

BA		BYS-S601					Semester- VI	
		Panchkosha, Shatchakra, Kundalini and Mantra Yoga, पंचकोष, षट्चक्र, कुण्डलिनी एवं मंत्र योग						
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 पंचकोष का अर्थ एवं परिभाषा, पंचकोष की अवधारणा। पंचकोष-अन्नमयकोष, प्राणमय कोष, मनोमयकोष विज्ञानमय कोष, आनन्दमय कोष का सामान्य परिचय।

इकाई-2 षट्चक्र- हठयोग साधना में षट्चक्र की अवधारणा, षट्चक्र- मूलाधार, स्वाधिष्ठान, मणिपूर, अनाहद्, विशुद्धि, आज्ञा चक्र का संक्षिप्त परिचय। षट्चक्र जागरण की प्रक्रिया।

इकाई-3 कुण्डलिनी- अर्थ एवं परिभाषा। कुण्डलिनी का स्वरूप एवं महत्व, कुण्डलिनी जागरण के उपाय।

इकाई-4 मंत्र योग का संक्षिप्त परिचय- मंत्रयोग की अवधारणा, अर्थ, परिभाषा, मंत्रयोग की आधुनिक युग में उपयोगिता।

इकाई-5 मंत्रचिकित्सा में यज्ञ का महत्व, मंत्रो का चिकित्सीय सिद्धान्त, गायत्री मंत्र एवं महामृत्युंजय मंत्र के चिकित्सीय प्रयोग की विधियां।

संदर्भ ग्रन्थ-

मंत्र महोदधि- मोतीलाल बनारसी दास

हठयोग प्रदीपिका- कैवल्यधाम लोनावाला

मानवचेतना- ईश्वर भारद्वाज