

टिळक महाराष्ट्र विद्यापीठ, पुणे

बी. ए. – (विशारद) योग

परीक्षा : एप्रिल/मे- २०२४

तृतीय वर्ष

सत्र - ६

विषय:- उपयोजित योग (भाग-२) (YC – 603/YC-6031)

दिनांक : ०२/०५/२०२४

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) निसर्गोपचारातील पंचमहाभूत चिकित्सा सांगा.
 - २) आध्यात्मिक अस्वास्थ्याची कारणे सांगा.
 - ३) सामाजिक अस्वास्थ्याची कारणे सांगा.
 - ४) आध्यात्मिक आस्वास्थ्याचे परिणाम लिहा.
 - ५) योग व मानसशास्त्र यावर निबंध लिहा.
 - ६) वृद्धांकरीता योग कसा उपयोगी आहे ते सांगा.
- प्र.२. पुढील प्रश्नांची थोडक्यात उत्तरे लिहा. (कोणतेही दोन) (१०)
- १) गीतेतील वर्णव्यवस्था विशद करा.
 - २) स्त्रियांकरीता योग कसा उपयोगी आहे ते सांगा.
 - ३) सामाजिक अस्वास्थ्याचे परिणाम लिहा.
 - ४) चक्र, पंचमहाभूत, निसर्गोपचार यांचा संबंध स्पष्ट करा.
- प्र.३. टिपा लिहा. (कोणत्याही दोन) (१०)
- १) चित्तप्रसादन मार्ग
 - २) विद्यार्थ्यांकरीता योग
 - ३) अविद्या
 - ४) काम, क्रोध, लोभ

Translation in English

Sub: Applied Yoga (Part-II) (YC-603/YC-6031)

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) Explain the Panchmahabhoot chikitsa according to Naturopathy.
- 2) State the causes of spiritual distress?
- 3) State the causes of social ill health.
- 4) Write the effects of spiritual health.
- 5) Write an essay on Yoga and Psychology.
- 6) Explain how yoga is useful for the senior citizens.

Q.2. Answer the following questions in short. (Any Two) (10)

- 1) Explain *Varna Vyavastha* according to Geeta
- 2) Explain how yoga is useful for the women
- 3) Write the social health consequences
- 4) Explain the relationship between Chakra, Panchmahabhuta, and Naturopathy ?

Q.3. Write short notes. (Any Two) (10)

- 1) Chitta Prasadana
 - 2) Yoga for Student
 - 3) Avidya
 - 4) Work, anger, greed (Kam, Krodha, Lobha)
-