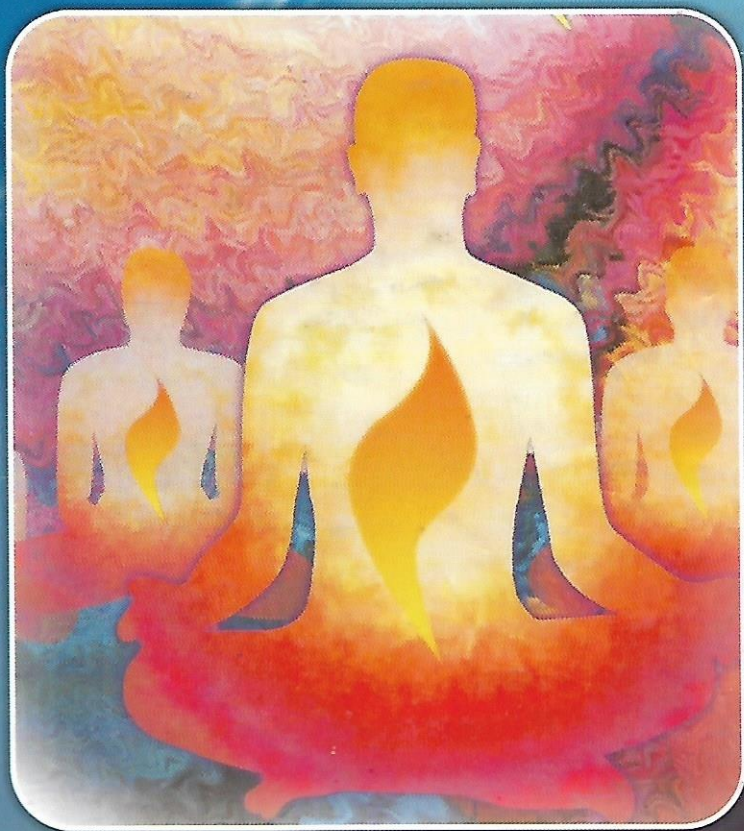


# मानव चेतना एवं योग विज्ञान



डॉ. कामाख्या कुमार

# मानव चेतना एवं योग विज्ञान

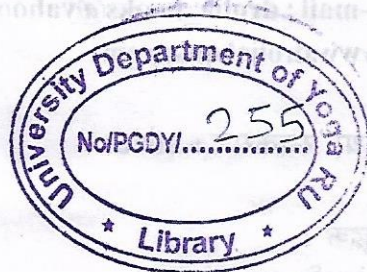
डॉ० कामाख्या कुमार

वरिष्ठ प्रवक्ता

स्कूल ऑफ योग एण्ड हेल्थ

देव संस्कृति विश्वविद्यालय

हरिद्वार, उत्तराखण्ड



ट्रोलिया पुस्तक भण्डार, हरिद्वार

(पब्लिसर एवं डिस्ट्रीब्यूटर)



# विषय सूची

## भूमिका

### भाग 1 मानव चेतना

चेतना का अर्थ एवं परिभाषा.....	15
चेतना के समग्र अध्ययन की आवश्यकता.....	19
चेतना का स्थान व क्षेत्र.....	22
उपनिषदों में चेतना का स्वरूप.....	25
ज्योतिर्विज्ञान में चेतना का स्वरूप.....	35
आधुनिक विज्ञान में चेतना का स्वरूप .....	44
मनोविज्ञान एवं मानव चेतना.....	52
भारतीय चिन्तन एवं मानव चेतना.....	64
मानव चेतना के विभिन्न रहस्य.....	74
इस्लाम एवं मानव चेतना.....	89

### भाग 2 योग का ऐतिहासिक अध्ययन

योग का उद्गम.....	97
योग का अर्थ एवं परिभाषा.....	101
योग की परम्पराएँ.....	109
योग अध्ययन का उद्देश्य.....	114
मानव जीवन में योग का महत्व.....	117
योगी का व्यक्तित्व.....	122
योग का महत्व.....	126
वेदों में योग का स्वरूप.....	129
उपनिषदों में योग का स्वरूप.....	134
योग वाशिष्ठ में योग का स्वरूप.....	139
गीता में योग का स्वरूप.....	146
पुराणों में योग का स्वरूप.....	151
जैन मत में योग का स्वरूप.....	157
बौद्ध मत में योग का स्वरूप.....	161
वेदान्त दर्शन में योग का स्वरूप.....	165
सांख्य दर्शन में योग का स्वरूप.....	169
आयुर्वेद में योग का स्वरूप.....	172







डॉ. कामाख्या कुमार

Email: kamakhya.kumar@gmail.com

लेखक योग विज्ञान के विशेषज्ञ विद्वान तथा उच्चस्तरीय शिक्षण अनुसंधान एवं योग चिकित्सा विज्ञान के क्षेत्र में जाने माने व्यक्तित्व हैं। डॉ. कामाख्या कुमार ने टी.एम.बी. विश्वविद्यालय, भागलपुर से व्यावहारिक योग विज्ञान में स्नातकोत्तर शिक्षा प्राप्त करने के पश्चात् तत्कालीन राष्ट्रपति डॉ. ए. पी. जे. अब्दुल कलाम से पी-एच. डी. उपाधि प्राप्त की है। इन्होंने यौगिक वाङ्मय का विस्तृत अध्ययन किया एवं अनुसंधान के क्षेत्र में उल्लेखनीय योगदान दिया है। इन्होंने योग चिकित्सा संदर्शिका, योग थैरेपी, योग महाविज्ञान, सुपर साइन्स ऑफ योग, योग रहस्य एवं ए हेण्डबुक ऑफ योग निद्रा आदि कई पुस्तकें लिखी हैं, जो विभिन्न विश्वविद्यालयों के पाठ्यक्रमों के अन्तर्गत स्नातक एवं स्नातकोत्तर स्तर पर पढ़ाई जा रही हैं।

डॉ. कामाख्या कुमार वर्तमान में उत्तराखण्ड राज्य में देव संस्कृति विश्व विद्यालय के स्कूल ऑफ योग एण्ड हेल्थ के अन्तर्गत वरिष्ठ प्रवक्ता के रूप में कार्यरत हैं, साथ ही विश्वविद्यालय के योग आरोग्य पॉलीक्लीनिक के मुख्य समन्वयक का दायित्व भी इन पर है। विभागीय शोध एवं प्रकाशन कार्यों में अभिरुचि के साथ-साथ राष्ट्रीय एवं अन्तर्राष्ट्रीय संगोष्ठियों में अपने शोध पत्रों के माध्यम से निरंतर अपने विचारों से इन्होंने विद्वत्तजनों को प्रभावित किया है। विश्वविद्यालय के कई ट्रेनिंग प्रोग्राम इनके द्वारा सफलता पूर्वक संपन्न कराए गए हैं। आकाशवाणी से इनकी योग वार्ताएं नियमित रूप से प्रसारित की जाती है। डॉ. कुमार विभिन्न विश्वविद्यालयों में शोध निर्देशन तथा योग शिक्षा विषय पर लेखन कर रहे हैं।

ISBN: 978-81-920092-0-9

# ड्रोलिया पुस्तक भण्डार

निकट भारतमाता मन्दिर

हरिद्वार-249410 (उत्तराखण्ड) भारत

Ph. : 01334-260614, 09837300687

e-mail : drolia\_books@yahoo.co.in

www.droliabooks.com

