

FACULTY OF ARTS
कला संकाय
B.A. Part-III Examination 2023
बी.ए. पार्ट-3 परीक्षा-2023
(10+2+3 Pattern)

B.A. Part - III
Jain Vidya, Jeevan Vigyan and Yoga

Scheme of Examination

Two Question Papers	Duration	M.M.	Min. M.	Period per Week
First Question Paper	3 hours	75	27	3
Second Question Paper	3 hours	75	27	3
Practical	5 hours	50	18	4

(20 Students per batch)

General Instruction

1. There will be two theoretical papers (each of 75 marks) and one practical paper (50 Marks) student has to pass both theoretical and practical papers separately.
2. 6 periods per week for two theoretical and 4 periods per week for practical classes of 20 students per batch is essential
3. This syllabus will be equally applicable to regular private and ex-student
4. Question Papers will be prepared in both Hindi and English languages.
5. Eligibility – 10+2 or Equivalent Passed.

PAPER 1 – MAIN PRINCIPLES OF JAIN PHILOSOPHY

Time : 3 hours

M.M. : 75

Note : There will be two questions from each unit. Every question will consist of Part A- Descriptive type (12 Marks) and Part B Short notes type (3 Marks), making total number of 10 questions. Student has to answer total five question attempting at least one from each unit.

Unit – 1

Main Principles of Jain Philosophy

- A. Non – absolutism (Anekantavada), Relativism-Seven Predication (syadvada-Sapta Bhangivada), Theory of ways of approach (Nayavada)
- B. Theory of word meaning (Nikshepa), Cause and effect. Five concomitance (Pancha Samavaya)

Unit – 2

Main Principle of Jainism

- A. Soul : Self Creator (Aatma-kartritvavada), karmavada, States of karma
- B. Aural Coloration (leshya) Meditation (Dhyana) emancipation (Moksha)

Unit – 3

Jain Theory of Knowledge

- A. Nature of knowledge, sources of knowledge perceptual knowledge (Matigyan), verbal knowledge (Shrutagyan)
- B. Clairvoyance (Avadhigyan), Mind reading knowledge (Manah Parayayagyan), Omniscience (Kevala Gyan)

Unit – 4

Theory of Jaina Nyaya

- A. Nature of Nyaya (Logic), Parts of Nyaya-Valid Cognition, (Praman) Object of valid cognition, (Prameya) Result of Valid Cognition, (Pramiti) Knower (Pramata)
- B. Immediate Valid Cognition (Pratyaksha-Pramana)-Trancendental and Empirical Mediate valid cognition (Paroksha-Pramana) – Memory, recognition inductive reasoning, inference and Verbal testimony

Unit – 5

Other Principales of Jainism

- A. Spirituality in Jainism, Science in Jainism, Psychology in Jainism
- B. Sociology in Jainism, economics in Jainism, Vegetarianism in Jainism, ecology in Jainism

Recommended Books :-

1. जैन दर्शन के प्रमुख सिद्धान्त, डॉ. समणी ऋजु प्रज्ञा जैन विश्वभारती विश्वविद्यालय, लाडनूं।
2. जैन दर्शन मनन और मीमांसा, आचार्य महाप्रज्ञ विश्वभारती विश्वविद्यालय, लाडनूं।
3. ज्ञान मीमांसा, डॉ. साध्वी श्रुतयशा विश्वभारती विश्वविद्यालय, लाडनूं।
4. भिक्षु न्यायकर्णिका, आचार्य तुलसी, विश्वभारती विश्वविद्यालय, लाडनूं।
5. जैन न्याय का विकास, आचार्य महाप्रज्ञ, जैन विद्या अनुशीलन केन्द्र राजस्थान विश्वविद्यालय, जयपुर।
6. जैन दर्शन, पंडित महेन्द्र कुमार जैन न्यायचार्य, गणेशवर्णी संस्थान, नरिया, वाराणसी।
7. जैन न्याय, पंडित कैलाशचन्द्र भारतीय ज्ञानपीठ, नई दिल्ली।
8. जैन दर्शन स्वरूप और विश्लेषण, देवेन्द्र मुनि, तारक गुरु ग्रंथालय, उदयपुर।
9. भगवान महावीर का अर्थशास्त्र आचार्य महाप्रज्ञ, विश्वभारती विश्वविद्यालय, लाडनूं।

PAPER – II YOGA AND PERSONALITY DEVELOPMENT

Time : 3 Hours

M.M. : 75

Note :- There will be two questions from each unit. Every question will consist of Part A- Descriptive type (12 Marks) and Part B short notes type (3 Marks), making total number of 10 questions. Student has to answer total five questions attempting at least one from each unit.

