सिन्हा :– प्लेसमेंट कोऑर्डिनेटर, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
17. सतरूपा गांगुली :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
18. सत्य प्रकाश हिमांशु :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
19. सोमा घोष :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
20. सौरव प्रधान :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
21. सुनैत्रा मैती :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
22. डॉ. संदीप मोदक :– सह–प्राध्यापक, सरला बिरला विश्वविद्यालय, रांची
23. डॉ. चंद्र प्रकाश सिंह :– सहायक प्राध्यापक, आईआईआईटी, रांची
24. डॉ. प्रवीर कुमार :– झारखंड यूनिवर्सिटी ऑफ टेक्नोलॉजी
25. दिव्या सिन्हा :– व्याख्याता, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
26. डॉ. सुनील कुमार :– सह–प्राध्यापक, उषा मार्टिन विश्वविद्यालय, रांची
27. डॉ. वेद प्रकाश सिंह :– सह–प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
28. डॉ. अरिंदम घोष :– सह–प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
29. मो. समीर फारूक :– व्याख्याता, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
30. ओम प्रकाश सत्यं :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
31. सुमित किशोर :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
32. अजीत कुमार गुप्ता :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
33. अंकिता कुमारी :– व्याख्याता, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
34. अपूर्वा कुमारी :– व्याख्याता, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
35. आर्या कुमारी :– व्याख्याता सह प्रशिक्षण व प्लेसमेंट अधिकारी, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
36. डॉ. दीपाली कुमारी (पीटी) :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची

37. जय चंद्रा :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
38. प्रशांत जयवर्धन :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
39. खुशबू कुमारी :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
40. राम नारायण सिंह :– प्रतिभागी, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
41. बृज कुमार विश्वकर्मा :– सह–प्राध्यापक, विनोबा भावे विश्वविद्यालय, हजारीबाग
42. डॉ. विजय कुमार सिंह :– डीन, सरला बिरला विश्वविद्यालय, रांची
43. महेंद्र कुमार सिंह :– प्रतिभागी, सरस्वती शिशु मंदिर, रांची
44. कृतिका मोदक :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
45. ललिता राणा :– प्रतिभागी, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
46. सुदीप्तो मंगल :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
47. अपूर्वा भारद्वाज :– व्याख्याता, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
48. डॉ. जय प्रकाश मीणा :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
49. डॉ. आर. पी. सिंह रतन :– डीन (कृषि), झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
50. डॉ. रूपा कुमारी :– सहायक प्राध्यापक, उषा मार्टिन विश्वविद्यालय
51. किशोर कुमार रॉय :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
52. रोजालिन होटा :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
53. प्रांजल कुमार :– व्याख्याता, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
54. रबिन कुमार :– सहायक पुस्तकालयाध्यक्ष, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
55. रश्मि कुमारी :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
56. रूपम विश्वनाथ :– व्याख्याता, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
57. डॉ. मनोज कुमार पाठक :– सह–प्राध्यापक, अरका जैन विश्वविद्यालय, जमशेदपुर
58. डॉ. नीलू कुमारी :– सहायक प्राध्यापक, बीबीएमकेयू, धनबाद
59. राहुल कुमार :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
60. अंकिता कुमारी पांडे :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
61. रागिनी कुमारी :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
62. राहुल कुमार :– व्याख्याता, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
63. अमरकांत जी :– प्रतिभागी, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
64. डॉ. डुमरेंद्र राजन :– प्रतिभागी, बहरागोड़ा महाविद्यालय, बहरागोड़ा
65. सुरुचि कुमारी :– प्रतिभागी, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
66. मंजुरी हांसदा :– प्रतिभागी, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
67. राजन कुमार तिवारी :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
68. चंद्राय सोरेन :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
69. डॉ. बिनोद कुमार :– सहयोगी प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
70. डॉ. स्मिता पांडेय :– सहयोगी प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
71. शुभश्री मंडल :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
72. सृष्टि रॉय :– याख्याता, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
73. वंशिका तैनवाला :– याख्याता, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
74. वकील कुमार :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची

