National Journal of Hindi & Sanskrit Research

ISSN: 2454-9177
NJHSR 2026; 1(64): 372-378
© 2026 NJHSR
www.sanskritarticle.com

Sanjib Kumar Manna
Research Scholar (Education),
National Sanskrit University,
Tirupati

Correspondence:
Sanjib Kumar Manna
Research Scholar (Education),
National Sanskrit University,
Tirupati

आधुनिकसमाजे श्रीमद्भगवद्गीतायाः द्वादशोऽध्यायोक्तनिर्देशन-परामर्शतत्त्वानां प्रासङ्गिकता

Sanjib Kumar Manna

शोधसारः

श्रीमद्भगवद्गीतायाः द्वादशोऽध्यायः "भक्तियोगः" इति नाम्ना प्रसिद्धः अस्ति। अस्मिन्नध्याये श्रीकृष्णः भक्तेः स्वरूपम्, आदर्शभक्तस्य गुणान्, भावनात्मकसन्तुलनं, समदृष्टिम्, आत्मसंयमं, सहिष्णुतां तथा मानवसम्बन्धेषु सौहार्दभावस्य महत्त्वं प्रतिपादयति। विशेषतः १–२, ४–५, १३–१७ इत्येतेषु श्लोकेषु आधुनिकनिर्देशन-परामर्शशास्त्रस्य अनेकानि मौलिकतत्त्वानि अन्तर्निहितानि दृश्यन्ते। अद्यतनसमाजे मानवः मानसिकक्लेशेन, भावनात्मकअसन्तुलनेन, असहिष्णुतया, सामाजिकविच्छिन्नतया, आत्मकेन्द्रित-भावेन च पीडितः दृश्यते। एतादृशेषु परिस्थितिषु द्वादशोऽध्यायः व्यक्तेः भावनात्मकपरिपक्वतां, सामाजिकसामञ्जस्यं, सहानुभूतिं तथा मानसिकशान्तिं विकसितुं समर्थः भवति। आधुनिकनिर्देशन-परामर्शदृष्ट्या अस्याध्यायस्य तत्त्वानि भावनात्मकस्वास्थ्यविकासे अत्यन्तोपयोगीनि भवन्ति।

प्रथम-द्वितीयश्लोकयोः अर्जुनः सगुणोपासना-निर्गुणोपासनयोः मध्ये श्रेष्ठतां पृच्छति। अत्र स्पष्टं दृश्यते यत् मानवस्वभावाः, मानसिकप्रवृत्तयः, आध्यात्मिकरुचयः च भिन्नाः भवन्ति। आधुनिकपरामर्शशास्त्रे अपि प्रत्येकस्य व्यक्तेः आवश्यकताः, विचारपद्धतिः, भावनात्मकस्थितिः, व्यक्तित्वस्वभावः च भिन्नः इति स्वीक्रियते। अतः निर्देशन-परामर्शप्रक्रियायां *individual difference* इति तत्त्वस्य महत्त्वं विशेषतया दृश्यते।

चतुर्थ-पञ्चमश्लोकयोः निर्गुणोपासनायाः कठिनता प्रतिपादिता। अत्र गीता शिक्षयति यत् व्यक्तेः सामर्थ्यानुसारं, मानसिकस्थित्यानुसारं च मार्गदर्शनं करणीयम्। आधुनिकपरामर्शशास्त्रे अपि client-centred approach अत्यन्तमहत्त्वपूर्णः मन्यते। परामर्शदाता व्यक्तेः क्षमतां, परिस्थित्याः, भावनात्मकसन्तुलनस्य च विचारं कृत्वा परामर्शं ददाति।

त्रयोदशश्लोकात् सप्तदशश्लोकपर्यन्तम् आदर्शभक्तस्य गुणाः वर्णिताः—*अद्वेष्टा सर्वभूतानां मैत्रः करुण एव च*...अत्र मैत्री, करुणा, अहिंसा, क्षमा, समत्वम्, अहंकाररहितता, सन्तोषः, आत्मसंयमः, भयमुक्तता च प्रतिपादिताः। एते सर्वे गुणाः आधुनिके emotional counselling तथा personality development इत्येतयोः मूलाधारतत्त्वरूपेण स्वीक्रियन्ते। "मैत्रः करुण एव च" इत्यनेन सहानुभूतेः, भावनात्मकसमर्थनस्य, मानवीयसम्बन्धस्य च महत्त्वं प्रतिपादितम्। आधुनिकसमाजे व्यक्तयः एकाकित्वेन, भावनात्मकउपेक्षया, सम्बन्धविच्छेदेन च पीडिताः भवन्ति। गीता परस्परसंवेदनशीलतायाः, सहकार्यभावस्य, करुणायाः च महत्त्वं बोधयति। आधुनिक relationship counselling मध्ये एषः सिद्धान्तः अत्यन्तप्रासङ्गिकः अस्ति।

"निर्ममो निरहङ्कारः" इत्यनेन अहंकारत्यागः, विनयः, आत्मनियन्त्रणं च प्रतिपादितम्। आधुनिकमनोविज्ञानम् अपि excessive ego, self-centred behaviour तथा emotional rigidity इत्येतान् मानसिकअशान्तेः कारणरूपेण स्वीकरोति। गीता आत्मसंयमस्य, विनयभावस्य, सन्तुलितव्यक्तित्वस्य च मार्गं दर्शयति। "समदुःखसुखः क्षमी" इत्यनेन भावनात्मकसन्तुलनस्य महत्त्वं

प्रतिपादितम्। आधुनिकजीवने सफलता-असफलता, लाभ-हानि, प्रशंसा-निन्दा इत्यादिभिः व्यक्तिः अत्यधिकं प्रभावितः भवति। गीता समत्वदृष्ट्या मानसिकस्थैर्यं, धैर्यं, भावनात्मकपरिपक्वतां च विकसितुं प्रेरयति। एषः सिद्धान्तः stress management तथा emotional regulation इत्येतयोः सन्दर्भे अत्यन्तमहत्त्वपूर्णः अस्ति।

चतुर्दश-पञ्चदशश्लोकयोः भयमुक्तता, मानसिकशान्तिः, सामाजिक-सौहार्दं च प्रतिपादितम्। आधुनिकसमाजे क्रोधः, ईर्ष्या, स्पर्धा, सामाजिकतनावः च बहुधा मानसिकविक्षेपस्य कारणानि भवन्ति। गीता सहिष्णुतायाः, शान्तभावस्य, सन्तुलितव्यवहारस्य च महत्त्वं प्रतिपादयति।

षोडश-सप्तदशश्लोकयोः अपेक्षारहितता, पवित्रता, स्थिरबुद्धिता, अनासक्तिः च वर्णिताः। आधुनिकपरामर्शशास्त्रे अपि मानसिक-स्वतन्त्रता, आत्मनियन्त्रणं, सकारात्मकजीवनदृष्टिः च स्वस्थ-व्यक्तित्वस्य आवश्यकतत्त्वानि मन्यन्ते। द्वादशोऽध्यायस्य समग्रदृष्ट्या ज्ञायते यत् व्यक्तित्वविकासः केवलं बौद्धिकविकासः न, अपितु भावनात्मकपरिपक्वतायाः, सहानुभूतेः, नैतिकमूल्यविकासस्य, सामाजिक-सामञ्जस्यस्य च समन्वितप्रक्रिया अस्ति।