Unit – 1

Analysis of Personality

- A. Meaning of Personality, Definition, Determinants of Personality, Heredity, Environment, Glandular System, Karma
- B. Types of Personality, Spiritual-Scientific Personality, Process of personality Development.

Unit – 2

Personality Development and Management

- A. Goal Management, Time Management, Health Management
- B. Stress Management, Addiction Management, Emotion Management

Unit – 3

Personality and Skill Development

- A. Development of Working efficiency, Development of Leadership Development of Positive Thinking, Development of Memory
- B. Development of Communication Skill, development of Behavioral Skill Development of Higher Skills.

Unit – 4

Yoga-the Process of Personality Development

- A. Nature of Spirituality, Stages of Spiritual Development, Maxims of Spirituality, Aahar Sanyam, Fasting
- B. Four Bhavanas, Twelve-Contemplations, Equanimity, Samadhi

Unit – 5

Yoga – The Process of Personality Development

- A. Naturopathy, Colour-Therapy, Mantra-Therapy
- B. Preksha Therapy, Accupressure, Six-Karma (shat-karmas)

Recommended Books :-

1. व्यक्तित्व विकास और योग—डॉ. समणी ऋजु प्रज्ञा, जैन विश्वभारती विश्वविद्यालय, लाडनूं।
2. प्रेक्षाध्यान व्यक्तित्व विकास, मुनि धर्मेशकुमार जैन विश्वभारती विश्वविद्यालय, लाडनूं।
3. सोया मन जग जाये, आचार्य महाप्रज्ञ, जैन विश्वभारती विश्वविद्यालय, लाडनूं।
4. जैन योग, आचार्य महाप्रज्ञ, जैन विश्वभारती विश्वविद्यालय, लाडनूं।
5. आधुनिक सामान्य मनोविज्ञान, डॉ. प्रीति वर्मा, डॉ. डी.एन. श्रीवास्तव, अग्रवाल पब्लिकेशन, आगरा।
6. व्यक्तित्व का मनोविज्ञान, डॉ. जायसवाल, विनोद पुस्तक मन्दिर, आगरा।

PRACTICAL: JAIN VIDYA, JEEVAN VIGYAN AND YOGA

Time: 5 hours

M.M.: 50

Minimum Pass Marks: 18

Division of Marks

1. Practical work (written Part of 1.30 Hrs.)
Three question are to be attempted out of 5 questions 21 Marks
 2. Viva – voce – Deposit the report of practice done by the student and give presentation also 20 Marks
 3. File work 9 Marks
- Note: - there will be four periods for a batch of 20 students

Exercise : **1 Meditation**

Leshya Dhyana

Exercise : **2 Aasan**

1. **Lying posture** : Dhanurasana, Matsyasana, Naukasana
2. **Standing posture** : Godhasana, ardh – Mastyendrasana, Ushtrasana, Singhasana
3. **Standing posture** : Surya Namaskar (Sun Salutation), Mahaveerasana, Madhyapad Sirsan

Exercise : 3

Pranayam : Kapalbhatai Pranayam, Bhastrika, nadi Shodhan

Exercise : 4

Anupreksha : Anitya, Sahisnuta, Swasthya and Mriduta

Exercise : 5

Sound, Mudra and Bandha – Sound of Mahaprana omkar and Arham

Hasta Mudra – Gyan Mudra, Vayu, Aakash, Prithvi, Surya, Varuna, Apaana and Shankha Mudra

Bandha – **three-Bandha** Uddiyana bandh, Jalandhar Bandh and mool bandh.