75. डॉ. सी. के. सिंह :– प्रधानाचार्य, केके टीचर्स ट्रेनिंग कॉलेज, धनबाद
76. डॉ. राजीव कुमार :– सहायक प्राध्यापक, भारतीय सूचना प्रौद्योगिकी संस्थान, रांची
77. एकता प्रिया दर्शन :– व्याख्याता, नेताजी सुभाष विश्वविद्यालय, जमशेदपुर
78. सोमा घोष :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
79. पावेल नाथ :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
80. पूनम सिंह :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
81. रजिया सैयद :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
82. सोनू कुमार :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
83. सौरव सेन :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
84. डॉ. सुशील कुमार सिंह :– सह–प्राध्यापक, सेंट जेवियर्स कॉलेज ऑफ एजुकेशन, पटना
85. कुंदन कुमार :– सहायक प्राध्यापक, तापिंदु उच्च अध्ययन संस्थान, पटना
86. मनीष :– कार्यकर्ता, शिक्षा संस्कृति उत्थान न्यास
87. अंकेश :–एल एस कॉलेज, मुजफ्फरपुर, बिहार
88. अदिति अपूर्वा :– व्याख्याता, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
89. डॉ. अनुराधा शर्मा :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
90. चंदन कुमार :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
91. चंदन कुमार पंडित :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
92. डॉ. शोभा सरिता भुइयां :– सहायक प्राध्यापक, एसएसएलएनटी महाविद्यालय, बीबीएमकेयू, धनबाद
93. डॉ. कुमार अमरेन्द्र :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
94. डॉ. मनोज कुमार मंडल :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
95. डॉ. मोहम्मद इरफान आलम :– सह–प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
96. डॉ. सैयद मोहम्मद अब्दुल्ला :– सह–प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
97. डॉ. विनिता कुमारी :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
98. कामख्या नारायण :– व्याख्याता, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
99. मानोशी रॉय :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
100. नीरज पोद्दार :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
101. नेहा कुमारी :– प्रयोगशाला सहायक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
102. रोहित कुमार गुप्ता :– सहायक प्राध्यापक, बाबू दिनेश सिंह विश्वविद्यालय, गढ़वा
103. संजय कुमार महतो :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
104. सोमनाथ कुमार ऋषि :– व्याख्याता, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
105. सौरव खवास :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
106. सृजनी दासगुप्ता :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
107. सुधाकर कुमार रवि :– व्याख्याता, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
108. विक्रांत कुमार रवि :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
109. वृला चक्रवर्ती :– सहायक प्राध्यापक, झारखंड राय विश्वविद्यालय, रांची
110. अनूप कुमार :– सहायक प्राध्यापक, अरका जैन विश्वविद्यालय, जमशेदपुर
111. सुयश सिंह राजवंश :– सहायक प्राध्यापक, बाबू दिनेश सिंह विश्वविद्यालय, गढ़वा
112. कवीन्द्र कुमार :– सहायक प्राध्यापक, श्रीनाथ विश्वविद्यालय, जमशेदपुर

मीडिया कवरेज

झारखंड राय विश्वविद्यालय में आयोजित तीन दिवसीय राष्ट्रीय कार्यशाला का समापन

पंचकोश के अनुरूप एनईपी का लक्ष्य विद्यार्थियों का चतुर्दिक विकास करना है: डॉ सलूजा

- राष्ट्रीय शिक्षा नीति का प्रमुख लक्ष्य चरित्र निर्माण एवं व्यक्तित्व का संपूर्ण विकास है।

