AD EDUXIAN JOURNAL
A Quarterly Multidisciplinary Blind Peer Reviewed & Refereed Online International Journal
Google Scholar Indexing PIF: 1.048(I2OR), 3.125 (IIFS) & 3.8(SJIF)
Vol (3), Issue (2), April-June 2026 ISSN: 3048-7951

एनसीएफ-एसई 2023 में 'पंचकोश' की अवधारणा: गुरुकुल से आधुनिक स्कूली शिक्षा तक की यात्रा

डॉ दिशा थपलियाल[1]

DOI: http://doi.org/10.5281/zenodo.21303651

Review: 22/06/2026 Acceptance: 25/06/2026 Publication:12/07/2026

सारांश: यह शोध पत्र स्कूल शिक्षा के लिए राष्ट्रीय पाठ्यचर्या रूपरेखा (NCF-SE) 2023 में शामिल तैत्तिरीय उपनिषद की 'पंचकोश' अवधारणा का गुरुकुल परंपरा से आधुनिक स्कूली शिक्षा तक के व्यावहारिक रूपांतरण का समालोचनात्मक विश्लेषण करता है। गुणात्मक वैचारिक अनुसंधान पद्धति और दस्तावेज़ी पाठ्य-विश्लेषण का उपयोग करते हुए, यह अध्ययन स्थापित करता है कि पंचकोश (अन्नमय, प्राणमय, मनोमय, विज्ञानमय और आनंदमय) वर्तमान परीक्षा-केंद्रित औपनिवेशिक शिक्षा के विकल्प के रूप में एक धर्मनिरपेक्ष, वैज्ञानिक और बहुआयामी मनोवैज्ञानिक ढांचा प्रदान करता है। विश्लेषण दर्शाता है कि गणित, विज्ञान और भाषा जैसे विषयों के साथ इसका अंतर्विषयक समेकन छात्रों में उच्च-क्रम संज्ञानात्मक क्षमता और सामाजिक-भावनात्मक अधिगम को सुदृढ़ करता है। इसके अतिरिक्त, आलेख 360-डिग्री समग्र प्रगति कार्ड और साप्ताहिक समय-सारणी मॉडल के माध्यम से इसके व्यावहारिक क्रियान्वयन पर प्रकाश डालता है, जबकि शिक्षक प्रशिक्षण और ग्रामीण बुनियादी ढांचे की कमी जैसी प्रणालीगत चुनौतियों को भी रेखांकित करता है। अंततः, यह प्रतिरूप 21वीं सदी के वैश्विक नागरिकों के समग्र बाल विकास को सुनिश्चित करने में मील का पत्थर सिद्ध होता है।

मुख्य शब्द : एनसीएफ-एसई 2023, पंचकोश विकास, समग्र बाल विकास, सामाजिक-भावनात्मक अधिगम, समग्र प्रगति कार्ड, भारतीय ज्ञान प्रणाली।

प्रस्तावना:

प्राचीन भारतीय शैक्षिक प्रतिमान, विशेष रूप से गुरुकुल प्रणाली, "सा विद्या या विमुक्तये" (विष्णु पुराण, 1.19.41) के समग्र दार्शनिक आधार पर निर्मित थी। इसके विपरीत, 1835 की मैकालेवादी औपनिवेशिक शिक्षा नीति और पश्चातवर्ती पश्चिमी मनोवैज्ञानिक ढांचों ने मानवीय अस्तित्व के भावनात्मक व आध्यात्मिक आयामों की उपेक्षा करते हुए केवल रटने की प्रथा और उच्च-जोखिम वाले संज्ञानात्मक परीक्षणों को ही प्राथमिकता दी (पंचाल और अन्य, 2023)। इस एकांगी दृष्टिकोण के एक सशक्त और वैज्ञानिक विकल्प के रूप में, तैत्तिरीय उपनिषद से उद्भूत 'पंचकोश' की अवधारणा बाल विकास का एक बहुआयामी मनोवैज्ञानिक प्रतिरूप प्रस्तुत करती है।

यह प्रतिरूप मानव को पांच संकेंद्री कोशों—अन्नमय (भौतिक), प्राणमय (ऊर्जा), मनोमय (मन), विज्ञानमय (बुद्धि), और आनंदमय (आध्यात्मिक कल्याण)—का एक एकीकृत समुच्चय मानता है। श्री अरबिंदो जैसे दार्शनिकों द्वारा समर्थित "पृथिव्याम् पुत्रोदस्मि" (हम पृथ्वी के पुत्र हैं) तथा "वसुधैव कुटुम्बकम्" (सम्पूर्ण विश्व एक परिवार है) के आदर्शों के अनुरूप, वर्तमान परिदृश्य में जहाँ छात्र तीव्र मानसिक तनाव और अलगाव का सामना कर रहे हैं, वहाँ पारंपरिक स्वदेशी ज्ञान प्रणालियों (IKS) का अनुप्रयोग मात्र सांस्कृतिक गौरव न होकर एक नितांत व्यावहारिक आवश्यकता है। इसी विकासात्मक आवश्यकता को धरातल पर उतारने के लिए, राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 और स्कूल शिक्षा के लिए राष्ट्रीय पाठ्यचर्या रूपरेखा (NCF-SE) 2023 ने 'पंचकोश विकास' को अपने मूल क्रॉस-कटिंग पाठ्यचर्या सिद्धांत के रूप में अपनाया है।

एनसीएफ-एसई 2023 इसे किसी धार्मिक हठधर्मिता से पृथक, समग्र बाल विकास के लिए एक अत्यधिक संरचित व धर्मनिरपेक्ष मनोवैज्ञानिक ढांचे के रूप में लागू करता है। विशेष रूप से प्रारंभिक बाल्यावस्था में—जहाँ अनुभवों से बच्चे के व्यक्तित्व, संज्ञान और नैतिक मूल्यों का मौलिक निर्माण होता है (मैती और डे ,2026)—स्थानीयकृत और सांस्कृतिक रूप से प्रासंगिक शिक्षाशास्त्र की महत्ता असंदिग्ध है (गिरि, 1998)। अंततः, एनसीएफ-एसई 2023 इन प्राचीन आध्यात्मिक अंतर्दृष्टियों को समकालीन, क्रियाशील अनुदेशात्मक डिज़ाइनों में परिवर्तित कर आधुनिक स्कूली शिक्षा की प्रणालीगत चुनौतियों का एक सुसंगत और साक्ष्य-आधारित समाधान प्रदान करता है।

