

एम0 ए0 योग

M A Yoga

Ist Semester

प्रश्नु पत्र - प्रथम (MYN- 501)

योग के आधारभूत तत्व (Fundamentals of Yoga)

100 अंक (श्रेयांक-6)

(70 अंक लिखित परीक्षा एवं 30 अंक सत्रीय कार्य)

ब्लॉक.प्रथम योग का स्वरूप

- इकाई.1 योग का अर्थए परिभाषाए महत्व व उद्देश्य
इकाई.2 योग का उद्भव एवं विकास
इकाई.3 योग में साधक एवं बाधक तत्व

ब्लॉक.द्वितीय विभिन्न शास्त्रों में योग

- इकाई.4 वेद एवं उपनिषद्
इकाई.5 गीता एवं योग वाशिष्ठ
इकाई.6 बौद्ध दर्शन तथा जैन दर्शन
इकाई.7 सांख्य एवं वेदान्त
इकाई.8 आयुर्वेद

ब्लॉक.तृतीय योग के प्रकार

- इकाई.9 अष्टांग योग एवं कर्मयोग
इकाई.10 भक्तियोग एवं ज्ञानयोग
इकाई.11 हठयोग
इकाई.12 मंत्रयोग एवं क्रियायोग

ब्लॉक.चतुर्थ प्राचीन योगियों का परिचय

- इकाई.13 महर्षि पतंजलि
इकाई.14 गोरक्षनाथ
इकाई.15 आदि शंकराचार्य

ब्लॉक.पंचम अर्वाचीन योगियों का परिचय

- इकाई.16 महर्षि दयानन्द
इकाई.17 श्री अरविन्द
इकाई.18 योगी श्यामाचरण लाहिड़ी महाशय
इकाई.19 स्वामी विवेकानन्द
इकाई.20 स्वामी कुवलयानन्द एवं स्वामी शिवानन्द