स्वदेश संवाददाता



रांची : झारखंड राय विश्वविद्यालय रांची में पिछले दो दिनों से चल रहे राष्ट्रीय कार्यशाला चरित्र निर्माण एवं व्यक्तित्व का सम्पूर्ण विकास का सोमवार को समापन हो गया। तीन दिनों के दौरान कुल बारह सत्र आयोजित हुए। पूर्व के दो दिन में पंचकोश के पांच कोशों अन्नमय कोश, प्राणमय कोश, मनोमय कोश, विज्ञानमय कोश और आनंदमय कोश पर विस्तारपूर्वक चर्चा की गयी। अभ्यास सत्र आयोजित हुए जिसमें समूह चर्चा, विचार और कार्य के तरीकों पर प्रतिभागियों ने रोड मैप तैयार किया। पर्यावरण एवं स्वक्षता को लेकर विशेष संभाषण हुआ। तीसरे और कार्यशाला के अंतिम दिन चौथे सत्र का विषय रुपढ़ाने की कला पर डॉ चांद किरण सलूजा (अकादमिक निदेशक संस्कृत संवर्धन प्रतिष्ठानम नयी दिल्ली) ने विस्तार पूर्वक अपनी बातें रखी। डॉ सलूजा ने राष्ट्रीय शिक्षा नीति में निर्दिष्ट बातों की चर्चा करते हुए कहा की इस निति का उद्देश्य शिक्षा प्रणाली में व्यापक सुधार करना है जिसमें उच्च शिक्षा में सुधार सुधार भी शामिल है। उन्होंने बताया की ज्ञान आधारित अर्थव्यवस्था की आवश्यकताओं की पूर्ति करने, शिक्षा की गुणवत्ता को बढ़ाने, नवाचार और अनुसंधान को बढ़ावा देने के लिये नई शिक्षा नीति की आवश्यकता थी। राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2020 में शिक्षा की पहुँच, समता, गुणवत्ता, वहनीयता और उत्तरदायित्व जैसे मुद्दों पर विशेष ध्यान दिया गया है। मूल विषय पढ़ाने की कला की चर्चा करते हुए उन्होंने कहा की पढ़ाने की कला के साथ पढ़ने की कला भी आवश्यक है। विद्यार्थी के साथ शिक्षक को भी यह ज्ञान होना आवश्यक है। उन्होंने कहा की कुशल शिक्षक को विद्यार्थी के मनोमय एवं आनंदमय का भी ध्यान रखना चाहिए। व्यक्तित्व निर्माण की चर्चा करते हुए उन्होंने कहा की शिक्षक संवाद, संचार, बौद्धिक संवाद एवं करुणा भाव के साथ कार्य करते हुए इसमें भी योगदान कर सकता है। राष्ट्रीय कार्यशाला के समापन अवसर पर न्यास के राष्ट्रीय कोशाध्यक्ष सुरेश गुप्ता जी का संबोधन हुआ। इस अवसर पर न्यास के राष्ट्रीय सह संयोजक डॉ राजेश्वर परासर भी उपस्थित थे। झारखंड राय विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो (डॉ) पीयूष रंजन ने धन्यवाद ज्ञापन करते हुए कहा कि तीन दिवसीय राष्ट्रीय कार्यशाला को सफल बनाने में न्यास के राष्ट्रीय सचिव डॉ अतुल भाई कोठारी की मुख्य भूमिका रही उनके मार्गदर्शन में ही इसकी रूप रेखा तय की गयी। मुख्य वक्ता के रूप में उपस्थित कुलाधिपति डॉ अजय कुमार तिवारी , डॉ मनोहर भंडारी, डॉ चांद किरण सलूजा एवं डॉ राजीश्वर पराशर ने पंचकोश और चरित्र निर्माण पर विस्तारपूर्वक अपनी बातें रखी जो प्रतिभागियों के लिए संग्रहनीय है। उन्होंने राष्ट्रीय कार्यशाला में अन्य प्रदेशों से पहुंचे प्रतिभागियों एवं राज्य के अन्य जिलों से आये प्रतिभागी शिक्षकों का भी धन्यवाद किया।

