

केन्द्रीयसंस्कृतविश्वविद्यालयः

मुक्तस्वाध्यायपीठम्

शैक्षिकविकासकेन्द्रम्, राजीवगान्धीपरिसरः, शृङ्गेरी

आचार्यः / ACHARYA (M.A.)

योगशास्त्रम्

प्रथमवर्षम्				
कक्ष्या	सत्रार्थम्	पाठ्यप्रकारः	पाठ्यविवरणम्	शिक्षाङ्कः (Credits)
आचार्यप्रथम वर्षम्	प्रथमम्	DSCC 16	दर्शनपरिचयः/योगप्रवेशः <ul style="list-style-type: none"> <li>दर्शनानां स्थूलपरिचयः (आस्तिकदर्शनानि नास्तिकदर्शनानि च)</li> <li>साङ्ख्ययोगदर्शनयोः विशिष्टपरिचयः</li> <li>वेदान्तदर्शनस्य विशिष्टपरिचयः</li> </ul> आधारग्रन्थः - मुक्तस्वाध्यायपीठस्य स्वाध्यायसामग्री	4
		DSCC 17	योगशास्त्रस्य इतिहासः विभिन्नसम्प्रदायाश्च <ul style="list-style-type: none"> <li>योगशब्दार्थः परिभाषा च</li> <li>योगविषयकभ्रान्तिनिवारणम्</li> <li>प्राचीनार्वाचीनयोगाचार्याः</li> <li>ज्ञानयोग-भक्तियोग-कर्मयोग-राजयोग-हठयोग-मन्त्रयोगानां परिचयः</li> </ul>	4
		DSCC 18	योगविज्ञानस्य साम्प्रतिकोपादेयता <ul style="list-style-type: none"> <li>शारीरिक-मानसिक-सामाजिकस्वास्थ्यरक्षणाय योगः</li> <li>कर्मसु सामर्थ्यवर्धनाय योगः</li> <li>आध्यात्मिकसाधनाय योगः</li> <li>विश्वशान्तये योगः</li> <li>वर्तमानकाले योगस्य वैश्विकस्वीकृतिः</li> </ul>	4
		DSCC 19	<ul style="list-style-type: none"> <li>योगदर्शनम् (व्यासभष्यसहितः समाधिपादः)</li> </ul>	4

			<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ समाधिपादः(आदितः द्वादशसूत्रं यावत्)</li> <li>➤ समाधिपादः(त्रयोदशसूत्रतः सप्तविंशतिसूत्रं यावत्)</li> </ul>	
			<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ समाधिपादः(अष्टविंशतः पञ्चत्रिंशसूत्रं यावत्)</li> <li>➤ समाधिपादः(षडत्रिंशतः पादसमाप्तिसूत्रं यावत्)</li> </ul> <p>आधारग्रन्थः - व्यासभाष्यसहितः समाधिपादः</p>	
	AEEC 4	योगसनानि - विधिः, क्रमः, प्रयोजनानि		4
	ECA 1	पाठ्येतर-गतिविधयः, नाटकम् (नाटके भागग्रहणम्/ विश्लेषणम्/ संस्कृते लघुचित्रनिर्माणम्), स्फूर्तिस्पर्धा ( क्विज ), संस्कृतकार्यक्रमाणाम् आयोजने/प्रबन्धने/प्रचारे सक्रियसहयोगः इत्यादिः।		2
	<b>प्रथमसत्रार्थस्य शिक्षाङ्कयोगः</b>			<b>22</b>
	DSCC 20	दशोपनिषत्सु, श्रीमद्भगवद्गीतायां च योगविचारः		4
	DSCC 21	<ul style="list-style-type: none"> <li>• श्रीमद्भगवद्गीतागूढार्थदीपिका(द्वितीयोऽध्यायः-सांख्ययोगः)</li> <li>➤ श्रीमद्भगवद्गीतागूढार्थदीपिका-द्वितीयोऽध्यायः(आदिमश्लोकाद् अष्टादशश्लोकं यावत्)</li> <li>➤ श्रीमद्भगवद्गीतागूढार्थदीपिका-द्वितीयोऽध्यायः(नवदशश्लोकाद् षडत्रिंशश्लोकं यावत्)</li> <li>➤ श्रीमद्भगवद्गीतागूढार्थदीपिका-द्वितीयोऽध्यायः(सप्तत्रिंशश्लोकादारभ्य चतुःपञ्चाशच्छ्लोकं यावत्)</li> <li>➤ श्रीमद्भगवद्गीतागूढार्थदीपिका-द्वितीयोऽध्यायः(पञ्चपञ्चाशच्छ्लोकादारभ्य अध्यायसमाप्तिं यावत्)</li> </ul> <p>आधारग्रन्थः - श्रीमद्भगवद्गीतागूढार्थदीपिका</p>		4
	<b>द्वितीयम्</b>			

