

# **CENTER FOR LIFE MANAGEMENT**

**DEPT. OF ORIENTAL STUDIES,  
DEV SANSKRITI VISHWAVIDYALAYA,  
GAYATRIKUNJ, SHANTIKUNJ, HARIDWAR (U.K.)**

## **Structure & Syllabus of B.A./B.Sc./BCA**

### **First – Final Year ( Semester I – VI)**

<b>Semester</b>	<b>Title</b>	<b>L</b>	<b>T</b>	<b>P</b>	<b>C</b>	<b>Total Contact hrs.per week</b>	<b>Total</b>
<b>B.A./B.Sc./BCA I Semester</b>	<b>Life Style Management</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>100</b>
<b>B.A./B.Sc./BCA II Semester</b>	<b>Study Management</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>100</b>
<b>B.A./B.Sc./BCA III Semester</b>	<b>Successful Personality</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>100</b>
<b>B.A./B.Sc./BCA IV Semester</b>	<b>Relationship Management</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>100</b>
<b>B.A./B.Sc./BCA V Semester</b>	<b>Communication Skill</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>100</b>
<b>B.A./B.Sc./BCA VI Semester</b>	<b>Character Building</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>100</b>
<b>Total</b>					<b>12</b>	<b>17</b>	<b>600</b>

# **CENTER FOR LIFE MANAGEMENT**

**DEPT. OF ORIENTAL STUDIES,  
DEV SANSKRITI VISHWAVIDYALAYA,  
GAYATRIKUNJ, SHANTIKUNJ, HARIDWAR (U.K.)**

**B.A./B.Sc./BCA I Semester**

<b>Course</b>	<b>Life Style Management</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>Max marks-100</b>
---------------	------------------------------	----------	----------	----------	----------	----------------------

## **Part I**

### ***Unit I :Life Style & its Basics:***

- Purpose of life & its dimensions
- Importance of Self-Evaluation; (Daily routine, Food habits, Dressing Sense, Habit formation, Company, Etiquettes)
- Duties & Commitment of Self, Family and Society
- Adjustment with Self & Environment

### ***Unit II :Work Efficiency:***

- Positive way of thinking
- Tools & techniques for Positive thinking
- Karma & Karma Phal Sidhanta
- Behavioral Skill

## **Part II– (Applied Skills)**

### ***Unit III :Personality Skills***

- Self-Assessment Techniques
- Adjustment Skills
- Art of Positive Thinking

### ***Unit IV :Environmental Awareness***

- Basic Concept of Environment & Ecology
- Natural Resources
- Environmental Ethics

## **Part III**

### ***( Mission Concepts & Personality Refinement)***

#### **Unit V:**

- Life and Deeds of Pt. Shriram Sharma Acharya and Mataji
- Gayatri Pariwar and its Branches
- Vichar Kranti
- Atmdev Sadhna: Atmbodh and Tatvabodh
- Pranayama: Nadishodhan, Pranakarshan
- Diary Writing

### **Reference Books**

- अखण्ड ज्योति पत्रिका— पं.श्रीराम शर्मा आचार्य
- युग निर्माण योजना— पं.श्रीराम शर्मा आचार्य
- कान्तिधर्मी साहित्य— पं.श्रीराम शर्मा आचार्य
- बालकों के लिए दिव्य जीवन सन्देश—स्वामी शिवानन्द
- युवकों के प्रति —स्वामी विवेकानन्द
- दि सीक्रेट रहस्य —रान्डॉ बर्न
- तेजस्वी मन—ए पी जे अब्दुल कलाम
- सोच क्या है? — जे कृष्णमूर्ति
- विवेकानन्द की जीवनी— रोमां रोलां
- क्या कहें जब स्वयं से बात करें? —शैड डेल्सटेटर
- जीने की कला — स्वामी जगदात्मानन्द
- नया दिन नया जीवन — जे मौर्य सुरंश राम
- आनन्दमय जीवन का उत्सव—स्वामीराम
- जिओ शान से—रॉबिन शर्मा
- टाइम मैनेजमेंट— डॉ. रेखा व्यास
- आपके अवचेतन मन की शक्ति—डॉ. जोसेफ मर्फी
- जीना सीखो—स्वामी जगदात्मानन्द
- अपनी सीमाएँ पहचानो और उन्हें अनदेखा करो — जानमेसन
- To The Youth of India - Swami Vivekananda
- The Greatness Guide- Robin Sharma