झारखंड राय विश्वविद्यालय में चरित्र निर्माण पर तीन दिवसीय कार्यशाला प्रारंभ



रांची: झारखंड राय विश्वविद्यालय रांची में शनिवार से तीन दिवसीय राष्ट्रीय कार्यशाला चरित्र निर्माण एवं चरित्र का सम्पूर्ण विकास प्रारंभ हुआ। कार्यशाला का विधिवत उद्घाटन दीप प्रज्जवलित कर गणेश वंदना के साथ किया गया। दीप प्रज्जवलन शिक्षा संस्कृति उत्थान न्यास के राष्ट्रीय सचिव डॉ. अतुल भाई कोठारी, झारखंड राय विश्वविद्यालय की कुलाधिपति प्रो. सविता सेंगर, स्वामी विवेकानंद विश्वविद्यालय, सागर के कुलाधिपति डॉ. अजय कुमार तिवारी, प्रो. पीयूष रंजन कुलपति झारखंड राय विश्वविद्यालय,डॉ. मनोहर भंडारी, प्रो. विजय कुमार सिंह डीन सरला बिरला विश्वविद्यालय, अमर कांत झा क्षेत्रीय संयोजक न्यास ने सामूहिक रूप से किया। कार्उयशाला के उद्घाटन सत्र का स्वागत भाषण करते कुलाधिपति प्रो. सविता सेंगर ने कहा की चरित्र निर्माण एवं व्यक्तित्व का सम्पूर्ण विकास विषय पर आयोजित यह कार्यशाला भारतीय ज्ञान परंपरा एवं भारतीय दृष्टिकोण को समझने का प्रयास है। विश्वविद्यालय ने अप्रैल महीने में परिसर में कौटिल्य ज्ञान केंद्र भी स्थापित किया है। यह केंद्र भारतीय ज्ञान परंपरा और भारतीय दृष्टिकोण को व्यक्त करने का केंद्र है। कार्यशाला के आयोजन के उद्देश्यों की चर्चा करते हुए कुलाधिपति ने कहा की व्यक्तित्व का अर्थ बहरी सुंदरता नहीं है जब हम भारतीय ज्ञान परंपरा और पंच कोश की बात करते हैं तो भारतीय दृष्टिकोण को उसमें शामिल करना होगा। न्यास के इस विषय पर बनाये गए पाठ्यक्रम को भी विश्वविद्यालय ने अपनाया है।

झारखंड राय विश्वविद्यालय में चरित्र निर्माण पर तीन दिवसीय कार्यशाला प्रारंभ

लोक मंत्र संवाददाता



रांची। झारखंड राय विश्वविद्यालय रांची में शनिवार से तीन दिवसीय राष्ट्रीय कार्यशाला चरित्र निर्माण एवं चरित्र का सम्पूर्ण विकास ₹ प्रारंभ हुआ। कार्यशाला का विधिवत उद्घाटन दीप प्रज्जवलित कर गणेश वंदना के साथ किया गया। दीप प्रज्जवलन शिक्षा संस्कृति उत्थान न्यास के राष्ट्रीय सचिव डॉ ० अतुल भाई कोठारी, झारखंड राय विश्वविद्यालय की कुलाधिपति प्रो ० (डॉ०) सविता सेंगर, स्वामी विवेकानंद विश्वविद्यालय, सागर के कुलाधिपति डॉ० अजय कुमार तिवारी, प्रो ० (डॉ ०) पीयूष रंजन कुलपति झारखंड राय विश्वविद्यालय, डॉ० मनोहर भंडारी , प्रो ० (डॉ ०) विजय कुमार सिंह डीन सरला बिरला विश्वविद्यालय , अमर कांत झा क्षेत्रीय संयोजक न्यास ने सामूहिक रूप से किया। कार्उयशाला के उद्घाटन सत्र का स्वागत भाषण करते कुलाधिपति प्रो ० (डॉ ०) सविता सेंगर ने कहा की चरित्र निर्माण एवं व्यक्तित्व का सम्पूर्ण विकास विषय पर आयोजित यह कार्यशाला भारतीय ज्ञान परंपरा एवं भारतीय दृष्टिकोण को समझने का प्रयास है। विश्वविद्यालय ने अप्रैल महीने में परिसर में कौटिल्य ज्ञान केंद्र भी स्थापित किया है। यह केंद्र भारतीय ज्ञान परंपरा और भारतीय दृष्टिकोण को व्यक्त करने का केंद्र है। कार्यशाला के आयोजन के उद्देश्यों की चर्चा करते हुए कुलाधिपति ने कहा की व्यक्तित्व का अर्थ बहरी सुंदरता नहीं है जब हम भारतीय ज्ञान परंपरा और पंच कोश की बात करते हैं तो भारतीय दृष्टिकोण को उसमें शामिल करना होगा। न्यास के इस विषय पर बनाये गए पाठ्यक्रम को भी विश्वविद्यालय ने अपनाया है।

