भारत में योगशिक्षा की संकल्पना एवं प्रयास व योगशिक्षा पाठ्यक्रम मे पातंजलि योगपीठ का योगदान

डॉ. राजकुमार यादव* और रेखा यादव**

सारांश

प्रस्तुत शोधपरक लेख में योग शिक्षा के विभिन्न पहलुओं पर विस्तृत रूप से विचार किया गया है। पाठयक्रम निर्माण की प्रक्रिया को विस्तार से बताकर योग शिक्षा को बढ़ावा देने में पातंजलि योगपीठ की भूमिका को दर्शाया गया है।

प्रस्तावना

योग विश्व मानव के लिए भारत की महानतम् उद्भावना और उद्घोषणा है। योग आत्मानुशासन, आत्मबोध, आत्मदर्शन की वैज्ञानिक व सार्वभौमिक विधि, परम्परा व संस्कृति है। भारत में प्राचीन काल से योग अध्ययन–अध्यापन की सुदीर्घ परम्परा रही है। शिक्षा जीवनपर्यन्त चलने वाली प्रकिया है जिसके द्वारा व्यक्ति के व्यवहार में निरन्तर परिवर्तन एवं परिमार्जन होता है। शिक्षा एक विकास की प्रकिया मानी जाती है जिसमें बालक के बहुमुखी तथा सर्वांगीण विकास का प्रयास किया जाता है। प्राचीन काल में हमारी एक स्वस्थ–शिक्षा प्रणाली थी जिसमें विधार्थी समाज के नकारात्मक प्रभाव से दूर गुरूकुल में, प्रकृति के सानिध्य में बैठकर अध्ययन, निदिध्यासन, आत्मनियंत्रण, ज्ञान एवं तप की साधना किया करता था। आज भी गुरूकुलों में इस परम्परा का निर्वहन होते देखा जा सकता है। परंतु अधिसंख्य समाज इस शिक्षा के अध्ययन से वंचित ही है। विशेषकर आज का विद्यार्थी। यदि हम अपने बच्चों के व्यक्तित्व व चरित्र निर्माण हेतु विद्यालयों में योग शिक्षा का पाठ्यक्रम लागू करवा दें तो निश्चित तौर पर हम अपने बच्चों को आज की भोग संस्कृति के कुप्रभाव से बचाकर एक चरित्रवान्, देशभक्त व ईमानदार नागरिक बनाने में सक्षम होंगे।

शिक्षा के इतिहास का अवलोकन करने पर विदित होता है कि, शिक्षा तथा शिक्षण का स्वरूप पाठ्यक्रम के प्रारूप द्वारा निर्धारित होता है। शिक्षा प्रकिया की धुरी पाठ्यक्रम है। शिक्षक पाठ्यक्रम की सहायता से अपनी शिक्षण कियाओं का सम्पादन करता है जिसमें छात्र अनुभव तथा कियायें करके अपना विकास करता है और अपने गन्तव्य स्थान तक पहुंच जाता है। अतः वर्तमान में प्रत्येक विद्यार्थी योग शिक्षा से लाभान्वित हो, इस हेतु पातंजलि योगपीठ ने योगशिक्षा को पाठ्यचर्चा में मूर्त रूप से लाने के लिए व विद्यालयी शिक्षा में योगविषयक पाठ्यक्रम एवं पाठ्यपुस्तकों का निर्माण कार्य कर लिया है।

शिक्षा के मुख्य ढांचे में 'योग शिक्षा' को लाने की आवश्यकता देश में शिक्षाविद्ों एवं विचारकों द्वारा समय–समय पर अनुभव की गई थी। यही कारण है कि भारत सरकार की राष्ट्रीय शिक्षा नीति 1986 (संशोधित 1992) में योगशिक्षा को विद्यालयी पाठ्यक्रम में लागू करने की अनुशंसा स्पष्ट रूप से की गई है।

माध्यमिक शिक्षा आयोग के अनुसार

''पाठ्यक्रम का अर्थ रूढ़िवादी ढ़ंग से पढ़ाये जाने वाले बौद्धिक विषयों से नहीं है परन्तु

*प्राचार्य राव अभयसिंह शिक्षा महाविद्यालय, सहारनवास, रेवाडी (हरियाणा)
**शारीरिक शिक्षा अध्यापिका