[1] प्राचार्य, देवभूमि कॉलेज ऑफ एजुकेशन, बनबसा (चम्पावत), उत्तराखंड, भारत|

संबंधित साहित्य की समीक्षा:

- **दार्शनिक मूल और व्यवस्थागत अंतर्संबंध:**

  समकालीन अकादमिक विमर्श में 'पंचकोश' प्रतिरूप को मात्र एक पूरक मॉडल न मानकर आधुनिक पाठ्यचर्या के केंद्रीय दर्शन के रूप में रेखांकित किया गया है। सिंह (2024) के अनुसार, NCF 2023 में इसका समावेशन भारतीय छात्रों में सांस्कृतिक जड़ों के प्रति गौरव जागृत करने के साथ-साथ उन्हें वैश्विक स्तर पर प्रतिस्पर्धी बनाने के नीतिगत लक्ष्यों को पूर्णतः प्राप्त करता है। ऐतिहासिक और दार्शनिक परिप्रेक्ष्य में, यह मॉडल वैदिक और उपनिषदिक साहित्यों से अनुप्राणित है, जहाँ मानव विकास को सहज (भवप्रत्यय) और सचेत प्रयासों द्वारा प्राप्त (उपायप्रत्यय) अवस्थाओं के क्रमिक विकास के रूप में विश्लेषित किया गया है (पैजवार, 2024)। व्यवस्थागत सिद्धांतों के दृष्टिकोण से ये पांचों कोश स्वतंत्र इकाइयाँ नहीं हैं, बल्कि एक 'परस्पर निर्भर तंत्र' के रूप में संचालित होते हैं; जहाँ शारीरिक (अन्नमय) या भावनात्मक (मनोमय) स्तर का तनाव छात्र के बौद्धिक (विज्ञानमय) विकास को सीधे तौर पर बाधित करता है (शर्मा, 2023)।

- **न्यूरो-कॉग्निटिव संरेखण और सामाजिक-भावनात्मक आवश्यकता:**

  स्कूली शिक्षा का वर्तमान एकांगी और अत्यधिक परीक्षा-केंद्रित झुकाव छात्रों में तीव्र मानसिक तनाव, स्क्रीन एक्सपोज़र और नैतिक ह्रास को जन्म दे रहा है, जिसके साक्ष्य-आधारित समाधान के रूप में पंचकोश ढांचा एक धर्मनिरपेक्ष सामाजिक-भावनात्मक अधिगम मैट्रिक्स प्रस्तुत करता है (मैती और डे, 2026)। इस स्वदेशी दृष्टिकोण को आधुनिक न्यूरो-कॉग्निटिव विज्ञान के साथ जोड़ते हुए, विजय (2025) ने पूर्वी वेदांत दर्शन और पश्चिमी न्यूरोसाइंस के मध्य एक वैचारिक सेतु स्थापित किया है, जिसके अंतर्गत मानव मस्तिष्क का संज्ञानात्मक विकास पंचकोश के समग्र स्वास्थ्य पर आश्रित माना गया है। यद्यपि पश्चिमी संज्ञानात्मक शोध प्रत्यक्ष रूप से उपनिषदिक शब्दावली का प्रयोग नहीं करते, तथापि यह अकादमिक रूप से सिद्ध हो चुका है कि शिक्षार्थियों की शारीरिक, गैर-मौखिक और व्यावहारिक भागीदारी उनके अमूर्त तार्किक विचारों को आकार देने में प्राथमिक भूमिका निभाती है, जो वैचारिक रूप से अन्नमय और प्राणमय कोश की अनिवार्यताओं की ही पुष्टि करती है (येह और अन्य, 2025)।

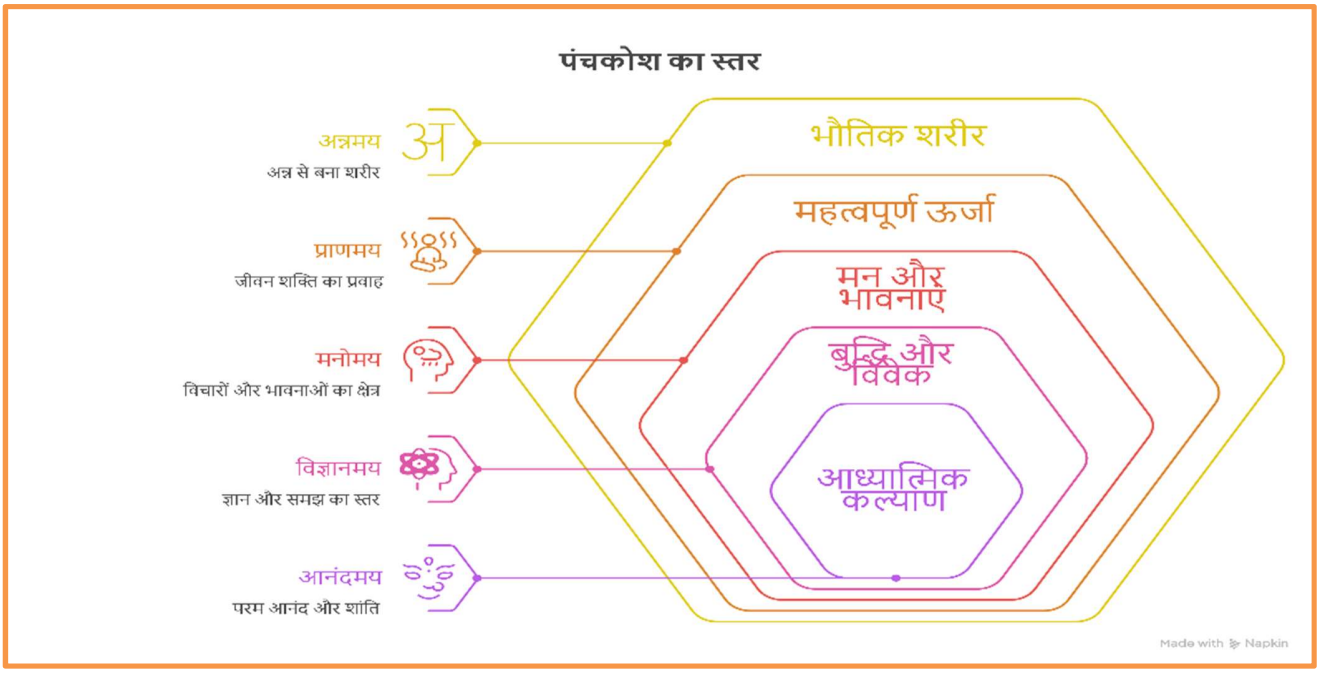
- **विषय-विशिष्ट शैक्षणिक अनुप्रयोग और क्षमता निर्माण:**