'चरित्र का विकास' विषय पर शुरू हुई कार्यशाला



जेआरयू में आयोजित राष्ट्रीय कार्यशाला में शामिल अतिथि ● जागरण

जागरण संवाददाता, रांची : झारखंड राय विश्वविद्यालय में चरित्र निर्माण एवं चरित्र का संपूर्ण विकास विषय पर शनिवार को तीन दिवसीय राष्ट्रीय कार्यशाला शुरू हुई। इसका उद्घाटन शिक्षा संस्कृति उत्थान न्यास के राष्ट्रीय सचिव डा. अतुल भाई कोठारी, झारखंड राय विवि की कुलाधिपति प्रो. डा. सविता सेंगर, स्वामी विवेकानंद विवि सागर के कुलाधिपति डा. अजय कुमार तिवारी, जेआरयू के वीसी प्रो. डा. पीयूष रंजन, डा. मनोहर भंडारी, एसबीयू के डीन प्रो. डा. विजय कुमार सिंह व न्यास के क्षेत्रीय संजोयजक अमरकांत झा ने संयुक्त रूप से दीप प्रज्वलन कर किया। कुलाधिपति प्रो. डा. सविता सेंगर ने कहा कि चरित्र निर्माण एवं व्यक्तित्व का संपूर्ण विकास विषय पर आयोजित यह कार्यशाला भारतीय ज्ञान परंपरा एवं भारतीय दृष्टिकोण को समझने का प्रयास है। विवि ने अप्रैल में परिसर में कौटिल्य ज्ञान केंद्र भी स्थापित किया है। कार्यशाला में अगले दो दिनों तक कई विषयों पर चर्चा होंगी। डा. अतुल भाई कोठारी ने अन्नमय कोश, प्राणमय कोश, मनोमया कोश, विज्ञानमय कोश एवं आनंदमय कोश की चर्चा की।

झारखंड राय विवि में चरित्र निर्माण पर कार्यशाला

नामकुम. झारखंड राय विश्वविद्यालय में चरित्र निर्माण पर तीन दिवसीय कार्यशाला आयोजित की गयी. उद्घाटन सत्र में कुलाधिपति प्रो डॉ सविता सेंगर ने कहा की चरित्र निर्माण व व्यक्तित्व का सम्पूर्ण विकास विषय पर आयोजित यह कार्यशाला भारतीय ज्ञान परंपरा एवं भारतीय दृष्टिकोण को समझने का प्रयास है. मुख्य वक्ता न्यास के राष्ट्रीय सचिव डॉ अतुल भाई कोठारी ने कहा कि पंचकोश, भारतीय दर्शन में मानव शरीर की पांच परतों या आवरणों को दर्शाता है. दूसरे व तीसरे सत्र अन्नमय कोश एवं प्राणमय कोश विषय डॉ मनोहर भंडारी ने अन्नमय कोश एवं प्राणमय कोश पर विस्तार से अपनी बातें रखी. चौथे सत्र को स्वामी विवेकानंद विवि के कुलाधिपति डॉ अजय कुमार तिवारी ने विचार रखे. मौके पर प्रो डॉ पीयूष रंजन, डॉ मनोहर भंडारी, प्रो डॉ विजय कुमार सिंह, अमरकांत झा आदि उपस्थित थे.

