

M.A. Part-II (Yogashashtra) (Semester-III) Examination
ALTERNATIVE THERAPIES
Paper-III

Time : Three Hours]

[Maximum Marks : 80

Note :—(1) Solve **ALL** questions.

(2) All questions carry equal marks.

1. Choose the correct answer from given options :

16

- (1) Science of facial expression was invented by _____.
(a) Adolf Just (b) Dr. J. Wilson
(c) Dr. Louis Kuhne (d) None of these
- (2) Hot foot bath is contraindicated in _____.
(a) Diabetes (b) Insomnia
(c) Cold (d) None of these
- (3) Cold spinal bath is useful for _____ :
(a) Hypertension (b) Mental disorders
(c) Stress (d) All of these
- (4) _____ is essential constituent of balanced diet.
(a) Carbohydrate (b) Protein
(c) Fat (d) Fibre
- (5) _____ Vat is located at hypogastric region.
(a) Pran (b) Vyan
(c) Udan (d) Apan.
- (6) Green colour of sunlight stimulates _____ chakra.
(a) Heart (b) Root
(c) Solar (d) None of these
- (7) _____ Pitta is present in the skin.
(a) Pachak (b) Ranjak
(c) Sadhak (d) Bhrajak
- (8) Mudbath is very effective for _____ disorders.
(a) Pitta (b) Kapha
(c) Skin (d) Respiratory

2. Write down basic principles of Naturopathy in detail.

16

OR

Write a note on science of facial expressions.

16

3. Write notes on :
(1) Natural way of living 8
(2) Yogic concept of diet. 8

OR

Write notes on :

- (a) Pathya and Apathya 8
(b) Tridosh of Ayurved. 8
4. Write process of preparation of mud for mud therapy and explain physiological effects of mud application. 16

OR

Write a note on chromotherapy.

5. Define massage and write brief history of massage. 16

OR

Write notes on :

- (a) Characteristics of a masseur 8
(b) Use of massage techniques like kneading, petrissage, friction and stroking. 8

M.A. Part-II (Yogashashtra) (Semester-III) Examination

ALTERNATIVE THERAPIES

Paper-III

Time : Three Hours]

[Maximum Marks : 80

(मराठी माध्यम)

सूचना :— (1) सर्व प्रश्न सोडवा.

(2) सर्व प्रश्नांना समान गुण आहेत.

1. खाली दिलेल्या पर्यायांपैकी योग्य उत्तर निवडा :

16

- (1) मुखाकृति विज्ञानाचा आविष्कार _____ ने केला.
(अ) डॉ. अँडॉल्फ जस्ट (ब) डॉ. जे. विलसन
(क) डॉ. लुई कुने (ड) यापैकी नाही
- (2) गरम पादस्नान _____ मध्ये निषिद्ध आहे.
(अ) मधुमेह (ब) अनिद्रा
(क) सर्दि (ड) यापैकी नाही
- (3) थंड मेरुदंड स्नान _____ करिता उपयुक्त आहे.
(अ) उच्चरक्तदाब (ब) मानसिक विकार
(क) ताण (ड) यापैकी सर्व
- (4) _____ हा समतोल आहाराचा आवश्यक घटक आहे.
(अ) कर्बोदके (ब) प्रथिने
(क) वसा (ड) रेषायुक्त पदार्थ (फायबर)
- (5) _____ हा वायु कटिप्रदेशात स्थित आहे :
(अ) प्राण (ब) व्यान
(क) उदान (ड) अपान
- (6) सूर्यप्रकाशाचा हिरवा रंग _____ या चक्रास उत्तेजित करतो.
(अ) हृदय (ब) मूलाधार
(क) सौर (ड) यापैकी नाही
- (7) _____ हे पित्त त्वचेमध्ये असते.
(अ) पाचक (ब) रंजक
(क) साधक (ड) भ्राजक
- (8) मृत्तिकास्नान हे _____ या विकारांकरिता फार उपयुक्त आहे.
(अ) पित्त (ब) कफ
(क) त्वचा (ड) श्वसन संस्था

2. निसर्गोपचाराची मूलभूत तत्वे सविस्तर लिहा.

16

किंवा

मुखाकृति विज्ञानावर टिप्पणी लिहा.

