

पंचकोश के सन्दर्भ में गणितीय ज्ञान को सर्व सुलभ बनाने में भारतीय ज्ञान परंपरा की भूमिका

डॉ० सुशील कुमार सिंह

सह-प्राध्यापक, सेंट जेवियर्स कॉलेज ऑफ एजुकेशन, (स्वायत्त) दीघा, पटना

शोध सार

पंचकोश सिद्धांत के अनुसार, भारतीय ज्ञान परंपरा गणित को समग्र और संतुलित ढंग से सिखाती है। विद्यार्थियों की शारीरिक स्वास्थ्य में सुधार होता है, जिससे उनकी ऊर्जा और ध्यान केंद्रित करने की क्षमता में सुधार होता है। छात्रों का आत्मविश्वास और मानसिक स्थिरता प्राणमय कोश की जीवन ऊर्जा से बढ़ता है। गणितीय समस्याओं को बेहतर ढंग से समझने और हल करने के लिए मनोमय कोश संज्ञानात्मक विकास को बढ़ावा देता है। विज्ञानमय कोश में विद्यार्थियों को तार्किक और विश्लेषणात्मक सोच की शिक्षा दी जाती है, जिससे वे नए उपायों को खोजने में सक्षम होते हैं। आनंदमय कोश सकारात्मक वातावरण बनाता है, जो विद्यार्थियों को उत्साहित करता है और उनकी रचनात्मकता को बढ़ाता है। इन सभी कोशों को मिलाकर एक व्यापक शिक्षण अनुभव बनाया जाता है, जो छात्रों को न केवल गणितीय क्षमता में सुधार देता है, बल्कि उनके समग्र विकास में भी मदद करता है। पंच कोश के माध्यम से गणित को अधिक मनोरंजक और प्रभावी बनाया जा सकता है, जिससे विद्यार्थियों का समग्र विकास सुनिश्चित होता है।

मूल शब्द: पंच कोश, अन्नमय कोश, प्राणमय कोश, मनोमय कोश, विज्ञानमय कोश तथा आनन्दमय कोश
Received : 21/8/2025 <https://doi.org/10.5281/zenodo.18258508> **Acceptance :** 30/10/2025

वेदान्त दर्शन के अनुसार, कोश, जिसे आम तौर पर 'आवरण' कहा जाता है, आत्मा या स्वयं का आभूषण है। तैत्तिरीय उपनिषद में पंचकोश शब्द के साथ संक्षेपित पाँच आवरणों का वर्णन मिलता है। पंचकोश तीन भागों से बना है। स्थूल शरीर एक भौतिक शरीर अन्न कोश बनाता है। इस शरीर में प्राणमय, मनोमय और विज्ञानमय कोश हैं, जिनमें सूक्ष्म शरीर शामिल हैं। कारण शरीर आनन्दमय कोश इस शरीर का एक हिस्सा है। आत्मा में पंचकोश हैं। वेदांत कहता है कि बुद्धिमान व्यक्ति प्रत्येक कोश में पाँच तत्वों के सूक्ष्म प्रभावों को जानता है और आत्मा को दिखावे से हमेशा पहचानता है।

गणित का उपयोग प्राचीन काल से ही विभिन्न रूपों में किया जा रहा है, मानव सभ्यता के विकास के साथ ही गिनती के रूप में ये विकसित होता गया है, ऐसा माना जाता है कि गिनती की संख्या का विकास भारत में ही हुआ जो अरब द्वारा पश्चिमी लोगों तक ले जाया गया जिसमें कुछ परिमार्जन करके उसे हिंदू-अरेबिक संख्या पद्धति के नाम से 13 वीं शताब्दी तक विश्व के अनेक देशों में उपयोग में लाया जाने लगा। भारत में गणित के उपयोग को तो वेद, उपनिषद और अन्य प्राचीन भारतीय पुस्तकों में वर्णित किया गया है। वैदिक काल में शून्य की चर्चा नारद विष्णु पुराण में मिलता है जो BC से पहले की

