

# टिळक महाराष्ट्र विद्यापीठ, पुणे

बी. ए. – (विशारद) योग

परीक्षा : डिसेंबर – २०२३

प्रथम वर्ष

सत्र – १

विषय:- योग तत्त्वज्ञान(भाग-१) (BAYH23-101)

दिनांक : २८/१२/२०२३

गुण : ६०

वेळ : स. १०.०० ते दु. १२.३०

- सूचना :**
१. सर्व प्रश्न सोडविणे आवश्यक आहे.
  २. उजवीकडील अंक त्या प्रश्नांचे गुण दर्शवितात.
  ३. उत्तरपत्रिकेत प्रश्नपत्रिकेतील प्रश्नक्रमांक लिहिणे आवश्यक आहे.

- प्र.१.** पुढील प्रश्नांची सविस्तर उत्तरे लिहा. (कोणतेही चार) (४०)
- १) योगाचे विविध प्रकार सांगा.
  - २) षट्चक्रांचे वर्णन करा.
  - ३) पंचप्राणांचे वर्णन करा.
  - ४) शरीराच्या सहा अवस्था कोणत्या त्या सांगा. त्याचे सविस्तर वर्णन करा.
  - ५) योग संकल्पनेचा उगम व आधार वैदिक साहित्याच्या आधारे स्पष्ट करा.
  - ६) आधुनिक काळानुसार योगाभ्यासाची पूर्वतयारी कशी कराल?
- प्र.२.** पुढील प्रश्नांची थोडक्यात उत्तरे लिहा. (कोणतेही दोन) (१०)
- १) पंचकोश कोणते ? कोणत्याही एका कोशाचे वर्णन करा.
  - २) योगाभ्यासासाठी योग्य स्थान कसे असावे याबद्दल ग्रंथात काय सांगितले आहे?
  - ३) योगाबद्दल समाजात काय गैरसमज आहेत याबद्दल चर्चा करा.
  - ४) मुद्रा व बंध यावर टीप लिहा.
- प्र.३.** टिपा लिहा. (कोणत्याही दोन) (१०)
- १) योगाच्या वेगवेगळ्या व्याख्या
  - २) त्रिगुण
  - ३) योगाभ्यासाचा अधिकारी
  - ४) अंतःकरण चतुष्टय

## Translation in English

### Sub: Yoga Philosophy (Part-I) (BAYH23-101)

**Instructions:**

- 1) All Questions are Compulsory.
  - 2) Figures to the right indicate full marks.
  - 3) In the case of any doubt the Marathi version shall be held to be authentic and final.
  - 4) While writing answers the respective question numbers must be mentioned in the Answer Book.
- 

**Q.1. Answer the following questions in detail. (Any Four)**

**(40)**

- 1) State the different types of Yoga.
- 2) Describe the six chakras.
- 3) Describe the five pranas.
- 4) State the six stages of the body. Describe it in detail.
- 5) Explain the origin and basic of the concept of yoga on the basis of Vedic literature.
- 6) How will you prepare for yoga practice according to modern times?

**Q.2. Answer the following questions in short. (Any Two)**

**(10)**

- 1) Which are Panchakosha ? Describe any one
- 2) What does the text say about how to have a suitable place for yoga practice.
- 3) Discuss the misconceptions in society about yoga.
- 4) Write a note on Mudra and Bandha.

**Q.3. Write short notes. (Any Two)**

**(10)**

- 1) Different definitions of yoga
  - 2) Trigun
  - 3) Yoga Practitioner (Yog Adhikari)
  - 4) Antanakarana Chatushtaya
-