

किंवा

'अती अम्लता' करिता योग उपचारांचे वर्णन करा. १५

४. 'मानसिक स्वास्थ्य' ही संज्ञा स्पष्ट करा. मानसिक स्वास्थ्यावर योग निद्रा व ध्यानाचा काय प्रभाव पडतो? ते स्पष्ट करा. १५

किंवा

थोडक्यात निबंध लिहा :

- (अ) नैराश्य. ८
(ब) भावनिक संतुलन. ७

५. 'चिंता' याकरिता योग उपचार लिहा. १५

किंवा

उच्च रक्तदाबाकरिता योगोपचारांचे वर्णन करा. १५



AQ - 442

M. A. (Yogashastra) Final Year Examination

YOGA THERAPY

Paper - IV

P. Pages : 6

Time : Three Hours]

[Max. Marks : 75

- Note : (1) Solve all questions.
(2) All questions carry equal marks.
(3) Draw a diagram wherever necessary.

1. Explain the concept of health. Write the characteristics of healthy person. 15

OR

Describe the different techniques of Yoga Therapy used for treatment. 15

2. Describe respiratory disorders and suggest Yogic treatment for the same. 15

OR

Write short notes on :-

- (a) Digestive disorders. 8
(b) Disorders of spine. 7

AQ-442

P.T.O.

3. Write the causes, symptoms and Yogic prescriptions for diabetes mellitus. 15

OR

Describe the Yogic treatment for Hyperacidity. 15

4. Explain the term – 'Mental Health'. What is the effect of Yoganidra and Meditation on Mental Health ? 15

OR

Write a short essay on :-

- (a) Depression. 8
(b) Emotional Balance. 7
5. Write the Yogic treatment for Anxiety. 15

OR

Describe the Yogic treatment for Hypertension. 15

(मराठी माध्यम)

सूचना : (१) सर्व प्रश्न सोडवा.
(२) सर्व प्रश्नांना समान गुण.

१. आरोग्याची संकल्पना स्पष्ट करा. सुदृढ व्यक्तित्तेचे गुणविशेष लिहा. १५

किंवा

उपचारात उपयुक्त अशा योगचिकित्सेच्या विविध तंत्रांचे वर्णन करा. १५

२. श्वसन क्रियेतील विकृतींचे वर्णन करून त्यावरील योगोपचार सूचवा. १५

किंवा

थोडक्यात टिपणे लिहा :

- (अ) पाचन क्रियेविषयी विकृती. ८
(ब) पाठीच्या कण्याच्या विकृती. ७

३. मधुमेहाची कारणे, लक्षणे आणि त्याकरीता योगोपचार लिहा. १५

(हिंदी माध्यम)

सूचनाएँ : (१) सभी प्रश्न हल कीजिए।

(२) सभी प्रश्नों के समान अंक हैं।

१. 'स्वास्थ्य' की धारणा स्पष्ट कीजिये। स्वस्थ व्यक्ति की विशेषताएँ लिखिये। १५

अथवा

उपचाराभिमुख योग चिकित्सा के भिन्न-भिन्न तकनिकों का वर्णन कीजिये। १५

२. श्वसन से संबंधित विकृतियों का वर्णन कर उनके लिए योग चिकित्सा सुझाइए। १५

अथवा

संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिये :

- (अ) पाचन से संबंधित विकृतियाँ। ८
(ब) मेरुदण्ड से संबंधित विकृतियाँ। ७

३. मधुमेह होने के कारण, उसके लक्षण तथा उसके लिए योग चिकित्सा (उपचार) लिखिये। १५

अथवा

- अतिअम्लता (हायपर अॅसिडीटी) के लिए योग चिकित्साओं (उपचारों) का वर्णन कीजिये। १५

४. 'मानसिक स्वास्थ्य' यह संज्ञा स्पष्ट कीजिये। मानसिक स्वास्थ्य पर योग निद्रा तथा ध्यान का क्या प्रभाव पड़ता है? वह स्पष्ट कीजिये। १५

अथवा

संक्षिप्त निबंध लिखिये :

- (अ) अवसाद। ८
(ब) भावनिक संतुलन। ७

५. 'चित्ता' के लिए योगोपचार लिखिये। १५

अथवा

उच्चरक्तचाप के लिए योगोपचारों का वर्णन कीजिये। १५