उसके अन्दर वे सभी किया–कलाप आ जाते हैं । जो बालको को कक्षा के बाहर तथा भीतर प्राप्त होते हैं।'' हमारे देश में शिक्षा के क्षेत्र में संसद के पास नीति के रूप मे राष्ट्रीय शिक्षा नीति (1986) ही है । जिसके अनुपालन एवं कियान्वयन के लिए राष्ट्रीय पाठ्यचर्चा की विविध रूपरेखाएं (1988, 2000 एवं 2005) बनती रही हैं । वर्तमान में लागू एवं प्रभावी 'राष्ट्रीय पाठ्यचर्चा की रूपरेखा 2005 नवीनतम् है । इसमें स्पष्ट तौर पर कहा गया है कि :–

''स्वास्थ्य शिक्षा में समाहित योग के साथ सर्वांगीण विकास के संदर्भ में इस विषय को स्वास्थ्य और शारीरिक शिक्षा का आधार एवं अनिवार्य विषय के रूप में प्राथमिक से लेकर माध्यमिक स्तरों पर लागू किया जाना चाहिए और उच्चतर माध्यमिक स्तर पर एक वैकल्पिक विषय के रूप में लागू किया जाना चाहिए ।''

साथ ही आगे यह भी अनुशंसा की है –

'' ———————————— पाठ्यक्रम के मुख्य अवयव के रुप में खेलों और योग के लिए जो समय निर्धारित है, उसे किसी भी परिस्थिति में न तो कम किया जाये न ही समाप्त किया जाये।''

राष्ट्रीय पाठ्यचर्चा की रुपरेखा 2005
एन.सी.ई.आर.टी. नई–दिल्ली

शिक्षा के पाठ्यक्रमों के निर्धारण के लिए बनी समितियों के सदस्यों ने पाठ्यक्रम में चार महत्वपूर्ण क्षेत्रों को लाने की अनुशंसा की :–

1. व्यक्ति स्वास्थ्य, शारीरिक एवं मनौदेहिक विकास।
2. अंगों के प्रति सम्प्रत्यय तथा यांत्रिक कौशल
3. परस्पर सामाजिक सम्बंध
4. सामुदायिक स्वास्थ्य, संस्थाएं एवं पर्यावरण

राष्ट्रीय शिक्षा नीति के सुझावों के अनुरुप वर्ष 2005 में शारीरिक शिक्षा में सुधार हेतु राष्ट्रीय स्तर पर एक परामर्शदात्री समूह बनाया गया जिसने चिंतन के उपरांत बताया की प्राथमिक, माध्यमिक एंव उच्च माध्यमिक स्तर पर बच्चों में स्वास्थ्य, रोग एंव निरोगिता के प्रति एक समन्वित एंव समग्र समझ को विकसित करने के लिए योग को आधारभूत पाठ्यक्रम के रुप में सम्मिलित किए जाने की महती आवश्यकता है। आधुनिक युग में विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास के लिए योग ही एक सुगम मार्ग है क्योंकि जिस तरह से आज के युवाओं, बच्चों एंव विद्यार्थियों में नशा, हिंसा, वासना एंव आपराधिक माानसिकता तीव्रता से बढ़ रही है। इसे केवल योग के प्रभावपूर्ण शिक्षण/प्रशिक्षण से ही नियंत्रित किया जा सकता है।

वर्तमान में भारत में योगशिक्षा की स्थिति

आज देश के विभिन्न राज्यों की शिक्षण संस्थाओं में किसी न किसी रुप में योग शिक्षा को शिक्षण के साथ जोड़ा जा रहा है। योग शिक्षा के महत्व को जानने के उपरांत, योगशिक्षा को नियमित पाठ्यक्रम के रुप में देश के काफी प्रदेशों में लागू किया गया है। इसमें सर्वप्रथम दिल्ली का नाम आता है। यहां योगशिक्षा को वर्ष 1980 से दिल्ली प्रशासन के विद्यालयों में और 1981 से केन्द्रीय विद्यालयों में लागू किया गया। शारीरिक शिक्षा विभाग, दिल्ली की योग शाखा द्वारा कक्षा 6 से 12 तक वर्ष 2006 से दिल्ली के सभी विद्यालयों में योगशिक्षा के नए पाठ्यक्रम को लागू किया गया है।