प्रमुखशब्दाः

श्रीमद्भगवद्गीता, निर्देशनम्, परामर्शः, मनोविज्ञानम्, व्यक्तित्व-विकासः, मानसिकस्वास्थ्यम्, भावनात्मकसन्तुलनम्

प्रस्तावना

अकारणकारुण्यरूपस्य जगज्जन्मादिकारणस्य परमेश्वरस्य अरविन्दा-सनस्य अरविन्दमुखात् निःसृतोऽयं वेदराशिः। एतादृशे वेदराशौ विद्यमानानां निगूढार्थानामवगमनं सर्वेषां कृते न सुलभमिति मत्वा सुकुमारमतीनामपि सुलभावगाहनार्थं पीयूषसदृशानि सहृदयाह्लाद-जनकानि चतुर्वर्गफलप्रदायकानि काव्यानि समजनिषन्त। तेषु सर्वेषामपि काव्यानां मूलस्तम्भभूतं लक्षश्लोकात्मकं महाभारत-महाकाव्यं त्रिनेत्रशम्भुरूपस्य भगवतो वेदव्यासस्य मुखारविन्दात् निःसृतम्। अत्रैव खलु सकलशास्त्रसाररूपस्य गीतामृतस्य दिव्यो विलासः दृश्यते।

महाभारतस्य कर्तृत्वविषये विदुषां मध्ये प्रचुरो विवादः दृश्यते। अस्य ग्रन्थस्य विकासक्रमविषयेऽपि नैकमत्यमस्ति। सूक्ष्मदृष्ट्या परिशीलनेन ज्ञायते यत् महाभारतस्य विकासे त्रयः प्रमुखाः चरणाः सन्ति। प्रथमचरणे 'जय' इति नाम्ना प्रसिद्धमिदं काव्यं व्यासप्रणीतं ८८०० श्लोकपरिमितम् आसीत्। तत् धर्मचर्यां प्रमुखविषयीकृत्य वैशम्पायनाय कथितमभवत्। द्वितीयचरणे 'भारत' इति नाम्ना विख्यातमिदं महाकाव्यं २४,००० श्लोकपरिमितम् अभवत्। वैशम्पायनेन जनमेजयस्य नागयज्ञे तदेतत् जनमेजयाय श्रावितम्। तृतीयचरणे 'महाभारतम्' इति नाम्ना प्रसिद्धमिदं महाकाव्यं सौतिना (उग्रश्रवसा) विस्तारितम् एकलक्षश्लोकपरिमितं च अभवत्। तत् नैमिषारण्ये शौनकादिभ्य ऋषिभ्यः यज्ञकाले श्रावितम्। अस्मिन् महाकाव्ये प्रधानतया कौरवपाण्डवानामितिवृत्तं, तयोर्मध्यमुद्भूतः संघर्षः, श्रीमद्भगवद्गीतायाः दिव्योपदेशः, महाभारतयुद्धं, पाण्डवानां विजयश्च विस्तरेण वर्णिताः सन्ति।

द्वादशेऽध्याये भगवतः उपासना भगवद्भक्तेः स्वरूपं च तस्य गुणाः विस्तारतः वर्ण्यन्ते। अयम् अध्यायः परामर्शतत्त्वेन आत्मसमर्पणम्, समत्वबुद्धिः आस्थायाः महत्त्वं च प्रतिपादयति। यत्र अर्जुनः सशङ्कः, सन्देहयुक्तः च भवति – "कः श्रेष्ठः? निर्गुणनिष्ठः वा सगुणोपासकः?" – अत्र भगवान् स्पष्टं निर्देशं दत्तवान् – व्यक्तित्वप्रकृतिविचारेण उपयुक्तमार्गनिर्देशनम् अतीव आवश्यकम्। अत्र भक्ति न केवलं धार्मिकभावनां सूचयति, अपि तु तत्त्वदृष्ट्या जीवनदर्शनस्य मनोवैज्ञानिकमूल्यम् अपि बोधयति। निर्देशनपरामर्शतत्त्वेन अयम् अध्यायः Value-Centred Counselling, Emotionally Integrated Guidance, च Person-Centred Therapy इत्यादीन् सम्यग्दर्शयति।

श्रीमद्भगवद्गीतायाः परिचयः

श्रीमद्भगवद्गीताशास्त्रस्यऋषिः- भगवान् वेदव्यासः,छन्दः- प्रायशः अनुष्टुपः,देवता- परमात्मा विष्णुः,बीजम्- अशोच्यानन्वशोचस्त्वम्, शक्तिः- सर्वधर्मान् परित्यज्य मामेकं शरणं व्रज, कीलकम्- उर्ध्वमूलमधः शाखं,विनियोगश्च- अस्मदीयानां मोक्षनिमित्तम्।

गीतायाम् अष्टादशाध्यायाः सन्ति। प्रत्येकम् अध्यायस्य पृथक् नाम वर्तते। कृष्णार्जुनयोः संवादानुसारम् अध्यायाः विभक्ताः। अध्ययाः तु कर्म-उपासना-ज्ञानकाण्डभेदेन त्रिषु विभागेषु वर्णिताः दृश्यन्ते। गीतेयं श्रीमन्महाभारते भीष्मपर्वणि पञ्चविंशादारभ्य द्विचत्वारिंश-दध्यायपर्यन्तं व्याप्ता वर्तते। श्रीमद्भगवद्गीता-श्लोकसंख्याविषये भीष्मपर्वणि इत्थं दृश्यते-

षट् शतानि सविंशानि श्लोकानां प्राह केशवः।
अर्जुनः सप्तपञ्चाशत् सप्तषष्टिं च सञ्जयः
धृतराष्ट्रः श्लोकमेकं गीतायाः मानमुच्यते।। इति

पञ्चमवेदस्य महाभारतस्य गीतायां श्रीकृष्णः अत्र उपदेष्टा, श्रोता च अर्जुनः। एषः गीतोपदेशः इत्यपि नामान्तरं वर्तते। प्रस्थानत्रयेषु स्मृतिप्रस्थानरुपेण वेदान्तशास्त्रे एतस्याः अन्तर्भावः भवति। अस्य मोक्षशास्त्रम् इत्यपि नाम वर्तते।श्रीमद्भगवद्गीताशास्त्रं वैदिकवाङ्मये सम्पूर्णवेदस्थानीयमिति शास्त्रविदां मतम्।

श्रीमद्भगवद्गीतायाः महत्त्वम्

गीतायां जाति-धर्म-वर्ण-सम्प्रदायादिनिरपेक्षेण सर्वेषां कृते उपदेशाः प्रदत्ताः। यत्र "नियतं कुरु कर्तव्यम्" इति उपदिशता भगवता कर्मणः श्रेष्ठं प्रतिपादितं तत्रैव सर्वं कर्माखिलं पार्थज्ञाने परिसमाप्यते इति निर्दिशता ज्ञानस्यापि महामहिमहत्त्वं व्यक्तीकृतम्।किञ्च "सर्वधर्मान् परित्यज्य मामेकं शरणं व्रज" इति निगदता भगवता शरणागतिरुपायाः भगवद्भक्तेः परमोत्कर्षः साधितः।एवंरूपेण भगवद्गीता ज्ञान-कर्म-भक्तिरुपायां त्रिवेण्यां विश्वमानवमवगाहयन्ति सर्वेषां परमकल्याणस्य मार्गं प्रस्तौति। गीता न केवलं परमार्थिकं शास्त्रम् अपितु एषा व्यवहारिकीं विद्यामपि शिक्षयति। तथाहि-