झारखंड राय विश्वविद्यालय में चरित्र निर्माण पर तीन दिवसीय कार्यशाला प्रारंभ

पूर्वांचल तूर्य प्रतिनिधि



रामगढ़। झारखंड राय विश्वविद्यालय रांची में शनिवार से तीन दिवसीय राष्ट्रीय कार्यशाला - चरित्र निर्माण एवं चरित्र का सम्पूर्ण विकास - प्रारंभ हुआ। कार्यशाला का विधिवत उद्घाटन दीप प्रज्जवलित कर गणेश वंदना के साथ किया गया। दीप प्रज्वलन शिक्षा संस्कृति उत्थान न्यास के राष्ट्रीय सचिव डॉ ० अतुल भाई कोठारी, झारखंड राय विश्वविद्यालय की कुलाधिपति प्रो ० (डॉ ०) सविता सेंगर, स्वामी विवेकानंद विश्वविद्यालय , सागर के कुलाधिपति डॉ० अजय कुमार तिवारी, प्रो ० (डॉ ०) पीयूष रंजन कुलपति झारखंड राय विश्वविद्यालय, डॉ० मनोहर भंडारी , प्रो ० (डॉ ०) विजय कुमार सिंह डीन सरला बिरला विश्वविद्यालय , अमर कांत झा क्षेत्रीय संयोजक न्यास ने सामूहिक रूप से किया।