आज विभिन्न राज्य–सरकारें भी योगशिक्षा को विद्यालयी शिक्षा की पाठ्यचर्चा के आवश्यक विषय के रुप में मान्यता देने की दिशा में कार्यरत है। इस क्रम में राजस्थान, उड़ीसा,

गुजरात, कर्नाटक, हिमाचल, हरियाणा आदि राज्यों में भी योगशिक्षा लागू होकर व्यवस्थित स्वरुप लेने जा रही हैं । उद्घोषणा एवं प्रयास के स्तर पर देखा जाए तो कुछ अन्य राज्यों–मध्यप्रदेश, उत्तराखण्ड, बिहार, उत्तरप्रदेश, झारखंड, छत्तीसगढ़ आदि कुछ अन्य ऐसे राज्य है जहां योगशिक्षा को पाठ्यचर्चा का आवश्यक अंग बनाने हेतु सहमति व्यक्त की गई है। केन्द्रीय स्वास्थ्य मंत्री, भारत सरकार ने भी योगशिक्षा को विद्यालयी शिक्षा के पाठ्यक्रम में अनिवार्य रुप से लाने की अनुशंसा अपने सार्वजनिक भाषणों में की है।

योग शिक्षा पाठ्यक्रम निर्माण व लागू करने हेतु पंतजलि योगपीठ के प्रयास

योगशिक्षा के महत्व को समझते हुए, पातंजलि योगपीठ ने योगशिक्षा से संबंधित सभी समस्याओं का गहन अध्ययन किया । इस हेतु पातंजलि योगपीठ ने इस विषय पर वर्ष 2006–07 में व्यापक चिंतन–मनन कर एक कार्य–योजना तैयार की। जिसे मूर्त रुप देने के लिए मार्च 2008 में कुछ विशेषज्ञों की टीम के साथ पाठयक्रम निर्माण (कक्षा 1–12) का कार्य पूर्ण किया गया। जिस पर सुझाव देने के लिए देश के प्रसिद्ध सरकारी एवं गैर–सरकारी संस्थाओं, विश्वविद्यालयों से उनके अनुभव एंव विचार मांगे गए। इस संदर्भ में जितने भी विश्वस्तरीय आंकड़ें, साहित्य आदि जो भी प्राप्त हो सकते थे, उनका यथास्थान समुचित प्रयोग किया गया। इस कार्य की पूर्णता के लिए पातंजलि योगपीठ ने पंथ–सम्प्रदाय से हटकर योग की व्यापक रुप से स्वीकार्यता हेतु विचार–विमर्श के लिए एक विशेष कार्यशाला का आयोजन किया। चिंतन–मनन के उपरांत वर्तमान परिप्रेक्ष्य में योग शिक्षा के पाठयक्रम का निर्माण कर पाठ्यक्रम के विकास का कार्य किया गया।

पातंजलि योगपीठ द्वारा निर्मित योगशिक्षा के पाठ्यक्रम एंव पाठ्यपुस्तकों के निर्माण के मूल में शिक्षा–नीतियों, सार्वभौमिक, वैज्ञानिक, प्रजातांत्रिक–मूल्यों एवं अंतर्राष्ट्रीय सद्भावना, शांति आदि सभी बातों को ध्यान में रखा गया है जो हमारी राष्ट्रीय शिक्षा नीति के मुख्य उद्देश्य रहे हैं। पंतजलि योगपीठ द्वारा निर्मित पाठ्यपुस्तकें व पाठ्यक्रम भविष्य में योगशिक्षा के क्षेत्र में बहुत ही उपादेय सिद्ध होंगें।

संदर्भ

1. बालकृष्ण, आचार्य (2009), योगशिक्षा का पाठ्यक्रम, भारत में योगशिक्षा की संकल्पना प्रथम अंक, जून ।
2. बालकृष्ण, आचार्य (2007), विज्ञान की कसौटी पर योग।
3. बालकृष्ण, आचार्य (2009), योग संदेश, वर्ष : 6, अंक 12, अगस्त ।
4. शर्मा, वासुदेव (2006), योग : फॉर युवा, प्रकाशक–जीवन पब्लिशिंग हाउस, दरियागंज, नई–दिल्ली ।
5. शर्मा, आर.ए. (2006) पाठयक्रम, शिक्षण कला तथा मूल्यांकन, आर. लाल बुक डिपो, मेरठ ।