



International Journal of Advance Studies and Growth Evaluation

‘कल्याण के लिए शिक्षा’ पाठ्यपुस्तक का समीक्षात्मक अध्ययन

*¹ ज्योति पाण्डेय

*¹ सहायक अध्यापक (प्राथमिक विद्यालय), यू पी बेसिक शिक्षा विभाग, उत्तर प्रदेश, भारत।

Article Info.

E-ISSN: 2583-6528

Impact Factor (SJIF): 6.876

Peer Reviewed Journal

Available online:

www.alladvancejournal.com

Received: 25/Sep/2024

Accepted: 19/Oct/2024

सारांश:

21वीं सदी की जीवन शैली ने न केवल मानवीय अपेक्षाओं में वृद्धि की है बल्कि मानव जीवन के प्रत्येक पहलू को प्रभावित किया है जिसके परिणामस्वरूप शिक्षा के क्षेत्र में नई अवधारणाओं का विकास हो रहा है। वर्तमान समय में शिक्षा के क्षेत्र में ‘कल्याण’ की अवधारणा आधुनिक जीवन शैली का ही परिणाम है। आधुनिक जीवन तकनीक के प्रयोग से इतना तनाव प्रस्त, एकाकी हो गया है कि पश्चिमी देशों के साथ-साथ भारतीय जीवन शैली भी तीव्रता से प्रभावित हो रही है जिसके समाधान के रूप में ‘कल्याण’ एक ज्वलंत विषय बनकर सामने आया है। आधुनिक समय में कल्याण की इतनी अधिक आवश्यकता है कि यह एक विषय के रूप में शिक्षा शास्त्र के विभिन्न पाठ्यक्रमों में भी शामिल कर लिया गया है। प्रस्तुत पुस्तक ‘कल्याण के लिए शिक्षा’ शीर्षक से प्रकाशित है जो लखनऊ विश्वविद्यालय के बी.एड. पाठ्यक्रम में शामिल विषय ‘कल्याण के लिए शिक्षा’ की विषय वस्तु पर आधारित है चूंकि यह बी०एड० कोर्स में शामिल एक नवीन विषय है इसलिए शोधार्थी द्वारा इस शोध पत्र में डॉ. नितिन बाजपेयी एवं डॉ. सुधीर कुमार सिंह द्वारा संपादित, व ब्लू रोज पब्लिकेशन द्वारा २०२५ में प्रकाशित हिंदी पुस्तक में सम्मिलित विषय वस्तु का समीक्षात्मक अध्ययन किया गया है। पुस्तक का समीक्षात्मक अध्ययन करने के उपरान्त शोधार्थी ने पाया कि पुस्तक के विभिन्न अध्याय में शामिल की गई अधिगम सामग्री तथ्यात्मक, रोचक व ज्ञानवर्धक है परंतु कुछ जगह अवश्य सुधार कर इसकी गुणवत्ता को और अधिक संवर्धित किया जा सकता है। शोध परिणाम तथा सुझावों को दृष्टिगत रखते हुए यह कहा जा सकता है कि यह पुस्तक आधुनिक जीवन की समस्याओं के लिए बेहतर समाधान प्रस्तुत करती है।

*Corresponding Author

ज्योति पाण्डेय

सहायक अध्यापक (प्राथमिक विद्यालय), यू पी बेसिक शिक्षा विभाग, उत्तर प्रदेश, भारत।

मुख्य शब्द: पाठ्यपुस्तक, अध्ययन, कल्याण के लिए शिक्षा समाधान

प्रस्तावना:

किसी भी राष्ट्र की प्रगति वहाँ के नागरिकों की कार्य कुशलता पर निर्भर करती है शिक्षा द्वारा ही स्वास्थ्य और कार्यकुशल नागरिकों का निर्माण किया जा सकता है जो उत्तरोत्तर राष्ट्र के विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। इसी सिद्धांत के दृष्टिगत समाज, शिक्षण संस्थानों की स्थापना करता है, जो औपचारिक शिक्षा का एक सशक्त माध्यम है जिसमें समय-समय पर समाज की आवश्यकता अनुसार पाठ्यक्रम में नवीन विषय जोड़े या हटाए जाते हैं। वर्तमान में सामाजिक संबंधों में बहुत आश्चर्यजनक परिवर्तन हुए हैं तकनीकी संसाधनों ने मानव के कार्यों को सरल व सुगम तो बना दिया है परन्तु समाज की अपेक्षाओं को पूरा करने में असमर्थ रहा, आज हर व्यक्ति प्रतियोगिता की दौड़ में है जहाँ वह स्वयं को अकेला पाता है और उस पर कार्य का दबाव, तनाव जो नकारात्मक रूप से व्यक्ति के मानसिक, शारीरिक, सामाजिक, बौद्धिक प्रत्येक पक्ष को प्रभावित करता है। ऐसी ही परिस्थितियों में ‘कल्याण के लिए शिक्षा’ विषय का

प्रादुर्भाव हुआ जिससे छात्रों में ‘कल्याण’ की समझ का विकास कर स्वस्थ व कुशल नागरिकों का निर्माण किया जा सके।

ऐसे में यह जांच करना अत्यावश्यक हो जाता है कि पाठ्यपुस्तक ‘कल्याण के लिये शिक्षा’ में किस प्रकार की विषय वस्तु को समाहित किया गया है जो छात्रों, शिक्षकों व अन्य पाठकों में कल्याण की समझ व ज्ञान का विकास करने में सक्षम है। इस कार्य के लिए शोधार्थी द्वारा डॉ. नितिन बाजपेयी एवं डॉ. सुधीर कुमार सिंह द्वारा संपादित (ब्लू रोज प्रकाशन) २०२४ में प्रकाशित हिंदी माध्यम की पुस्तक कल्याण के लिये शिक्षा का चयन किया गया है।

एक कथन है कि पुस्तकें मानव की अच्छी मित्र हैं परन्तु वर्तमान में परिदृश्य में कुछ परिवर्तन देखने को मिला है आज के छात्र डिजिटल लर्निंग के आदी हो चुके हैं जिसकी आवश्यकता की पूर्ति के लिए संपादकों ने पुस्तक को ऑनलाइन प्लेटफॉर्म पर भी उपलब्ध कराया है जिससे पाठक अपनी रुचि अनुरूप पुस्तक का पाठन कर सकें। पुस्तक का आवरण इतना सुन्दर, प्रभावी व सुखदायक है कि

‘कल्याण’ और ‘संतोष’ की भावना की ओर स्वतः ही पाठक आकृष्ट होकर स्वयं को पुस्तक के साथ जोड़ सकें। बी.एड छात्रों के लिए यह पुस्तक इस कसौटी पर खरी उतरती है। प्रकृति के रंगों की पृष्ठ भूमि लिए इस पुस्तक के आवरण पृष्ठ पर प्रकृति को शांत वातावरण, खिलखिलाते फूलों पेड़ों, नदी, चारों ओर हरियाली के मध्य शांत चित्र में योग करती युवती कल्याण की सुखदायक भावना की ही प्रतिरूप लगती है जो पाठ्यपुस्तक के विषय का द्योतक है।