रचना है। भारत के प्राचीन गणितज्ञ और शुल्बसूत्र के रचयिता बौधायन ने पाइथागोरस प्रमेय की खोज की थी, और इसे अपनी पुस्तक बौधायन शुल्बसूत्र में सूचीबद्ध किया था। वह रस्सी जिसका उपयोग वेदी बनाने में मापने में किया जाता था उसे शुल्ब कहा जाता है। वैदिक काल में ही भारतीय गणित उचाईयों की पराकाष्ठा को प्राप्त कर चुका था। पंचकोश सिद्धांत के अनुसार, भारतीय ज्ञान परंपरा गणित को समग्र और संतुलित ढंग से सिखाती है। विद्यार्थियों की शारीरिक स्वास्थ्य में सुधार होता है, जिससे उनकी ऊर्जा और ध्यान केंद्रित करने की क्षमता में सुधार होता है।

अन्नमय कोश यह भोजन से सम्बंधित है, और शरीर (अपने आप) को कवर करता है। लोग इसे परत में रहने वाले त्वचा, मांस, वसा और हड्डियों से खुद को पहचानते हैं, लेकिन बुद्धिमान व्यक्ति खुद को शरीर से अलग समझता है। भौतिक शरीर का मूल भोजन है। जन्म और मृत्यु अन्नमय कोश के दो गुण हैं। जबकि अन्नमय पदार्थ का अर्थ है, तो अन्न का शाब्दिक अर्थ भोजन है तैत्तिरीय उपनिषद के अनुसार सभी भोजन में औषधि हैं। भोजन पदार्थ से बना है, पदार्थ से पोषित है, क्षणभंगुर है और विचार के अधीन है।

पंच कोश के अनुसार अन्नमय कोश, जो शारीरिक स्तर से संबंधित है, यह गणित शिक्षण में कई महत्वपूर्ण

योगदान दे सकता है। शारीरिक गतिविधि गणित सिखाने के दौरान शारीरिक गतिविधियों (गणित के खेल) को शामिल करना विद्यार्थियों को सक्रिय रखता है और उनकी ध्यान केंद्रित करने की क्षमता बढ़ाता है।

संज्ञानात्मक विकास: अन्नमय कोश का ध्यान रखने से छात्रों की संज्ञानात्मक क्षमताएं, जैसे तर्कशक्ति और समस्या समाधान करने की क्षमता बेहतर होती हैं। स्वस्थ शरीर में स्वस्थ मन का निवास होता है, यह सिद्धांत यहाँ लागू होता है।

समूह गतिविधियाँ : समूह में खेल या गतिविधियाँ छात्रों के बीच परस्पर सहयोग और सामूहिक समस्या समाधान करने की क्षमता को बढ़ावा देती हैं, जिससे गणित की अवधारणाएँ अधिक प्रभावी तरीके से समझ में आती हैं।

प्रेरणा और उत्साह: जब छात्रों की शारीरिक स्थिति ठीक होती है, तो वे अधिक उत्साहित और प्रेरित रहते हैं। यह गणित सीखने की प्रक्रिया को अधिक रुचकर और आनंददायक बना देता है। मनोविज्ञान के अनुसार रुचिकर तरीके से प्राप्त ज्ञान स्थायी होता है।

दैनिक जीवन के उदाहरण : अन्नमय कोश के संदर्भ में, गणित को दैनिक जीवन से जोड़ने के लिए शारीरिक वस्तुओं का उपयोग (जैसे मापना, जोड़ना) किया जा सकता है, जिससे गणितीय अवधारणाएँ और अधिक स्पष्ट हो जाती हैं।