# **CENTER FOR LIFE MANAGEMENT**

**DEPT. OF ORIENTAL STUDIES,  
DEV SANSKRITI VISHWAVIDYALAYA,  
GAYATRIKUNJ, SHANTIKUNJ, HARIDWAR (U.K.)**

**B.A./B.Sc./BCA II Semester**

<b>Course</b>	<b>Study Management</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>Max marks-100</b>
---------------	-------------------------	----------	----------	----------	----------	----------------------

## **Part I**

### **Unit I :*Time Management:***

- Characteristics of Ideal Student
- Time Management (Importance, Steps, Barriers & solutions)
- Reading & Writing Skill
- Making Notes & Conceptual Clarity of Subject topic

### **Unit II :*Concentration & Memory:***

- Concentration in study (Importance, Barriers & solutions)
- Memory problem & Memory Boosting techniques
- Stress Management (causes & effects & coping techniques)
- Examination Stress & Creative use of Stress

## **Part II– (Applied Skills)**

### **Unit III: *Personality Skills***

- Reading & Writing Skills
- Learning Tools
- Developing Self Confidence

### **Unit IV: *Environmental Awareness***

- Environmental Management
- Role of an Individual in Conservation of natural Resources
- Types of Pollution (Air, Water, Noise) & Management

## **Part III**

### ***( Mission Concepts & Personality Refinement)***

#### **Unit V :**

- Upasna, Sadhna , Aradhna
- Savita Dhyam
- Sanskara: Janmdin
- Gayatri and Yajna
- Yug Nirman Satsankalpa
- Swadhyaya and Satsang

#### **Reference Books**

- अखण्ड ज्योति पत्रिका –
- युग निर्माण योजना–
- क्रान्तिधर्मी साहित्य– पं.श्रीराम शर्मा  
आचार्य
- प्रार्थनाऔर ध्यान –श्रीमातृवाणी
- 'सन्तवाणी'–भाग एक –स्वामीश्री  
शरणानंद जी महाराज
- क्या करें क्या ना करें –राजेन्द्र  
कुमार धवन
- विद्यार्थी जीवन मेंसफलता  
–स्वामीशिवानंद,
- अग्नि की उड़ान– ए पी जे अब्दुल  
कलाम
- प्रार्थना और ध्यान –श्री अरविन्द
- माँ के सान्निध्य में–स्वामी ईशानानन्द
- अदम्य साहस –ए पी जे अब्दुल कलाम
- पिता के पत्र–जवाहर लाल नेहरू
- आत्म विश्वास सफलता का द्वार –सर  
श्री
- टाइम मैनेजमेंट – डॉ. रेखा व्यास
- समय आपकी मुट्ठी में – डॉ. विजय  
अग्रवाल
- मानसिक शक्ति –स्वामी शिवानन्द  
सरस्वती
- विद्यार्थी जीवन में सफलता –स्वामी  
शिवानन्द सरस्वती
- तेजस्वी मन –ए पी जे अब्दुल कलाम
- YOU CAN WIN - SHIV KHERA
- Talk with students- J krishnamurti

# **CENTER FOR LIFE MANAGEMENT**

**DEPT. OF ORIENTAL STUDIES,  
DEV SANSKRITI VISHWAVIDYALAYA,  
GAYATRIKUNJ, SHANTIKUNJ, HARIDWAR (U.K.)**

**B.A./B.Sc./BCA III Semester**

<b>Course</b>	<b>Successful Personality</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>Max marks-100</b>
---------------	-------------------------------	----------	----------	----------	----------	----------------------

## **Part I**

### **Unit I :*Self-Assessment:***

- Self-Awareness
- Understanding your Personality & Potential
- Goal Setting
- Importance of Ideal

### **Unit II :*Tools of Successful Personality***

- Will Power , Self Confidence & Imagination Power
- Intelligence & Emotional Intelligence
- Success Obstacles & Golden Rules
- A Successful Personality

## **Part II**

### **Unit III :*Personality Skills***

- Self-Empowerment Techniques
- Developing Parameters of corruption free Personality
- Collective Spiritual Practice

### **Unit IV :*Disaster Management***

- Concept of Disaster Management
- Types of Disaster
- Rescue and Relief

## **Part III**

### **( Mission Concepts & Personality Refinement)**

#### **Unit V:**

- Swadhyay : Developing Study Circle
- Pragya Tales
- Yug Nirman Satsankalpa
- Thought Revolution Formulas
- Apne Ang Aavyavon Se
- Shiksha and vidya

