

P23/HSC101/EE/20160518

वेळ : 3 तास

गुण : 80

सर्वसाधारण सूचना :

1. सर्व प्रश्न सोडविणे अनिवार्य आहे.
2. प्रत्येक उप-प्रश्न पाच गुणांचा आहे.
3. प्रत्येक उप-प्रश्नांचे उत्तर 75 ते 100 शब्दांत लिहा. प्रत्येक प्रश्नाचे उत्तर स्वतंत्र पृष्ठावर लिहावे.
4. 80 गुणांच्या प्रश्नपत्रिकेचे आपल्या शिक्षणक्रमाच्या संरचनेनुसार गुणांत रूपांतर करण्यात येईल.

1. खालीलपैकी कोणतेही चार उप-प्रश्न सोडवा.

- a) दैनंदिन व्यवहारात यम-नियम आवश्यक आहेत का? का? 5
- b) 'प्रयत्न' सूत्र पूर्ण करून अर्थ लिहा. 5
- c) जोड्या लावा. 5
 - 1) अष्टांग योग
 - 2) चतुरंग योग
 - 3) षडांग योग
 - 4) सप्तंग योग
 - 5) शिवस्वरोदय
 - i) अनामिक
 - ii) पतंजली मुनी
 - iii) स्वात्माराम
 - iv) गोरखनाथ
 - v) घेरंड
- d) 'प्रमाण' वृत्तीचे प्रकार सांगून त्यांचे थोडक्यात वर्णन करा. 5
- e) 'योग:' सूत्र पूर्ण करून अर्थ स्पष्ट करा. 5

2. खालीलपैकी कोणतेही चार उप-प्रश्न सोडवा.

- a) अंतःकरण चतुष्टय म्हणजे काय? त्यांची नावे लिहून दोघाचे थोडक्यात वर्णन करा. 5
- b) ज्ञान ग्रहण प्रक्रिया स्पष्ट करा. 5
- c) विभूती म्हणजे काय? ती कशामुळे साधली जाते? 5
- d) हृत्प्रदिपिकेतील दहा नियमांची नावे सांगून कोणत्याही दोनचे वर्णन करा. 5
- e) हठयोग कशाला म्हटले आहे? त्यांच्या समज आणि गैरसमजाविषयी लिहा. 5

3. खालीलपैकी कोणतेही चार उप-प्रश्न सोडवा.
- a) 'शौच' काय आहे? त्याचे पालन केल्याने काय होते? 5
- b) अंतराय आणि विक्षेप सहभूवांची नावे सांगून दोघांचे वर्णन करा. 5
- c) टिप लिहा. (फक्त दोन) 5
- i) ध्यान
- ii) स्त्यान
- iii) स्थिर सुखमासनम्
- d) टिप लिहा. (फक्त दोन) 5
- i) स्मृती
- ii) अभिनिवेश
- iii) प्रसुप्त-तनु
- e) पातंजल योगदर्शन किती पादात लिहिले आहे? नावे लिहा. एका पादाचे वर्णन करा. 5
4. खालीलपैकी कोणतेही चार उप-प्रश्न सोडवा.
- a) पातंजल योग दर्शनामधील प्राणायाम प्रकारांचे वर्णन करा. 5
- b) मनः एवं कारणं मनुष्याणाम् बंध मोक्षयोः। स्पष्ट करा. 5
- c) पतंजली वंदन लिहून अर्थ स्पष्ट करा. 5
- d) टिप लिहा. (फक्त दोन) 5
- i) आत्मा
- ii) राग-द्वेष
- iii) धारणा
- e) चित्त प्रसादन कसे करावे? 5



P23/HSC101/EE/20160518

Time : 3 Hours

Marks : 80

Instruction :

1. All Questions are Compulsory.
 2. Each Sub-question carry 5 marks.
 3. Each Sub-question should be answered between 75 to 100 words. Write every questions answer on separate page.
 4. Question paper of 80 Marks, it will be converted in to your programme structure marks.
-

1. Solve any **four** sub-questions.
 - a) Whether Yam-Niyams are important in daily life? Why? 5
 - b) Complete the stanza with meaning. Prayatna 5
 - c) Match following: 5
 - 1) Ashtang yoga
 - 2) Chaturang yoga
 - 3) Shadang yoga
 - 4) Saptang yoga
 - 5) Shiv-swaroday
 - i) Anonymous
 - ii) Patanjali muni
 - iii) Swatmaram
 - iv) Goraxnath
 - v) Gherand
 - d) Write the types of Praman Vrutti with description in short. 5
 - e) Complete the stanza with meaning in short. Yogaha 5
2. Solve any **four** sub-questions.
 - a) What is the Antahkaran chatushtay? Write names and describe in short. 5
 - b) Describe the process of knowledge reception according to yoga. 5
 - c) What is Vibhuti? How is it attained? 5
 - d) Name ten niyamas from hathpradipika. Describe any two. 5
 - e) What is Hathyoga? What are concepts and misconcepts about it. 5