पुस्तक में संपादकों द्वारा लिखित संपादकीय में शिक्षकों, छात्रों तथा अन्य पाठकों के लिए इस पुस्तक का संक्षिप्त विवरण प्रस्तुत किया गया है। यह पुस्तक राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के निर्माणवादी एवं ज्ञानमिमाम्सीय दर्शन, भारतीय ज्ञान परंपरा से प्रेरित है जो आशावाद, आत्म सम्मान, आत्म स्वीकृति, और भावनाओं को साझा करने की क्षमता को विकसित करते हैं और पाठकों को जीवन में पूर्णता की भावना को प्राप्त करने में मार्गदर्शक का कार्य करती है। संपादकीय के अंत में संपादकों द्वारा अध्याय लेखकों, पाठ्यपुस्तक निर्माण में सहयोगी समिति का धन्यवाद ज्ञापित किया गया है जो सुखद अनुभव देता है।

पाठ्यपुस्तक समीक्षा के उद्देश्य

प्रस्तुत शोध पत्र में शोधार्थी ने बी.एड कोर्स के पाठ्यक्रम के विषय पर आधारित पाठ्य पुस्तक कल्याण के लिए शिक्षा की समीक्षात्मक अध्ययन निम्नलिखित तीन उद्देश्यों के आधार पर किया है:

1. कल्याण के लिए शिक्षा पाठ्यपुस्तक के विभिन्न अध्यायों में सम्मिलित पाठ्यवस्तु में समेकित अध्ययन सामग्री के विभिन्न घटकों, ज्ञानस्तर तथा मात्रा का अध्ययन करना।
2. पाठ्यपुस्तक के विभिन्न अध्यायों की वर्तमान में प्रसंगिकता का अध्ययन करना।
3. पाठ्यपुस्तक की गुणवत्ता अभिवृद्धि करने की दिशा में सुधारात्मक अन्वेषण करना।

‘कल्याण के लिए शिक्षा’ हिंदी माध्यम की पुस्तक के विषय सूची में कुल २८ अध्यायों को सम्मिलित किया गया है। यह सभी अध्याय लखनऊ विश्वविद्यालय की बी.एड कोर्स के वैकल्पिक विषय ‘कल्याण के लिये शिक्षा’ के पाठ्यक्रम में अंतर्निहित पाठ्यवस्तु पर आधारित है। यदि अध्यायों को आयामों में विभाजित किया जाए तो ४ आयामों में विभाजित किया जा सकता है जिसका उल्लेख पाठ्यक्रम की विषय वस्तु में भी किया गया है।

तालिका १: कल्याण के लिये शिक्षा पार्टी पुस्तक के अध्याय का आयाम आधारित वितरण।

क्रमसंख्या	आयाम	अध्याय	विषयवस्तु
१	कल्याण शिक्षा एवं विभिन्न आयाम	१, २, ३, ४, ५	<ul style="list-style-type: none"> कल्याण के विभिन्न आयाम: शारीरिक मनोवैज्ञानिक आर्थिक और आध्यात्मिक कल्याण की विभिन्न आयाम वृद्धि के उपाय कल्याण और खुशी की वृद्धि में शिक्षक की भूमिका कल्याण की उन्नति में सकारात्मक विचारों का महत्त्व स्वास्थ्य शिक्षा और इसका महत्त्व
२	मनो वैज्ञानिक कल्याण	६, ७, १०, ११, १२, १३, १५, १६, १७, १८, १९	<ul style="list-style-type: none"> मनसिक स्वास्थ्य एवं आधुनिक जीवन मानसिक भावनात्मक स्वास्थ्य सकारात्मक मनोविज्ञान और उद्देश्य महत्त्व एवं अनुप्रयोग सकारात्मक मनोविज्ञान का शिक्षा पर प्रभाव बुद्धिमत्ता और उसके आयाम बुद्धिमत्ता और खुशी विचार प्रबंधन तनाव एवं तनाव प्रबंधन सोच जाल
३	समाजिक एवं आर्थिक कल्याण	८, ९, १४, २०, २१, २६	<ul style="list-style-type: none"> सामाजिक कल्याण जीवन कौशल समय प्रबंधन संतुलित व्यक्तित्व आधुनिक जीवन शैली और उसके दुष्परिणाम
४	आध्यात्मिक कल्याण	२२, २३, २४, २५, २७, २८	<ul style="list-style-type: none"> आध्यात्मिक कल्याण वर्तमान समय में आध्यात्मिक शिक्षा की प्रसंगिकता आधुनिकता और आध्यात्मिकता की वर्तमान में आवश्यकता आधुनिकता और आध्यात्मिकता योग एवं ध्यान के विभिन्न पद्धतियाँ योग तथा ध्यान एवं एस के विभिन्न स्वरूप

प्रथम आयाम में कल्याण का अर्थ परिभाषा कल्याण के विभिन्न आयाम तथा कल्याण की वृद्धि में सकारात्मक विचारों और शिक्षक की भूमिका पर चर्चा की गई है। नए संकल्पनाओं की ओर पाठक का आप ध्यान केंद्रित कर शिक्षक किस इस तरह कल्याण की वृद्धि कर सकता है उन उपायों को सुझाया गया है। इसी आयाम में स्वास्थ्य शिक्षा के महत्त्व को भी समझाया गया है।

द्वितीय आयाम मनोवैज्ञानिक कल्याण है जिसके अंतर्गत अध्याय हैं मानसिक स्वास्थ्य एवं आधुनिक जीवन में मानसिक, किस प्रकार आधुनिक जीवन से प्रभावित हो रहा है, मानसिक स्वास्थ्य क्या है मानसिक स्वास्थ्य का अर्थ क्या है इन मुद्दों को उठाया गया है, इसी आयाम में मानसिक स्वास्थ्य और भावनात्मक स्वास्थ्य के अर्थ को भी स्पष्ट किया गया है। मनोवैज्ञानिक कल्याण में सकारात्मक मनोविज्ञान का विशेष महत्त्व है दूसरे शब्दों में कल्याण की अवधारणा सकारात्मक मनोविज्ञान की ही देन है इस आयाम में सकारात्मक का अर्थ उद्देश्य, महत्त्व अनुप्रयोग तथा सकारात्मक मनोविज्ञान का शिक्षा पर क्या प्रभाव पड़ा है इसकी भी विस्तृत चर्चा की गयी। बुद्धिमत्ता, व्यक्ति की कठिन से कठिन समस्याओं का भी हल आसानी से निकाल देती है और कल्याण का अनुभव कराती है इस, आयाम में बुद्धिमत्ता का अर्थ संप्रत्यय, बुद्धिमत्ता के आयाम तथा बुद्धिमत्ता और खुशी के मध्य संबंध की विस्तृत व्याख्या दो अध्यायों में की गयी है।, मानव जीवन में खुशी संतुष्टि का भाव विचारों की गुणवत्ता पर निर्भर करता है जो कल्याण शिक्षा के अहम भूमिका निभाता है मनोवैज्ञानिक आयाम के अंतर्गत विचार प्रबंधक, तनाव एवं तनाव प्रबंधन प्रबंधन की विभिन्न तकनीक व श्रीमद् भागवत गीता के उपयोगिता को तीन अध्याय के माध्यम से समझाया गया है। कल्याण को प्रभावित करने वाले अन्य सम्प्रत्यय जैसे चिंतन का शैल और सोच जाल विशेष भूमिका निभाते हैं इन दो अवधारणाओं की बहुत ही सरल और विस्तृत व्याख्या दो अध्यायों में की गई है जो मनोवैज्ञानिक कल्याण का महत्वपूर्ण भाग है।

