

B.A. (Part-II) (Yogashastra) Semester-IV (CBCS) Examination**YOGA EDUCATION****(Optional Subject)**

Time : Three Hours]

[Maximum Marks : 40

Note :— Solve all questions.

1. Choose the correct answer from given options :

10

- (1) Promoter of Yogadarshan is _____.
 - (a) Swami Satavaram
 - (b) Maharshi Patanjali
 - (c) Jaimini Muni
 - (d) Kapil Muni
- (2) How many sutras are there in Patanjali Yogadarshan ?
 - (a) 195
 - (b) 199
 - (c) 197
 - (d) 198
- (3) According to Patanjala Yoga Darshan, Yoga means :
 - (a) Mukti
 - (b) Samadhi
 - (c) Patience
 - (d) Restraint of attitude of mind
- (4) Attitudes of mind are _____.
 - (a) 3
 - (b) 4
 - (c) 5
 - (d) 6
- (5) Kriyayoga means _____.
 - (a) Tapa Swadhyaya and Ishwar Pranidhana
 - (b) Inhibition of mental attitude
 - (c) Sanyoga Samyaman Samadhi
 - (d) None of these
- (6) According to Yoga Darshan, how many afflictions are there ?
 - (a) 3
 - (b) 4
 - (c) 5
 - (d) 6
- (7) What is the limb of Asana in Ashtanga Yoga ?
 - (a) 3
 - (b) 4
 - (c) 5
 - (d) 6
- (8) How many Yamas are there ?
 - (a) 4
 - (b) 5
 - (c) 6
 - (d) 7
- (9) What is the ultimate focus of Patanjala Yogadarshan ?
 - (a) Kaivalya
 - (b) Samadhi
 - (c) Emancipation
 - (d) None of these

(10) What is the symbol of God in Patanjala Yoga Darshan ?

- (a) Swastik (b) Pranav
(c) Trishul (d) None of these

2. Explain the meaning of Yoga and write any five definitions. 10

OR

Write how many types of chittavrutti in Yoga philosophy. 10

3. Describe Panchaklesha according to Patanjali Yoga Darshan. 5

OR

Write Antaraya according to Maharshi Patanjali. 5

4. Describe the types of Asana according to Hathayoga. 5

OR

Deescribe the Kumbhaka as per Hathayoga. 5

5. Explain the Therapeutic values of Hathayogic practices. 5

OR

Explain the Importance of Yogic Sukshma Vyayam in day to day life. 5

6. Describe the Yamas and Niyamas. 5

OR

Write the concept of Dhyan according to Hathayoga. 5

B.A. (Part-II) (Yogashastra) Semester-IV (CBCS) Examination**YOGA EDUCATION****(Optional Subject)**

Time : Three Hours]

[Maximum Marks : 40

(मराठी माध्यम)

सूचना :— सर्व प्रश्न सोडवा.

1. दिलेल्या पर्यायांपैकी योग्य उत्तर निवडा :

10

(1) योगदर्शनाचा प्रवर्तक _____ आहे.

(अ) स्वामी सतावरम

(ब) महर्षी पतंजली

(क) जैमिनी मुनी

(ड) कपिल मुनी

(2) पतंजली योगदर्शनात किती सूत्रे आहेत ?

(अ) 195

(ब) 199

(क) 197

(ड) 198

(3) पतंजल योग दर्शनानुसार योग म्हणजे :

(अ) मुक्ती

(ब) समाधी

(क) संयम

(ड) मनाचा संयम

(4) मनाची वृत्ती म्हणजे :

(अ) 3

(ब) 4

(क) 5

(ड) 6

(5) क्रियायोग म्हणजे :

(अ) तप स्वाध्याय आणि ईश्वर प्रणिधान

(ब) मानसिक वृत्तीचा प्रतिबंध

(क) संयोग संयमन समाधी

(ड) यापैकी नाही

(6) योग दर्शनानुसार किती क्लेश आहेत ?

(अ) 3

(ब) 4

(क) 5

(ड) 6

(7) अष्टांग योगातील आसनाचे अंग कोणते ?

(अ) 3

(ब) 4

(क) 5

(ड) 6

(8) किती यम आहेत ?

(अ) 4

(ब) 5

(क) 6

(ड) 7

(9) पतंजल योगदर्शनाचे अंतिम लक्ष काय आहे ?

