



KKSV-2024-1

# KKSV-2024-1

M. A. Yogashastra (Third Semester) NEP

Examination December - 2024

Classical Yoga Texts (Paper - I)

अभिजात योगग्रंथ

Time: 3 hrs. ]

[ Total Marks: 80

Notes: All questions carry equal marks. Answer any Five out of Eight questions.

सूचना: सर्व प्रश्नांना समान गुण असून आठ प्रश्नांपैकी कोणतेही पाच प्रश्नांची उत्तरे लिहा.

Q. 1. Explain the relation of pran and mind as per yogvasishth. 16  
योगवसिष्ठानुसार प्राण व मनाचा संबंध स्पष्ट करा.

OR अथवा

Describe nature and importance of Upashama.

उपशमाचे स्वरूप व महत्त्व विशद करा.

Q. 2. Write short notes. (Any Two) 16  
टीपा लिहा. (कोणत्याही दोन)

a. Samvit

संवित्

b. Nirvana

निर्वाण

c. Yogvasishth

योगवसिष्ठ



Q. 3. Answer in brief. (Any Two)  
थोडक्यात उत्तरे लिहा. (कोणतेही दोन)

16

- Describe means of Pranspand Nirodh according to yogvasishth.  
योगवसिष्ठात सांगितलेले प्राणस्पंद निरोधाचे उपाय लिहा.
- Describe the concept Dvividh hriday according to yogvasishth.  
योगवसिष्ठातील द्विविध हृदय संकल्पना स्पष्ट करा.
- Write preachings of Vasishth Muni in yogvasishth.  
योगवसिष्ठातील वसिष्ठ मुनिचा उपदेश थोडक्यात सांगा.
- Describe the concept of Chitt according to yogvasishth.  
योगवसिष्ठातील चित्त संकल्पना स्पष्ट करा.

Q. 4. Explain any One Sutra.  
कोणतेही एक सुत्र विशद करा.

16

- तद्वैराग्यादपि दोषबीजक्षये कैवल्यम् ।
- तस्य प्रशान्तवाहिता संस्कारात् ।

Q. 5. Write short notes. (Any Two)  
टीपा लिहा. (कोणत्याही दोन)

16

- |                                    |  |
|------------------------------------|--|
| a. Samadhi Parinam<br>समाधि परिणाम | b. Purushjnan<br>पुरुषज्ञान                              |
| c. Dhyan<br>ध्यान                  | d. Sopkram - Nirupkram Karma<br>सोपक्रम - निरूपक्रम कर्म |

Q. 6. Describe pathyapathya Aahar described in Hathyogpradipika.  
हठयोग प्रदीपिकेत वर्णिलेल्या पथ्यापथ्य आहाराचे वर्णन करा.

16

OR अथवा

Describe in detail Sadhak / Badhak Tatva.

योगाची 'साधक / बाधक तत्त्वे' विस्तृतपणे विशद करा.



Q. 7.

Write short notes. (Any Two)

16

टीपा लिहा. (कोणत्याही दोन)

- |                       |   |
|-----------------------|---|
| a. Mitahar<br>मिताहार | b. Characteristics of Hathyogi<br>हठयोग्याची गुण वैशिष्ट्ये |
| c. Virasan<br>वीरासन  | d. Tratak<br>त्राटक   |

Q. 8.

Complete following sutras / shlokas. (Any Two)

16

खालील सुत्रे / श्लोक पूर्ण करा. (कोणत्याही दोन)

- \_\_\_\_\_ हस्तिबलादीने ।
  - \_\_\_\_\_ कायाव्यूहज्ञानम् ।
  - कूर्मनाड्या \_\_\_\_\_ ।
  - मैत्र्यादिषु \_\_\_\_\_ ।
  - \_\_\_\_\_ तद्गतिज्ञानम् ।
  - भुवनज्ञानं \_\_\_\_\_ संयमात् ।
  - \_\_\_\_\_ परचित्तज्ञानम् ।
  - \_\_\_\_\_ ताराव्यूहज्ञानम् ।
  - \_\_\_\_\_ चित्तसंवित् ।
  - त्रयमेकत्र \_\_\_\_\_ ।
- \_\_\_\_\_





KKSV-2024-1

**KKSV-2024-1**

**M. A. Yogashastra (Third Semester) NEP**

**Examination December - 2024**

**Yoga and Allied Science (Paper - II)**

**योग व तत्संबंधित शास्त्रे**

**Time: 3 hrs. ]**

**[ Total Marks: 80**

**Notes:** All questions carry equal marks. Answer any Five questions out of Eight questions.

**सूचना:** सर्व प्रश्नांना समान गुण आहेत. खालील आठ प्रश्नांपैकी कोणतेही पाच प्रश्नांची उत्तरे लिहा.

**Q. 1.** Give the traditional definitions of Ayurveda and explain Ayurvedshastra in detail. 16

आयुर्वेद शास्त्राचा शास्त्रीय व्याख्या लिहून आयुर्वेदशास्त्राचे विस्तृतपणे स्पष्ट करा.

**Q. 2.** Write short notes on below topics. 16

खालील मुद्द्यांवर संक्षिप्त टीपा लिहा.

- |                            |                   |
|----------------------------|-------------------|
| a. Eight limbs of Ayurveda | b. Mud Therapy    |
| आयुर्वेदाचे आठ अंग         | मृत्तिका चिकीत्सा |

**Q. 3.** What is meant by Five elements therapy. Describe detail. 16

पंचमहाभौतिक चिकीत्सा म्हणजे काय? विस्तृतपणे वर्णन करा.

**Q. 4.** Write short notes on below topics. 16

खालील मुद्द्यांवर संक्षिप्त टीपा लिहा.