16

3. टिपणे लिहा :
- (1) प्राकृतिक जीवन जगण्याचा मार्ग 8
- (2) आहाराची यौगिक संकल्पना. 8
- किंवा
- टिपणे लिहा :
- (अ) पथ्य व अपथ्य 8
- (ब) आयुर्वेदाचे त्रिदोष 8
4. मृत्तिका चिकित्सेकरिता माती तयार करण्याची पद्धति लिहून मातीच्या प्रयोगाचे शरीरक्रियात्मक परिणाम स्पष्ट करा. 16
- किंवा
- 'सुर्यकिरण चिकित्सा' यावर टिप्पणी लिहा 16
5. 'मलिश' ची व्याख्या देऊन मलिश च्या इतिहास संक्षिप्त सनात लिहा. 16
- किंवा
- टिपणे लिहा :
- (अ) मलिशकर्त्याची गुणवैशिष्ट्ये 8
- (ब) निडींग, पेड्रीसाज, घर्षण व स्ट्रोक्रींग यासारख्या मलिशच्या तंत्रांचे उपयोग. 8

M.A. Part-II (Yogashashtra) (Semester-III) Examination
ALTERNATIVE THERAPIES
Paper-III

Time : Three Hours]

[Maximum Marks : 80

(हिन्दी माध्यम)

सूचना :— (1) सभी प्रश्न हल कीजिये ।

(2) सभी प्रश्नों के अंक समान हैं ।

1. निम्नलिखित विकल्पों से उचित जवाब चुनिये ।

16

- (1) मुखाकृति विज्ञान का आविष्कार _____ ने किया ।
(अ) डॉ. अडॉल्फ जस्ट (ब) डॉ. जे. विलसन
(क) डॉ. लुई कुने (ड) उपरोक्त में नहीं
- (2) गर्म पादस्नान _____ में निषिद्ध है ।
(अ) मधुमेह (ब) अनिद्रा
(क) सर्दी (ड) उपरोक्त में नहीं
- (3) ठंडारिढस्नान _____ के लिये उपयुक्त है ।
(अ) उच्चरक्तचाप (ब) मानसिक विकार
(क) तनाव (ड) उपरोक्त सभी
- (4) _____ यह समतोल आहार का आवश्यक घटक है ।
(अ) पिष्टमय पदार्थ (ब) प्रथिन
(क) चरबी (ड) रेषायुक्त पदार्थ (फायबर)
- (5) _____ यह वायु कटि प्रदेश में स्थित होता है ।
(अ) ब्राण (ब) व्यान
(क) उदान (ड) अपान
- (6) सूर्यकिरण का हरा रंग _____ इस चक्र को उत्तेजित करता है ।
(अ) हृदय (ब) मूलाधार
(क) मणिपूर (ड) उपरोक्त
- (7) _____ यह पित्त त्वचा में होता है ।
(अ) पाचक (ब) रंजक
(क) साधक (ड) भ्राजक
- (8) मृत्तिकास्नान यह _____ के विकारों के लिये अत्यंत उपयुक्त है ।
(अ) पित्त (ब) कफ
(क) त्वचा (ड) श्वसन संस्था

2. प्राकृतिक उपचार की मूलभूत तत्वों को विस्तार से लिखिए ।

16

अथवा

‘मुखाकृति विज्ञान’ पर टिप्पणी लिखिए ।

16

3. टिप्पणियां लिखिए :
- (1) प्राकृतिक जीवन जीने का मार्ग 8
 - (2) आहार की योगिक धारणा 8
- अथवा
- टिप्पणियां लिखिए :
- (अ) पथ्य एवं अपथ्य 8
 - (ब) आयुर्वेद के त्रिदोष 8
4. मृत्तिका चिकित्सा के लिये मिट्टी तैयार करने की विधि लिखकर मिट्टी प्रयोग के शरीर क्रियात्मक परिणाम स्पष्ट कीजिए । 16
- अथवा
- 'सुर्यकिरण चिकित्सा' पर टिप्पणी लिखिए । 16
5. 'मालिश' की परिभाषा लिखकर मालिश का इतिहास संक्षेप में लिखिए। 16
- अथवा
- टिप्पणियां लिखिए :
- (अ) मालिशकर्ता के गुणविशेष 8
 - (ब) दलन, मसलना, घर्षण तथा थपथपाना जैसे मालिश के तंत्रों के उपयोग । 8