प्राणमय कोश-प्राणमय का अर्थ है जीवितम यह महत्वपूर्ण सिद्धांत है जो मन और शरीर को एक साथ बनाए रखता है। यह हर जीव में सांस के भौतिक रूप में है। जीवों में यह महत्वपूर्ण सिद्धांत मौजूद है। पाँच कार्यों के साथ यह महत्वपूर्ण है। विवेकचूड़ामणि में वायु शरीर में आती और निकलती है। प्राणमयकोश, सूक्ष्म शरीर से भी छोटा है, वायु से ढका हुआ है, जो अन्नमयकोश को पूरी तरह से घेरता है और भरता है। प्राणमयकोश में पाँच कर्मेन्द्रियाँ हैं। प्राणमय कोश, जो जीवन ऊर्जा और मानसिक संतुलन से संबंधित है, यह भी गणित शिक्षण में कई तरीकों से योगदान दे सकता है।

मनोबल और आत्मविश्वास : प्राणमय कोश को सशक्त बनाने से छात्रों का मनोबल और आत्मविश्वास बढ़ता है, जिससे वे गणित के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण अपनाते हैं।

ध्यान और अवधान : प्राण ऊर्जा का संतुलन

अपने आप को ध्यान केंद्रित करने में मदद करता है, जिससे छात्र गणित की समस्याओं को बेहतर ढंग से समझ कर उसका हल आसानी से कर पाते हैं।

भावनात्मक स्थिरता : गणित में जटिल समस्याओं का सामना करते समय प्राणमय कोश भावनात्मक स्थिरता प्रदान करता है, जिससे छात्र तनाव कम महसूस करते हैं और बेहतर प्रदर्शन कर पाते हैं। वर्तमान समय में एकल परिवार होने के कारण छात्रों में भावात्मक स्थिरता की कमी को देखते हुए इसकी आवश्यकता बढ़ गयी है।

सकारात्मक सोच: प्राणमय कोश का विकास छात्रों को सकारात्मक सोच और रचनात्मकता की ओर प्रेरित करता है, सकारात्मक सोच ही है जिससे वे गणितीय अवधारणाओं को नवीन दृष्टिकोण से देख सकते हैं, फलतः गणितीय समस्याओं का अद्वितीय हल प्राप्त करने में मदद मिलती है।

समूह सहयोग : जब छात्रों में प्राण ऊर्जा होती है, तो वे बेहतर सहयोगी बनते हैं। समूह कार्य के दौरान विचारों का आदान-प्रदान और आपसी सहमति अधिक होती है, जिससे सभी के लिए सीखने का एक सामान अवसर प्राप्त होता है।

मनोमय कोश-‘मनोमय’ शब्द कुछ जो मन या मन से बना है का अर्थ है। पाँच इंद्रियाँ मन का मनोमय कोश बनाती हैं। मनोमय कोश, या ‘मन-कोश’, अन्नमय कोश और प्राणमय कोश से अधिक संबंधित है। इसलिए मैं और मेरा अलग हैं। आदि शंकराचार्य इसे हवा से आने वाले बादलों से जोड़ते हैं और फिर उसी संस्था से निकाले जाते हैं। ठीक उसी तरह, मनुष्य की मुक्ति और बंधन दोनों उसी से होते हैं। मनोमय कोश सूक्ष्म शरीर है। ‘आत्मा’ या प्राणमय कोश यह शरीर है। मन और ज्ञानेन्द्रियाँ इस कोश को बनाते हैं, जो अलग-अलग ‘मैं’ और ‘मेरा’ की भावनाओं और विचारों को शामिल करता है।

मनोमय कोश, जो मानसिक और भावनात्मक स्तर को दर्शाता है, यह भी गणित शिक्षण में कई महत्वपूर्ण तरीकों से योगदान कर सकता है।

संज्ञानात्मक विकास: मनोमय कोश छात्रों की सोचने की क्षमता को बढ़ाता है, जिससे वे जटिल गणितीय अवधारणाओं को समझने और हल करने में सक्षम होते हैं।

