

## विदेशी छात्र ले रहे हैं योग, मनोविज्ञान, स्वास्थ्य संवर्धन में रूचि

वर्धा, 14 मई, 2016: जीवन में योग के लाभ और उसके मनोविज्ञान को समझने के लिए अब विदेशी विद्यार्थी इन पाठ्यक्रमों में अपनी पसंद दिखाते हुए नजर आ रहे हैं। वर्धा में हिंदी विश्वविद्यालय में स्थापित विनोबा योग मण्डल के संयोजक डॉ. अरुण प्रताप सिंह बताते हैं कि योग की बढ़ती लोकप्रियता और मनोविज्ञान तथा योग की स्वास्थ्य के लिए उपयोगिता को देखते हुए कुलपति प्रो. गिरीश्वर मिश्र की अनुशंसा के अनुसार योग, मनोविज्ञान और स्वास्थ्य संवर्धन के नए पाठ्यक्रम आरंभ किये गये हैं।

डॉ. सिंह ने बताया कि मनोविज्ञान में पी एच डी और एम ए के लिए नवाचार पर आधारित पाठ्यक्रम में योग और भारतीय मनोविज्ञान से संबन्धित अनेक पेपर्स सम्मिलित किए गए हैं। स्कूलों के काउन्सलिंग एवं गाइडेंस की बढ़ती आवश्यकताओं को देखते हुए काउन्सलिंग एवं गाइडेंस में डिप्लोमा पाठ्यक्रम भी आरंभ किया गया है। यह विशेष रूप से उल्लेखनीय है कि देश के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की विशेष इच्छानुसार विदेशी विद्यार्थियों के लिए योग में पीएच डी पाठ्यक्रम भी वर्धा में शीघ्र शुरू किए जाने के लिए भी प्रयास किये जा रहे हैं। इस पाठ्यक्रम के विद्यार्थियों को आयुष के द्वारा फ़ेलोशिप भी प्रदान की जाएगी। इसके साथ ही योग मनोविज्ञान में पोस्ट ग्रेजुएट स्तर के पाठ्यक्रम भी शीघ्र आरंभ किए जाएंगे।

ज्ञातव्य हो कि विनोबा योग मण्डल द्वारा बेल्लिजयम और चीन से आए विद्यार्थियों के लिए योग का परिचय विषय पर विशेष कार्यशाला चलायी है। विनोबा योग मण्डल विश्वविद्यालय के छात्रावासों में रहने वाले देश के सुदूर अंचलों से आए हुए छात्रों और अनेक विदेशी विद्यार्थियों को योग सिखाने के लिए सतत रूप से सक्रिय है।

डॉ. सिंह का कहना है कि मनोविज्ञान विभाग के द्वारा पिछले सत्र से ही योग एवं स्वास्थ्य अध्ययन में डिप्लोमा पाठ्यक्रम संचालित हैं। यह पाठ्यक्रम स्कूलों में योग-शिक्षण की विशेष आवश्यकताओं के ध्यान में रखते हुए बनाया गया है। मनोविज्ञान विभाग में योग से संबन्धित सुदर्शन क्रिया, अनाथालय में रहने वाली बुजुर्ग महिलाओं के अवसाद को कम करने के लिए अनुलोम विलोम प्राणायाम की उपयोगिता, और आध्यात्मिकता की जनसामान्य-समझ पर कुलपति प्रो. गिरीश्वर मिश्र के मार्गदर्शन और प्रोफेसर अरविन्द कुमार झा के निर्देशन में शोध कार्य किए जा रहे हैं। विदर्भ क्षेत्र में किसानों का मानसिक सशक्तिकरण करने के लिए मनोशाला के द्वारा अनेक प्रयास किए जा रहे हैं। आम जन के लिए मनोविज्ञान और योग को सहज और सुलभ बनाने के लिए हमारा प्रयास है।