तीसरा आयाम सामाजिक व आर्थिक कल्याण है जिसके अंतर्गत सामाजिक पहलुओं से संबंधित अध्याय है जो कल्याण के सामाजिक पक्ष को मुखरित करते हैं, मनुष्य एक सामाजिक प्राणी है इसलिए जब तक सामाजिक संकल्पना के पक्षों को नहीं समझा जाएगा तब तक मानव कल्याण समझना मुश्किल है। अध्याय आठ में सामाजिक कल्याण की अवधारणा, अर्थ सामाजिक संबंधों की व्याख्या सामाजिक कल्याण के बढ़ाने वाले गतिविधियों के मापन को विस्तार से बताया गया है इसी अध्ययन से जुड़े अध्याय जीवन कौशल है जिसमें जीवन को सहज बनाने व सामाजिकता में सुधार करने के तरीके बताये गए हैं। तृतीया आयाम के अंतर्गत अगली कड़ी में 'खुशी और धन' अध्याय है, आधुनिक जीवन बिना धन के सरल और सुखमय नहीं हो सकता स्पष्ट है खुशी और धन का संबंध बहुत ही विशिष्ट है जो सामान्य परिस्थितियों में भी जटिल समस्याएं उत्पन्न कर देता है अतः 'खुशी और धन' अध्याय पाठकों इनके मध्य संबंध में सकारात्मकता के माध्यम से कल्याण को परिभाषित करने का प्रयास करता है। 'समय प्रबंधन' और 'संतुलित व्यक्तित्व' सामाजिक कल्याण की महत्वपूर्ण आवश्यकता है अतः इस आयाम में इन दो अध्यायों को सम्मिलित किया गया है, जिसके माध्यम से मानव अपने सभी कार्यों को पूर्ण कर संतुलित जीवन व्यतीत कर कल्याण में वृद्धि करता है।

पुस्तक का चतुर्थ आयाम आध्यात्मिक कल्याण है। इसके अंतर्गत आध्यात्मिक कल्याण की बृहत व्याख्या की गयी है, आध्यात्मिक कल्याण को भगवद् गीता के उदाहरण के माध्यम से समझाया गया है 'वर्तमान समय में आध्यात्मिक शिक्षा की प्रसांगिकता' में पाठ्यक्रम की रूप रेखा का वर्णन किया गया है जिसके माध्यम से आध्यात्मिक कल्याण शिक्षा के माध्यम से बढ़ाया जा सकता है। आधुनिक समय में आध्यात्मिकता की आवश्यकता क्यों हुई, आधुनिक जीवन को आध्यात्मिकता से किस प्रकार विकसित किया जा सकता है इसका

विवरण अध्याय आधुनिकता और आध्यात्मिकता में किया गया है। आधुनिक जीवन कल्याण को दुष्प्रभावित कर रहा है जिसके लिए योग, ध्यान व योग और ध्यान का स्वरूप और पद्धतियों को जानना आवश्यक है जिससे योग के माध्यम से आदमी एकता में वृद्धि की जा सके और अंततः कल्याण को बढ़ाया जा सके ये आयाम इन सभी अवधारणाओं से संबंधित मुद्दों से पाठक को परिचित कराता है।

अध्यायवार विषय-वस्तु विश्लेषण

अध्याय 1 “कल्याण के विभिन्न आयाम शारीरिक, मनोवैज्ञानिक, आर्थिक और आध्यात्मिक”

यह अध्याय पाठकों में कल्याण की समझ विकसित करता है। इसके अंतर्गत कल्याण के विभिन्न आयामों शारीरिक, मनोवैज्ञानिक, आर्थिक, आध्यात्मिक की व्याख्या की गई है। प्रस्तुत अध्याय में शारीरिक कल्याण को स्पष्ट करते हुए यह बताया गया है कि किन गतिविधियों द्वारा शारीरिक कल्याण की वृद्धि की जा सकती है। अध्याय में मनोवैज्ञानिक कल्याण को मानसिक स्वास्थ्य भावात्मक तथा सामाजिक कल्याण के साथ जोड़ते हुए समझाया गया है। मनोवैज्ञानिक कल्याण किस प्रकार कारक मॉडल पर आधारित, यह मॉडल किसके द्वारा दिया गया है? बहुत ही रोचक व तथ्यात्मक सूचनाएं प्रेषित की गयी है। किस प्रकार मनोवैज्ञानिक कल्याण को बढ़ाया जा सकता है? और यह भी बताया गया है कि आर्थिक व आध्यात्मिक कल्याण क्या है और इनकी वृद्धि में शिक्षा की क्या भूमिका है? स्थान-स्थान पर विषय वस्तु को समझाने के लिए विभिन्न उदाहरणों का प्रयोग किया गया है जो पाठकों रोचक और ज्ञानवर्धक बनाते हैं।

अध्याय 2 “कल्याणके विभिन्न आयाम एवं वृद्धि के उपाय”

इस अध्याय में कल्याण के विभिन्न आयामों की विस्तृत व्याख्या की गई है। कल्याण की विभिन्न विद्वानों के द्वारा दी गई परिभाषा के आधार पर व्यापक अर्थों में समझाया गया है तथा करने कल्याण के विभिन्न आयामों को चित्रों द्वारा प्रदर्शित किया गया है जो पाठक को आकर्षित करेगा साथ ही विभिन्न आयामों में कल्याण की वृद्धि के उपाय भी सुझाए गए हैं जो पाठक की जिज्ञासा को संतुष्ट करने के प्रयास में सफल प्रतीत होता है।

अध्याय 3 “कल्याण कोष की वृद्धि के शिक्षक की भूमिका”

किसी भी प्रकार की शिक्षा व्यवस्था में शिक्षक की भूमिका महत्वपूर्ण होती है। कल्याण के लिए शिक्षाविमा भी इससे अछूता नहीं कल्याण को बढ़ावा देने का एक प्रमुख कारक शिक्षकों और छात्रों के मध्य संबंध भी हैं। यह संबंध विश्वास, सम्मान और प्रोत्साहन को बढ़ावा देकर विद्यार्थियों के शैक्षणिक, सामाजिक, मानसिक व भावात्मक कल्याण का समर्थन करता है। यह अध्याय चूल्ड। मॉडल के प्रतीक घटको को 46 शिक्षकों की भूमिका पर प्रकाश डालता है जो छात्रों के कल्याण की भावना को संपोषित करता है। अध्याय को चित्रों और आरेखों के माध्यम से रोचक बनाया गया है जो शिक्षकों व मनोविज्ञान के छात्रों के लिए ज्ञानवर्धक सूचनाएं प्रेषित करता है और बी०एड० के विद्यार्थियों के लिए उपयोगी है।