#### **Reference Books**

- अखण्ड ज्योति पत्रिक
- युग निर्माण योजना
- क्रान्तिधर्मी साहित्य – पं.श्रीराम शर्मा आचार्य
- श्वेत कमल – रवीन्द्र
- लाल कमल – रवीन्द्र
- कौन रोएगा आपकी मृत्यु पर – राबिन शर्मा
- पर्सनैलिटी प्लस – फ्लोरेंस लिटार
- भगवद्गीता से सीखें सफलता के सूत्र
- भारत की महान साधिकाएँ – विश्वनाथ मुखर्जी
- आपके अवचेतन मन की शक्ति – डॉ. जोसेफ मर्फी
- 100 सफलता के टिप्स –
- सन्यासी जिसने अपनी सम्पत्ति बेच दी – राबिन शर्मा
- अदम्य साहस – ए पी जे अब्दुल कलाम
  
- Success Through a Positive Mental Attitude - Dr.Napoleon Hill & William  
Clement Stone
- The Seven Spiritual Laws of Success
- The Law of Success - Napoleon Hill
- On living and dying - J krishnamurti

# **CENTER FOR LIFE MANAGEMENT**

**DEPT. OF ORIENTAL STUDIES,  
DEV SANSKRITI VISHWAVIDYALAYA,  
GAYATRIKUNJ, SHANTIKUNJ, HARIDWAR (U.K.)**

**B.A./B.Sc./BCA IV Semester**

<b>Course</b>	<b>Relationship Management</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>Max marks-100</b>
---------------	--------------------------------	----------	----------	----------	----------	----------------------

## **Part I**

### ***Unit I :Adjustment & Behavioral Skill***

- Adjustment (Importance Obstacles & Tools)
- Harmonious Relationship
- Behavioral Skill for Harmonious Relationship
- Positive mental attitude

### ***Unit II :Relationship Management & Emotional Competency***

- Relationship in the hours of crisis
- Negative Emotions & their effect & management
- Refinement of Emotions
- Emotional Intelligence & its development

## **Part II– (Applied Skills)**

### ***Unit III :Personality Skills***

- Group Discussion
- Interpersonal Skills
- Coping with Negative Emotions

### ***Unit IV :Disaster Management***

- House & Village Disaster Management Plan
- Fire Fighting
- Structure of Disaster Management Team

## **Part III**

### **( Mission Concepts & Personality Refinement)**

#### **Unit V:**

- Samaydan & Anshdan (Time & Money Donation)
- Concept Of Spirituality and its Applications
- Pragyayoga (Spiritual Context)
- Jyoti Avatarna Dhyana
- The Art of Creative Writing

### **Reference Books**

- अखण्ड ज्योति पत्रिका —
- युग निर्माण योजना
- कान्तिधर्मी साहित्य —पं.श्रीराम शर्मा आचार्य
- मरणोत्तर जीवन और पुनर्जन्म — श्री स्वामी शिवानन्द सरस्वती
- वीर वैरागी — भाई परमानन्द
- मैनेजमेंट गुरु श्री गणेश — बी के चन्द्रशेखर
- महात्मा गांधी गीता माता —महात्मा गांधी
- मैनेजमेंट गुरु भगवान श्री कृष्ण —ओ पी झा,
- मैनेजमेंट एवं कॉरपोरेट गुरु चाणक्य—हिमांशु शेखर
- स्वामी विवेकानन्द का मानवतावाद—स्वामी रंगनाथानन्द
- मन रहस्य और निग्रह — स्वामी शिवानन्द
- ओह, जीवन रिलैक्स प्लीज — स्वामी सुख बोधानन्द
- मिलकर कार्य करने के 17 कारगर नियम — जॉन सी मैक्सबेल
- On Relationship - J krishnamurti
- How To Stop Worrying and Start Living - Dale Carnegie
- Don't Make a Problem of Anything - J.Krishnamurti

# **CENTER FOR LIFE MANAGEMENT**

**DEPT. OF ORIENTAL STUDIES,  
DEV SANSKRITI VISHWAVIDYALAYA,  
GAYATRIKUNJ, SHANTIKUNJ, HARIDWAR (U.K.)**

**B.A./B.Sc./BCA V Semester**

<b>Course</b>	<b>Communication Skill</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>Max marks-100</b>
---------------	----------------------------	----------	----------	----------	----------	----------------------

## **Part I**

### ***Unit I :Basics of Communication***

- Importance of Communication & Communication Skill
- Communication function-Speaking, Visualizing, listening, Auditing.
- Different Communication Skills-Presentation Skill, Written Communication Skill, Meeting Communication Skill, Telephone Communication Skill.
- Types of Communication (Formal & Informal Communication  
Verbal & Non Verbal Communication)

### ***Unit II :Effective Communication***

- Preparation for effective Communication
- Characteristics & Techniques of effective Communication
- Creative & Spiritual Communication