  सैद्धांतिक विमर्श से इतर, कक्षाओं में इस मॉडल का व्यावहारिक अनुप्रयोग विभिन्न स्कूली विषयों और विशिष्ट विकासात्मक चरणों में देखा जा सकता है। पूर्व-प्राथमिक स्तर पर प्रयोगात्मक व सांख्यिकीय निष्कर्षों से प्रमाणित हुआ है कि खेल, योग, प्राणायाम और कहानियों के माध्यम से पंचकोश-आधारित प्रारंभिक शिक्षा देने से बच्चों के गत्यात्मक, सामाजिक-भावनात्मक और संज्ञानात्मक कौशल में उल्लेखनीय सुधार होता है (पंचाल और अन्य, 2023)। इसी प्रकार, दृश्य और प्रदर्शनकारी कलाएँ (संगीत, नाटक, चित्रकला) मनोमय और विज्ञानमय कोशों को सक्रिय कर एनईपी 2020 के 'अनुभवात्मक अधिगम' के विज़न को धरातल पर उतारती हैं (मल्होत्रा और कौशल, 2024)। गणित जैसे अमूर्त विषयों में भी ठोस शिक्षण सामग्रियों (अन्नमय), एकाग्रता (प्राणमय) और मानसिक खेल (मनोमय) के समेकन से छात्रों का गणितीय भय दूर होता है और उनकी वैचारिक समझ बढ़ती है (महारुद्र मधु और अचायश्री, 2025)। हालाँकि, इस पारंपरिक ज्ञान को समकालीन बहुसांस्कृतिक और तकनीक-प्रधान कक्षाओं में दैनिक पाठ योजनाओं का हिस्सा बनाने के लिए शिक्षकों के व्यावसायिक विकास और प्रशिक्षण प्रारूपों में आमूल-चूल परिवर्तन करने की महती आवश्यकता है (चैपगायन, 2025)।

वैचारिक ढांचा: तैत्तिरीय उपनिषद पर आधारित यह वैचारिक प्रतिमान मानव अस्तित्व को पांच ऊर्जावान परतों या कोशों के एक संकेंद्री पदानुक्रम के रूप में प्रतिपादित करता है, जो स्थूल भौतिक धरातल से लेकर सूक्ष्म आंतरिक आध्यात्मिक सार तक विस्तृत है:

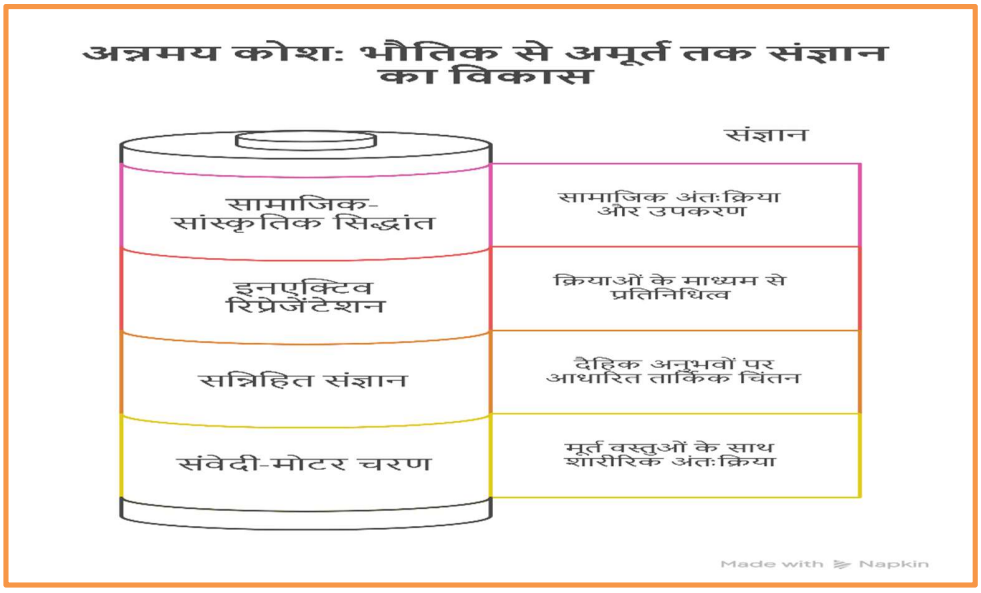
अन्नमय ⟶ प्राणमय ⟶ मनोमय ⟶ विज्ञानमय ⟶ आनंदमय

मानव शरीर रचना, जैविक गुण, विचार और अनुभूतियाँ इसी मूल केंद्र से जुड़ी हुई हैं, जहाँ प्रत्येक कोश एक विशिष्ट विकासात्मक क्षेत्र और प्राकृतिक तत्व से संरेखित है (मैती और डे, 2026; पंचाल और अन्य, 2023)।