सकारात्मक दृष्टिकोण: मानसिक स्थिति को सकारात्मक बनाए रखने से छात्रों में गणित के प्रति रुचि और आत्मविश्वास बढ़ता है, जिससे वे अधिक सक्रियता

से सीखते हैं।

समस्या समाधान कौशल: मनोमय कोश छात्रों को समस्याओं का सामना करने और उन्हें हल करने की रणनीतियों को विकसित करने में मदद करता है, जो गणित में महत्वपूर्ण हैं।

भावनात्मक बुद्धिमत्ता : गणित में चुनौतीपूर्ण समस्याओं का सामना करते समय भावनात्मक संतुलन बनाए रखना, छात्रों को तनाव कम करने और ध्यान केंद्रित करने में मदद करता है।

रचनात्मकता: मनोमय कोश छात्रों को रचनात्मक दृष्टिकोण अपनाने के लिए प्रेरित करता है, जिससे वे नए और अभिनव तरीके से गणित की समस्याओं को हल करते हैं।

संवेदनशीलता: यह कोश छात्रों को अपने और दूसरों के प्रति संवेदनशील बनाता है, जिससे वे समूह कार्य में बेहतर सहयोग और समर्थन प्रदान करते हैं।

विज्ञानमय कोश- विज्ञानमय का अर्थ है विज्ञान या बुद्धि से बना हुआ, भेदभाव करने, निर्धारित करने या इच्छा करने की क्षमता। चटम्पि स्वामीकल ने विज्ञानमय को बुद्धि और पाँच इंद्रियों का एकीकरण बताया है। यह धारणा के अंगों से जुड़ा हुआ अधिक बुद्धिपूर्ण आवरण है। शंकर का मानना है कि बुद्धि, अपने ज्ञान और सुधारों के साथ, मनुष्य का देहान्तरण करती है। यह ज्ञान आवरण, जो मन की शक्ति को दिखाता है, प्रकृति का एक परिवर्तन है। यह ज्ञान की प्रक्रिया से होता है, जो शरीर, उसके अंगों, आदि से उसे अलग करता है। विज्ञानमय कोश भी सूक्ष्म शरीर से जुड़ा हुआ है और प्राणमय कोश और अन्नमय कोश में है। संसार का निर्माण करने वाली विज्ञानकोश, बुद्धि, अपने ज्ञानेन्द्रियों और कर्मों के साथ एक कर्ता है। इसमें चैतन्य के प्रतिबिंब की शक्ति है, जो ज्ञान और कर्म द्वारा अभिलक्षित होती है और हमेशा शरीर, इन्द्रियों आदि से पहचानी जाती है। यह प्रकृति (अविद्या) के रूपांतर है। यह कोश ज्ञान से भरपूर है, जिसमें जाग्रत और स्वप्न अवस्थाएँ, साथ ही सुख और दुःख के अनुभव शामिल हैं। यह आत्मा जो विज्ञान से सघन है, परमात्मा के निकट बहुत प्रकाशमान होने के कारण यह किस उपाधि से भ्रमित होकर संसार के अधीन है। वैज्ञानिक विधि इसी पाँच इन्द्रियों के द्वारा सत्यापित ज्ञान है, विज्ञान प्रमाण मांगती है, जिसका सत्यापन भौतिक गुणों के आधार पर इन्द्रियों की मदद से किया जाता है।

विज्ञानमय कोश, जो ज्ञान और बुद्धि के स्तर को दर्शाता है, गणित शिक्षण में कई महत्वपूर्ण तरीकों से

योगदान कर सकता है।

विश्लेषणात्मक सोच: विज्ञानमय कोश छात्रों को तार्किक और विश्लेषणात्मक सोच विकसित करने में मदद करता है, जिससे वे गणितीय समस्याओं को अधिक प्रभावी ढंग से समझ और हल कर पाते हैं।

सिद्धांतों का ज्ञान: गणित और विज्ञान के सिद्धांतों का समन्वय छात्रों को गहन समझ प्रदान करता है, जिससे वे अवधारणाओं को बेहतर तरीके से लागू करते हैं।