अध्याय 4 “कल्याण की उन्नति में सकारात्मक विचारों और महत्त्व”

सकारात्मक विचार जीवन के प्रत्येक पक्ष को बेहतर बनाता है, सकारात्मक विचार ही है जो कल्याण का अत्यावश्यक घटक है जो शारीरिक, मानसिक, आर्थिक भावात्मक, भौतिक विकास में ईंधन का कार्य करते हैं यह अध्याय सकारात्मक विचारों के महत्त्व को बताता है साथ ही सकारात्मक विचार किस प्रकार कल्याण की उन्नति

करते हैं कि इन विचारों से हम अपने शारीरिक, मानसिक, मनोवैज्ञानिक सामाजिक, आर्थिक व आध्यात्मिक कल्याण के उन्नत कर सकते हैं इस पर भी प्रकाश डालता है, यह अध्याय पाठकों को सकारात्मकता के प्रति सचेत करता है जो अंततः कल्याण की वृद्धि करेगा।

अध्याय ५ “स्वास्थ्य शिक्षा और उसका महत्व”

स्वास्थ्य मानव जीवन के महत्वपूर्ण विधि है बिना अच्छे स्वास्थ्य के खुशहाल जीवन की कल्पना ही नहीं की जा सकती, स्वस्थ शरीर ही मनोवैज्ञानिक, सामाजिक, आर्थिक, आध्यात्मिक कल्याण को पोषित करता है। अस्वस्थ और रोगियों के कल्याण को किस प्रकार विकसित किया जा सकता है! यह अध्याय स्वास्थ्य की आवश्यकता और महत्व पर प्रकाश डालता है जो कल्याण का अत्यावश्यक घटक है।

अध्याय ६ “मानसिक स्वास्थ्य व आधुनिक जीवन”

मानसिक स्वास्थ्य की महता हर आयु वर्ग के प्राणी के लिए समान है। आधुनिक जीवन में मानसिक स्वास्थ्य की स्थिति लोगों में बिगड़ती से दिखाई देती है, चिंता, तनाव अवसाद जैसी मानसिक समस्याएं अब बहुत ही सामान्य हो गयी है विश्व का प्रत्येक देश इन समस्याओं से जूझ रहा है। मानसिक स्वास्थ्य का कल्याण से बहुत ही सीधा संबंध है यदि मानसिक स्वास्थ्य अच्छा नहीं है तो कल्याण को भी प्रतिकूल रूप से प्रभावित करेगा इसलिए कल्याण शिक्षा के अंतर्गत इस अध्याय की आवश्यकता और भी बढ़ जाती है। यह अध्याय मानसिक स्वास्थ्य का इतिहास, अर्थ, परिभाषा सिद्धांत, महत्व, मानसिक स्वास्थ्य व्यक्ति के लक्षणों प्रभावित करने वाले कारकों की बहुत ही सरल शब्दों में व्यवस्थित व्याख्या करता है जो अत्यधिक सूचनाप्रद है। अध्याय में मानसिक स्वास्थ्य की स्थिति को आधुनिक परिप्रेक्ष्य में भी स्पष्ट किया गया है।, भारत में मानसिक स्वास्थ्य की क्या स्थिति है आंकड़ों सहित प्रस्तुत किया गया है जो अध्याय को तथ्यात्मक आधार दान करते हैं तथा पाठकों की जिज्ञासा को शांत करने में सहायक है। अध्याय के अंत में मानसिक स्वास्थ्य को उन्नत बनाने के उपाय सुझाए गए हैं साथ ही स्वास्थ्य की भूमिका को बताया गया है, उदाहरण के तौर पर कोविड 19 के दौरान मानसिक स्वास्थ्य संबंधी आवश्यक कदमों की भी चर्चा की गई, मानसिक स्वास्थ्य की जागरूकता के लिए मानसिक स्वास्थ्य दिवस के उपयोगिता को भी अध्याय में दर्शाया गया है। संक्षिप्त में कहा जाए तो सम्पूर्ण अध्याय अध्ययन मानसिक स्वास्थ्य तथ्यात्मक और प्रासंगिक जानकारीयों से परिपूर्ण है जो पाठक को अच्छी विषय वस्तु प्रदान करता है।

अध्याय ७ “मानसिक व भावात्मक स्वास्थ्य”

भावनात्मक स्वास्थ्य संतुलित जीवन का आधार है जो कल्याण को उन्नत बनाए रखने में सहायक है। मानसिक स्वास्थ्य जहाँ एकता के साथ सामंजस्य स्थापित करता है वहीं मानसिक स्वास्थ्य भावनाओं को संतुलित करता है दोनों ही कल्याण की प्राथमिक आवश्यकता है जिसके धरातल पर सकारात्मकता का प्रादुर्भाव होता है जो प्रसन्नचित व खुशहाल जीवन के लिये अत्यंत आवश्यक है। प्रस्तुत अध्याय मानसिक स्वास्थ्य के साथ साथ भावात्मक स्वास्थ्य के अर्थ, लक्षण और बनाए रखने की उपायों पर प्रकाश डालता है, यह अध्याय पिछले के कड़ी के रूप में पाठकों के लिए उपयोगी साबित होगा।

अध्याय ८ “सामाजिक कल्याण”

सामाजिक कल्याण अपने आप में कल्याण का एक वृहद आयाम है कि मनुष्य एक सामाजिक प्राणी हैं और, समाज से अलग मनुष्य का कोई अस्तित्व नहीं है, समाज में रहकर ही मनुष्य बोलना, हंसना, कार्य करना, कुशलता, संतुलन आदि सीखता है, समाज में रहकर ही

मानव का कल्याण संभव हो पाता है सत्य तो यह है कि सामाजिक अंतर्क्रिया के द्वारा ही मनुष्य का व्यक्ति का कल्याण संभव हो पाता है, ऐसे में सामाजिक कल्याण को समझना बहुत आवश्यक हो जाता है, अध्याय सामाजिक कल्याण का अर्थ, विभिन्न विचारों सामाजिक कल्याण को व्यक्तिगत कल्याण और समृद्धि के साथ जोड़ते हुए स्पष्ट किया गया है। सामाजिक कल्याण को बढ़ावा देने वाली गतिविधियों तथा सामाजिक कल्याण का मापन अध्याय का विशेष आकर्षण है। इस अध्याय को पढ़ने के उपरांत पाठक सामाजिक कल्याण की बेहतर समझ को विकसित कर पाएंगे।

अध्याय ९ “जीवन कौशल”