3. Solve any **four** sub-questions.
- a) What is 'Shauch'? What are its effects if followed properly? 5
 - b) Name the 'antaray and vikshep sahbhuva'. Describe any two. 5
 - c) Write short notes. Any two 5
 - i) Dhyan
 - ii) Styan
 - iii) Sthirsukhamasanam
 - d) Write short notes. Any two 5
 - i) Smruti
 - ii) Abhinivesh
 - iii) Prasupt tanu
 - e) Write the names of padas from Patanjali Yogdarshan. Describe one of them in detail. 5
4. Solve any **four** sub-questions.
- a) Describe pranayam types from Patanjali Yogdarshan. 5
 - b) Manah Eva karanam Manushyanam Bandh-mokshayoho! Explain. 5
 - c) Write Patanjali Vandan with meaning. 5
 - d) Write short notes on any two. 5
 - i) Chitta
 - ii) Rag-Dwesh
 - iii) Dharana
 - e) How will you attain Chitta shuddhi. 5



P23/HSC101/EE/20160518

समय : 3 घंटे

पूर्णांक : 80

सर्वसाधारण सूचनाएँ :

1. सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।
2. उप-प्रश्नों के लिए अधिकतम पाँच अंक हैं।
3. सभी उप-प्रश्नों के जवाब 75 से 100 शब्दों में लिखिए। सभी प्रश्नों के जवाब की शुरुवात स्वतंत्र पृष्ठोंपर कीजिए।
4. 80 अंक के प्रश्नपत्रिकों के अंक का रूपांतर आपके शिक्षणक्रम के संरचना के अनुसार किया जाएगा।

1. निम्नलिखित किन्हीं **चार** उप-प्रश्न लिखिए।

- i) हमारे रोज की दिनचर्या में यम नियमों के आचरण की आवश्यकता है क्या? क्यों? 5
- ii) 'प्रयत्न' यह सूत्र पूरा लिखें एवं अर्थ बताइये। 5
- iii) उचित जोड़ी बनाइये। 5
 - 1) अष्टांग योग i) अनामिक
 - 2) चतुरंग योग ii) पतंजली मुनि
 - 3) षडांग योग iii) स्वात्माराम
 - 4) सप्तांग योग iv) गोरखनाथ
 - 5) शिवस्वरोदय v) घेरंड
- iv) 'प्रमाण' इस वृत्ति के कितने प्रकार हैं? संक्षिप्त में उनका वर्णन करो। 5
- v) योग: यह सूत्र पूरा लिखो एवं अर्थ बताइये। 5

2. निम्नलिखित किन्हीं **चार** उप-प्रश्न लिखिए।

- i) अंतःकरण चतुष्टय क्या है? इनके नाम लिखो एवं इनमें से दो का संक्षिप्त में वर्णन करो। 5
- ii) ज्ञान ग्रहण की प्रक्रिया स्पष्ट कीजिए। 5
- iii) विभूती क्या है? वो किस प्रकार साध्य होती है? (मिलती है) 5
- iv) हठप्रदिपिका में बताये हुये दस नियमों के नाम बताकर उनमें से कोई भी दो का वर्णन करो। 5
- v) हठयोग किसे कहा है? इसके विषय के उचित एवं अनुचित (गानन) धारणा के बारे में लिखो। 5

3. निम्नलिखित किन्हीं चार उप-प्रश्न लिखिए।
- i) "शौच" क्या है? उसके आचरण से क्या होता है? 5
 - ii) 'अंतराय' एवं विक्षेप सहभूव इनके नाम बताइये और उनमें से दो का वर्णन करें। 5
 - iii) कोई दो पर टिप्पणी (notes) लिखो। 5
 - a) ध्यान
 - b) स्त्यान
 - c) स्थिरसुखम आसनम्
 - iv) कोई भी दो पर टिप्पणी (notes) लिखो 5
 - a) स्मृती
 - b) अभिनिवेश
 - c) प्रसुप्ततनु
 - v) पातंजल योग सूत्र में कितने पाद हैं? उनके नाम बताओ एवं एक पाद का वर्णन (describe) करें। 5
4. निम्नलिखित किन्हीं चार उप-प्रश्न लिखिए।
- i) पातंजल योगसूत्र के बताये हुये प्राणायम के प्रकार (types) उनका वर्णन (describe) करो। 5
 - ii) मनः एवं मनुष्याणाम् कारणं बंध मोक्षयोः अर्थ स्पष्ट करो। 5
 - iii) पतंजली वंदन श्लोक लिखें एवं अर्थ (meaning) बताइये। 5
 - iv) टिप्पणी (notes) लिखें कोई भी दो 5
 - a) आत्मा
 - b) रागद्वेष
 - c) धारणा
 - v) चित्त प्रसादन कैसे करना चाहिये? 5