कार्उयशाला के उद्घाटन सत्र का स्वागत भाषण करते कुलाधिपति प्रो ० (डॉ ०) सविता सेंगर ने कहा की चरित्र निर्माण एवं व्यक्तित्व का सम्पूर्ण विकास विषय पर आयोजित यह कार्यशाला भारतीय ज्ञान परंपरा एवं भारतीय दृष्टिकोण को समझने का प्रयास है। विश्वविद्यालय ने अप्रैल महीने में परिसर में कौटिल्य ज्ञान केंद्र भी स्थापित किया है। यह केंद्र भारतीय ज्ञान परंपरा और भारतीय दृष्टिकोण को व्यक्त करने का केंद्र है। कार्यशाला के आयोजन के उद्देश्यों की चर्चा करते हुए कुलाधिपति ने कहा की व्यक्तित्व का अर्थ बहरी सुंदरता नहीं है जब हम भारतीय ज्ञान परंपरा और पंच कोश की बात करते हैं तो भारतीय दृष्टिकोण को उसमें शामिल करना होगा। न्यास के इस विषय पर बनाये गए पाठ्यक्रम को भी विश्वविद्यालय ने अपनाया है। विश्वविद्यालय रांची में शनिवार से तीन दिवसीय राष्ट्रीय कार्यशाला चरित्र निर्माण एवं व्यक्तित्व का सम्पूर्ण विकास का सोमवार को समापन हो गया। तीन दिनों के दौरान कुल बारह सत्र आयोजित हुए। पूर्व के दो दिन में पंचकोश के पांच कोशों अन्नमय कोश, प्राणमय कोश, मनोमय कोश, विज्ञानमय कोश और आनंदमय कोश पर विस्तारपूर्वक चर्चा की गयी। अभ्यास सत्र आयोजित हुए जिसमें समूह चर्चा, विचार और कार्य के तरीकों पर प्रतिभागियों ने रोड मैप तैयार किया। पर्यावरण एवं स्वक्षता को लेकर विशेष संभाषण हुआ। तीसरे और कार्यशाला के अंतिम दिन चौथे सत्र का विषय रुपढ़ाने की कला पर डॉ चांद किरण सलूजा (अकादमिक निदेशक संस्कृत संवर्धन प्रतिष्ठानम नयी दिल्ली) ने विस्तार पूर्वक अपनी बातें रखी। डॉ सलूजा ने राष्ट्रीय शिक्षा नीति में निर्दिष्ट बातों की चर्चा करते हुए कहा की इस निति का उद्देश्य शिक्षा प्रणाली में व्यापक सुधार करना है जिसमें उच्च शिक्षा में सुधार सुधार भी शामिल है। उन्होंने बताया की ज्ञान आधारित अर्थव्यवस्था की आवश्यकताओं की पूर्ति करने, शिक्षा की गुणवत्ता को बढ़ाने, नवाचार और अनुसंधान को बढ़ावा देने के लिये नई शिक्षा नीति की आवश्यकता थी। राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2020 में शिक्षा की पहुँच, समता, गुणवत्ता, वहनीयता और उत्तरदायित्व जैसे मुद्दों पर विशेष ध्यान दिया गया है। मूल विषय पढ़ाने की कला की चर्चा करते हुए उन्होंने कहा की पढ़ाने की कला के साथ पढ़ने की कला भी आवश्यक है। विद्यार्थी के साथ शिक्षक को भी यह ज्ञान होना आवश्यक है। उन्होंने कहा की कुशल शिक्षक को विद्यार्थी के मनोमय एवं आनंदमय का भी ध्यान रखना चाहिए। व्यक्तित्व निर्माण की चर्चा करते हुए उन्होंने कहा की शिक्षक संवाद, संचार, बौद्धिक संवाद एवं करुणा भाव के साथ कार्य करते हुए इसमें भी योगदान कर सकता है। राष्ट्रीय कार्यशाला के समापन अवसर पर न्यास के राष्ट्रीय कोशाध्यक्ष सुरेश गुप्ता जी का संबोधन हुआ। इस अवसर पर न्यास के राष्ट्रीय सह संयोजक डॉ राजेश्वर परासर भी उपस्थित थे। झारखंड राय विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो (डॉ) पीयूष रंजन ने धन्यवाद ज्ञापन करते हुए कहा कि तीन दिवसीय राष्ट्रीय कार्यशाला को सफल बनाने में न्यास के राष्ट्रीय सचिव डॉ अतुल भाई कोठारी की मुख्य भूमिका रही उनके मार्गदर्शन में ही इसकी रूप रेखा तय की गयी। मुख्य वक्ता के रूप में उपस्थित कुलाधिपति डॉ अजय कुमार तिवारी , डॉ मनोहर भंडारी, डॉ चांद किरण सलूजा एवं डॉ राजीश्वर पराशर ने पंचकोश और चरित्र निर्माण पर विस्तारपूर्वक अपनी बातें रखी जो प्रतिभागियों के लिए संग्रहनीय है। उन्होंने राष्ट्रीय कार्यशाला में अन्य प्रदेशों से पहुंचे प्रतिभागियों एवं राज्य के अन्य जिलों से आये प्रतिभागी शिक्षकों का भी धन्यवाद किया।

शामिल करना होगा। न्यास के इस विषय पर बनाये गए पाठ्यक्रम को भी विश्वविद्यालय ने अपनाया है। चरित्र निर्माण एवं चरित्र का सम्पूर्ण विकास पाठ्यक्रम प्रारंभ करने का उद्देश्य है विद्यार्थियों में समाज एवं राष्ट्र के प्रति सकारात्मक सोच का भाव पैदा करना। यह भाव विद्यार्थियों के व्यक्तित्व में नजर आना चाहिए की वह समाज , राष्ट्र, स्वयं के लिए कितना सोचते है। कुलाधिपति प्रो ० सिंह ने कहा कार्यशाला में अगले दो दिनों तक इसी विषय पर चर्चा होगी।

