

શ્રીસોમનાથસંસ્કૃતયુનિવર્સિટી, વેરાવલમ્

વાર્ષિકપરીક્ષા-એપ્રિલ, ૨૦૧૧

કક્ષા : M.A. પાર્ટ-૨ (યોગ)	પેપર નં.: ૦૭ (New Syllabus)	કુલ ગુણ : ૧૦૦
વિષય : હઠયોગપ્રદીપિકા અને ભગવત ગીતા		સમય : ૩:૦૦ થી ૬:૦૦
તારીખ : ૦૨/૦૪/૨૦૧૮	સંદર્ભગ્રંથ :- હઠયોગ અને ભગવત ગીતા	

પ્રશ્ન-૧ હઠયોગનો પરિચય આપી યમ-નિયમ સમજાવો. ૨૦

અથવા

હઠયોગનો યોગ્ય ઉપદેશ આપી, યોગ સિદ્ધના-કર્તા સમજાવો.

પ્રશ્ન-૨ હઠયોગમાં દર્શાવેલ પ્રાણાયામને વિસ્તારથી સમજાવો. ૨૦

અથવા

હઠયોગમાં દર્શાવેલ નાડી શુદ્ધિનું લક્ષણ સમજાવો.

પ્રશ્ન-૩ હઠયોગમાં દર્શાવેલ મહામુદ્રા, મહાવેધમુદ્રા, મહાબંધ ને વિસ્તારથી સમજાવો. ૨૦

અથવા

હઠયોગમાં દર્શાવેલ સ્વસ્તિકાસન, ગૌમુખાસન, વીરાસન, કૂર્માસન ને વિસ્તારથી સમજાવો.

પ્રશ્ન-૪ હઠયોગમાં દર્શાવેલ ખેચરીમુદ્રા સમજાવી તેનું સ્થૈર્યકથન સમજાવો. ૨૦

અથવા

હઠયોગમાં દર્શાવેલ ઉન્મનીમુદ્રા, વિપરિતકરણીમુદ્રા, વજ્રોલીમુદ્રા ને વિસ્તારથી સમજાવો.

પ્રશ્ન-૫ ટુંકનોંધ લખો. (કોઈ પણ બે) ૨૦

(૧) નાદની અવસ્થા

(૨) પદમાસન, સિંહાસન

(૩) ષટ્કર્માને ટૂંકમાં સમજાવો