- ***अन्नमय कोश (शारीरिक आयाम एवं पृथ्वी तत्व)***

यह मानव अस्तित्व की सबसे बाहरी भौतिक परत है, जो पोषण (अन्न) द्वारा संचालित होती है और इसमें सकल एवं सूक्ष्म मोटर कौशल का विकास शामिल है (पंचाल और अन्य, 2023)। समकालीन मनोवैज्ञानिक सिद्धांतों के संदर्भ में, यह परत जीन पियाजे (1952) के 'संवेदी-मोटर चरण' के अनुकूल है, जहाँ बालक मूर्त वस्तुओं के साथ शारीरिक अंतःक्रिया करके प्राथमिक स्कीमा का निर्माण करता है। यह लेव वायगोत्स्की (1978) के सामाजिक-सांस्कृतिक सिद्धांत (स्कैफ़्होल्डिंग और ठोस उपकरण) तथा जेरोम ब्रूनर (1966) के 'इनएक्टिव रिप्रेजेंटेशन' चरण से भी पूर्णतः संरेखित है। आधुनिक शैक्षणिक शोध भी इसकी पुष्टि 'सन्निहित संज्ञान' के रूप में करते हैं, जिसके अनुसार तार्किक व गणितीय चिंतन अमूर्त न होकर दैहिक अनुभवों और स्थानिक गतियों पर आधारित होता है (ली, 2023; येह और अन्य, 2025)।

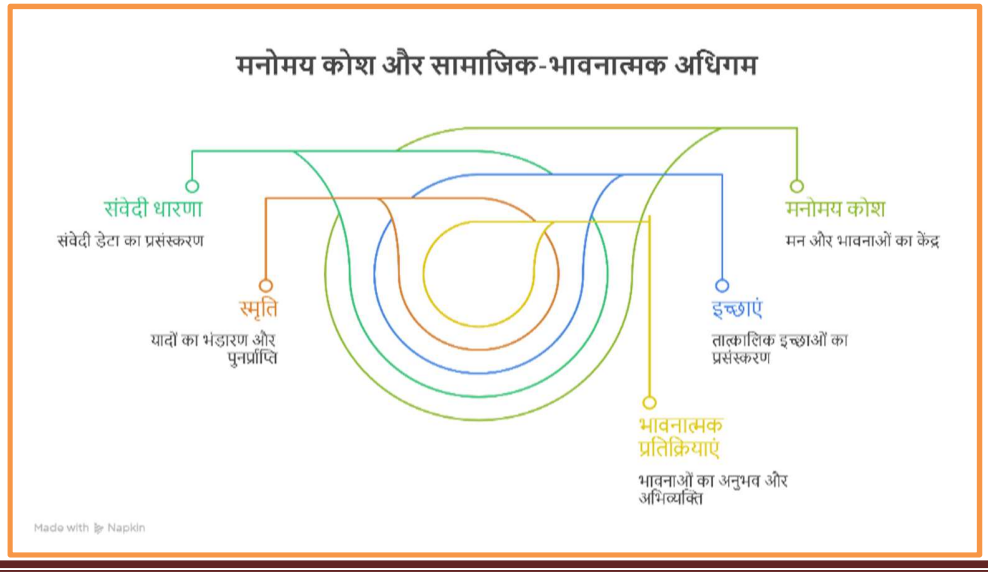


- ***प्राणमय कोश (जैविक ऊर्जा आयाम एवं जल तत्व)***

यह कोश भौतिक शरीर और मानसिक चेतना के मध्य एक सुदृढ़ सेतु की भूमिका निभाता है, जो श्वसन, परिसंचरण और तंत्रिका तंत्र जैसी महत्वपूर्ण जैविक क्रियाओं को नियंत्रित करता है। बाल मनोविज्ञान के परिप्रेक्ष्य में, यह आंतरिक आवेगों के नियमन और आत्म-नियंत्रण को सुगम बनाता है (पंचाल और अन्य, 2023)। यह अवधारणा लेकॉफ़ और जॉनसन (1999) की *'फिलोसोफी इन द फ्लेश'* तथा वारेला आदि (1991) की *'द एम्बॉडीड माइंड'* में प्रतिपादित 'शारीरिक संज्ञान दर्शन' के समतुल्य है, जो यह स्थापित करती है कि मानवीय तर्क और चिंतन क्षमता मूलतः जैविक ऊर्जा की लय से निर्धारित होती है। यही ऊर्जा शिक्षार्थी में 'स्व-नियमित अधिगम तत्परता' को जागृत करती है (शाह, 2019)।

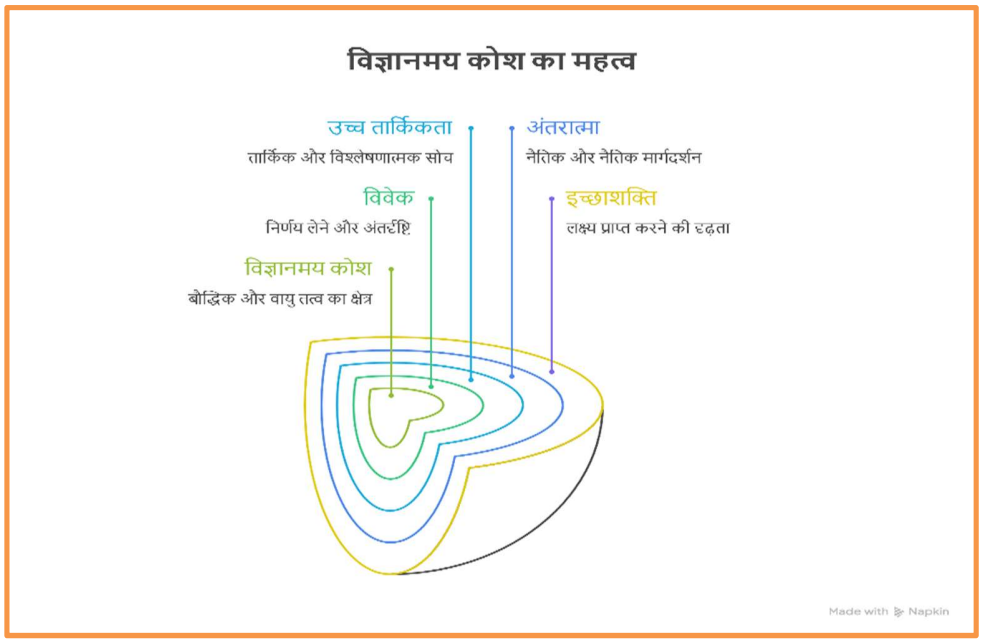
- ***मनोमय कोश (मनो-भावनात्मक आयाम एवं अग्नि तत्व)***

