

2. बहिरंग योग क्या है ? स्पष्ट कीजिये। 10

अथवा

टिप्पणियाँ लिखिये :

(i) धारणा 5

(ii) ध्यान 5

3. हठयोग के आधार पर षट्कर्म पर लघु निबंध लिखिये। 10

अथवा

टिप्पणी लिखिए :—

(i) पथ्य। 5

(ii) अपथ्य। 5

4. आसन पर निबंध लिखिये। 10

अथवा

प्राणायाम पर निबंध लिखिये। 10

5. जोड़ियाँ लगाइये :

(अ) अष्टांग योग (i) षट्कर्म 2

(ब) हठयोग (ii) तड़ागी 2

(क) प्राणायाम (iii) उज्जयी 2

(ड) आसन (iv) ध्यानात्मक 2

(इ) मुद्रा (v) धारणा 2

**B.A. (Part—I) Examination**  
**(Optional Subject)**  
**YOGASHASTRA**  
**(Basic Principles of Yoga)**

Time : Three Hours]

[Maximum Marks : 50

Note :—(1) Solve ALL questions.

(2) All questions carry equal marks.

1. Explain the two definitions of Yoga in detail. 10

OR

Explain the historical development of Yoga in India. 10

2. What is Bahiranga Yoga ? Explain. 10

OR

Write short notes on :

(i) Dharna 5

(ii) Dhyana. 5

3. Write short essay on Shatkarma on the basis of Hatayoga. 10

OR

Write short notes on :

(i) Pathya 5

(ii) Apathya. 5

4. Write an essay on Asanas. 10

OR

Write an essay on Pranayama. 10

5. Match the following :

(a) Ashtang Yoga	(i) Shat-Karma	2
(b) Hatha Yoga	(ii) Tadagi	2
(c) Pranayama	(iii) Ujjai	2
(d) Asana	(iv) Meditative	2
(e) Mudra	(v) Dharna	2

(मराठी माध्यम)

सूचना :—(1) सर्व प्रश्न सोडवा.

(2) सर्व प्रश्नांना समान गुण आहेत.

1. योगाच्या दोन व्याख्या सविस्तर पणे स्पष्ट करा. 10

किंवा

भारतात योगाची ऐतिहासिक प्रगती स्पष्ट करा. 10

2. बहिरंग योग म्हणजे काय ? ते स्पष्ट करा. 10

किंवा

टिपा लिहा :

(i) धारणा	5
(ii) ध्यान	5

3. हठयोगाच्या आधारे षट्कर्मविर लघु निबंध लिहा. 10

किंवा

टिपा लिहा :—

(i) पथ्य.	5
(ii) अपथ्य.	5

4. आसनावर निबंध लिहा. 10

किंवा

प्राणायामावर निबंध लिहा. 10

5. जोड्या लावा :

(अ) अष्टांग योग	(i) षट्कर्म	2
(ब) हठयोग	(ii) तडागी	2
(क) प्राणायाम	(iii) उज्जयी	2
(ड) आसन	(iv) ध्यानात्मक	2
(इ) मुद्रा	(v) धारणा	2

(हिन्दी माध्यम)

सूचना :—(1) सभी प्रश्न हल कीजिए।

(2) सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

1. योग की दो परिभाषायें विस्तार से लिखिये। 10

अथवा

भारत में योग की ऐतिहासिक उन्नति को स्पष्ट कीजिए।