आधुनिक जीवन की जटिलताओं के समाधान के लिए जीवन कौशल अत्यंत आवश्यक है, जीवन कौशल जीवन को सरल ही नहीं बनाते बल्कि वैयक्तिक विकास कर समाज में रहने योग्य भी बनाते हैं, जिससे जीवन में खुशहाली, समरसता तथा संतुष्टि का प्रादुर्भाव होता है जो परिणाम पर कल्याण को उन्नत बनाता है इसलिए जीवन कौशल कल्याण की शिक्षा की पुस्तक का महत्वपूर्ण अंग है जो इस अध्याय के माध्यम से पाठकों जीवन कौशल की समझ, महत्व व शिक्षा के साथ संबंध में महत्वपूर्ण जानकारी का संचार करता है।

अध्याय १० “सकारात्मक मनोविज्ञान” अर्थ उद्देश्य महत्व

सकारात्मक मनोविज्ञान का कल्याण से महत्वपूर्ण संबंध है सकारात्मक का मुख्य उद्देश्य व्यक्ति के जीवन में सकारात्मकता खुशहाली, संतुष्टि जैसे गुणों का विकास करना है जो कल्याण के प्रमुख घटक है अतः ‘कल्याण की शिक्षा’ के पाठ्यक्रम के अंतर्गत सकारात्मक मनोविज्ञान का समझना भी अत्यंत आवश्यक है। प्रस्तुत अध्याय में सकारात्मक मनोविज्ञान के उद्देश्य, महत्व, उपयोग, लाभ तथा अनुप्रयोग पर विस्तृत चर्चा की गई है जो पाठको उपयोग जानकारी प्रदान करता है।

अध्याय ११ “सकारात्मक मनोविज्ञान का शिक्षा पर प्रभाव”

सकारात्मक मनोविज्ञान सीखने की प्रक्रिया में सुधार के साथ छात्रों के आत्मविश्वास में वृद्धि करती है शिक्षण को प्रभावी बनाते हैं तथा छात्र कल्याण में वृद्धि तथा आशावाद की भावना से प्रेरित है जो शिक्षा के उद्देश्यों की पूर्ति में सहायक है। प्रस्तुत अध्याय सकारात्मक मनोविज्ञान से पाठकों का परिचय कराता है तथा यह किस प्रकार शिक्षा को प्रभावित कर कल्याण की ओर एक पहल की तरह कार्य करता है इस पर प्रकाश डालता है। अध्याय में सकारात्मक मनोविज्ञान की यू विशेषज्ञों और योगदान पर भी चर्चा की गयी जो पाठकों के लिए अत्यंत ज्ञानवर्धक है।

अध्याय १२ “बुद्धिमत्ता: अर्थ, सम्प्रत्य और बुद्धिमत्ता के आयाम”

बुद्धिमत्ता एक ऐसा वर्ग है जो व्यक्ति की सोच, विचार, उचित निर्णयन, समानु-भूति, आत्मविकास की क्षमता का विकास कर कल्याण में वृद्धि करती है। बुद्धिमत्ता में अंतर्दृष्टि और विवेक शामिल हैं। इसका संबंध ज्ञान से न होकर सीखने से होता है। बुद्धिमत्ता में सृजन करने की गुण समाहित है जो व्यक्ति को आत्मसंतुष्टि व प्रसन्नचित रखते हैं। कल्याण को उन्नत करने में बुद्धिमत्ता भी एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। इस अध्ययन में बुद्धिमत्ता का अर्थ को समझते हुए बुद्धिमत्ता और कल्याण के मध्य संबंधों को बताया गया है साथ ही बुद्धिमत्ता को विकसित करने में महत्वपूर्ण तथ्यों पर भी प्रकाश डाला गया है यह अध्याय कल्याण की शिक्षा के अंतर्गत पाठकों के बुद्धिमत्ता को विकसित करने का महत्वपूर्ण उपायों की जानकारी देता है।

अध्याय १३ “बुद्धिमत्ता और खुशी”

अध्यायन की कड़ी के रूप में यह अध्याय बुद्धिमत्ता और खुशियों के मध्य संबंध की व्याख्या करता है। बुद्धिमत्ता और खुशियों में संबंध पाया जाता है बुद्धिमत्ता, खुशी के लिए अत्यंत आवश्यक कौशल प्रदान करती है जो व्यक्ति में योग्यता देने, मधुर संबंध बनाने, सहयोग करके की प्रवृत्ति का विकास करती है जो स्वयं व्यक्ति को खुशी प्रदान करते हैं साथ ही दूसरे लोग भी व्यक्ति से खुश रहते हैं इस प्रकार बुद्धिमत्ता, खुशी को बढ़ावा देने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है यह अध्याय बुद्धिमत्ता तथा खुशी के विभिन्न पहलुओं की चर्चा करता है, अध्याय में बुद्धिमत्ता को PERMA। मॉडल की सहायता से खुशी से संबंधित व्यवहार को समझाया गया है। यह अध्याय पाठकों में बुद्धिमत्ता के आयामों को खुशी से जोड़ने का कौशल प्रदान करता है।

अध्याय १४ “खुशी और धन”

खुशी और धन में जटिल संबंध है फिर भी धन खुशियों को बढ़ावा देने में सहायक है हालांकि धन खुशी का एकमात्र स्रोत नहीं परंतु सभी कारकों में धन की एक कारक है जो कल्याण को उन्नत बनाते हैं, इसी आशय को स्पर्श करता है यह अध्याय। इस अध्याय में धन को एक महत्वपूर्ण कारक तो नहीं बताया गया परंतु आधुनिक जीवन के परिप्रेक्ष्य में धन और खुशी के संबंध को विभिन्न उदाहरणों द्वारा बहुत ही सार्थक रूप से स्पष्ट किया गया है। इस अध्याय की संपुष्टि में विभिन्न विचारों व सफल उद्यमियों आपके विचारों और कथनों का भी सहारा लिया गया है, अध्याय में खुशी त्रय की व्याख्या की गई है साथ ही सुख के प्रकारों को आरेख के माध्यम से समझाया गया है। यह अध्याय पाठकों में धन और खुशी के मध्य संबंध का एक नवीन दृष्टिकोण विकसित करने में सफल प्रतीत होता है।

अध्याय १५ “विचार प्रबंधन”

विचार मानसिक प्रक्रिया है जिससे किसी विषय पर ध्यान केंद्रित किया जाता है उस विषय के बारे में सोचा जाता है, विचार, समस्या समाधान में उपयोगी होते हैं। अध्याय में विचारों के विषय में चर्चा की गई है, विचार क्या है विचार के प्रकार क्या है, तथा विचार प्रबंधन क्या है और कैसे किया जा सकता है विचार जीवन के प्रत्येक पहलू को प्रभावित करते हैं इस अध्याय में विचार के प्रबंध तकनीकों को सुझाया गया है जो पाठकों के लिए उपयोगी एवं ज्ञानवर्धक साबित होगा।

अध्याय १६ “तनाव एवं तनाव प्रबंधन”

