

		BYS-E502					Semester-V	
		Hathyogic Text हठयोग के ग्रन्थ						
Total Lectures	Maximum Marks (MM)	Time	L	T	P	Sessional	End Semester Exam (ESE)	Total Credits
60	100	3 Hrs.	3	1	0	30	70	04

नोट : इस प्रश्न-पत्र में दो खंड होंगे- अ, और ब। “खण्ड अ” में दस लघु उत्तरीय प्रश्न होंगे, जिनमें से पाँच प्रश्न करने होंगे तथा प्रत्येक छः अंकों का होगा। “खण्ड ब” में आठ दीर्घ उत्तरीय प्रश्न होंगे, जिनमें से चार प्रश्न करने होंगे तथा प्रत्येक दस अंकों का होगा। प्रश्न-पत्र सम्पूर्ण पाठ्यक्रम को ध्यान में रखकर बनाया जाएगा।

इकाई- 1 घेरण्ड संहिता : घेरण्ड संहिता का संक्षिप्त परिचय, घेरण्ड संहिता में घट शुद्धि की अवधारणा, घेरण्ड संहिता में वर्णित सप्त साधनों- षट्कर्म, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, मुद्रा, ध्यान एवं समाधि का संक्षिप्त परिचय।

इकाई-2 हठ प्रदीपिका: हठ प्रदीपिका का संक्षिप्त परिचय, हठ प्रदीपिका में वर्णित साधन चतुष्टय- आसन, प्राणायाम, मुद्रा-बंध एवं नदानुसंधान का संक्षिप्त परिचय।

इकाई-4 शिव संहिता : शिव संहिता का सामान्य परिचय, शिव संहिता के अनुसार नाड़ी, योग सिद्धि में गुरु की महिमा, प्राणायाम, आसन, मुद्रा एवं सप्त चक्रों का संक्षिप्त परिचय।

इकाई-3 सिद्ध सिद्धांत पद्धति : सिद्ध सिद्धांत पद्धति का संक्षिप्त परिचय, सिद्ध सिद्धांत पद्धति के अनुसार पिण्ड की अवधारणा, अष्टांग योग, कुंडलिनी, योगी के लक्षण।

इकाई-5 भक्ति सागर : भक्ति सागर का सामान्य परिचय, भक्ति सागर के अनुसार षट्कर्मों का विवेचन।

संदर्भ ग्रंथ-

घेरण्ड संहिता, योग भारती, मुंगेर बिहार

हठ प्रदीपिका, कैवल्यधाम लोनावला