इस परत के अंतर्गत संवेदी धारणा, तात्कालिक इच्छाओं का प्रसंस्करण, स्मृति और भावनात्मक प्रतिक्रियाएँ (मनस) आती हैं (पंचाल और अन्य, 2023)। यह अनुभवात्मक जगत का वह केंद्र है जो कच्चे संवेदी डेटा को आंतरिक समझ में परिवर्तित करता है। समकालीन संदर्भों में, यह ढांचा 'सामाजिक-भावनात्मक अधिगम' और विशेष रूप से CASEL (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning) के पांच मुख्य स्तंभों—आत्म-जागरूकता, आत्म-प्रबंधन, सामाजिक जागरूकता, संबंध कौशल और जिम्मेदार निर्णय लेने—के साथ पूर्णतः प्रतिचित्रित होता है।



- ***विज्ञानमय कोश (बौद्धिक आयाम एवं वायु तत्व)***

यह विवेक, उच्च तार्किकता, अंतरात्मा और इच्छाशक्ति का क्षेत्र है (पंचाल और अन्य, 2023)। मनोमय कोश जहाँ केवल उद्दीपकों के प्रति प्रतिक्रिया करता है, वहीं विज्ञानमय कोश संज्ञानात्मक रूप से मूल्यांकन, निर्णय और अवलोकन करता है। आधुनिक शैक्षणिक परिदृश्य में, यह परत निर्मितिवादी दृष्टिकोण, उच्च-क्रम सोच कौशल, आलोचनात्मक चिंतन और समस्या-समाधान के सिद्धांतों से सीधे तौर पर जुड़ती है।



- ***आनंदमय कोश (आध्यात्मिक-सौंदर्यबोध आयाम एवं अंतरिक्ष तत्व)***

यह अंतरतम कोश शुद्ध आनंद, बिना शर्त प्रसन्नता और आध्यात्मिक कल्याण का क्षेत्र है, जिसका अनुभव कलात्मक प्रवाह और गहरी रचनात्मकता के दौरान होता है (पंचाल और अन्य, 2023)। चिंतनशील शिक्षा के सिद्धांतों के अंतर्गत, यह कोश शिक्षार्थी की आंतरिक अभिप्रेरणा और 'आनंदमय अधिगम' को पोषित करता है, जहाँ ज्ञानार्जन की प्रक्रिया स्वयं में ही परम संतुष्टि बन जाती है (रोज़र, 2005)।

शोध कार्यप्रणाली:

यह अध्ययन प्राचीन योग मनोविज्ञान और समकालीन स्कूली पाठ्यक्रमों के मध्य व्यावहारिक अंतर्संबंधों का मूल्यांकन करने के लिए एक व्याख्यात्मक और गुणात्मक वैचारिक अनुसंधान पद्धति को अपनाता है। शोध की विश्वसनीयता सुनिश्चित करने के लिए 'दस्तावेज़ी पाठ्य-विश्लेषण' का उपयोग किया गया है (मधु और आचार्यश्री, 2025; मैती और दे, 2026)।

- **डेटा स्रोत एवं समावेशन मानदंड:** अध्ययन के प्राथमिक डेटा स्रोतों के अंतर्गत निम्नलिखित राष्ट्रीय नीतिगत दस्तावेजों और पाठ्यपुस्तकों का चयन किया गया है:
  a) राष्ट्रीय शिक्षा नीति (NEP) 2020।
  b) स्कूल शिक्षा के लिए राष्ट्रीय पाठ्यचर्या रूपरेखा (NCF-SE) 2023।
  c) बुनियादी चरण के लिए राष्ट्रीय पाठ्यचर्या रूपरेखा (NCF-FS) 2022।
  d) एनसीईआरटी (NCERT) द्वारा प्रकाशित मानक प्राथमिक और माध्यमिक पाठ्यपुस्तकें।
- **विश्लेषण रणनीति:** संग्रहीत पाठ्य-सामग्री का विश्लेषण तीन चरणों में किया गया: प्रथम, नीतिगत दस्तावेजों में 'पंचकोश' शब्द के संरचनात्मक संदर्भों की पहचान करना; द्वितीय, इन प्राचीन कोशों का आधुनिक मनोवैज्ञानिक और शैक्षणिक सिद्धांतों के साथ वैचारिक मानचित्रण करना; और तृतीय, विषय-विशिष्ट कक्षाओं (जैसे गणित और विज्ञान) में इनके व्यावहारिक अनुप्रयोगों का मूल्यांकन करना।

विश्लेषण और चर्चा:

इस अनुभाग में राष्ट्रीय पाठ्यचर्या रूपरेखा (NCF-SE) 2023 के नीतिगत दस्तावेज़ों और पाठ्यपुस्तकों के व्यवस्थित विश्लेषण से प्राप्त निष्कर्षों की विवेचना की गई है, जिन्हें पाँच प्रमुख विषयों के अंतर्गत वर्गीकृत किया गया है:

1. **मूल दर्शन और पाठ्यचर्या प्रकटीकरण:**

NCF-SE 2023 'पंचकोश' दर्शन को किसी धार्मिक सिद्धांत के बजाय एक आधुनिक, वैज्ञानिक और धर्मनिरपेक्ष शैक्षणिक ढांचे के रूप में स्वीकार करता है। इसका नीतिगत उद्देश्य बालकों के विशिष्ट विकासात्मक स्तर के अनुसार पांचों कोशों को जागृत कर मानवीय क्षमता को उसकी सर्वोच्च अवस्था तक ले जाना है, जो पारंपरिक 'नर से नारायण' के आदर्श को प्रतिध्वनित करता है (पंचाल और अन्य, 2023)। यह संकेंद्री पदानुक्रम स्पष्ट करता है कि आंतरिक सूक्ष्म कोशों तक पहुँचने हेतु बाहरी स्थूल कोशों का स्वस्थ होना अनिवार्य है। इन कोशों का अकादमिक मूल्यांकन और शैक्षिक प्रकटीकरण निम्नलिखित तालिका-1 में स्पष्ट किया गया है:

तालिका 1: पंचकोश परतें और संबंधित शैक्षिक क्षेत्र

उपनिषदिक कोश	विकासात्मक क्षेत्र	एनसीएफ-एसई पाठ्यचर्या प्रकटीकरण	मूल्यांकन फोकस
अन्नमय कोश	शारीरिक विकास	शारीरिक शिक्षा, आसन, पोषण साक्षरता, स्वच्छता, सकल/सूक्ष्म मोटर कौशल (मैती और डे , 2026)।	शारीरिक भागीदारी, मोटर समन्वय, फिटनेस, सहनशक्ति।
प्राणमय कोश	जीवन ऊर्जा विकास	सचेत श्वास, सक्रिय सुनना, संवेदी विनियमन, ध्यान निर्माण।	भावनात्मक आत्म-नियमन, ऊर्जा रखरखाव, शांत ध्यान।
मनोमय कोश	सामाजिक-भावनात्मक	कला, संगीत, रंगमंच, कहानी सुनाना, सहानुभूति, मूल्य अभिविन्यास।	आत्म-जागरूकता, सहकर्मी सहानुभूति, सहयोगात्मक विचार।
विज्ञानमय कोश	संज्ञानात्मक/बौद्धिक	आलोचनात्मक सोच, तार्किक तर्क, वैज्ञानिक जांच, वाद-पद्धति।	स्वतंत्र समस्या-समाधान, संरचनात्मक तर्क, विश्लेषणात्मक कौशल।
आनंदमय कोश	आध्यात्मिक/सौंदर्यबोध	रचनात्मक अभिव्यक्ति, आनंदमय शिक्षण खोज, माइंडफुलनेस, सेवा।	आंतरिक कल्याण, सार्वभौमिक सद्भाव, नैतिक जागरूकता।

2. विशिष्ट स्कूली विषयों में पंचकोश का अंतर्विषयक एकीकरण:

पंचकोश को एक पृथक विषय के रूप में न पढ़ाकर, इसे मुख्य शैक्षणिक विषयों के शिक्षाशास्त्र में अंतर्निहित किया गया है:

- **गणित शिक्षा:** NCERT के गणितीय पाठ्यक्रम का विश्लेषण दर्शाता है कि अधिगम अमूर्तता से सजीवता की ओर बढ़ता है (मधु और आचार्यश्री, 2025)। बुनियादी स्तर (अन्नमय) पर कंकड़ और बीजों जैसी स्थानीय वस्तुओं से संख्यात्मक पैटर्न सिखाए जाते हैं। मध्य स्तर (प्राणमय और मनोमय) पर छात्र 'जादुई वर्ग' जैसी पहेलियों से जुड़ते हैं और पूर्ण वर्गों के पैटर्न का विश्लेषण कर मानसिक अनुशासन विकसित करते हैं, जिसे वे बीजीय रूप में इस प्रकार व्यक्त करते हैं: $\Delta = (n + 1)^2 - n^2 = 2n + 1$, उच्च स्तर (विज्ञानमय और आनंदमय) पर, वास्तविक विश्लेषण और प्राचीन गणितज्ञों द्वारा π के मान हेतु विकसित माधव-ग्रेगोरी श्रृंखला का अध्ययन विद्यार्थियों में गणितीय सौंदर्यबोध और संरचनात्मक सद्भाव (आनंद) को जन्म देता है।
- **भाषा और साहित्य शिक्षा:** प्राथमिक स्तर पर उच्चारण हेतु स्वर तंत्रियों के शारीरिक समन्वय (अन्नमय/प्राणमय) पर बल दिया जाता है। तदुपरांत, नाटकों के माध्यम से रसानुभूति (मनोमय), व्याकरणिक व रूपक विश्लेषण (विज्ञानमय), और अंततः काव्य के चरम रसास्वादन (आनंदमय) तक की यात्रा तय की जाती है।
- **पर्यावरण अध्ययन (EVS) और विज्ञान:** प्रकृति भ्रमण के माध्यम से छात्र अनुभव करते हैं कि उनका अन्नमय कोश सीधे पृथ्वी तत्व से पोषित है। 'वसुधैव कुटुम्बकम्' की भावना (मनोमय) के साथ-साथ वैज्ञानिक परिकल्पना, प्रयोग और डेटा विश्लेषण (विज्ञानमय) का क्रमिक विकास किया जाता है।

3. पाठ्यचर्या एकीकरण का पदानुक्रम और दैनिक संचालन

NEP 2020 के दृष्टिकोण को कक्षा-कक्ष तक पहुँचाने हेतु NCF-SE 2023 एक पंच-स्तरीय रेखीय पदानुक्रम का अनुसरण करता है:

a) **नीतिगत अधिदेश:** NEP 2020 द्वारा समग्र बाल विकास की रूपरेखा।
b) **पाठ्यचर्या अनुवाद:** NCF-SE 2023 द्वारा धर्मनिरपेक्ष, साक्ष्य-आधारित रूपांतरण।
c) **द्विशाखी कार्यान्वयन:** क्रॉस-करिक्युलर समावेशन और मूल्यांकन।
d) **क्षमता निर्माण:** शिक्षकों के लिए विशेष 5-मॉड्यूल प्रशिक्षण।
e) **कक्षा स्तर पर प्रकटीकरण:** संतुलित समय-सारणी के माध्यम से दैनिक क्रियान्वयन।