	DSCC 22	<ul style="list-style-type: none"> <li>• हठयोगप्रदीपिका(समाध्यध्यायस्य प्रयोजनीभूताः अंशाः)</li> <li>➤ समाधिप्रक्रिया</li> <li>➤ नाडीविचारः</li> <li>➤ मुद्राप्रभेदाः</li> <li>➤ स्वाभाविकसमाधिः</li> </ul> <p>आधारग्रन्थः - हठयोगप्रदीपिका</p>	4
	DSCC 23	<ul style="list-style-type: none"> <li>• योगदर्शनम् (व्यासभाष्यद्वितीयपादः)</li> <li>➤ साधनपादः(आदिमसूत्रादारभ्य द्वादशसूत्रं यावत्)</li> <li>➤ साधनपादः(त्रयोदशसूत्रादारभ्य सप्तविंशसूत्रं यावत्)</li> <li>➤ साधनपादः(अष्टाविंशसूत्रादारभ्य पञ्चत्रिंशत्सूत्रं यावत्)</li> <li>➤ साधनपादः(षट्त्रिंशत्सूत्रादारभ्य पादसमाप्तिं यावत्)</li> </ul> <p>आधारग्रन्थः - व्यासभाष्यसहितः साधनपादः</p>	4
	AEEC 5	<p>शरीरविज्ञानम्</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ अङ्गरचनाविज्ञानम्</li> <li>➤ क्रियाविज्ञानम्</li> </ul> <p>मनोविज्ञानम्</p>	6
	INTERNS HIP 4	मुक्तस्वाध्यायपीठेन अनुमते प्रशिक्षणात्मके / सेवात्मके कार्यक्रमे भागग्रहणम्	6
द्वितीयसत्रार्थस्य शिक्षाङ्कयोगः			28
आचार्यप्रथमवर्षस्य सत्रार्थयोः सम्पूर्णाशिक्षाङ्कयोगः			50
आचार्यप्रथमवर्षान्ते निष्क्रमणसमये प्राप्तव्योपाधिः	स्नातकोत्तरदक्षता - (PG Diploma )		

द्वितीयपर्षम्

कक्ष्या	सत्रार्थम्	पाठ्यप्रकारः	पाठ्यविवरणम्	शिक्षाङ्कः) credit s)
आचार्यद्वितीयवर्षम्	तृतीयम्	DSCC 24	<p>योगवासिष्ठोक्तरीत्या-</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ आधिव्याधयोः अवधारणा</li> <li>➤ मनोदैहिकव्याधयः</li> <li>➤ परमानन्दवस्था</li> <li>➤ योगविघ्नाः तन्निवारणोपायाश्च</li> <li>➤ सत्त्वगुणस्य विकाशः</li> <li>➤ ध्यानसोपानानि</li> <li>➤ ज्ञानावस्थाः</li> </ul> <p>आधारग्रन्थः - योगवासिष्ठम्</p>	4
		DSCC 25	<p>आयुर्वेदीयाः मौलिकसिद्धान्ताः</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ दोष-धातु-मलसिद्धान्ताः</li> <li>➤ पाञ्चभौतिकसिद्धान्तः</li> <li>➤ लोकपुरुषसिद्धान्तः</li> </ul> <p>आधारग्रन्थः - आयुर्वेदस्य मौलिकसिद्धान्तः (सं.सं.प्र.)</p>	4
		DSCC 26	<p>योगदर्शनं स्वास्थ्यं च</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ पञ्चकोशपरिकल्पना</li> <li>➤ स्थूलशरीरं(स्वास्थ्यं रोगश्च)</li> <li>➤ आधिः व्याधिः च</li> <li>➤ स्वास्थ्यं यौगिक-चिकित्सापद्धतिश्च</li> </ul> <p>आधारग्रन्थः - हठरत्नावली</p>	4
		DSCC 27	<ul style="list-style-type: none"> <li>• योगदर्शनम् (व्यासभाष्यतृतीयपादः)</li> <li>➤ विभूतिपादः(आदिमसूत्रादारभ्य त्रयोदशसूत्रं यावत्)</li> <li>➤ विभूतिपादः(चतुर्दशसूत्रादारभ्य</li> </ul>	4