(अ) कैवल्य

(ब) समाधी

(क) मुक्ती

(ड) यापैकी नाही

(10) पतंजल योग दर्शनातील देवाचे प्रतीक काय आहे ?

(अ) स्वास्तिक

(ब) प्रणव

(क) त्रिशूल

(ड) यापैकी नाही

2. योगाचा अर्थ स्पष्ट करा. कोणत्याही पाच व्याख्या लिहाण 10
- किंवा
- योग तत्त्वज्ञानात चित्तवृत्तिचे किती प्रकार आहेत ते लिहा. 10
3. पतंजली योगदर्शनानुसार पंचक्लेशाचे वर्णन करा. 5
- किंवा
- महर्षि पतंजलीनुसार अंतराय लिहा. 5
4. हठयोगानुसार आसनाचे प्रकार सांगा. 5
- किंवा
- हठयोगानुसार कुंभकाचे वर्णन करा. 5
5. हठयोगिक पद्धती च्या उपचारात्मक मूल्यांचे स्पष्टीकरण करा. 5
- किंवा
- दैनंदिन जीवनात योगिक सुक्ष्म व्यायामाचे महत्त्व स्पष्ट करा. 5
6. यम आणि नियमांचे वर्णन करा. 5
- किंवा
- हठयोगानुसार ध्यानाची संकल्पना लिहा. 5

B.A. (Part-II) (Yogashastra) Semester-IV (CBCS) Examination**YOGA EDUCATION****(Optional Subject)**

Time : Three Hours]

[Maximum Marks : 40

(हिन्दी माध्यम)

सूचना :— सभी प्रश्न हल कीजिए।

1. दिए गए विकल्पों में से सही उत्तर चुनें :

10

(1) योगदर्शन के प्रवर्तक हैं _____.

(अ) स्वामी सतावरम

(ब) महर्षि पतंजलि

(क) जैमिनी मुनि

(ड) कपिल मुनि

(2) पतंजलि योगदर्शन में कितने सूत्र हैं ?

(अ) 195

(ब) 199

(क) 197

(ड) 198

(3) पतंजल योग दर्शन के अनुसार योग का अर्थ है :

(अ) मुक्ति

(ब) समाधि

(क) धैर्य

(ड) मन की वृत्ति का संयम

(4) मन की वृत्तियाँ हैं :

(अ) 3

(ब) 4

(क) 5

(ड) 6

(5) क्रियायोग का अर्थ है :

(अ) तप स्वाध्याय और ईश्वर प्रणिधान

(ब) मानसिक दृष्टिकोण का निषेध

(क) संयोग संयम समाधि

(ड) इनमें से कोई नहीं

(6) योग दर्शन के अनुसार दुःख कितने हैं ?

(अ) 3

(ब) 4

(क) 5

(ड) 6

(7) अष्टांग योग में आसन का अंग क्या है ?

(अ) 3

(ब) 4

(क) 5

(ड) 6

(8) यम कितने हैं ?

(अ) 4

(ब) 5

(क) 6

(ड) 7

(9) पतंजल योगदर्शन का अंतिम फोकस क्या है ?

(अ) कैवल्य

(ब) समाधि

(क) मुक्ति

(ड) इनमें से कोई नहीं

(10) पतंजल योग दर्शन में ईश्वर का प्रतीक क्या है ?

(अ) स्वास्तिक

(ब) प्रणव

(क) त्रिशूल

(ड) इनमें से कोई नहीं

2. योग का अर्थ स्पष्ट करते हुए कोई पाँच परिभाषाएँ लिखिए।

10

अथवा

योग दर्शन में चित्तवृत्ति के कितने प्रकार हैं ? लिखिए।

10

3. पतंजलि योग दर्शन के अनुसार पंचक्लेश का वर्णन करें।

5

अथवा

महर्षि पतंजलि के अनुसार अंतराय लिखें।

5

4. हठयोग के अनुसार आसन के प्रकारों का वर्णन करें।

5

अथवा

हठयोग के अनुसार कुम्भक का वर्णन करें।

5

5. हठयोग अभ्यास के चिकित्सीय मूल्यों की व्याख्या करें।

5

अथवा

दैनिक जीवन में यौगिक सूक्ष्म व्यायाम के महत्व को समझाइए।

5

6. यम और नियम का वर्णन करें।

5

अथवा

हठयोग के अनुसार ध्यान की अवधारणा लिखिए।

5