युक्ताहार विहारस्य युक्तचेष्टस्य कर्मसु।
युक्तस्वप्नावबोधस्य योगो भवति दुःखहा।। (भ.गी.- ६/१७)

इत्यस्मिन् श्लोके भगवद्गीता समयानुवर्तितां शिक्षयति। एवमेव-

विद्या विनयसम्पन्ने ब्राह्मणे गविहस्तिनि।
शुनि चैव स्वपाके च पण्डिताः समदर्शिनः।। (भ. गी.- ५/१८)

इत्यत्र गीता साम्यवादमुद्घोषयति। अपिच-

यस्मान्नोद्विजते लोको लोकान्नोद्विजते च यः।
हर्षामर्षभयोद्वेगैर्मुक्तो यः स च मे प्रियः।। (भ. गी.- १२/१५)

इत्यत्र विश्वमैत्रीभावना, त्यागः, परोरकारः इत्यादयः महनीयगुणाः प्रतिपादिताः।

निर्देशनस्य सम्प्रत्ययः

प्रत्येकं मनुष्यः स्वस्य इच्छानाम् आवश्यकतानाञ्च पूर्तये वातावरणे अनेकान् संघर्षान् अनुभवति। सः जन्मतः मृत्युपर्यन्तं समस्याः दूरीकर्तुं स्ववातावरणस्य आनुकूलतां सम्पादयितुञ्च निरन्तरं प्रयतते। तदर्थं सः योग्यताः, सामर्थ्यानि च विकासयति। सः स्वस्य पूर्वज्ञानम् अनुभवञ्चाश्रित्य समस्यापरिष्काराय विविधाः योजनाः निर्माति। परन्तु कदाचित् सः लक्ष्यप्राप्तौ असमर्थः भवति। तदर्थं योग्योपायः अथवा मार्गः न प्रतीयते। तादृशावस्थायां सः जेष्ठान् आश्रयति, तेषां सूचनाश्च पालयति। एतदेव निर्देशनम् इत्युच्यते।

निर्देशनं वैयक्तिकसाहाय्यं वर्तते। एतत् सामूहिकं वैयक्तिकञ्च भवितुमर्हति। इतोऽपि निर्देशनं भाविजीवनाय मनुष्यस्य पूर्वसिद्धतां सम्पादयति, भाविजीवनाय आवश्यकसामर्थ्यानां सम्पादने साहाय्यमाचरति। Jones महोदयस्य मते – "कश्चित् मनुष्यः अन्यस्मै विकल्पानां चयने, सामञ्जस्ये, समस्यापरिष्काराय च क्रियमाणसाहाय्यं निर्देशनम्" इत्युच्यते। निर्देशनं बहुप्रकारकाः भवन्ति, तद्यथा- शैक्षिकनिर्देशनं, व्यवसायिकनिर्देशनं, वैयक्तिक-निर्देशनम् इत्यादयः।

परामर्शदानस्य सम्प्रत्ययः

वयं नित्यजीवने नानाविधान् समस्याविशेषान् अनुभवामः। यदा तासां समस्याणां समाधानं स्वयमेव कर्तुं न समर्थाः भवामः, तदा वयं ज्येष्ठजनानाम् आश्रयं गृह्णीमः। शिक्षायाः, आजीविकायाः, विवाहस्य, भूमिविवादस्य, आयकरसम्बद्धकार्याणां, वित्तीययोजनायाश्च सन्दर्भे तेषां सूचनान् तथा मार्गदर्शनम् अनुसरामः। कदाचित् शिक्षाविदः, वैद्याः, न्यायवादिनः, लेखापरीक्षकाः (Auditors) इत्यादीन् विशेषज्ञान् सम्प्राप्य तेषां परामर्शमपि पालयामः। एषा प्रक्रिया सामान्यतया 'परामर्शः' इति कथ्यते। किन्तु शिक्षामनोविज्ञानस्य परिप्रेक्ष्ये 'परामर्शः' इति पदस्य अर्थः इतोऽपि व्यापकः, गम्भीरश्च वर्तते। अत्र परामर्शः केवलं सूचनाप्रदानं न, अपितु व्यक्तेः समस्याबोधे, निर्णयनिर्माणे, आत्मविकासे, भावनात्मकसमायोजने च सहायकत्वेन परिगण्यते।

व्यक्तौ आत्मनिर्भरतायाः विकास एव परामर्शस्य मुख्योद्देश्यं वर्तते। परामर्शक्रियायां परामर्शकर्ता, परामर्शग्रहीता च अवश्यं भवतः। एतयोरुभयोर्मध्ये परस्परविश्वासः, अवगमनं, स्पष्टवादिता इत्यादयः अवश्यं भवेयुः। अनया प्रक्रियया व्यक्तेः अभिरुचीनाम्, अभिवृत्तीनां, व्यवहारस्य च अनुकूलपरिवर्तनार्थम् उपायाः विचार्यन्ते। एतेन व्यक्तिः स्वसामर्थ्यानुसारं स्वसमस्यानां परिष्कारं स्वयमन्विषति, स्वस्य जीवनमार्गं स्वयं चिनोति। इत्थम् आत्मनः समाजस्य च विकासं करोति।

Rogers महोदयानुसारं- "कस्याश्चित् व्यक्तेः व्यवहारस्य अभिवृत्तेश्च नवीकरणाय निपुणेन वारं वारं प्रत्यक्षसम्पर्कद्वारा क्रियमाणसाहाय्यं परामर्शः" इति वक्तुं शक्यते।

परामर्शस्य उद्देश्यमाश्रित्य परामर्शस्य त्रयः प्रकाराः सन्ति। ते यथा-

- निर्देशात्मकपरामर्शः(Directive Counselling)
- अनिर्देशात्मकपरामर्शः(Non-Directive Counselling)
- समन्वितपरामर्शः(Eclectic Counselling)

निर्देशन-परामर्शयोः तत्त्वानि

निर्देशन-परामर्शक्षेत्रे बहवः मनोवैज्ञानिकाः, शिक्षाशास्त्रविदः च स्वस्वसिद्धान्तान् प्रतिपादितवन्तः। एतेषां सिद्धान्तानां समन्वयेन विविधतत्त्वानि विकसितानि सन्ति। एते निर्देशन-परामर्शतत्त्वानि न केवलम् एकस्मात् ग्रन्थात् गृहीतानि, अपि तु विविधेषु मनोवैज्ञानिकेषु, शैक्षिकेषु च ग्रन्थेषु प्रतिपादितानां सिद्धान्तानां समन्वयेन शोधकर्त्रा स्वकीयतया संयोजितानि सन्ति। अस्य अध्ययनस्य ५० तत्त्वानि विविधैः मनोवैज्ञानिकैः, शिक्षाशास्त्रविद्भिः, अन्तर्राष्ट्रीयसंस्थाभिः च प्रतिपादितसिद्धान्तानां आधारेण समन्वितानि सन्ति। अस्य अध्ययनस्य सैद्धान्तिकाधारः Rogers, Parsons, Super, Ellis, Beck, Maslow इत्यादीनां मनोवैज्ञानिक-सिद्धान्तेषु, तथा NCERT, UNESCO, WHO इत्यादीनां संस्थागत-लेख्येषु आधारितः अस्ति।