- |  |
|--|
| a. Fasting in naturopathy              |
| निसर्गोपचारामध्ये उपवास                |
| b. Elimination therapy as per Ayurveda |
| आयुर्वेदानुसार शोधन चिकीत्सा           |



- Q. 5. What is Reiki? Explain in detail. 16  
रेकी म्हणजे काय? विस्तृतपणे स्पष्ट करा.
- Q. 6. Write short notes on below topics. 16  
खालील मुद्द्यांवर संक्षिप्त टीपा लिहा.  
a. Limitations of Pranik Healing  
प्राणिक हिलींगच्या मर्यादा  
b. Effects of Asanas of body  
शरीरावर आसनाचे होणारे परिणाम
- Q. 7. Explain the effects of yogi practices on muscular system of a 16  
human body.  
योगिक प्रक्रिया मनुष्याच्या शरीरातील स्नायू संस्थेवर परिणाम होतो ते स्पष्ट करा.
- Q. 8. Write short notes on below topics. 16  
खालील मुद्द्यांवर संक्षिप्त टीपा लिहा.  
a. Effects of Pranayama on respiratory system  
प्राणायामाचे श्वसन संस्थेवर होणारे परिणाम  
b. Therapeutic benefits of Reiki  
रेकीचे चिकित्सात्मक फायदे
-





KKSV-2024-1

# KKSV-2024-1

M. A. Yogashastra (Third Semester) NEP

Examination December - 2024

Yoga Application (Paper - V) Elective - 1

उपयोजित योग (प्रश्नपत्र – पंचम्)

Time: 3 hrs. ]

[ Total Marks: 80

## English Medium

- Notes: 1. All questions carries equal marks.  
2. Answer any **Five** questions.

- Q. 1. Analyze the importance of yoga training in various industrial companies. 16
- Q. 2. Explain the physical and mental disorders occurring in workers in various companies. 16
- Q. 3. **Write short notes (Any Four)** 16
1. Yoga practice for stress relief.
  2. Work management and yoga practice.
  3. Industrial sector and yog practice.
  4. Types of Nadi
  5. Pranayana
  6. Yogacounselling
- Q. 4. Explain the importance and objectives of yogsadhana in various fields. 16
- Q. 5. Explain the functions, types and the place of various Nadi's in human body. 16



- Q. 6. Write short notes (Any TWO)** 16
1. Importance of yoga counselling for students.
  2. Minimum five days camp arrange report of college students.
  3. What is Prana and explain the different types of Prana.
  4. Qualities of yoga counsellour.
- Q. 7. Write short answer of the following questions. (Any Four)** 16
1. Qualities of yoga teacher.
  2. Write the relation between Prana and Nadi.
  3. Write the scope of yoga counselling.
  4. Benefits of yoga counselling.
  5. Write the contribution of yoga to women's health.
  6. Explain the benefits of Pranayana.
- Q. 8. Write short notes (Any Four)** 16
1. Yogsadhana
  2. Misconceptions in yogasadhana.
  3. Limitations of yogasadhana.
  4. Yoga practice for workers in industrial organisation.
  5. Various diseases of women.
  6. Types of Industrial Sectors.

**मराठी माध्यम**

- सूचना:** 1. सर्व प्रश्नांना समान गुण आहेत.  
2. कोणत्याही पाच प्रश्नांची उत्तरे लिहा.
- प्र. 1.** विविध औद्योगिक कंपन्यांमध्ये योग प्रशिक्षणाचे महत्त्व विश्लेषित करा. 16
- प्र. 2.** विविध कंपन्यांमधील कामगारांमध्ये निर्माण होणाऱ्या शारीरिक व मानसिक व्याधी विशद करा. 16



- प्र. 3. थोडक्यात टिपा लिहा. (कोणत्याही चार) 16
1. तणाव मुक्तिकरीता योगसाधना
  2. कार्य व्यवस्थापन व योगसाधना
  3. औद्योगिक क्षेत्र व योगसाधना
  4. नाड्यांचे प्रकार
  5. प्राणायाम
  6. योग समुपदेशन
- प्र. 4. विविध क्षेत्रात योगसाधनेचे महत्व व उद्दिष्टे स्पष्ट करा. 16
- प्र. 5. मानवी शरीरातील विविध नाड्यांचे प्रकार, कार्य व त्यांचे शरीरातील स्थान विशद करा. 16
- प्र. 6. थोडक्यात टिपा लिहा. (कोणत्याही दोन) 16
1. विद्यार्थ्यांकरीता योग समुपदेशनाचे महत्त्व विशद करा.
  2. महाविद्यालयीन विद्यार्थ्यांकरीता किमान पाच दिवसांच्या शिबिराचा वृत्तांत लिहा.
  3. प्राण म्हणजे काय? ते लिहून प्राणाचे विविध प्रकार विशद करा.
  4. योग समुपदेशनाचे गुण.
- प्र. 7. खालील प्रश्नांची थोडक्यात उत्तरे लिहा. (कोणत्याही चार) 16
1. योग शिक्षकाचे गुण लिहा.
  2. प्राण आणि नाडी यातील संबंध लिहा.
  3. योग समुपदेशनाची व्याप्ती.
  4. योग समुपदेशाचे फायदे
  5. महिलांच्या आरोग्यात योगाचे योगदान लिहा.
  6. प्राणायामाचे फायदे विशद करा.



1. योगसाधना
  2. योगसाधनेतील गैरसमजुती
  3. योगसाधनेच्या मर्यादा
  4. औद्योगिक संस्थेतील कामगारांकरीता योगसाधना
  5. महिलांच्या विविध व्याधी
  6. औद्योगिक क्षेत्राचे प्रकार
-