Recommended Books :-

1. प्रेक्षा ध्यान : प्रयोग पद्धति आचार्य महाप्रज्ञ, जैन विश्व भारती, लाडनूं।
2. आसन और प्राणायाम, मुनि किशनलाल, जैन विश्व भारती, लाडनूं।
3. यौगिक क्रियाएँ मुनि किशनलाल, बी.जैन पब्लिशर्स (प्रा.लि.) दिल्ली।
4. आसन प्रणायाम मुद्रा बन्ध, स्वामी सत्यानन्द, बिहार योग विद्यालय, गंगा दर्शन, मुंगेर।
5. आसन और प्राणायाम, स्वामी रामदेव दिव्य योग मन्दिर, करखल, हरिद्वार।
6. योगासन एवं स्वास्थ्य, मुनि किशनलाल बी. जैन पब्लिशर्स (प्रा.लि.) दिल्ली।

बी.ए. तृतीय वर्ष 2023
जैनविद्या, जीवन विज्ञान एवं योग

परीक्षा योजना

सैद्धान्तिक	अवधि	अधिकतम अंक	न्यूनतम उत्तीर्णांक	कालांश प्रति सप्ताह
प्रथम प्रश्न पत्र	3 घण्टे	75	27	3
द्वितीय प्रश्न पत्र	3 घण्टे	75	27	3
प्रायोगिक	5 घण्टे	50	18	4

(प्रत्येक बैच 20 विद्यार्थी)

सामान्य निर्देश :

1. कुल दो सैद्धान्तिक प्रश्न पत्र (प्रत्येक पत्र 75 अंको का) व एक प्रायोगिक पत्र (50 अंक का) होगा। विद्यार्थी को सैद्धान्तिक व प्रायोगिक पत्र में पृथक-पृथक उत्तीर्ण होना आवश्यक है।
2. दोनों सैद्धान्तिक पत्रों के लिए प्रति सप्ताह 6 कालांश एवं प्रायोगिक पत्र में 20 विद्यार्थियों के प्रत्येक सप्ताह 4 कालांश होना आवश्यक है।
3. यह पाठ्यक्रम नियमित, स्वयंपाठी एवं पूर्व विद्यार्थी के लिए समान रूप से लागू होगा।
4. प्रश्न पत्र हिन्दी व अंग्रेजी दोनों भाषाओं में होगा।

प्रथम प्रश्न पत्र – जैन दर्शन के प्रमुख सिद्धान्त

समय : 3 घण्टे

पूर्णांक : 75

नोट : इस प्रश्न पत्र में प्रत्येक इकाई से दो प्रश्न होंगे। प्रत्येक प्रश्न का भाग 'अ' निबन्धात्मक 12 अंक एवं भाग 'ब' लघूत्तरीय 3 अंक का होगा। इस प्रकार प्रश्नों की कुल संख्या 10 होगी। परीक्षार्थी को प्रत्येक इकाई से एक प्रश्न का चयन करते हुए कुल पाँच प्रश्नों के उत्तर लिखने होंगे।

इकाई – 1

जैन दर्शन के प्रमुख सिद्धान्त

- अ. अनेकांतवाद, स्याद्वाद-सप्तभंगीवाद, नयवाद
- ब. निक्षेपवाद, कारण-कार्यवाद, पाँच समवाय

इकाई – 2

जैन दर्शन के प्रमुख सिद्धान्त

- अ. आत्म-कर्तृत्ववाद, कर्मवाद, कर्म की अवस्थाएँ
- ब. लेश्या, ध्यान, मोक्ष

इकाई – 3

जैन ज्ञानमीमांसा

- अ. ज्ञान का स्वरूप, ज्ञान के स्रोत, मतिज्ञान, श्रुतज्ञान
- ब. अवधिज्ञान, मनःपर्ययज्ञान, केवलज्ञान

इकाई – 4

जैन न्याय

- अ. न्याय का स्वरूप, न्याय के अंग—प्रमाण, प्रमेय, प्रमाता, प्रमिति
- ब. प्रत्यक्ष प्रमाण—पारमार्थिक, साव्यवहारिक, परोक्ष प्रमाण—स्मृति प्रत्यभिज्ञान, तर्क, अनुमान, आगम

इकाई – 5

जैन दर्शन के अन्य सिद्धांत

- अ. जैन दर्शन में अध्यात्म, जैन दर्शन में विज्ञान, जैन दर्शन में मनोविज्ञान
- ब. जैन दर्शन में समाजशास्त्र, जैन दर्शन में अर्थशास्त्र, जैन दर्शन में शाकाहार, जैन दर्शन में पर्यावरण।