एतेषां तत्त्वानां केचन निर्देशनप्रधानाः, केचन परामर्शप्रधानाः, अपरे तु उभयसमन्विताः सन्ति। आधुनिकदृष्ट्या निर्देशन-परामर्शयोः भेदः सैद्धान्तिकः अस्ति, व्यवहारतः तु उभयोरैक्यं दृश्यते।

A. निर्देशनप्रधानतत्त्वानि (Guidance-Oriented Elements)			
1.	विकल्पप्रस्तुतीकरणम् (Providing Alternatives)	9.	लक्ष्यसिद्धेः मूल्याङ्कनम् (Evaluation of Goals)
2.	स्वनिर्णयशक्तिः (Decision Making Ability)	10.	दीर्घकालिकनिर्देशनम् (Long-term Guidance)
3.	मार्गदर्शनम् (Guidance)	11.	जीवनकौशलविकासः (Life Skills)
4.	सहयोगभावः (Cooperation)	12.	व्यावसायिकनिर्देशनम् (Vocational Guidance)
5.	समस्या-समाधानकौशलम् (Problem Solving)	13.	भविष्यत्सज्जता (Future Readiness)
6.	लक्ष्यनिर्धारणम् (Goal Setting)	14.	नैतिकजागरूकता (Ethical Awareness)
7.	सततपर्यवेक्षणम् (Continuous Monitoring)	15.	मानवसंसाधनविकासः (Human Resource Development)
8.	सूचना-साक्षरता (Information Literacy)		

B. परामर्शप्रधानतत्त्वानि (Counselling-Oriented Elements)			
16.	समस्यासंज्ञानम् (Problem Identification)	25.	नैतिकदायित्वम् (Ethical Responsibility)
17.	सहानुभूति (Empathy)	26.	मनोचिकित्सासमन्वयः (Therapeutic Integration)
18.	गोपनीयता (Confidentiality)	27.	पारिवारिकपरामर्शः (Family Counselling)
19.	सक्रियश्रवणम् (Active Listening)	28.	व्यसननिवारणम् (Addiction Prevention)
20.	अभिव्यक्तिस्वातन्त्र्यम् (Free Expression)	29.	आत्महत्याप्रतिषेधसम्बद्धकौशलम् (Suicide Prevention)
21.	भावनात्मकसन्तुलनम् (Emotional Balance)	30.	आघातोत्तरजीवननिर्माणम् (Post-Trauma Recovery)
22.	संकटव्यवस्थापनम् (Crisis Management)	31.	अभिव्यक्तिचिकित्सा (Expressive Therapy)
23.	संघर्षनिवारणम् (Conflict Resolution)	32.	शिक्षकपरामर्शः (Teacher Counselling)
24.	पुनःनिर्देशनम् (Referral/Reframing)		

C. उभयसमन्विततत्त्वानि (Integrative Elements)			
33.	व्यक्तिविशेषस्य अवगमनम् (Understanding Individual)	42.	प्रविधिसहायकपरामर्शः (Technology-Assisted Counselling)
34.	व्यक्तित्वविकासः (Personality Development)	43.	प्रेरणात्मकनेतृत्वम् (Motivational Leadership)
35.	अभिप्रेरणा (Motivation)	44.	आत्मसंवर्धनम् (Self-Development)
36.	आत्मबोधनम् (Self-awareness)	45.	संवेदनशीलताविकासः (Development of Sensitivity)
37.	सामाजिकसामञ्जस्यता (Social Adjustment)	46.	विविधितासमावेशनम् (Diversity Inclusion)
38.	मूल्यबोधनम् (Value Education)	47.	आध्यात्मिकचेतना (Spiritual Insight)
39.	आत्मनिर्भरता (Self-Reliance)	48.	नैतिकनिर्णयः (Ethical Decision)
40.	समग्रचिन्तनम् (Holistic Thinking)	49.	समावेशितशिक्षा-निर्देशनम् (Inclusive Guidance)
41.	सांस्कृतिकसंवेदनशीलता (Cultural Sensitivity)	50.	मनोनियन्त्रणम् (Psychological Regulation)

निर्देशन-परामर्शतत्त्वदृष्ट्या श्लोकानुसारं विस्तृतं विश्लेषणम्

श्लोकसंख्या 12.1 - 2

अर्जुन उवाच –

एवं सततयुक्ता ये भक्तास्त्वां पर्युपासते।
ये चाप्यक्षरमव्यक्तं तेषां के योगवित्तमाः॥

श्रीभगवानुवाच —

मय्यावेश्य मनो ये मां नित्ययुक्ता उपासते।
श्रद्धया परयोपेतास्ते मे युक्तमा मताः॥

श्लोकयोः अर्थः -

अर्जुन उवाच – हे भगवन्! सततं युक्ताः ये भक्ताः त्वां साकारं रूपं पर्युपासते, तथा ये अक्षरम् अव्यक्तं ब्रह्म उपासते — एतेषां मध्ये के योगवित्तमाः (उत्तमयोगिनः) इति।

श्रीभगवानुवाच – ये जनाः श्रद्धया परया सहिताः, मनः मय्येव स्थापयित्वा नित्ययुक्ताः मां साकारम् उपासते — ते मम दृष्ट्या युक्ततमा इत्युक्ताः।

वक्तुः श्रोतुश्च स्थितिः अभिप्रायश्च —

अर्जुनः भगवत्स्वरूपे सन्देहम् अनुभवति — साकारस्य वा निराकारस्य उपासना श्रेष्ठा इति जिज्ञासा तस्य अन्तरङ्गविचारात् उत्पन्ना। तस्मात् सः स्पष्टं निर्देशं याचते। श्रीकृष्णः अर्जुनस्य संशयं सम्यक् ज्ञात्वा, भक्तियोगस्य श्रेष्ठतां स्पष्टयति। स श्रद्धयुक्तभक्तेः महत्त्वं प्रतिपादयति।

निर्देशनपरामर्शतत्त्वानि (Guidance & Counselling Elements)

संशयोपनयनम् (Clarification of Doubts): अर्जुनस्य मनसि साकार-निराकारोपासनाविषये उत्पन्नः संशयः भगवता स्पष्टतया निवार्यते।

मूल्यनिर्धारणम् (Value-based Guidance): श्रद्धया सह साकारभगवदुपासना युक्ततमा इति भगवता निर्देशः क्रियते — तत्त्वमिदं जीवनवृत्तौ आध्यात्मिकदृष्ट्या मूल्यनिर्धारणं सूचयति।

विकल्पविश्लेषणम् (Analysis of Alternatives): अर्जुनः द्विविधमार्गयोः विश्लेषणं करोति – भक्तियोगो वा ज्ञानयोगः। भगवता युक्तिमत्तया भक्तियोगस्य श्रेष्ठता प्रतिपादिता।

निर्णयनिर्देशनम् (Guidance in Decision-Making): भगवान् स्पष्टं निर्देशयति यः भक्तः श्रद्धया, मनसि माम् अवस्थित्य नित्यं माम् उपासते– स एव युक्ततमः इति। इदं निर्णयनिर्देशनस्य स्पष्टम् उदाहरणम्।

