

B.A. (Part-II) Examination
YOGASHASTRA (Optional Subject)
(Science of Yoga)

Time : Three Hours]

[Full Marks : 50

Note :— (1) Solve **ALL** questions.

(2) All questions carry equal marks.

1. Explain relation between Samkhya and Yoga Darshan. 10

OR

Select any two Sutra of Sadhan Pada and describe them. 10

2. Explain the term Chitta and remedies to control Chittavrittis. 10

OR

Explain the concept of 'Ishvara' in light of the Yogasutras of Patanjali. 10

3. Write the kinds of 'Klesh' and explain the way to overcome 'Klesh'. 10

OR

Describe Tapa of 'Kriya Yoga' in detail. 10

4. Describe the structure and function of respiratory system with suitable diagrams. 10

OR

How will you differentiate Asanas and Physical exercises ? Explain. 10

5. Select correct answer from the given options :

(i) How many parts are described in Kriya Yoga ?

- (a) Eight
(b) Three
(c) Six
(d) None of the above. 2

(ii) In Hath Yoga, right nostril represents _____.

- (a) Surya Nadi
(b) Chandra Nadi
(c) Sushumna Nadi
(d) None of these. 2

(iii) According to Yamas, not to collect things is _____.

- (a) Aparigraha
(b) Anichha
(c) Asteya
(d) None of these. 2

(iii) यमों के अनुसार चीजों का संग्रह न करना याने _____ है।

- (अ) अपरिग्रह
(ब) अनिच्छा
(क) अस्तेय
(ड) इनमें से नहीं। 2

(iv) योग में _____ आहार का समर्थन किया है।

- (अ) सात्विक
(ब) संतुलित
(क) तामसिक
(ड) इनमें से नहीं। 2

(v) पातंजल योगसूत्र में कितने 'प्राणायाम' का वर्णन किया गया है ?

- (अ) एक
(ब) चार
(क) तीन
(ड) इनमें से नहीं। 2

2. 'चित्त' की संज्ञा स्पष्ट कीजिए और चित्तवृत्तियों के नियंत्रण के उपाय बताइये। 10

अथवा

पतंजली योगसूत्र के आधार पर 'ईश्वर' की संकल्पना को स्पष्ट कीजिए। 10

3. क्लेश के प्रकार बताकर क्लेश दूर करने के मार्गों का स्पष्टीकरण कीजिये। 10

अथवा

'क्रियायोग' में के तप का विस्तार से वर्णन कीजिये। 10

4. श्वसन प्रणाली की रचना एवं कार्यों का वर्णन उचित चित्र के साथ कीजिये। 10

अथवा

शारीरिक व्यायाम और आसन में आप अंतर कैसे करोगे ? वह स्पष्ट कीजिये। 10

5. नीचे दिये गये विकल्प से सही जवाब चुनिये :-

(i) 'क्रियायोग' में कितने अंगों का वर्णन है ?

(अ) आठ

(ब) तीन

(क) छः

(ड) उपरोक्त में से नहीं। 2

(ii) हठयोग दाहिनी नासिका को _____ कहा गया है।

(अ) सूर्यनाडी

(ब) चंद्रनाडी

(क) सुषुम्ना नाडी

(ड) इनमें से नहीं। 2

- (iv) In Yoga _____ diet is advocated.

(a) Satvik

(b) Balanced

(c) Tamsik

(d) None of these. 2

- (v) How many Pranayama are described in Patanjali Yoga Sutra ?

(a) One

(b) Four

(c) Three

(d) None of these. 2

(मराठी माध्यम)

सूचना :— (1) सर्व प्रश्न सोडवा.

(2) सर्व प्रश्नांना समान गुण आहेत.

1. सांख्य आणि योग दर्शनाचा संबंध स्पष्ट करा. 10

किंवा

साधनपादातील कोणत्याही दोन सूत्रांना स्पष्ट करा. 10

2. 'चित्त' ची संकल्पना स्पष्ट करा आणि चित्तवृत्तींना नियंत्रित करण्याचे उपाय सांगा. 10

किंवा

पतंजली योगसुत्राच्या आधारे 'ईश्वराची' संकल्पना स्पष्ट करा. 10

3. क्लेशाचे प्रकार सांगून क्लेश दूर करण्याचा मार्ग स्पष्ट करा. 10

किंवा

'क्रियायोगातील' तपाचे सविस्तर वर्णन करा. 10

4. श्वसन संस्थेची रचना व कार्यचे योग्य आकृतिसह वर्णन करा. 10

किंवा

शारीरिक व्यायाम आणि आसन यातील भेद तुम्ही करता कराल ? ते स्पष्ट करा. 10

5. खालील दिलेल्या पर्यायांतून योग्य उत्तरे निवडा :-

(i) 'क्रियायोगात' किती अंगांचे वर्णन आहे ?

(अ) आठ

(ब) तीन

(क) सहा

(ड) वरील पैकी नाही. 2

(ii) हठयोगात उजव्या नाकपुडीला _____ म्हणून संबोधले आहे.

(अ) सूर्यनाडी

(ब) चंद्रनाडी

(क) सुषुम्ना नाडी

(ड) यापैकी नाही. 2

(iii) यमांच्यानुसार वस्तुंचा संग्रह न करणे म्हणजेच _____ होय

(अ) अपरिग्रह

(ब) अनिच्छा

(क) अस्तेय

(ड) यापैकी नाही. 2

(iv) योगात _____ आहाराचे समर्थन केले आहे.

(अ) सात्विक

(ब) संतुलित

(क) तामसीक

(ड) यापैकी नाही. 2

(v) पतंजल योग सूत्रात किती प्राणायामांचे वर्णन केले आहे ?

(अ) एक

(ब) चार

(क) तीन

(ड) यापैकी नाही. 2

(हिन्दी माध्यम)

सूचना :- (1) सभी प्रश्न हल कीजिए।

(2) सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

1. सांख्य और योग दर्शन का संबंध स्पष्ट कीजिये। 10

अथवा

साधनपाद में के कोई भी दो सूत्रों को स्पष्ट कीजिए।

10