अनुशंसित पुस्तकें :-

1. जैन दर्शन के प्रमुख सिद्धान्त, डॉ. समणी ऋजु प्रज्ञा जैन विश्वभारती विश्वविद्यालय, लाडनूं।
2. जैन दर्शन मनन और मीमांसा, आचार्य महाप्रज्ञ विश्वभारती विश्वविद्यालय, लाडनूं।
3. ज्ञान मीमांसा, डॉ. साध्वी श्रुतयशा विश्वभारती विश्वविद्यालय, लाडनूं।
4. भिक्षु न्यायकर्णिका, आचार्य तुलसी, विश्वभारती विश्वविद्यालय, लाडनूं।
5. जैन न्याय का विकास, आचार्य महाप्रज्ञ, जैन विद्या अनुशीलन केन्द्र राजस्थान विश्वविद्यालय, जयपुर।
6. जैन दर्शन, पंडित महेन्द्र कुमार जैन न्यायचार्य, गणेशवर्णी संस्थान, नरिया, वाराणसी।
7. जैन न्याय, पंडित कैलाशचन्द्र भारतीय ज्ञानपीठ, नई दिल्ली।
8. जैन दर्शन स्वरूप और विश्लेषण, देवेन्द्र मुनि, तारक गुरु ग्रंथालय, उदयपुर।
9. भगवान महावीर का अर्थशास्त्र आचार्य महाप्रज्ञ, जैन विश्वभारती विश्वविद्यालय, लाडनूं।

द्वितीय प्रश्न पत्र – योग और व्यक्तित्व विकास

समय : 3 घण्टे

पूर्णांक : 75

नोट : इस प्रश्न पत्र में प्रत्येक इकाई से दो प्रश्न होंगे। प्रत्येक प्रश्न का भाग 'अ' निबन्धात्मक 12 अंक एवं भाग 'ब' लघूत्तरीय 3 अंक होगा। इस प्रकार प्रश्नों की कुल संख्या 10 होगी। परीक्षार्थी को प्रत्येक इकाई से एक प्रश्न का चयन करते हुए कुल पांच प्रश्नों के उत्तर लिखने होंगे।

इकाई – 1

व्यक्तित्व का विश्लेषण

- अ. व्यक्तित्व का अर्थ, परिभाषा, व्यक्तित्व के निर्धारक तत्त्व—वंशानुक्रम, वातावरण, ग्रन्थि तंत्र, कर्म।
ब. व्यक्तित्व के प्रकार आध्यात्मिक—वैज्ञानिक व्यक्तित्व, व्यक्तित्व विकास की प्रक्रिया।

इकाई – 2

व्यक्तित्व विकास और प्रबंधन

- अ. लक्ष्य प्रबंधन, समय प्रबंधन, स्वास्थ्य प्रबंधन
ब. तनाव प्रबंधन, नशामुक्ति प्रबंधन, संवेग प्रबंधन

इकाई – 3

व्यक्तित्व और क्षमता का विकास

- अ. कार्यक्षमता का विकास, नेतृत्व क्षमता का विकास, सकारात्मक सोच का विकास स्मृति का विकास।
ब. अभिव्यक्ति का विकास, व्यवहार कौशल का विकास, उच्च शक्तियों का विकास।

इकाई – 4

व्यक्तित्व विकास की प्रक्रिया—योग

- अ. अध्यात्म योग का स्वरूप, अध्यात्म विकास की भूमिकाएँ, अध्यात्म योग के सूत्र आहार—संयम, उपवास
ब. 4 भावना, द्वादश अनुप्रेक्षा, समता समाधि।

इकाई – 5

व्यक्तित्व विकास की प्रक्रिया—योग

- अ. प्राकृतिक चिकित्सा, रंग चिकित्सा, मंत्र चिकित्सा
ब. प्रेक्षा चिकित्सा, एक्यूप्रेशर, षट्कर्म