व्याख्या विश्लेषणञ्च-

अत्र भगवतः मतं स्पष्टं– ये भक्ताः श्रद्धया मनसा नियमिततया भगवदुपासनां कुर्वन्ति ते श्रेष्ठाः। अयं श्लोकः "सततभावनया एकाग्रता" इति परामर्शतत्त्वं सूचयति। Counselling मध्ये, ग्राहकः (client) यदा लक्ष्यपरायणो विश्वासयुक्तः निरन्तरप्रयत्नशीलश्च भवति, तदा तस्य सम्यग्विकासः साधयति। अयं "*Inner Stability through Devotional Anchoring*" इत्यस्य दृष्टान्तः। अर्जुनः अत्र द्विविधोपासने सन्देहं प्रकटीकरोति – सगुणः ईश्वरः वा निर्गुणः ब्रह्म? परामर्शमूलकमिदं प्रश्नरूपम् अस्ति। अत्र मार्गनिर्धारणस्य समस्या अस्ति – "कं मार्गं स्वीचरेत्?"। भगवान् सगुणोपासकान् युक्तमान् इति निर्दिशति– तात्पर्यं, परामर्शे व्यक्तिकेन्द्रितदृष्टिः आवश्यकी। क्लिष्टमार्गे अनधिकारिणः प्रेषणं न युक्तम्। तत्त्वमिदम् आधुनिकपरामर्शे 'client-centred approach' इति प्रसिद्धम्।

श्लोकसंख्या 12.4

संनियम्येन्द्रियग्रामं सर्वत्र समबुद्धयः।
ते प्राप्नुवन्ति मामेव सर्वभूतहिते रताः॥

श्लोकस्य अर्थः –

ये इन्द्रियसमूहं संयम्य, सर्वत्र समबुद्धयः सन्तः, सर्वभूतहिते रताः च, ते अव्यक्तं ब्रह्म उपासन्ते, ते मामेव प्राप्नुवन्ति।

वक्तुः श्रोतुश्च स्थितिः अभिप्रायश्च —

श्रीकृष्णः भक्तियोगे निराकारोपासनायाः साधकानां लक्षणानि निरूपयति। उद्देश्यं भवति—विभिन्नमार्गेषु योग्यसाधनस्य बोधनम्। अर्जुनः पूर्वं पृष्टवान्—साकारोपासना श्रेष्ठा वा निराकारोपासना? अतः सः जिज्ञासाशमनाय तत्त्वज्ञानार्थं च उपदेशं शृणोति।

निर्देशनपरामर्शतत्त्वानि (Guidance & Counselling Elements)

१. आत्मसंयमः (Self-regulation): "सन्नियम्येन्द्रियग्रामम्" इति इन्द्रियनिग्रहस्य स्पष्टनिर्देशः। संयमेन मनः स्थिरं साधनाय योग्यं च भवति। एषः परामर्शे आत्मनियन्त्रणस्य मूलाधारः।

२. भावनात्मकसन्तुलनम् (Emotional Balance): "सर्वत्र समबुद्धयः" इति समत्वभावः प्रतिपादितः। सुखदुःखयोः समता मानसिकशान्तिं जनयति। एषः चित्तस्थैर्यस्य प्रमुखः आधारः।

३. मूल्यबोधनम् (Value Orientation): "सर्वभूतहिते रताः" इति परोपकारभावः, करुणा च शिक्ष्यते। एते उच्चनैतिकमूल्याः समाजहिताय उपयुज्यन्ते। परामर्शे मूल्याधारितजीवनदृष्टिः अत्र सूचिता।

४. सामाजिकसामञ्जस्यता (Social Adjustment): सर्वभूतहितभावना सामाजिकसमन्वयं वर्धयति। अहिंसा, सहयोगः सौहार्दं च विकसितं भवति। एषः सामाजिकपरामर्शे आवश्यकः अंशः।

५. व्यक्तित्वविकासः (Personality Development): संयमः समत्वं परोपकारः—एते गुणाः परिपक्वव्यक्तित्वं निर्मान्ति। अस्य अभ्यासेन आन्तरिकशुद्धिः वर्धते। इदं निर्देशनस्य दीर्घकालीनलक्ष्यम्।

६. आध्यात्मिकबोधनम् (Spiritual Awareness): अव्यक्तोपासनया आत्मोन्नतिः मोक्षमार्गः च सूचितः। परामर्शे आध्यात्मिकदृष्टिः जीवनार्थं बोधयति। इदं गीताधारितपरामर्शस्य विशेषतत्त्वम्।

व्याख्या विश्लेषणश्च–

अत्र श्रीकृष्णः ये इन्द्रियनिग्रहं कृत्वा सर्वत्र समबुद्धयः सन्तः अव्यक्ततत्त्वे उपासते, तेषां साधनमार्गं निरूपयति। एषा प्रक्रिया आधुनिकपरामर्शे *self-discipline* तथा *value-based living* इति ज्ञायते। अत्र "इन्द्रियनिग्रहः" (self-control) प्रमुखतत्त्वम् अस्ति, यत् परामर्शग्राहकस्य व्यवहारनियन्त्रणे सहायकम्। "समबुद्धिः" तु समत्वभावनां दर्शयति, या *emotional balance* इत्यस्य आधारः। तथैव "उच्चलक्ष्यकेन्द्रिता" (higher goal orientation) अत्र निहिता— परामर्शग्राहकः आत्मोन्नतये आध्यात्मिकविकासाय च प्रवृत्तः भवति। एषा *meaning-centred counselling* दृष्ट्या महत्त्वपूर्णा। समग्रतया, अयं श्लोकः परामर्शप्रक्रियायां *value-integration and self-discipline phase* सूचयति, यत्र संयमः समत्वं तथा उच्चलक्ष्याभिमुखता समन्वितरूपेण विकास्यते।

श्लोकसंख्या 12.5

क्लेशोऽधिकतरस्तेषामव्यक्तासक्तचेतसाम्।
अव्यक्ता हि गतिर्दुःखं देहवद्भिरवाप्यते॥

श्लोकस्य अर्थः -

ये जनाः अव्यक्ते (निराकारब्रह्मणि) चित्तं समर्प्य उपासते, तेषां साधनमार्गे क्लेशः अधिकः भवति। यतः अव्यक्ता गतिः दुःखेनैव देहवद्भिः (शरीरयुक्तैः) प्राप्यते।

वक्तुः श्रोतुश्च स्थितिः अभिप्रायश्च —

अर्जुनः मार्गनिर्णयाय जिज्ञासुस्थितौ स्थितः, भगवतः वचनानुसारं युक्ततममार्गग्रहणाय इच्छुकः अस्ति। भगवान् अर्जुनस्य पूर्वप्रश्नानुसारम् उपासानां द्विविधमार्गयोः तुलनात्मकमूल्याङ्कनं कुर्वन्, निराकारोपासनायाः क्लेशकरत्वं सूचयन् साकारोपासनायाः सुलभतां प्रस्थापयति।

निर्देशनपरामर्शतत्त्वानि (Guidance & Counselling Elements)

१. समुचितमार्गदर्शनम् (Proper Direction): भगवान् स्पष्टं निर्देशयति यत् अव्यक्तस्यानुसन्धानं देहवद्भिः जनैः कठिनम्। अनेन स्पष्टसन्देशः दत्तः यत् प्रारम्भिकजनानां कृते साकारोपासना अधिकसुलभा भवति।

२. चेतनसामर्थ्यविवेकः (Assessment of Client's Capacity): "देहवद्भिः" इत्युक्त्या भगवतः मन्तव्यं यत् बहवः साधकाः शरीरभूताः सन्तः एकाग्रचित्तत्वं न प्राप्नुवन्ति, अतः तेषां कृते साकारोपासना अधिकयोग्या।

३. वास्तविकताबोधः (Reality Orientation): क्लेशस्य वर्धनं, दुःखस्य प्राप्ति — एते तथ्यपरकबोधः प्रदत्तः, यः मार्गनिर्णये विवेकस्य विकासाय सहायकः भवति।