तालिका 2: प्राथमिक स्तर हेतु संतुलित साप्ताहिक समय-सारणी का प्रतिरूप

दिन	असेंबली (प्राणमय)	कालखंड 3 (अन्नमय)	कालखंड 5 (विज्ञानमय)	कालखंड 7 (मनोमय)	दिन का अंत (आनंदमय)
सोमवार	श्वास और योग	स्वदेशी खेल	गणित (पहेलियाँ और तर्क)	कहानी चक्र और नैतिकता	कृतज्ञता साझा करना
मंगलवार	सचेत आंदोलन	स्वास्थ्य/पोषण शिक्षा	विज्ञान प्रयोग	कला और शिल्प एकीकरण	संगीत और गायन
बुधवार	निर्देशित ध्यान	योग आसन और मुद्राएं	EVS प्रोजेक्ट कार्य	मूल्य शिक्षा	अभिव्यंजक नृत्य
गुरुवार	सकारात्मक पुष्टि	खेल-मैदान गतिविधियाँ	गणित/विज्ञान जांच	नाटक और भूमिका निर्वहन	प्रकृति भ्रमण
शुक्रवार	योगिक स्ट्रेचिंग	खेल प्रतियोगिता	आलोचनात्मक सोच अभ्यास	कचरे से शिल्प	साप्ताहिक उत्सव

***(मल्होत्रा और कौशल, 2024)**

4. मूल्यांकन, क्षमता निर्माण और प्रणालीगत चुनौतियाँ

- **समग्र मूल्यांकन (360-डिग्री HPC):** पारंपरिक पेन-एंड-पेपर आधारित मूल्यांकन केवल बौद्धिक (विज्ञानमय) परत तक सीमित था। NCF-SE 2023 इसके स्थान पर 360-डिग्री 'समग्र प्रगति कार्ड' (Holistic Progress Card - HPC) का प्रावधान करता है, जो शिक्षक, सहकर्मी (Peer) और आत्म-मूल्यांकन के त्रिकोणीय संयोजन से वास्तविक दुनिया की दक्षताओं को मापता है (मैती और डे , 2026)।
- **शिक्षक क्षमता निर्माण:** सफल क्रियान्वयन हेतु शिक्षकों को 'पंचकोश चैंपियंस' के रूप में विकसित करने के लिए 5-मॉड्यूल प्रशिक्षण आवश्यक है, जिसमें योग, SEL, और अनुभवात्मक शिक्षाशास्त्र शामिल हैं (Malhotra & Kaushal, 2024)।
- **कार्यान्वयन की चुनौतियाँ:** वर्तमान में शिक्षक मुख्य रूप से पश्चिमी यांत्रिक मॉडलों में प्रशिक्षित हैं, अतः B.Ed. और D.El.Ed. पाठ्यक्रमों के व्यापक पुनर्गठन की आवश्यकता है। इसके अतिरिक्त, अन्नमय और मनोमय कोश के विकास हेतु आवश्यक बुनियादी ढाँचे (पोषण, खेल के मैदान, कला कक्ष) का अभाव ग्रामीण और कम वित्तपोषित विद्यालयों में एक गंभीर सामाजिक-आर्थिक चुनौती बनी हुई है (पंचाल और अन्य, 2023)।

5. ऐतिहासिक और समकालीन प्रणालियों का तुलनात्मक विश्लेषण

इस अध्ययन का अंतिम विश्लेषण गुरुकुल, औपनिवेशिक और नवीन NCF-SE 2023 प्रणालियों के मध्य एक स्पष्ट ज्ञानमीमांसीय अंतर स्थापित करता है:

तालिका 3: गुरुकुल और आधुनिक स्कूल शिक्षा प्रणालियों की तुलना

पैरामीटर	प्राचीन गुरुकुल प्रणाली	औपनिवेशिक/पारंपरिक आधुनिक प्रणाली	NCF-SE 2023 एकीकृत प्रणाली
मूल दर्शन	आध्यात्मिक, समग्र और आत्म-साक्षात्कार द्वारा संचालित।	विशुद्ध रूप से संज्ञानात्मक, उपयोगितावादी और कारखाना-मॉडल (Factory-model)।	भारतीय लोकाचार में निहित; 21वीं सदी की वैश्विक नागरिकता पर केंद्रित।
शैक्षणिक दृष्टिकोण	मौखिक परंपरा, अनुभवात्मक शिक्षा, चिंतन/प्रतिबिंब।	निष्क्रिय व्याख्यान, पाठ्यपुस्तक-केंद्रित, रटना अधिगम (Rote learning)।	अनुभवात्मक, जांच-आधारित और परियोजना-संचालित शिक्षा।
मूल्यांकन मीट्रिक	व्यावहारिक जीवनचक्र अनुप्रयोग और व्यवहारिक महारत।	उच्च-जोखिम वाली योगात्मक परीक्षाएं, पेन-पेपर अंक।	बहुआयामी 360-डिग्री समग्र प्रगति कार्ड (HPC)।
छात्र कल्याण	योग और आयुर्वेद के माध्यम से दैनिक दिनचर्या में एकीकृत।	हाशिए पर; जिसके कारण उच्च शैक्षणिक तनाव और चिंता।	पंचकोश विकास के माध्यम से पाठ्यक्रम में स्पष्ट रूप से सन्निहित।

निष्कर्ष:

तैत्तिरीय उपनिषद के प्राचीन, ध्यानात्मक स्थानों से लेकर 21वीं सदी की डिजिटल रूप से संचालित कक्षाओं तक पंचकोश ढांचे की वैचारिक और परिचालन यात्रा भारतीय मनोवैज्ञानिक विचार की कालातीत प्रकृति का एक प्रमाण है। एनसीएफ-एसई 2023 केवल इतिहास में पीछे नहीं देखता, बल्कि यह अनियंत्रित छात्र तनाव, डिजिटल व्याकुलता, कम ध्यान अवधि और खंडित सीखने जैसे अत्यधिक आधुनिक प्रणालीगत शैक्षिक संकटों को हल करने के लिए इस प्राचीन ज्ञान को रचनात्मक रूप से पुनरुत्पादित करता है; जैसा कि पूर्व के अनुभवजन्य अध्ययनों (पंचाल और अन्य, 2023) के साक्ष्यों से स्पष्ट है कि बुनियादी चरण में पांच नेस्टेड मानव कोशों को लक्षित करने वाली शैक्षणिक गतिविधियों से बच्चों में सकारात्मक और न्यायसंगत विकासात्मक प्रगति होती है। इसी प्रासंगिकता को धरातल पर उतारने के लिए नीतिगत सुधारों की आवश्यकता है, जिसके तहत एनसीईआरटी (NCERT) और एससीईआरटी (SCERTs) को शिक्षकों के लिए विशेष व अनिवार्य मानकीकृत प्रशिक्षण मॉड्यूल सह-विकसित करने चाहिए, सरकारों को सार्वजनिक-निजी भागीदारी से ग्रामीण स्कूलों में बुनियादी ढांचे का संवर्धन कर अन्नमय (संतुलित पोषण, खेल) और मनोमय (कला, संगीत) के प्रावधान सुनिश्चित करने चाहिए, तथा राज्य परीक्षा बोर्डों को उच्च-जोखिम वाले विशुद्ध संज्ञानात्मक परीक्षणों को समाप्त कर 360-डिग्री समग्र प्रगति कार्ड (HPC) ढांचे को पूरी तरह अपनाना चाहिए।