अनुशासित पुस्तकें :-

1. व्यक्तित्व विकास और योग—डॉ. समणी ऋजु प्रज्ञा, जैन विश्वभारती विश्वविद्यालय, लाडनू।
2. प्रेक्षाध्यान व्यक्तित्व विकास, मुनि धर्मेशकुमार जैन विश्वभारती विश्वविद्यालय, लाडनू।
3. सोया मन जग जाये, आचार्य महाप्रज्ञ, जैन विश्वभारती विश्वविद्यालय, लाडनू।
4. जैन योग, आचार्य महाप्रज्ञ, जैन विश्वभारती विश्वविद्यालय, लाडनू।
5. आधुनिक सामान्य मनोविज्ञान, डॉ. प्रीति वर्मा, डॉ. डी.एन. श्रीवास्तव, अग्रवाल पब्लिकेशन, आगरा।
6. व्यक्तित्व का मनोविज्ञान, डॉ. जायसवाल, विनोद पुस्तक मन्दिर, आगरा।

प्रयोगिक जैन विद्या जीवन विज्ञान एवं योग

अवधि : 5 घण्टे

पूर्णांक : 50

अंक योजना –

न्यूनतम उत्तीर्णांक – 18

1. प्रयोगशाला कार्य (लिखित प्रश्न पत्र 1.30 घण्टे अवधि) पाँच प्रश्नों में से तीन प्रश्न करना आवश्यक है।
21 अंक
2. मौखिक – समग्र अभ्यास से परीक्षार्थी प्रयोगों को करके एवं कराकर के करेंगे। स्वयं द्वारा किये गये अभ्यास की रिपोर्ट (प्रतिवेदन जमा करेंगे एवं उसकी प्रस्तुति देंगे।) (दो परीक्षार्थी एक साथ) 20 अंक
3. अभिलेख कार्य (फाईल रिकॉर्ड) 9 अंक

कालांश – 20 विद्यार्थियों के प्रत्येक बैच के लिए 4 कालांश होंगे।

(अ) प्रेक्षाध्यान – पूर्व तैयारी एवं ध्यान के चारों चरण, यौगिक क्रियाएं मस्तक से पंजे तक तथा पेट और श्वास की दस क्रियाएँ, दीर्घकालीन कायोत्सर्ग।

नोट :- उपर्युक्त प्रयोग केवल अभ्यास एवं मौखिक परीक्षा के लिए है। प्रायोगिक परीक्षा के लिखित में उससे प्रश्न नहीं पूछे जायेंगे।

अभ्यास – 1

विशेष प्रयोग – लेश्याध्यान

अभ्यास – 2 आसन

शयन स्थान – 1. धनुरासन, 2. मत्स्यासन, 3. नौकासन।

निषीदन स्थान – 1. गोदुहासन, 2. अर्द्धमत्स्येन्द्रासन, 3. उष्ट्रासन, 4. सिंहासन।

ऊर्ध्व स्थान – 1. सूर्य नमस्कार, 2. महावीरासन, 3. मध्यपादसिरासन

अभ्यास – 3 प्राणायाम

1. कपाल भाँति, 2. भस्त्रिका, 3. नाड़ी शोधन

अभ्यास – 4. अनुप्रेक्षा

1. अनित्य, 2. सहिष्णुता, 3. स्वास्थ्य, 4. मृदुता।

अभ्यास – 5. ध्वनि, मुद्रा और बन्ध

महाप्राण ध्वनि, ओंकार ध्वनि और अर्हम ध्वनि।

मुद्रा – हस्तमुद्रा-ज्ञानमुद्रा, वायु, आकाश, पृथ्वी, सूर्य, वरुण, अपान, औरशंख मुद्रा।

बन्ध – त्रिबन्ध-उड्डियान, जालन्धर और मूलबन्ध।

अनुशासित पुस्तकें :-

1. प्रेक्षा ध्यान : प्रयोग पद्धति आचार्य महाप्रज्ञ, जैन विश्व भारती, लाडनू।
2. आसन और प्राणायाम, मुनि किशनलाल, जैन विश्व भारती, लाडनू।
3. यौगिक क्रियाएं मुनि किशनलाल, बी. जैन पब्लिशर्स (प्रा.लि.) दिल्ली।
4. आसन प्रणायाम मुद्रा बन्ध, स्वामी सत्यानन्द, बिहार योग विद्यालय, गंगा दर्शन, मुंगेर।
5. आसन और प्राणायाम, स्वामी रामदेव दिव्य योग मन्दिर, करखल, हरिद्वार।
6. योगासन एवं स्वास्थ्य, मुनि किशनलाल बी. जैन पब्लिशर्स (प्रा.लि.) दिल्ली