

AU-2253

M.A. (Part—II) Examination

YOGASHASTRA

Paper—I

(Applied Yoga)

Time : Three Hours]

[Maximum Marks : 75

Note :— (1) Solve ALL questions.

(2) All questions carry equal marks.

1. Identify various areas of Applications of Yoga and describe the contribution of Yoga in any one area in detail. 15

OR

Explain in detail aims and objectives of Applied Yoga. 15

2. What is the difference between Health and Fitness ? Explain the role of Yoga in Health and fitness in detail. 15

OR

Write the importance of Mental health with reference to individual and society and explain the Yogic contribution towards it. 15

3. Write the role of Yoga in Physiological improvement of Sports persons in detail. 15

OR

Write an essay on Yoga and Sports. 15

4. Discuss the contribution of Yoga in towards solving the problems of the Executives. 15

OR

Write an essay on 'Yoga and Executive Jobs'. 15

5. Explain the concept of psychotherapy and the significance of Yoga in it. 15

OR

Explain the psychological base of Yoga. 15

AU-2253

M.A. (Part—II) Examination

YOGASHASTRA

Paper—I,

(Applied Yoga)

Time : Three Hours]

[Maximum Marks : 75

(मराठी माध्यम)

सूचना :—(1) सर्व प्रश्न सोडवा.

(2) सर्व प्रश्नांना समान गुण आहेत.

1. योग जेथे उपयोगात आणल्या जाऊ शकतो अशी क्षेत्रे ओळखून त्यापैकी कोणत्याही एका क्षेत्रात योगाच्या योगदानाचे सविस्तर वर्णन करा. 15

किंवा

उपरोक्तित योगाची ध्येय आणि उद्दीष्टांचे सविस्तर स्पष्ट करा. 15

2. स्वास्थ्य आणि सुप्रकृता मध्ये काय फरक आहे ? आरोग्य आणि तनदुरुस्ती मध्ये योगाची भूमिका सविस्तर स्पष्ट करा. 15

किंवा

व्यक्ति आणि समाजाचे मानसिक स्वास्थ्याचे महत्त्व आणि त्यादृष्टीने योगाचे योगदान स्पष्ट करा. 15

3. क्रीडापटूंच्या शरीरविकासामध्ये योगाची भूमिका सविस्तर लिहा. 15

किंवा

योग आणि क्रीडा वर एक निबंध लिहा. 15

4. अधिकाऱ्यांच्या समस्या सोडविण्याकरिता योगाचे योगदानाची चर्चा करा. 15

किंवा

योग आणि अधिकाऱ्यांचे कार्य वर एक निबंध लिहा. 15

5. मनोचिकित्सेची संकल्पना स्पष्ट करून मनोचिकित्सेत योगाचे महत्त्व सांगा. 15

किंवा

योगाचा मनोवैज्ञानिक आधार स्पष्ट करा. 15

AU-2253

M.A. (Part—II) Examination
YOGASHASTRA
Paper—I
(Applied Yoga)

Time : Three Hours]

[Maximum Marks : 75

(हिन्दी माध्यम)

सूचना :—(1) सभी प्रश्न हल कीजिये।

(2) सभी प्रश्नों के समान अंक हैं।

1. योग का उपयोग जहाँ किया जा सकता है, ऐसे क्षेत्र ढूँढकर उनमें से किन्हीं एक क्षेत्र में योग के योगदान का विस्तार से वर्णन कीजिये। 15

अथवा

उपयोजित योग का श्रेय तथा उद्दीष्ट्य विस्तार से स्पष्ट कीजिये। 15

2. स्वास्थ्य और तन्दुस्ती में क्या फरक है ? स्वास्थ्य तथा तन्दुस्ती में योग की भूमिका को विस्तार से स्पष्ट कीजिये। 15

अथवा

व्यक्ति और समाज के मानसिक स्वास्थ्य का महत्व और उसमें योग का योगदान स्पष्ट कीजिये। 15

3. खिलाड़ियों के शरीरक्रियात्मक उन्नति में योग की भूमिका विस्तार से लिखिये। 15

अथवा

योग और क्रीडा पर एक निबन्ध लिखिये। 15

4. अधिकारियों की समस्याएं छुड़ाने में योग के योगदान पर चर्चा कीजिये। 15

अथवा

योग और अधिकारियों के कार्य पर एक निबन्ध लिखिये। 15

5. मनोचिकित्सा की धारणा स्पष्ट कर मनोचिकित्सा में योग का महत्व लिखिये। 15

अथवा

योग का मनोवैज्ञानिक आधार स्पष्ट कीजिये। 15