४. विकल्पानां मूल्याङ्कनम् (Evaluation of Alternatives): भगवान् निर्गुणोपासनां विकल्परूपेण प्रस्तुत्य तस्य कठिनतां विशदीकुर्वन्, शिष्यस्य विवेकपूर्णनिर्णयानुग्राहकं मार्गदर्शनं करोति।

५. निवृत्तिविधानम् (Avoidance Guidance): अव्यक्तोपासनायां क्लेशस्य अधिकतां दर्शयित्वा भगवान् साधकस्य मनोवैज्ञानिक-स्थितेः अनुकूलतया मार्गनिर्देशनं करोति। अतः व्यक्तेः क्षमता, प्रवृत्तिः, मानसिकसज्जता च विचार्य उचितमार्गनिर्देशनम् — एषः परामर्शतत्त्वस्य मूलभावः अस्ति।

व्याख्या विश्लेषणश्च-

अत्र भगवता व्यवहारतत्त्वमाधारितः निर्देशः दत्तः – निर्गुणब्रह्मोपासना देहधारिणां कृते क्लिष्टा। अयं श्लोकः यथार्थदर्शित्वं प्रतिपादयति– परामर्शकर्ता स्वपरामर्शग्राहकस्य मानसिकस्थितिम् अभ्याससामर्थ्यं च विचार्य मार्गं निर्दिशेत्। अयं श्लोकः परामर्शे *Abstract vs. Personal Therapeutic Orientation* इत्यस्य प्रतिपादनं करोति। अधिकांशमानवाः मूर्तसम्बन्धेन अधिकं सुरक्षाभावम् अनुभवन्ति। तस्माद्भगवत्सम्बन्धे "सगुणभक्ति"– यत्र ईश्वरः सखावत्, पितृवत् वा गुरुवत् वा अनुभूयते– अतीव प्रभावी इति दृश्यते। इदं *Emotionally Supportive Counselling* इति दर्शयति।

श्लोकसंख्या 12.13– 14

अद्वेष्टा सर्वभूतानां मैत्रः करुण एव च।
निर्ममो निरहंकारः समदुःखसुखः क्षमी॥
सन्तुष्टः सततं योगी यतात्मा दृढनिश्चयः।
मय्यर्पितमनोबुद्धिर्यो मद्भक्तः स मे प्रियः॥

श्लोकयोः अर्थः -

यो भक्तः सर्वभूतान् प्रति अद्वेष्टा अस्ति, मैत्रः च करुणावान् च निर्ममः निरहङ्कारः च, दुःखसुखयोः समत्वेन स्थितः च, क्षमाशीलः च — स भक्तः।

यो योगी सततं सन्तुष्टः, आत्मनियन्त्रणशीलः, दृढनिश्चययुक्तः, मनःबुद्धी मयि अर्पितवान् — स भक्तः मे प्रियः भवति।

वक्तुः श्रोतुश्च स्थितिः अभिप्रायश्च —

अर्जुनः भगवतः प्रियत्वं केन लभ्यते इति विषये जिज्ञासुभावेन स्थितः अस्ति। एतेन आत्मानं परिशीलयन्, सत्त्वगुणप्राप्तये प्रवृत्तिं चिन्तयति। भगवान् अर्जुनस्य भक्तिलक्षणेषु जिज्ञासायाः समाधानाय भक्तस्य स्वरूपं विस्तरेण वर्णयति। आत्मीयभक्तेः गुणसम्पत्तिं सूचयित्वा सः प्रियः इति स्वीयमानसिकस्नेहमपि प्रकाशयति।

निर्देशनपरामर्शतत्त्वानि (Guidance & Counselling Elements)

१. मूल्यनिर्धारणम् (Value Clarification): भगवान् स्पष्टं दर्शयति यः अद्वेष्टा, मैत्रीशीलः, करुणावान्, समदुःखसुखदृष्टिः, क्षमाशीलः, सन्तुष्टः, आत्मनियन्त्रकः दृढनिश्चयी च सः श्रेष्ठभक्तः भवति। अनेन सदाचरणस्य मूल्यसंस्थापनं क्रियते।

२. चरित्रनिर्माणपरामर्शः (Character-building Guidance): उत्तमगुणसम्पन्नता व्यक्तित्वविकासाय प्रेरणां ददाति। आत्मनिग्रहः, अहङ्कारत्यागः, क्षमा, संतोषः इत्यादीनि शिक्षासङ्गतानि मूल्यानि बोध्यन्ते।

३. आत्मविकासप्रेरणा (Motivational Counselling): भगवान् "स मे प्रियः" इत्युक्त्या सकारात्मकसन्देशं दत्तवान्। उपर्युक्तगुणानां विकासेन परमात्मनः प्रियत्वं प्राप्तव्यम् इति प्रेरणा दीयते।

४. मानवसङ्गतिविकासः (Interpersonal Development): मैत्री, करुणा, अद्वेषः इत्यादयः गुणाः मानवसम्बन्धे सौहार्दं स्थापयन्ति। अयं परामर्शः समाजिकसामञ्जस्यं प्रवर्धयति।

५. भावनात्मकसन्तुलनम् (Emotional Regulation): "समदुःखसुखः", "सन्तुष्टः" इत्यादिशब्दैः जीवनप्रत्यासन्नविकारेषु समत्वबुद्धेः उपदेशः दत्तः, यः मानसिकस्वास्थ्याय परमोपकारी।

व्याख्या विश्लेषणश्च–

अत्र व्यक्तित्वनिर्माणस्य आदर्शोऽपि प्रकट्यते – मैत्री, करुणा, समता, सन्तोषः आत्मसंयमश्च। अत्र भगवता जीवनोपयोगिनः भावानां निर्देशः कृतः। परामर्शदृष्ट्या अयं भागः 'personality integration & character development' नामकविभागे योजनीयः। उपर्युक्तगुणाः आत्मसाक्षात्कारप्राप्तेः पूर्वावश्यकः मानसिकविकासस्य निर्देशं कुर्वन्ति। अत्र जीवननिर्देशनार्थम् आदर्शमूल्यानि निर्दिष्टानि, यानि परामर्शकर्ता ग्राहकस्य जीवनं रूपयितुं प्रयुज्यते। "*Value Clarification Counselling*" एवं "*Emotional Balance Therapy*" इत्यस्य सम्यग्दृष्टान्तः अत्र दृश्यते।

श्लोकसंख्या 12.15

यस्मान्नोद्विजते लोको लोकान्नोद्विजते च यः।
हर्षामर्षभयोद्वेगैर्मुक्तो यः स च मे प्रियः॥

श्लोकस्य अर्थः -

यः भक्तः स्वेन व्यवहारेण अन्यैः जनैः न उद्वेजनं जनयति, स्वयम् अपि लोकेभ्यः न उद्विज्यते, यः हर्षः, अमर्षः, भयम्, उद्वेगः इत्यादिभिः विकारैः मुक्तः अस्ति — स भक्तः मम प्रियः।