		अष्टाविंशसूत्रं यावत्) ➤ विभूतिपादः(नवत्रिंशसूत्रादारभ्य द्विचत्वारिंशसूत्रं यावत्)	
		➤ विभूतिपादः(त्रिचत्वारिंशसूत्रादारभ्य पादसमाप्तिं यावत्) आधारग्रन्थः - व्यासभाष्यसहितःविभूतिपादः	
	AECC 6	पाण्डुलिपिविज्ञानम् अनुसन्धानपद्धतिश्च	4
	ECA 2	पाठ्येतर-गतिविधयः , नाटकम् ( नाटके भागग्रहणम्/ विश्लेषणम्/ संस्कृते लघुचलच्चित्रनिर्माणम् ) , स्फूर्तिस्पर्धा ( क्विज्) , संस्कृतकार्यक्रमाणाम् आयोजने/प्रबन्धने/प्रचारे सक्रियसहयोगः इत्यादिः	2
<b>तृतीयसत्रार्थस्य शिक्षाङ्कयोगः</b>			<b>22</b>
<b>चतुर्थ म्</b>	DSCC 28	➤ योगजीवनशैली एवं प्रक्षोभप्रशमनम् (Stress management) ➤ योगाभ्यासिभिः अनुसरणीयाः नियमाः ➤ योगविषयकानुसन्धानद्वारा अधिगतनिष्कर्षाणां प्रयोगेण प्रक्षोभनियन्त्रणाय उपायबोधनम् ➤ विविधक्षेत्रेषु विद्यमानानां विविधप्रकारकजनानां विविधवयस्कानां च कृते उपयोगीनि योगासनानि	4
	DSCC 29	<b>रोगप्रशमनाय योगः</b> ➤ रोगविशेषाणां प्रशमनाय निर्दिष्टाः यौगिकोपायाः (मानसिकविकारः, स्नायुविकारः, श्वासविकारः, उदरविकारः, मधुमेहः, शिरोवेदना, नेत्रविकारः)	4

		DSCC 30	<ul style="list-style-type: none"> <li>योगदर्शनम् (व्यासभाष्यचतुर्थपादः)</li> <li>➤ कैवल्यपादः(आदिमसूत्रादारभ्य अष्टमसूत्रं यावत्)</li> <li>➤ कैवल्यपादः(नवमसूत्रादारभ्य षोडशसूत्रं यावत्)</li> <li>➤ कैवल्यपादः(सप्तदशसूत्रादारभ्य चतुर्विंशतिसूत्रं यावत्)</li> <li>➤ कैवल्यपादः(पञ्चविंशतिसूत्रादारभ्य पादसमाप्तिं यावत्)</li> </ul> <p>आधारग्रन्थः - व्यासभाष्यसहितः कैवल्यपादः</p>	4
		Dissertation	दर्शनशास्त्रसम्बद्धः अभीष्टविषयकः लघुशोधप्रबन्धः	6
		ECA 2	पाठ्येतर :गतिविधय-, नाटकम् ( नाटके भागग्रहणम्संस्कृते /विश्लेषणम् / ( लघुचलच्चित्रनिर्माणम्, स्फूर्तिस्पर्धा ) ( क्विज, संस्कृतकार्यक्रमाणाम् आयोजने :प्रचारे सक्रियसहयोग/प्रबन्धने/ :इत्यादि	2
चतुर्थसत्रार्थस्य शिक्षाङ्कयोगः				20
आचार्यद्वितीयवर्षस्य सत्रार्थयोः सम्पूर्णाशिक्षाङ्कयोगः				42
आचार्यद्वितीयवर्षान्ते निष्क्रमणसमये प्राप्तव्योपाधिः		आचार्यः- स्नातकोत्तरोपाधिः		

अध्यापकानां नामानि

1) Ananthakrishna .

2) RAHOL RAJASHEKHARA BHAT

3) MANABENDRA MANDAL

4) Sidhorth Shankar panda

*Abhatt*

हस्ताक्षरम्

*[Signature]*

*[Signature]*

*[Signature]*

*[Signature]*