

टिळक महाराष्ट्र विद्यापीठ, पुणे

बी. ए. – (विशारद) योग

परीक्षा : एप्रिल – २०२६

प्रथम वर्ष

सत्र – २

विषय:- षटचक्र ध्यान (BAYH-23-207)

दिनांक : २७/०४/२०२६

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) कोणत्याही एका चक्रांचे सविस्तर वर्णन करा.
 - २) कोणत्याही एका चक्राच्या ध्यानाचे वर्णन करा.
 - ३) कोणत्याही एका चक्रानुसार अवयव सविस्तर लिहा.
 - ४) कोणत्या चक्राला कोणत्या यौगिक प्रक्रिया उपयोगी आहेत सविस्तर लिहा.
 - ५) योगशास्त्रानुसार चक्रांचे महत्त्व तुमच्या शब्दात लिहा.
 - ६) चक्रावरील पाकळ्यांवर असलेले बीजमंत्र चक्रानुसार सविस्तर लिहा.
- प्र.२. पुढील प्रश्नांची थोडक्यात उत्तरे लिहा. (कोणतेही दोन) (१०)**
- १) चक्रांप्रमाणे पंचप्राण विशद करा.
 - २) चक्रानुसार पाकळ्यांचे वर्णन करा.
 - ३) चक्र व त्याचे शरीरातील स्थान लिहा.
 - ४) चक्रांचा ग्रंथसंदर्भ सांगा.
- प्र.३. टिपा लिहा. (कोणत्याही दोन) (१०)**
- १) नाडी
 - २) चक्र
 - ३) चक्रांचे रंग
 - ४) चक्र व पंचमहाभुते

Translation in English

Sub: Shatchakra Dhyana (BAYH-23-207)

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 any one Chakra.
- 2) Write the meditation practice (Dhyana) for any one Chakra.
- 3) List the organs associated with any one Chakra.
- 4) Write the Yogic process associated with each Chakra.
- 5) State the significance of Chakras in Yoga Shastra (Yogic Scriptures).
- 6) Write the Bija Mantras (Seed Sounds) for the petals of the Chakras.

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

- 1) Elaborate on the Pancha Prana (Five Vital Airs) according to the Chakras.
- 2) Describe the Petals according to the Chakras.
- 3) Write the Chakra and its location in the body.
- 4) Textual references for the Chakras.

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

- 1) Nadi (Energy Channel)
- 2) Chakra (Energy Center)
- 3) Colors of the Chakras
- 4) Chakras and the Pancha Mahabhutas (Five Great Elements)