आधुनिक जीवन में तनाव एक सामान्य समस्या बन गई है यह तब होता है जब जीवन में कुछ चुनौती पूर्ण या जोखिम भरा हो रहा होता है यह एक प्राकृतिक प्रतिक्रिया है परंतु यदि इसे देखा हो जाए तो यह एक विकट मानसिक समस्या का रूप धारण कर लेता है। जीवन के प्रत्येक पहलू को तनाव नकारात्मक रूप से प्रभावित करता है इसलिए बेहतर कल्याण के लिए तनाव को समझना वह इसका प्रबंधन करना अत्यंत आवश्यक है। यह अध्याय तनाव की विस्तृत जानकारी प्रदान करता है तनाव क्या है, तनाव के कारक, लक्षण विशेषताएं और तनाव प्रबंधन तकनीक इस अध्याय की विषय वस्तु है जिसको बहुत ही सरल ढंग से समझाया गया है अध्याय तथ्यों से भरपूर है जो तनाव संबंधित संपूर्ण जानकारी से लेश है। यह अध्याय पाठकों को तनाव संबंधी समग्र सामग्री प्रदान करता है सामग्री के प्रस्तुतिकरण में निरंतरता और क्रमिकता है जो पाठकों को पाठ के अंत तक बांधे रखने में सक्षम है।

अध्याय १७ “तनाव प्रबंधन ने भागवत गीता की उपयोगिता”

भगवद गीता मनोवैज्ञानिक सिद्धांतों से परिपूर्ण आध्यात्मिक जीवन जीने की कला है जो मनः स्थिति की संपूर्ण तंत्र की व्याख्या करती है। के मन स्थिति का आधार है जिसे के सत, रज और तमसे जाना जाता है क्योंकि मानव प्रकृति इन तत्वों को लिए हुए है इसलिए तनाव का होना भी अवश्यभावी हो जाता है। भगवद्गीता एक ऐसा ग्रंथ है जो इन मानव प्रकृति की गुणियों को उसी अनुरूप सुलझाने के कार्य करती है जिस प्रकार उलझी है। गीता मानव प्रकृति के अनुरूप ही तनाव का प्रबंध करते हैं जिसके लिए अनेक श्लोक महान ग्रंथ में समाहित हैं प्रस्तुत अध्याय तनाव प्रबंधन की व्याख्या करते हैं। अध्याय में प्रस्तुत श्लोक

सुख दुःखे समे कृत्वा लाभालाभौ जया जयौ।

ततो युद्धाय युज्यस्व नैवं पापमवाप्स्यसि ॥३८॥

आधुनिक जीवन के तनाव प्रबंधन के लिए समीचीन लगता है अध्याय में इसका हिंदी में अर्थ दिया गया है कि जो व्यक्ति लाभ हानि जय पराजय, सुख-दुःख, को सामान समझकर कर्तव्य करते हैं उन्हें तनाव नहीं होता, ऐसे ही विभिन्न श्लोकों की उदाहरण सहित व्याख्या अध्याय में की गयी है। अध्याय में महात्मा गाँधी और विनोबा भावे जैसी विचारकों के तनाव प्रबंधन पर विचारों का उल्लेख किया गया है, यह अध्याय पाठकों में गीता के तनाव प्रबंधन तकनीक के प्रति वृहत दृष्टिकोण विकसित करता है जो कल्याण शिक्षा का महत्वपूर्ण आधार है।

अध्याय १८ “चिंतन का हिमशैल मॉडल”

चिंतन का हिमशैल मॉडल विचारों की एक प्रतीकात्मक प्रस्तुति है जो व्यक्ति के विचारों और भावनाओं की मदद संबंधों को समझने में सहायक है हिमशैल का ऊपरी हिस्सा जागृत विचारों का प्रतिनिधित्व करता है तथा पानी के अंदर का हिस्सा अचेतन मन को दर्शाता है। प्रस्तुत अध्ययन में चिंतन में हिमशैल मॉडल का संकल्पना, विशेषताएं समझाई गई है। अध्याय में मॉडल के दृश्यमान व्यवहार को समझने, छिपे आयामों को उजागर करने, भावात्मक बुद्धि को बढ़ाने, संगठन में हिमशैल मॉडल की अनुप्रयोग, संघर्ष में समाधान करने आदि की तकनीकों की उदाहरण सहित व्याख्या की गई है। चिंतन में हिमशैल मॉडल की चित्र में प्रस्तुति के साथ व्याख्या की गई है जो प्रभावशील है, अध्याय के अंत में हिमशैल मॉडल के लाभ व सीमाएं भी बताई गई है। अध्याय चिंतन के हिमशैलमॉडल की समग्र जानकारी से युक्त है जो पाठकों के ज्ञान में वृद्धि करने में सक्षम है।

अध्याय १९ “सोच जाल”

सोच जाल व्यक्ति की स्वयं की मानसिक धारणाएं जो गलत निर्णय लेने को उत्प्रेरित करते हैं जो व्यक्ति को नकारात्मकता की ओर ले जाते हैं और मानसिक द्वंद में उलझाए रहती हैं। प्रस्तुत अध्याय की शुरुआत “सोच जाल शौर है मन का” इन पंक्ति से होती है यह पंक्ति सोच जाल का अर्थ समाहित किए हुए है और ये पाठकों में और जानने की जिज्ञासा उत्पन्न करते हैं अगला प्रश्न पाठकों के मन में होगा, कैसा जाल? इस अध्ययन में सोच जाल से संबंधित वृहद सामग्री है जिसकी प्रस्तुति उदाहरणों से युक्त बहुत ही रोचक ढंग से की गयी है जो जाल क्या है, यह किस प्रकार बनता है कितने प्रकार का होता है, जाल से बाहर निकलने की युक्ति तथा विभिन्न थेरेपी जो इसके निवारण के लिए प्रयुक्त है, इन सभी की विस्तृत जानकारी अध्याय में की गई है जो पाठकों को अंत तक बांधे रखने में सक्षम है।

सोच जाल कल्याण के विभिन्न आयामों को नकारात्मक रूप से प्रभावित करता है अतः पाठ्य वस्तु में इसको शामिल किया गया है जिसकी बेहतर समझ बनाने में यह अध्याय सफल है। विषय वस्तु की प्रस्तुति विभिन्न उदाहरणों और आलेखों द्वारा की गई है जो सामग्री को रोचक बनाता है।

अध्याय २० “समय प्रबंधन”

संतुलन जीवन के लिए समय प्रबंधन का होना अत्यंत आवश्यक है। यह तनाव को कम करता है, मन को प्रसन्न रखता है तथा लक्ष्य प्राप्ति में सहायक है। अध्याय में समय प्रबंधन का अर्थ, महत्त्व, आवश्यकता कौशल व समय प्रबंधन के नियमों की चर्चा की गई है समय प्रबंधन की प्रमुख तकनीकों की जानकारी दी गई है जो पाठकों को उपयोगी लगेगी और अंत में समय प्रबंधन के लाभ और समय प्रबंधन न करने से होने वाली हानियों को भी सुझाया गया है अध्याय समय प्रबंधन उपयोगी जानकारीयों से युक्त है।

अध्याय २१ “संतुलित व्यक्तित्व”

