

વીર નર્મદ દક્ષિણ ગુજરાત યુનિવર્સિટી ,સુરત  
NEP-2020 મુજબ B.A. સેમેસ્ટર -4 નો શૈક્ષણિક વર્ષ ૨૦૨૪-૨૫થી અમલમાં આવનાર  
SEC-સંસ્કૃત વિષયનો અભ્યાસક્રમ

**SEC (Skill Enhancement Course)**

ક્રેડિટ -૨

કુલ ગુણ -૨૫

1 કલાક

**યોગશાસ્ત્રનો સંક્ષિપ્ત પરિચય**

ઉદ્દેશો - આપણી પ્રાચીન ચિકિત્સા પદ્ધતિનો પરિચય કેળવાય અને યોગના અભ્યાસ દ્વારા સમાજની દરેક વ્યક્તિ સ્વસ્થ જીવન જીવી શકે તે માટે માહિતગાર કરવા

Unit- 1

(12)

યોગના વિવિધ અર્થો, યોગશાસ્ત્રનો પરિચય, મહર્ષિ પતંજલિનો પરિચય, યોગનું માનસશાસ્ત્ર, ચિત્ત- ચિત્તવૃત્તિઓ, કલેશનાં પ્રકારો, ચિત્તભૂમિઓ

Unit -2

(13)

અષ્ટાંગ યોગ, સમાધિનાં પ્રકારો, યોગ દ્વારા પ્રાપ્ત થતી વિશિષ્ટ સિદ્ધિઓ, યોગદર્શનમાં ઈશ્વરનું સ્થાન

સંદર્ભગ્રંથ:

(૧) યોગનું તત્વજ્ઞાન- ડૉ.ઉર્મિલા ભલસોડ, પાર્શ્વ પબ્લિકેશન- અમદાવાદ

(૨) ષડ્દર્શનો -પ્રો. સી.વી.રાવળ, પ્રજ્ઞા પ્રકાશન ,અમદાવાદ.

(૩) પતંજલિના યોગસૂત્રો- સં- રામકૃષ્ણ ટી. વ્યાસ, સંસ્કૃત સાહિત્ય અકાદમી, ગાંધીનગર

(૪) યોગ પરિચય - પ્રા. જયેશ શુક્લ, યુનિ.ગ્રંથનિર્માણ બોર્ડ, અમદાવાદ.

વીર નર્મદ દક્ષિણ ગુજરાત યુનિવર્સિટી ,સુરત  
NEP-2020 મુજબ B.A. સેમેસ્ટર -4 ના શૈક્ષણિક વર્ષ ૨૦૨૪-૨૫થી અમલમાં આવનાર  
અભ્યાસક્રમ મુજબનું સંસ્કૃત- SEC વિષયનું માળખું

SEC (Skill Enhancement Course)

કેડિટ -૨

કુલ ગુણ -૨૫

1 કલાક

યોગશાસ્ત્રનો સંક્ષિપ્ત પરિચય

પ્રશ્ન -૧ ટૂંકમાં જવાબ આપો. (૭ માંથી ૫) (યુનિટ ૧ અને ૨) (૧૦)

પ્રશ્ન-૨ સામાન્ય પ્રશ્ન (યુનિટ ૧ અને ૨) (૧૫)

અથવા

પ્રશ્ન-૨ નીચેના પ્રશ્નોનાં જવાબ આપો.(યુનિટ ૧અને ૨) (૧૫)

(અ) ટૂંકનોંધ(એક)

(બ) ટૂંકનોંધ(એક)

(ક) ટૂંકનોંધ(એક)