इन निष्कर्षों का विस्तार करने और इस मॉडल को और सुदृढ़ बनाने के लिए भविष्य के अनुसंधान को दीर्घकालिक मनोवैज्ञानिक लचीलेपन और संज्ञानात्मक परिणामों को मापने के लिए एक बहु-वर्षीय अवधि में पंचकोश पाठ्यक्रम के संपर्क में आने वाले छात्रों पर व्यापक अनुदैर्ध्य (longitudinal) अध्ययनों को प्राथमिकता देनी चाहिए। इसके अतिरिक्त, अत्यधिक विविध वैश्विक, क्रॉस-सांस्कृतिक और अंतर्राष्ट्रीय शैक्षिक सेटिंग्स में बहु-केंद्रित अनुभवजन्य मान्यताएं इस प्राचीन भारतीय मनोवैज्ञानिक ढांचे की सार्वभौमिक अनुकूलनशीलता को निर्धारित करने में मदद करेंगी, जिससे यह ज्ञान न केवल भारत बल्कि वैश्विक शिक्षा प्रणालियों के लिए भी समान रूप से प्रासंगिक और प्रभावी सिद्ध हो सके।

संदर्भ सूची:

Bruner, J. S. (1966). *Toward a theory of instruction*. Harvard University Press.

Chapagain, P. (2025). Integrating the PanchKosha with education: A framework for all-round development in the modern classroom. *Journal of Teaching and Development*, *1*(1), 1–10.

Giri, A. (1998). *Comprehensive study of pre-primary schools of Gujarat state* [Unpublished M.Phil. dissertation]. Gujarat Vidyapith.

Government of India, Ministry of Education. (2020). *National Education Policy 2020*.

Lakoff, G., & Johnson, M. (1999). *Philosophy in the flesh: The embodied mind and its challenge to Western thought*. Basic Books.

Li, S. (2023). Application of embodied learning in middle school mathematics education. *Journal of Education, Humanities and Social Sciences*, *22*, 452–459.

Madhu, B., & Atchayasree, K. (2025). Panchakosha concept as per NEP 2020 and change in the perspective in mathematics education. *Research Review Journal of Indian Knowledge Systems (RRJIKS)*, *2*(2), 239–248.

Maity, A., & Dey, B. (2026). Five-fold development of the child: The NCF-SE approach. *International Journal Research Publication Analysis*, *2*(3), 1–12. https://doi.org/10.1555/ijrpa.2287

Malhotra, D., & Kaushal, R. (2024). Panch Kosh in practice: Realizing NEP 2020's vision of holistic and experiential learning. *ShodhKosh: Journal of Visual and Performing Arts*, *5*(6), 3596–3607. https://doi.org/10.29121/shodhkosh.v5.i6.2024.6446

NCERT. (2022). *National Curriculum Framework for Foundational Stage (NCF-FS)*.

NCERT. (2023). *National Curriculum Framework for School Education (NCF-SE)*.

Panchal, T. P., Pandya, N. S., & Deshmukh, S. (2023). Effectiveness of Panchkosh development program in pre-school children. *International Journal of Novel Research and Development (IJNRD)*, *8*(12), 695–700.

Paijwar, P. H. A. (2024). Concept of Panchakosha in Vedic literature. *Vedvigyanbhaswati*, *4*(6–7), 22–27.

Piaget, J. (1952). *The origins of intelligence in children*. International Universities Press.

Roeser, R. W. (2005). An introduction to Hindu India's contemplative psychological perspective on motivation, self, and development. In J. Miller (Ed.), *Contemplative Education: Essays on Mindfulness and Prayer in the Classroom* (pp. xx–xx). Springer. *(Note: Insert the chapter page numbers here if available).*

Shah, D. (2019). Design and validation of a self-regulated learning readiness scale. *Research Guru*, *1*(2).

Sharma, K. P. (2023). A critical analysis of Panchakosh theory. *International Journal for Research in Applied Science & Engineering Technology*, *11*(8), 1017–1022. https://doi.org/10.22214/ijraset.2023.55311

Singh, M. (2024). An exploration into Panchakosha Vikas (five-fold development): A fundamental component of Indian tradition within India's NCF 2023. *Jamshedpur Research Review*, *3*(65), 54–64.

Varela, F. J., Thompson, E., & Rosch, E. (1991). *The embodied mind: Cognitive science and human experience*. MIT Press.

Vijay, M. (2025). A philosophical and scientific exploration of the five sheaths (Pancha Kosha) that unveiling consciousness (Chaitanya). *Journal of Ayurveda & Holistic Medicine*, *13*(3), 93–106. https://doi.org/10.70066/jahm.v13i3.1708

Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.

Yeh, C., Reinholz, D. L., Lee, H. H., & Moschetti, M. (2025). Beyond verbal: A methodological approach to highlighting students' embodied participation in mathematics classrooms. *Journal for Research in Mathematics Education*. *(Note: If this is an advance online publication without a volume/page range yet, this format is correct).*

पोद्दार, ह.)सं.(.)2014). *श्रीविष्णुपुराण (सटीक)*. गीता प्रेस.