नवीनता और प्रयोग: विज्ञानमय कोश में नवाचार और प्रयोग की भावना होती है, जो छात्रों को गणित में नई तकनीकों और तरीकों का पता लगाने के लिए प्रेरित करता है।

मिश्रण विषयों का अध्ययन: गणित और विज्ञान के बीच संबंधों को समझने से छात्रों को वास्तविक जीवन की समस्याओं को हल करने में मदद मिलती है।

शोध और प्रयोग: विज्ञानमय कोश छात्रों को अनुसंधान और प्रयोग करने के लिए प्रेरित करता है, जिससे वे गणितीय अवधारणाओं को व्यावहारिक रूप से लागू करते हैं।

समस्या समाधान कौशल: यह कोश छात्रों को समस्याओं को हल करने के लिए वैज्ञानिक दृष्टिकोण अपनाने में मदद करता है, जो गणित में महत्वपूर्ण है।

आनंदमय कोश-आनंदमय का अर्थ है परमानंद या आनंद से मिलकर बना हुआ यह पाँचों में सबसे छोटा कोश है। योगियों ने कोश को कारण शरीर भी कहा है। जब मन और इंद्रियाँ गहरी नींद में काम करना बंद कर देते हैं, तब भी यह सीमित दुनिया और स्वयं के बीच में खड़ा रहता है। परम आनंद से बना हुआ आनंद सबसे अंतरतम माना जाता है। आनंदमय कोश अक्सर गहरी नींद में अपना पूरा खेल खेलता है। इसका प्रकटीकरण जागृत और स्वप्न अवस्था में केवल आंशिक होता है। आनंदमय कोश आत्मा का चित्र है, जो सत्य, सौंदर्य और परम आनंद है।

आत्मा के सबसे करीब की परत है आनंदमय कोश। यह परम आनंद से परिपूर्ण आत्मा का प्रतिबिंब है और अविद्या का एक रूपांतर है। गहरी नींद में यह पूरी तरह से दिखाई देता है, बिना सपना देखे। यह आत्मा नहीं है क्योंकि यह प्रगति का एक रूपांतर है और उपाधियों (सीमाओं) से जुड़ा हुआ है।

आनंदमय कोश, जो खुशी और संतोष के स्तर को दर्शाता है, गणित शिक्षण में कई महत्वपूर्ण तरीकों से योगदान कर सकता है।

सकारात्मक वातावरण: आनंदमय कोश छात्रों में सकारात्मकता और उत्साह बढ़ाता है, जिससे वे गणित के प्रति अधिक रुचि रखते हैं और सीखने के प्रति प्रेरित होते हैं।

खेल और गतिविधियाँ: गणित को खेलों और आनंददायक गतिविधियों के माध्यम से सिखाना छात्रों की भागीदारी बढ़ाता है, जिससे उनकी सीखने की प्रक्रिया मजेदार बन जाती है। तनाव मुक्त अनुभव जब छात्र आनंदित होते हैं, तो वे तनाव कम महसूस करते हैं, जिससे वे जटिल समस्याओं का सामना करने में अधिक आत्मविश्वासी होते हैं।

रचनात्मकता और नवाचार: आनंदमय कोश छात्रों को रचनात्मक तरीके से सोचने के लिए प्रेरित करता है, जिससे वे नए और अभिनव तरीके से गणितीय समस्याओं को हल करते हैं।

समूह सहयोग: खुशी और संतोष का माहौल समूह कार्य में सहयोग को बढ़ावा देता है, जिससे छात्र एक-दूसरे से सीखते हैं और अपनी समझ को साझा करते हैं।

सफलता का अनुभव: गणित में छोटे-छोटे लक्ष्यों को प्राप्त करने पर आनंद का अनुभव छात्रों को आगे बढ़ने के लिए प्रेरित करता है, जिससे उनका आत्मविश्वास बढ़ता है।

