

AU-2169

M.A. (Part—I) Examination
YOGASHASTRA
Paper—III
(Physiology of Yogic Practices)

Time : Three Hours]

[Maximum Marks : 75

Note :—(1) Solve ALL questions.

(2) All questions carry equal marks.

(3) Draw suitable diagrams wherever necessary.

1. Describe the organs of respiratory system, their structures and functions. 15

OR

Short notes on :

(a) Muscle tone 5

(b) Fatigue 5

(c) Oxygen debt. 5

2. What are the parts of central nervous system ? Write their functions. 15

OR

What are the special senses in human being ? Write their functions and importance in Yoga practices. 15

3. Explain the differences in Asanas and exercises on the ground of their technique and mechanism. 15

OR

Describe the physiology of balancing asanas. Explain their importance in daily life. 15

4. Explain the technique and mechanism of Bhastrika Pranayam on the basis of Anatomy and Physiology. 15

OR

Explain the technique and physiological changes brought about by Nauli Kriya. 15

5. Explain relaxation techniques described in ancient Yoga texts. 15

OR

Notes on :

(a) Sleep 7

(b) Yoga Nidra. 8

AU-2169

M.A. (Part—I) Examination
YOGASHASTRA
Paper—III
(Physiology of Yogic Practices)

Time : Three Hours]

[Maximum Marks : 75

(मराठी माध्यम)

सूचना :—(1) सर्व प्रश्न सोडवा.

(2) सर्व प्रश्नांना समान गुण आहेत.

(3) आवश्यकतेनुसार आकृती काढा.

1. श्वसन संस्थेच्या अवयवाची रचना व कार्य लिहा. 15
 किंवा
 संक्षिप्त टिपणे लिहा :
 (अ) स्नायू तनाव 5
 (ब) थकवा 5
 (क) प्राणवायू कर्जा (ऑक्सीजन डेब्ट) 5
2. मध्यवर्ती मज्जा संस्थेचे विभाग कोणते ते सांगून त्यांचे कार्य लिहा. 15
 किंवा
 मानवामधिल विशिष्ट संवेदना कोणत्या ? योग क्रियेतील, त्यांचे कार्य व महत्व लिहा. 15
3. कृति आणि प्रक्रिया यांचे आधारे आसने व व्यायाम यातील फरक स्पष्ट करा. 15
 किंवा
 तोलात्मक आसनांचे शरीर क्रिया विज्ञानाच्या दृष्टीने वर्णन करा. दैनंदिन जीवनातील त्याचे महत्व स्पष्ट करा. 15
4. शरीर रचना आणि शरीर क्रियाविज्ञान शास्त्र यांचे आधारे भस्त्रिका प्राणायामाचे वर्णन करा. 15
 किंवा
 नौली क्रियेची कृती आणि त्या मुळे शरीर क्रिया विज्ञानाचे दृष्टीने होणारे बदल स्पष्ट करा. 15
5. प्राचीन योग ग्रंथात वर्णन केलेल्या शिथिलीकरण तंत्रास स्पष्ट करा. 15
 किंवा
 टिपणे लिहा :
 (अ) झोप 7
 (ब) योग निद्रा. 8

M.A. (Part—I) Examination
YOGASHASTRA
Paper—III
(Physiology of Yogic Practices)

Time : Three Hours]

[Maximum Marks : 75

(हिन्दी माध्यम)

सूचना :—(1) सभी प्रश्न हल कीजिये।

(2) सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

(3) आवश्यकतानुसार आकृति निकालिये।

1. श्वसन संस्था के अवयवों की रचना और कार्य लिखिये। 15
 अथवा
 संक्षेप में टिप्पणियां लिखिये :
 (अ) मासपेशीयता 5
 (ब) थकान 5
 (क) ऑक्सीजन डेब्ट 5
2. मध्यवर्ती मज्जा संस्था के विभाग कौनसे हैं ? यह बताकर उनका कार्य लिखिये। 15
 अथवा
 मानव में विशिष्ट संवेदना कौनसी है ? योग क्रिया में, उनके कार्य और महत्व को विशद कीजिये। 15
3. कृति और प्रक्रिया के आधार पर आसन और व्यायाम में फरक विस्तार से स्पष्ट कीजिये। 15
 अथवा
 तौलात्मक आसनों का शरीर क्रिया-विज्ञान स्पष्ट कीजिये। दैनंदिन जीवन में उनका महत्व स्पष्ट कीजिये। 15
4. शरीर रचना और क्रियाविज्ञान शास्त्र के आधार पर भस्त्रिका प्राणायाम का वर्णन कीजिये। 15
 अथवा
 नौली क्रिया की विधि और उससे होने वाले शरीर क्रिया वैज्ञानिक बदल स्पष्ट लिखिये। 15
5. प्राचीन योग ग्रंथ में वर्णित शिथिलीकरण तंत्र को स्पष्ट कीजिये। 15
 अथवा
 टिप्पणी लिखिये :
 (अ) निद्रा 7
 (ब) योग निद्रा 8