वक्तुः श्रोतुश्च स्थितिः अभिप्रायश्च —

अर्जुनः युद्धभूमौ स्थितः सन् मानसिकद्वन्द्वग्रस्तः अस्ति। स भगवतः वचनानि श्रद्धया शृण्वन् आत्मनः शुद्ध्यर्थं जीवनमार्गस्य स्थैर्यार्थं च प्रेरणां प्राप्नोति। भगवान् अर्जुनस्य भक्तिस्वरूपज्ञानार्थम् उत्तमानां भक्तानां लक्षणानि निरूपयति। अत्र सः भक्तः कः मम प्रियः भवति इत्यस्य उत्तररूपेण आत्मसमर्पणयुक्तजीवनचरित्रं प्रतिपादयति।

निर्देशनपरामर्शतत्त्वानि (Guidance & Counselling Elements)

१. व्यक्तित्वविकासः (Personality Development): श्लोके भक्तस्य आदर्शव्यक्तित्वं निरूपितम् — यः स्वयं स्थिरः, चित्तप्रशान्तः, लोके जनानां हिताय रतः, एषः आदर्शः परामर्शदृष्ट्या व्यक्तित्वनिर्माणाय उपयुज्यते।

२. भावनात्मकसन्तुलनम् (Emotional Stability): "हर्षामर्षभयोद्वेगैः मुक्तः" इति वाक्येन सूचितं यत् यः व्यक्तिः रागद्वेषभीतिदुःखाद्यनर्थेभ्यः विमुक्तः, सः मानसिकसन्तुलनं धत्ते — एषः परामर्शस्य मूलभूततत्त्वम्।

३. सामाजिकअनुकूलनम् (Social Harmony): "यस्मान्नोद्वेजते लोकः" — यः समाजं न पीडयति, "लोकान्नोद्विजते च यः" — यः समाजेन न विक्षिप्यते — अयं तु समञ्जससामाजिकव्यवहारस्य आदर्शः। सामाजिकसौहार्दस्य निर्माणाय अयं मार्गदर्शकः परामर्शः भवति।

४. शान्तिप्रतिष्ठापनम् (Promotion of Peace): अत्र शान्तिसम्पन्नजीवनस्य आवश्यकता प्रतिपाद्यते। यः स्वयं प्रसन्नः, अन्यानपि उद्विग्नान् न जनयति, तस्य जीवनं मार्गदर्शकत्वं वहति।

व्याख्या विश्लेषणश्च-

अयं श्लोकः अतीव प्रासङ्गिकः – आधुनिकजीवने मानसिकक्लेषः द्वेषः भयः इत्यादीनां समाधानार्थम्। अत्र भगवतः प्रियभक्तस्य विशेषता – सः लोकान्न क्लिश्यते, न च लोकं क्लेशयति। सः समः, प्रसन्नः, च स्थिरचित्तः। परामर्शे, अयं श्लोकः *Social Harmony and Conflict-Free Living Therapy* इत्यस्य मूर्तरूपो वर्तते। यः व्यक्ति आत्मशान्तिं प्राप्नोति, सः अन्येभ्यः अपि शान्तिं ददाति। Counselling मध्ये ग्राहकः एतादृशं जीवनशैलीं साधयितुं प्रोत्साहितः भवति।

श्लोकसंख्या 12.17

यो न हृष्यति न द्वेष्टि न शोचति न काङ्क्षति।
शुभाशुभपरित्यागी भक्तिमान्यः स मे प्रियः॥

श्लोकस्य अर्थः -

यः भक्तः न हृष्यति (न अतीव हर्षं प्राप्नोति), न द्वेष्टि (न कं प्रति द्वेषं करोति), न शोचति (न दुःखं प्रकटयति), न काङ्क्षति (न अपेक्षां करोति), शुभाशुभयोः (सुखदुःखरूपफलयोः) परित्यागं कृतवान्, स भक्तिमान् मम प्रियः।

वक्तुः श्रोतुश्च स्थितिः अभिप्रायश्च —

अर्जुनः सङ्ग्रामभूमौ मोहवशात् मानसिकविकर्षे स्थितः अस्ति। भगवतः वाक्यश्रवणेन सः विवेकसम्पन्नं जीवनमार्गं भक्तिसंयुक्तं समत्वयुक्तं च आचरितुं प्रेरितः भवति। भगवान् अर्जुनाय उत्तमभक्तलक्षणानि प्रकाशयन् तं भगवद्भक्तेः मानसिकस्थिति-परिमार्गणाय प्रेरयति। स भक्तस्य आत्मसंयमं समत्वभावं च आदर्शरूपेण उपस्थापयति।

निर्देशनपरामर्शतत्त्वानि (Guidance & Counselling Elements)

१. भावनात्मकसन्तुलनम् (Emotional Balance): "यो न हृष्यति न द्वेष्टि न शोचति न काङ्क्षति" — इत्यत्र भक्तस्य भावनात्मकसमत्वं प्रदर्श्यते। न अतीव हर्षः, न द्वेषः, न शोकः, न आकाङ्क्षा — अयं मानसिकप्रशान्तेः आदर्शः।

२. विकल्पत्यागः / परिणामस्वीकारः (Detachment from Outcome): "शुभाशुभपरित्यागी" — इति वाक्येन शुभफलस्यापि, अशुभस्यापि त्यागबुद्धिः निरूप्यते। फलनिष्कामभावो व्यक्तित्वनिर्माणे महत्त्वपूर्णपरामर्शतत्त्वम् अस्ति।

३. मनोनिग्रहः (Mind Control): इच्छाद्वेषशोकादिभावानां निग्रहः आत्मसंयमस्य सूचकः अस्ति। अयं परामर्शे सन्देहविनाशाय निर्णयदक्षतायै च सहायकरः।

४. समत्वदृष्टिः (Equanimity): सुखदुःखयोः समत्वेन अवस्थितिः — अयं दृष्टिकोणः विपत्तौ अपि स्थैर्यं रक्षति, व्यक्तिः निरपेक्षतया जीवनं यापयति।

५. आध्यात्मिकनिर्देशनम् (Spiritual Guidance): भक्तिमाध्यमेन आत्मोन्नतिं प्राप्य भगवत्समीपता लभ्यते इति दर्श्यते। अयं परामर्शः आध्यात्मिकमार्गे आत्मसाक्षात्कारस्य प्रेरणां ददाति।

व्याख्या विश्लेषणश्च-

अत्र निर्दिष्टम् – यः न हर्षेण हर्ष्यति, न द्वेषेण द्वेष्टि, न शोकेन क्लेशयति, न कामनया व्याकुलो भवति– सः प्रियः भक्तः।

Counselling दृष्ट्या अयं *Equanimity-Based Emotional Counselling*– यत्र न तु दमनम्, अपि तु समत्वं लक्ष्यं भवति। मानसिकसन्तुलनम् एव दीर्घकालिकशान्तेः मूलम्। परामर्शदृष्ट्या, अयं भागः व्यक्तित्वसमत्वविकासस्य सङ्केतप्रदः– 'emotional equilibrium' इत्येतदत्र लक्ष्यम्। न शोचति– इति शोकप्रबन्धनम्, न काङ्क्षति– इच्छानियन्त्रणम्; एतानि च तत्त्वानि परामर्शप्रक्रियायाम् आत्मविकासाय आवश्यकानि।