संतुलित व्यक्तित्व उन वांछित गुणों का योग है जो व्यक्ति को अधिक सक्रिय और कुशल बनाती हैं जिससे जीवन में शांति और सफलता प्राप्त हो सके। संतुलित व्यक्तित्व के पहलुओं में शारीरिक, मानसिक, भावात्मक, सामाजिक, आर्थिक और आध्यात्मिक क्षेत्र शामिल हैं यदि इनमें से किसी के असंतुलन से विभिन्न प्रकार की हलचल उत्पन्न होती है तो वह जीवन के प्रत्येक पक्ष को प्रभावित करती है इसलिए व्यक्तित्व में संतुलन बनाए रखने के लिए, संतुलित व्यक्तित्व को भली प्रकार समझ लेना अत्यंत आवश्यक है। यह अध्याय संतुलित व्यक्तित्व के विभिन्न आयामों की चर्चा करता है। अध्याय, व्यक्तित्व के परिचय से आरंभ होता है, और उदाहरण के माध्यम से विभिन्न आयामों को दर्शाते हुए व्यक्तित्व की विशेषताएं, लक्षण अंत में संतुलित व्यक्तित्व के प्राप्त करने के उपायों को सुझाए यह अध्याय पाठकों को संक्षेप में मूल्यवान जानकारीयों प्रेषित करता है।

अध्याय २२ “आध्यात्मिक कल्याण”

आध्यात्मिक कल्याण का अर्थ स्वयं को अपने आंतरिक व बाहरी जगत से जोड़ना है जिससे अपने मूल्यों के अनुरूप जीवन लक्ष्य की प्राप्ति की जा सके। आध्यात्म, वह मानसिक ऊर्जा है जो व्यक्ति को उसके आंतरिक व बाहरी जगत के क्लेश विकारों से विरक्त करता है और एक ऐसी ऊर्जा का प्रस्फुटन करता है जो व्यक्ति को शांतचित्त और आनंदित बनाए रखती है। यह अध्याय उन आध्यात्मिक स्रोतों पर चर्चा करते हैं जो मानव को जगत में रहकर कल्याण की प्राप्ति कराती है। अध्याय भगवद्गीता से लिए गए श्लोकों के माध्यम से आध्यात्मिक कल्याण की व्याख्या करता है। प्रस्तुत अध्याय में गुरु को महता दी गई है अर्थात् आध्यात्मिक कल्याण के लिये प्रमाणित गुरु का होना आवश्यक है जैसे अर्जुन की कृष्ण मिले इसी प्रकार मानव को आधुनिक जीवन में भी एक व्यावहारिक गुरु ही अध्यात्म की प्राप्ति करा सकता है। संपूर्ण अध्याय स्व प्रेरित विचारों पर आधारित है तथापि यह अध्याय विभिन्न विधियों के माध्यम से पाठकों में आध्यात्मिक कल्याण की समझ विकसित करने में समर्थ है।

अध्याय २३ “वर्तमान समय में आध्यात्मिक शिक्षा की प्रसंगिकता”

वर्तमान समय तेज रफ्तार जीवन में जहाँ व्यक्ति सदैव नई उपलब्धियों की खोज में ही व्यस्त रहता है वहीं वह अपने स्व से कटता जा रहा है। यह आध्यात्मिक शिक्षा, आत्म खोज व आत्म साक्षात्कार से अपने अस्तित्व की पहलुओं को समझने में सहायक है।

आध्यात्मिक शिक्षा के माध्यम से मानव अपने आंतरिक व बाह्य जगत से जुड़ कर संतुलन बनाता है और शांति, सद्भाव, प्रेम, सहयोग के माध्यम से जीवन में कल्याण स्थापित करता है। प्रस्तुत अध्याय में आध्यात्मिकता को विभिन्न आध्यात्मिकवेत्ताओं द्वारा परिभाषित करते हुए विभिन्न अध्ययनों के माध्यम से आध्यात्मिक शिक्षा की वर्तमान में प्रासंगिकता को स्पष्ट किया गया है यह अध्याय पाठकों को तथ्यात्मक जानकारी प्रदान करता है तथा आध्यात्मिक शिक्षा, पाठ्यक्रम रूप रेखा के व्यावहारिक व सैद्धांतिक पक्ष को भी प्रकाशित करता है

अध्याय २४ “आधुनिकता और आध्यात्मिकता की वर्तमान में आवश्यकता”

यह अध्याय पिछले अध्याय की कड़ी के रूप में आधुनिकता और आध्यात्मिकता के मध्य संबंध स्थापित करते हुए आध्यात्मिकता की वर्तमान में आवश्यकता की सन्क्षेप में चर्चा करता है। इस अध्याय में आधुनिकता और आध्यात्मिकता को अलग-अलग समझाया गया है। अध्याय को रोचक बनाने के लिए अध्यात्म के घटकों को आरेख के माध्यम से प्रस्तुत किया गया है। यह अध्याय पाठकों के आधुनिकता और आध्यात्मिकता की समझ का विकास करने में समर्थ है।

अध्याय २५ “आधुनिकता और आध्यात्मिकता”

प्रस्तुत अध्याय पिछले दोनों अध्यायों की विषय वस्तु को समग्र रूप से प्रस्तुत करने का प्रयास करता है। इस अध्ययन में आधुनिकता को विभिन्न आयामों द्वारा समझाया गया है और आधुनिकता की पृष्ठ भूमि की व्यवस्थित चर्चा की गई है। अध्याय आधुनिक जीवन के संकट में आध्यात्मिकता की आवश्यकता को स्पष्ट करता हुए आध्यात्मिक जागृति की प्रक्रिया पर प्रकाश डालता है, यह अध्याय सफलता के साथ आध्यात्मिक सिद्धांतों को भी बताता है जो इस अध्याय का विशेष बिंदु है। यह अध्याय पाठकों की जिज्ञासाओं को शांत करने में सफल है।

अध्याय २६ “आधुनिक जीवन शैली और उसके दुष्परिणाम”

आधुनिक जीवन शैली से हमारी जीवन में कई बदलाव आए हैं, तकनीक के विकास में व्यस्त जीवन चर्चा और कुछ महत्वाकांक्षा को जन्म दिया है जिसके बहुत त्वरित दुष्परिणाम देखने को मिले हैं। अध्याय में आधुनिक जीवन शैली में आए परिवर्तनों पर चर्चा करते हुए इसकी तुलना प्राचीन जीवन शैली से की गयी, पाठ के अंत में आधुनिक जीवन शैली के दुष्परिणाम की व्याख्या एक आरेख द्वारा व्याख्या की गयी है, संपूर्ण अध्याय को चित्रों द्वारा समझाने का प्रयास किया गया है। यह अध्याय पाठकों को आधुनिक जीवन शैली और उसके दुष्परिणामों के विषय में विस्तृत जानकारी प्रदान करता है।

अध्याय २७ “योग एवं ध्यान की विभिन्न पद्धतियाँ”

