

टिळक महाराष्ट्र विद्यापीठ, पुणे

बी. ए. – (विशारद) योग

परीक्षा : मे – २०२५

द्वितीय वर्ष

सत्र – ४

विषय:- योग तत्त्वज्ञान (भाग-४) (YC – 401/ YC-4011/BAYH23-401)

दिनांक : ०२/०५/२०२५

गुण : ६०

वेळ : दु. २.०० ते दु. ४.३०

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) पातंजल योगसूत्रातील क्लेशांचे वर्णन करा.
- २) पातंजल योगदर्शनातील प्राणायाम स्पष्ट करा.
- ३) वेगवेगळ्या ग्रंथातील हठयोगाच्या व्याख्या लिहा.
- ४) शारीरिक, मानसिक व मनोकथिक क्रिया स्पष्ट करा.
- ५) हठयोगातील दहा नियम लिहा.
- ६) उत्तम, मध्यम व कनिष्ठ कुंभक कसा ओळखायचा?

प्र.२. पुढील प्रश्नांची थोडक्यात उत्तरे लिहा. (कोणतेही दोन)

(१०)

- १) कर्मसिद्धांताची वैशिष्ट्ये सांगा.
- २) हठयोगातील मिताहार स्पष्ट करा.
- ३) प्राण व श्वास यातील साम्य व भेद लिहा.
- ४) क्लिष्ट व अक्लिष्ट वृत्तीमधील फरक सांगा.

प्र.३. टिपा लिहा. (कोणत्याही दोन)

(१०)

- १) प्राणायामाचा अर्थ
- २) शुक्ल व कृष्ण कर्म
- ३) हठयोगातील आसन
- ४) प्रमाण वृत्ती

Translation in English

Sub: Yoga Philosophy (Part-IV) (YC-401/YC-4011/BAYH23-401)

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) Describe the Klesh of the Patanjali Yogsutra.
- 2) Explain the Pranayam in Patanjali Yogdarshan.
- 3) Write the definitions of Hathyoga in different texts.
- 4) Explain the physical, mental and psychophysical Kriya.
- 5) Write the ten rules of Hathyoga.
- 6) How to identify the Uttam, Madhyam and Kanishta Kumbhak.

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

- 1) State the characteristics of the Karma Siddhanta.
- 2) Explain Mitahar in Hathyoga.
- 3) Write the similarities and differences between Prana and Breath.
- 4) State the difference between Klishta and Aklishta Vrutti.

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

- 1) Meaning of Pranayama
- 2) Shukla and Krishna Karma
- 3) Asana in Hathayoga
- 4) Praman Vrutti