निष्कर्षः

श्रीमद्भगवद्गीता केवलम् आध्यात्मिकग्रन्थः नास्ति, अपितु मानवजीवनस्य विविधसमस्यानां समाधानप्रदायिनी एकं प्रभावि-शास्त्रं वर्तते। अस्याम् उपदिष्टानि निर्देशन-परामर्शतत्त्वानि मानवस्य मानसिक-नैतिक-सामाजिक-आध्यात्मिक-विकासाय अत्यन्तोपयोगीनि सन्ति। गीतायां प्रतिपादितानि निर्देशनतत्त्वानि व्यक्तेः आत्मबोधम्, आत्मनियन्त्रणं, कर्तव्यबोधं, विवेकपूर्णनिर्णय-क्षमतां तथा जीवनलक्ष्यनिर्धारणशक्तिं विकसितुं समर्थानि सन्ति। एतानि तत्त्वानि आधुनिकनिर्देशनप्रक्रियायाः मूलाधारतत्त्वरूपेण स्वीकरणीयानि सन्ति। श्रीमद्भगवद्गीतायां वर्णितानि परामर्श-तत्त्वानि विशेषतः अर्जुनविषादस्य परिहार-प्रक्रियायां प्रत्यक्षतया दृश्यन्ते।श्रीकृष्णस्य संवादशैली, सहानुभूतिपूर्णमार्ग-दर्शनं, मानसिक-द्वन्द्वनिवारणम्, आत्मविश्वासजननं च आधुनिकपरामर्शपद्धतेः उत्कृष्ट-दृष्टान्तत्वेन परिगण्यन्ते।

गीतायां प्रतिपादितानि आत्मज्ञानम्, आत्मविश्वासः, समत्वभावः, भावनात्मक-नियन्त्रणं, मानसिकचापप्रबन्धनं, निर्णयक्षमता, नैतिक-चेतना, नेतृत्वक्षमता, आत्मसंयमः इत्यादीनि मनोवैज्ञानिकतत्त्वानि आधुनिक-मनोविज्ञानस्य सिद्धान्तैः सह साम्यं वहन्ति, एतानि च आधुनिकजीवन-कौशलशिक्षायाः (Life Skills Education) प्रमुखाङ्गत्वेन स्वीकरणीयानि सन्ति। भारतीयज्ञानपरम्परायां निहितानि आत्मविकास-चरित्रनिर्माण-मूल्यशिक्षा-मानसिकस्वास्थ्य-सम्बद्धानि तत्त्वानि गीता माध्यमेन प्रभावकरूपेण अभिव्यक्तानि दृश्यन्ते। अतः भारतीयज्ञानपरम्परायाः आधुनिकसन्दर्भे पुनर्स्थाप-नाय गीता महत्त्वपूर्णां भूमिकां निर्वहति। गीतायां वर्णितानि श्रद्धा, आत्मबोधः, समत्वं, कर्मयोगः, भक्तिः, ज्ञानं, त्यागः, स्वधर्मपालनम् इत्यादीनि तत्त्वानि आधुनिकमानवस्य व्यक्तित्वविकासे तथा मानसिकसन्तुलनप्राप्तौ अत्यन्तसहायकानि भवन्ति। श्रीकृष्णस्य अर्जुनाय प्रदत्तं मार्गदर्शनम् आधुनिक- Guidance and Counselling Process इत्यस्य मूलभूत-सिद्धान्तैः सह अत्यधिकं साम्यं धारयति। विशेषतः सहानुभूतिः, संवादः, आत्मविश्लेषणं, प्रेरणा, निर्णयसहायता तथा व्यवहार-परिवर्तनम् इत्यादयः तत्त्वानि गीता-परामर्शप्रक्रियायां स्पष्टतया दृश्यन्ते।

श्रीमद्भगवद्गीतायां निर्देशन-परामर्शप्रक्रिया केवलं समस्यासमाधान-पर्यन्ता नास्ति, अपितु व्यक्तेः समग्रव्यक्तित्वविकासाय, आत्मोन्नत्यै तथा जीवनपरिष्काराय निर्देशिता अस्ति। अतः गीता विकासात्मक-परामर्शस्य (Developmental Counselling) उत्कृष्टमुदाहरणं वर्तते। गीतायां प्रतिपादितः श्रीकृष्ण-अर्जुनसंवादः परामर्शदातृ-परामर्शग्राहकयोः आदर्शसम्बन्धस्य प्रतिमानरूपेण स्वीकरणीयः अस्ति। अत्र विश्वासः, सहानुभूतिः, सक्रियश्रवणं, प्रश्नोत्तरपद्धतिः तथा समाधानाभिमुखदृष्टिकोणः स्पष्टतया दृश्यते। गीता मानवजीवनस्य शारीरिक-मानसिक-बौद्धिक-नैतिक-सामाजिक-आध्यात्मिकपक्षाणां समन्वितविकासं समर्थयति। अतः सा समग्रशिक्षादर्शनस्य (Holistic Education) आधारग्रन्थत्वेन परिगणनीया अस्ति। गीता व्यक्तेः स्वधर्मपालनं, स्वभावानुकूलकर्म, उत्तरदायित्वबोधं च विशेषरूपेण प्रतिपादयति। एतानि तत्त्वानि आधुनिकव्यावसायिकनिर्देशनस्य(Career Guidance) आधारभूत-सिद्धान्तैः सह साम्यं धारयन्ति।

समग्रतया निष्कर्षरूपेण वक्तुं शक्यते यत् श्रीमद्भगवद्गीता निर्देशन-परामर्शशास्त्रस्य एकः प्राचीनः किन्तु अत्यन्तवैज्ञानिकः आधारग्रन्थः अस्ति। अस्याम् अभिवर्णितानि निर्देशन-परामर्शतत्त्वानि वर्तमानयुगे अपि पूर्णतया प्रासङ्गिकानि, व्यवहारोपयोगीनि तथा मानव-कल्याणकारिणि सन्ति। अतः एतानि तत्त्वानि आधुनिकशिक्षा-मनोविज्ञान-निर्देशन-परामर्श-व्यक्तित्वविकासकार्यक्रमेषुसमुचित-रूपेण समावेशनीयानि इति निष्कर्षः।

सन्दर्भग्रन्थसूची

1) आनन्दाश्रम, स्वामी परमहंस। (2019). यथार्थगीता। मुम्बई: श्रीपरमहंस स्वामी आनन्दानन्दजी आश्रम ट्रस्ट।
2) पद्मसूरी, वि. आर. (2001). गीतातत्त्वसंग्रहः। दिल्ली: अमर प्रथा पब्लिकेशन्स।
3) मिश्र, कौशल्या। (2005). आधुनिक मनोविज्ञानम्। लखनऊ: मृगाक्षी प्रकाशन।
4) मिश्रः, लोकमान्य. (2013). आधुनिकं शिक्षामनोविज्ञानम्, लखनऊः मृगाक्षी प्रकाशनम्।
5) दास, स्वामी रामसुख. (2012). गीता दर्पण. गोरखपुर: गीताप्रेस।
6) बी., कप्पुस्वामी. (2003). समाज मनोविज्ञान: एक परिचय. हरियाणा: हरियाणा साहित्य अकादमी।
7) National Council of Educational Research and Training (NCERT). (2005). Guidance and counselling manual. NCERT.
8) Beck, A. T. (1976). Cognitive therapy and the emotional disorders. International Universities Press.
9) Bhatnagar, A., & Gupta, N. (2008). Guidance and counselling: A theoretical approach. Vikas Publishing House.
10) Goleman, D. (1995). Emotional intelligence. Bantam Books.
11) National Council of Educational Research and Training (NCERT). (2005). Guidance and counselling manual. NCERT.
12) Panday, V.C. (2005). Educational Guidance and Counselling. Delhi: Isha Books.
13) World Health Organization. (1997). Life skills education for children and adolescents in schools. WHO.