## **Part II– (Applied Skills)**

### ***Unit III :Holistic Health***

- Management of Yoga Camps
- Yajna Therapy
- Health Conservation Techniques

### ***Unit IV :Practical Skills***

- Yog and Yoga Therapy
- Pragyayoga asan
- Alternative Therapies – Acupressure & Pranic Healing

## Part III

### (Mission Concepts & Personality Refinement)

#### Unit V:

- *Sambhashana* (Presentation Skills:AWGP, Guruji, Mataji DSVVV, Sanskara, Personality Refinement, Life Management etc.)
- *Swavlamban*
- Anti-Corruption through Thought Transformation (*Samajhdari, Imandari, Jimmedari, Bahaduri*)
- *Dafli and Pragma* Songs
- Introduction of *Shodash Sanskara*
- *Karmkanda* (*Hawan, Deepyagya, Janmdin*)

### Reference Books

- अखण्ड ज्योति पत्रिका
- युग निर्माण योजना
- क्रान्तिधर्मी साहित्य— पं.श्रीराम शर्मा आचार्य
- कर्मकाण्डभास्कर
- गीतसंजीवनी
- युगसंगीत
- लोकसेवियों के लिये दिशाबोध – ब्रह्मवर्चस
- युगनिर्माण योजना, दर्शनस्वरूप व कार्यक्रम
- आध्यात्मिकचिकित्सा—डॉ. प्रणव पण्ड्या
- नव निर्माण की रूप रेखा भारत 2020— डॉ ए पी जे अब्दुल कलाम
- लोक व्यवहार –डेल कारनेगी
- आप भी लीडर बन सकते हैं— डेल कारनेगी
- मैनेजमेंट गुरु भगवान श्री राम – डॉ. सुनील जोगी
- बॉडी लैंग्वेज—एरिक वाटसन
- बॉडी लैंग्वेज –एलन पीज
- ऐसी वाणी बोलिए – पॉल डबलू स्वेट्स
- मेरे सपनों का भारत –ए पी जे अब्दुल कलाम
- लीडर के 21 अनिवार्य गुण – जॉन सी मैक्सबेल
- आप और आपका व्यवहार – सूर्या सिन्हा
- संवाद का जादू – टेरी फेल्लर
- Megaliving - Robin Sharma
- 6 Habites of Highly Effective Bosses - Stephen E.Kohn and Vincent D.O'Connell

## **CENTER FOR LIFE MANAGEMENT**

**DEPT. OF ORIENTAL STUDIES,  
DEV SANSKRITI VISHWAVIDYALAYA,  
GAYATRIKUNJ, SHANTIKUNJ, HARIDWAR (U.K.)**

**B.A./B.Sc./BCA VI Semester**

<b>Course</b>	<b>Character Building</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>Max marks-100</b>
---------------	---------------------------	----------	----------	----------	----------	----------------------

### **Part I**

#### ***Unit I :Basics of Character Building***

- Meaning & Importance of Character Building
- Dimensions & Process of Character Building
- Simple Living & High Thinking
- Hard Work & Devotion to Duty

#### ***Unit II :Character Building***

- Sense control (*Indriya Saiyam, Swadhyaya* and *Satsang*)
- Humble behavior & Co-operativeness
- Goodwill , Tolerance & Positive Mentle Attitude
- Spirituality & Character Building

### **Part II– (Applied Skills)**

- ❖ Workshop in campus and local areas.

## Reference Books

- अखण्ड ज्योति पत्रिका
- युग निर्माण योजना
- क्रान्तिधर्मी साहित्य – पं.श्रीराम शर्मा आचार्य
- श्री रमण महर्षि से बातचीत – शिवलाल अग्रवाल
- उत्तरयोगी श्री अरविन्द जीवन और दर्शन – शिव प्रसाद सिंह
- सन्यासी जिसने अपनी सम्पत्ति बेच दी – रॉबिन शर्मा
- सकारात्मक सोच की अद्भुत शक्ति – नॉर्मन विन्सेन्ट पील
- समाधि के सोपान – एफ जे अलेकजेन्डर
- व्यावहारिक वेदान्त – स्वामी रामतीर्थ
- गौतम बुद्ध का जीवन और दर्शन – डॉ. राधाकृष्णन
- मन और उसका निग्रह – स्वामी बोधसारानन्द
- प्रेरणा के दस कदम – शॉन डॉयेल
- Spiritual Practice - Swami Ashokananda
- Service And Spirituality - Swami Swahananda
- Exploration Into Insight - J.Krishnamurti