

AU-2167

M.A. (Part-I) Examination

YOGASHASTRA

Paper-I

(Fundamentals of Yoga)

Time : Three Hours]

[Maximum Marks : 75

N.B. :- (1) Solve all questions.

(2) All questions carry equal marks.

1. Discuss in detail the meaning, concept, aim and objectives of Yoga. 15

OR

What is contribution of Yoga towards Hygiene and Mental Health ? 15

2. Discuss the contents of Sadhana pad of Patanjali Yoga Sutra. 15

OR

Explain the following :

(a) Kriya Yoga 8

(b) Cittavrittis. 7

3. What are Shatkarmas ? Explain any one with their techniques and effects. 15

OR

What is Pranayama ? Discuss the techniques and effects of any two types of Pranayama. 15

4. Explain the nature of Prakriti and Purusha according to Sankhya. 15

OR

What do you understand by "Historical Background of Yoga ? Discuss. 15

5. Discuss the rôle of Yoga in social problems. 15

OR

"Teaching of Yoga, useful in changing the behaviour and attitude of students". Discuss this statement.

15

AU-2167

M.A. (Part-I) Examination

YOGASHASTRA

Paper-I

(Fundamentals of Yoga)

Time : Three Hours]

[Maximum Marks : 75

(मराठी माध्यम)

नोट :- (1) सर्व प्रश्न सोडवा.

(2) सर्व प्रश्नांना समान गुण आहेत.

1. योगाच्या अर्थ, संकल्पना, ध्येय व उद्देशाबद्दल सविस्तर चर्चा करा. 15

किंवा

स्वास्थ्य स्वच्छता आणि मानसिक आरोग्याकरीता योगाचे काय योगदान आहे ? स्पष्ट करा. 15

2. पातंजल योग सूत्रातील साधन पादातील घटकांबद्दल चर्चा करा. 15

किंवा

खातील स्पष्ट करा :

(अ) क्रियायोग 7

(ब) शिचतवृत्ती. 8

3. पट्कर्म किती ? कोणत्याही एका षट्कर्माबद्दल त्याच्या विधी व परिणामासह स्पष्ट करा. 15

किंवा

प्राणायाम म्हणजे काय ? कोणत्याही दोन प्रकारांची विधी व परिणामाबद्दल चर्चा करा. 15

4. सांख्याच्या अनुसार पुरुष आणि प्रकृतीचे स्वरूप स्पष्ट करा. 15

किंवा

योगाच्या इतिहासाबद्दल आपण काय समजता ? स्पष्ट करा. 15

5. सामाजिक समस्या निवारणामध्ये योगाची भूमिका यावर चर्चा करा. 15

किंवा

“विद्यार्थ्यांचे वर्तण व वृत्ती बदलण्याकरीता योगाची शिक्वण उपयोगी आहे”. या विधाना बद्दल चर्चा करा

15

M.A. (Part-I) Examination
YOGASHASTRA
Paper-I
(Fundamentals of Yoga)

Time : Three Hours]

[Maximum Marks : 75

(हिन्दी माध्यम)

नोट :- (1) सभी प्रश्न हल कीजिये ।

(2) सभी प्रश्नों के अंक समान हैं ।

1. योग का अर्थ, संकल्पना, ध्येय एवं उद्देश्यों के बारे में विस्तार से चर्चा कीजिये । 15

अथवा

स्वास्थ्य स्वच्छता और मानसिक स्वास्थ्य के लिये योग का योगदान किस प्रकार है ? 15

2. पातंजल योग सूत्र में साधन पाद के घटकों के बारे में चर्चा कीजिये । 15

अथवा

निम्नलिखित को स्पष्ट कीजिये :

(अ) क्रियायोग 8

(ब) शिचत्तवृत्ती । 7

3. षट्कर्म क्या है ? कोई भी एक षट्कर्म के बारे में उसकी विधि एवं परिणाम के साथ स्पष्ट कीजिये । 15

अथवा

प्राणायाम याने क्या ? कोई भी दो प्रकारों की विधि एवं परिणामों के बारे में स्पष्ट कीजिये । 15

4. सांख्य के अनुसार पुरुष और प्रकृति के स्वरूप के बारे में स्पष्ट कीजिये । 15

अथवा

योग के इतिहास के बारे में आप क्या समझते हैं ? स्पष्ट कीजिये । 15

5. "सामाजिक समस्या निवारण में योग की "भूमिका" इस पर चर्चा कीजिये । 15

अथवा

"छात्रों का बर्ताव एवं अभिवृत्ति बदलने के लिये योग की शिक्षा उपयोगी है ।" इस विधान की चर्चा कीजिये । 15