योग व्यक्ति को सर्वसम्पत्ति से जोड़ता है, योग एक अनुशासन है जो व्यक्ति को संयमित रखता है तथा अपने मूल्यों पर केंद्रित रखता है, योग एक चिकित्सा है जो व्यक्ति को शारीरिक, मानसिक, आत्मिक व्याधियों से दूर रखता है। वर्तमान युग भौतिकता प्रधान है जिसने व्यक्ति की संपूर्ण जीवन शैली ही परिवर्तित कर दी है इस में व्यक्ति विभिन्न प्रकार की शारीरिक, मानसिक, सामाजिक समस्याओं से घिरा हुआ है। ऐसे में योग एक समस्या समाधान की तकनीक के रूप में प्रचलित हुआ। अध्याय भारतीय दर्शन में योग की परंपरा की व्याख्या करते हुए योग के महत्त्वपर चर्चा करता है। प्रस्तुत अध्याय में योग की विभिन्न पदों को विस्तार से बताया गया है जो पाठकों के लिए ज्ञानवर्धक होगा।

अध्याय २८ “योग तथा ध्यान एवं इसके विभिन्न स्वरूप”

यह अध्याय पिछले अध्याय को संपूर्ण के रूप में प्रस्तुत करता है, इस अध्याय में योग का अर्थ श्लोकों के माध्यम से समझाया गया है जो पाठको तथ्यात्मक बनाता हैं। योग के चार प्रकारों की चर्चा की गई जो गीता से उद्धृत है, योग के विभिन्न स्वरूपों और प्रत्येक पहलू की विस्तारपूर्वक व्याख्या अध्याय को ज्ञानवर्धक बनाता है, यह अध्याय पाठकों के लिए योग की समग्र जानकारी उपलब्ध कराता है जो कल्याण की भावना से अभिप्रेरित है।

निष्कर्ष एवं सुझाव

‘कल्याण के लिए शिक्षा’ पुस्तक के सम्पादकीय से यह स्पष्ट हो जाता है की पुस्तक, कल्याण के विभिन्न आयामों को समाहित किए हुए हैं जिसका उद्देश्य पाठकों को विषय वस्तु सम्बन्धित समग्र जानकारीयां प्रदान करना है जिससे पाठक उसका अनुप्रयोग अपनी दैनिक जीवन में कर पाए। पुस्तक लखनऊ विश्वविद्यालय के बी०एड० पाठ्यक्रम में शामिल वैकल्पिक विषय ‘कल्याण के लिए शिक्षा’ पर आधारित पाठ्यपुस्तक है जो राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के ज्ञान मिमांसीय दर्शन पर आधारित है। वास्तव में इस पुस्तक में संकलित पाठ्यवस्तु के प्रत्येक पहलू से संबंधित ज्ञान विभिन्न तकनीकों का सहारा लेकर इस को सरल, रुचि कर तथा प्रभावी बनाया गया है। पाठ्यक्रम के अनुसार विषयवस्तु को एकत्रित एवं व्यवस्थित करना एक अत्यन्त जटिल तथा चुनौती पूर्ण कार्य है। इसको सफलता पूर्वक पूर्ण करने के लिए अध्याय के संपादकों और लेखकों ने अथक प्रयास किया है, जिसके लिए सभी प्रशंसा के पात्र हैं।

इस पुस्तक की समीक्षात्मक अध्ययन की प्रक्रिया के दौरान यह समझ में आया की लगभग सभी अध्यायों में कल्याण के सभी आयामों की वास्तविक परिस्थितियों से जोड़कर चर्चा की गई है जो सहजता का संकेत देते हैं। अध्यायों में प्रयुक्त शब्दावली बहुत ही सरल है जिसे किसी भी क्षेत्र से संबंधित पाठक के लिए समझना बहुत ही सरल होगा। अपनी शब्दावली से सभी पाठ अपनी रोचकता बनाए हुए हैं।

इस पुस्तक की एक विशेषता यह है की इस की विषय वस्तु आंकड़ों के आधार पर प्रेषित की गई है, स्थान-स्थान पर श्लोक का उद्धरण दिया गया है, इस प्रकार से विषयवस्तु का प्रेषण यह दर्शाता है की पाठकों को सूचनाएं मात्र ज्ञान के आधार पर नहीं दी गई है अपितु वास्तविकता से भी जोड़ा गया है, जिसका अनु प्रयोग पाठक अपने जीवन चर्या में भी कर पायेंगे।

एक शिक्षक तथा शोधार्थी होने के नाते इस पुस्तक में पहली बात यह आलोचित की कि पुस्तक की प्रेषित सामग्री में कहीं-कहीं टंकण त्रुटियां हैं, जिसमें वर्तनी अशुद्धियां, पाठ वस्तु की सामग्री में कई स्थानों पर अधिक रिक्त स्थान है जो अध्याय की क्रमिकता को प्रभावित करता हैं व देखने में भी अच्छा प्रतीत नहीं होता, अध्यायों में कहीं-कहीं चित्र धुंधले दिखाई देते हैं जिससे पाठकों को थोड़ी समस्या का सामना करना पड़ सकता है।

दूसरी महत्वपूर्ण बात जो अनुभव हुई, वह यह है की निः संदेह यह पुस्तक हिंदी माध्यम के पाठकों के लिए निर्मित की गई है, परन्तु कुछ तकनीकी शब्दों को अंग्रेजी में कोष्ठक में दिया जा सकता था। ऐसा करने से न केवल हिन्दी माध्यम के पाठक अंग्रेजी के तकनीकी शब्द से परिचित होते बल्कि अंग्रेजी माध्यम के पाठकों को भी इसको समझ पाना आसान होता। अतः इन तथ्यों को ध्यान में रखकर इस पुस्तक के स्वरूप में सुधार करते हुए, इसे अधिक लोकप्रिय बनाया जा सकता है यह पुस्तक ‘कल्याण के लिए शिक्षा’ की अवधारणा को मूर्त रूप में लाने की दिशा में अभिप्रेरित करेगी।

सन्दर्भ:

1. शर्मा (2022). पुस्तक समीक्षा का उद्देश्य और महत्व. जर्नल ऑफ बुक रिव्यू, 5(1), 1-10.
2. कृष्णमूर्ति (2020). पुस्तक समीक्षा की परिभाषा और महत्व. जर्नल ऑफ लिटरेरी क्रिटिसिज्म, 12(2), 12-20.
3. उपाध्याय, ए. और वाई. पाण्डेय, 2019. विज्ञान विषय की पाठ्यपुस्तक का समीक्षात्मक मूल्यांकन. भारतीय आधुनिक शिक्षा, 40 (1), 58-66, नई दिल्ली.
4. गंगवार, एस. और एस. पी. सिंह. 2019. भारत में दिव्यांगजनों की शिक्षा की स्थिति, चुनौतियाँ एवं समाधान. वाँइसेस ऑफ एंड टीचर एजुकेटर्स, टप्पू (प), 146-156.
5. त्रिपाठी, दीपक. (2013). पुस्तक समीक्षा: अंतर्मन का संगीत. संगीत गैलेक्सी संस्करण 2, पृष्ठसंख्या १-३.