कार्यशाला के मुख्य वक्ता शिक्षाविद एवं न्यास के राष्ट्रीय सचिव डॉ० अतुल भाई कोठारी ने अपना संबोधन पंचकोश की अवधारणा के साथ प्रारम्भ किया। उन्होंने विस्तार पूर्वक अन्नमय कोश, प्राणमय कोश , मनोमया कोश , विज्ञानमय कोश एवं आनंदमय कोश की चर्चा की।

उन्होंने कहा की पंचकोश, भारतीय दर्शन में मानव शरीर की पांच परतों या आवरणों को दर्शाता है,ये कोश शारीरिक, मानसिक, और आध्यात्मिक स्तरों पर मानव अस्तित्व को समझने में मदद करते है। पंचकोशों के अंदर ही हमारी तीनों प्रकार की चेतना यानि चेतन, अवचेतन और अचेतन विद्यमान करती है। ये पांच कोश एक-दूसरे से बहुत ही गहरे रूप में जुड़े हुई है और अध्यात्म में जब लोग जैसे-जैसे गहराई में उतरते हैं, वह एक-एक करके सभी कोशों के प्रति जागरूक होते जाते हैं।पंचकोशों की अवधारणा मानव अस्तित्व को समझने और आत्म-साक्षात्कार की ओर बढ़ने के लिए एक महत्वपूर्ण मार्गदर्शक है।डॉ० कोठारी ने अपने संबोधन के दौरान पंच , योग विद्या एवं आयरन और व्यवहार पर भी विस्तार पूर्वक बातें रखी।

कार्यशाला का दूसरा एवं तीसरा सत्र अन्नमय कोश एवं प्राणमय कोश विषय पर केन्द्रित था जिसके मुख्य वक्ता डॉ० मनोहर भंडारी थे। डॉ० भंडारी चिकित्सक के साथ हिंदी भाषा उत्थान के लिए भी कई महत्वपूर्ण कार्य किये हैं। उन्होंने अन्नमय कोश एवं प्राणमय कोश पर विस्तार से अपनी बातें रखते हुए बताया की

शरीर, भोजन (अन्न) से पोषित होता है। यह कोश मानव शरीर का भौतिक रूप है जो भोजन से पोषित होता है और अन्य कोशों के साथ मिलकर मानव अस्तित्व का निर्माण करता है। चिकित्सा पद्धतियों की पहुंच स्थूल शरीर तक है उसकी कितने ही रोग ऐसे है जो अन्नमय कोश की विकृति के कारण उत्पन्न होते है और जिसे चिकित्सक ठीक करने में प्रायः असमर्थ ही जाते है. प्राणमय कोश की चर्चा करते हुए उन्होंने कहा की प्राणमय कोश, शरीर का दूसरा आवरण या परत है, जो उर्जा से संबंधित है। इसे जीवन शक्ति से बना हुआ माना जाता है, और यह भौतिक शरीर में मौजूद होता है, जो पूरे जीव में व्याप्त है।

झारखण्ड राय विश्वविद्यालय

ADMISSIONS OPEN
SESSION 2026

www.jru.edu.in



Agriculture
B.Sc (Hons.) Agriculture / M.Sc (Ag)



Mining Engineering
B.Tech / Diploma



B.Com *(Hons.)* | BBA | MBA



B. Pharm | D.Pharm



BA LLB | LLB | LLM



B.Sc MLT | B.Sc in Radiology



Bachelor of Physiotherapy (BPT)



B.Tech | Diploma CSE | BCA | MCA

For Admissions Contact :

1800-120-2546 *(Toll Free)*

झारखंड राय विश्वविद्यालय, राजाउलातु, नामकुम, रांची, भारत



झारखण्ड राय विश्वविद्यालय

राँची

राजा उलातू, नामकुम, राँची, झारखण्ड
पिनकोड - 834010