निष्कर्ष:

एक समग्र और संतुलित शिक्षण दृष्टिकोण अपनाने से छात्रों का विकास संभव है। प्रत्येक कोश अन्नमय, प्राणमय, मनोमय, विज्ञानमय और आनंदमय गणित शिक्षण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। अन्नमय कोश शारीरिक स्वास्थ्य और गतिविधियाँ छात्रों की ऊर्जा और ध्यान केंद्रित करने की क्षमता को बढ़ाती हैं। ऊर्जा और मनोबल (प्राणमय कोश) जीवन ऊर्जा का संतुलन छात्रों को मानसिक रूप से स्थिर और सकारात्मक बनाए रखता है, जिससे उनकी समस्या समाधान की क्षमताएँ बढ़ती हैं। मानसिक विकास विचारों की स्पष्टता और भावनात्मक स्थिरता गणितीय अवधारणाओं को समझने और अपनाने में मदद करती हैं। ज्ञान और रचनात्मकता (विज्ञानमय कोश) तार्किक सोच और वैज्ञानिक दृष्टिकोण गणित के सिद्धांतों को गहराई से समझने और लागू करने में सहायक होते हैं। संतोष और खुशी एक सकारात्मक और आनंदमय वातावरण छात्रों की रुचि और उत्साह को बढ़ाता है, जिससे वे गणित को एक चुनौती के रूप में नहीं, बल्कि एक आनंददायक गतिविधि के रूप में देखते हैं।

इन सभी कोशों के समन्वय से एक संपूर्ण शिक्षण अनुभव तैयार होता है, जो न केवल गणितीय कौशल को विकसित करता है, बल्कि छात्रों के समग्र विकास में भी सहायक होता है। इस प्रकार, पंच कोश का उपयोग करके गणित शिक्षण को अधिक प्रभावी, आनंददायक और संतुलित बनाया जा सकता है।

सन्दर्भ ग्रन्थ सूची:

1. Bhagavad Gita. (2000), Bhagavad Gita: As It Is. Bhaktivedanta Book Trust.
2. Bishop, A. J. (1988), Mathematics education in its cultural context. Educational Studies in Mathematics, 19, 179-191
4. Gazit, A. (2013). What do mathematics teachers and teacher trainees know about the history of mathematics? International Journal of Mathematics Education in Science and Technology, 44(5), 501-512.
5. Krishna, V. (2012). Role of Physical Health in Learning Mathematics. Journal of Educational Psychology, 104(3), 315-325.
6. Mohan, K. (2018). Mathematics Education in India: A Historical Perspective.
7. Narasimhan, T. S. (2017). Cultural Context of Mathematics Education. Journal of Mathematics Education, 10(2), 45-60.
8. Indian Philosophy. Oxford University Press.
9. Srinivasan, S. (2019). The Role of Creativity in Mathematics Learning. International Journal of Research in Education and Science, 5(1), 15-25.
10. Swami Vivekananda. (2015). Complete Works of Swami Vivekananda. Advaita Ashrama.
11. कुलश्रेष्ठ, अ० कु० (2008), गणित शिक्षण, आर लाल पब्लिशर्स एण्ड डिस्ट्रीब्यूटर मेरठ ।
12. रावत एवं अग्रवाल (2018) गणित का शिक्षणशास्त्र अग्रवाल पब्लिकेशन्स आगरा ।
13. स्वामी चिन्मयानन्द (2012), श्रीमद्भगवद्गीता सेंट्रल चिन्मय मिशन ट्रस्ट मुंबई 72 ।
14. प० श्री राम नारायण दत्त जी शास्त्री एवं अन्य (2023) श्री गर्ग संहिता गीता प्रेस गोरखपुर ।
15. अतुल कोठारी (2022) राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 भारतीयता का पुनरुत्थान, प्रभात प्रकाशन, दिल्ली।

