

[43]

SEAT No. \_\_\_\_\_

No. of printed pages : 01

[ 43 ] SARDAR PATEL UNIVERSITY

S.Y.B. A. Examination, IV Semester

Friday Date : 05-04-2019

Session : Time 02 : 00pm to 05 : 00 pm

Subject : Logic & Philosophy : Paper - ID

Course code : UA04IYOG04- Philosophy of Yoga

Total Marks : 70

પ્રશ્ન-૧. ટૂંકમાં ઉત્તર આપો. (કોઈ પણ છ)

(૧૮)

૧. આધ્યાત્મિક દષ્ટિએ ભુજંગાસનના ફાયદા જણાવો.
૨. ચિકિત્સાત્મક દષ્ટિએ ભુજંગાસનના ફાયદા જણાવો.
૩. શારીરિક દષ્ટિએ ભુજંગાસનના ફાયદા જણાવો.
૪. ભુજંગાસન કોણે ન કરવું જોઈએ.
૫. અનાહત ચક્રની ટૂંકમાં માહિતી આપો.
૬. મણિપુર ચક્રની ટૂંકમાં માહિતી આપો.
૭. અધિષ્ઠાન ચક્રની ટૂંકમાં માહિતી આપો.
૮. ચિત્તના સ્વરૂપ વિષેના મતો જણાવો.
૯. અપાન એટલે શું ?
૧૦. ઉદાન એટલે શું ?

પ્રશ્ન-૨. વકાસનની પદ્ધતિ અને તેના લાભાલાભ સવિગત સ્પષ્ટ કરો.

(૧૭)

અથવા

મૂલાધાર ચક્ર અને સ્વાધિષ્ઠાન ચક્ર વિગતે સમજાવો.

પ્રશ્ન-૩. ચિત્તભૂમિઓનો સવિસ્તર પરિચય આપો.

(૧૭)

અથવા

જીવનનું સ્વરૂપ સ્પષ્ટ કરી આધ્યાત્મિક અને ભૌતિક જીવનનો સંબંધ વર્ણવો.

પ્રશ્ન-૪. ટૂંક નોંધ લખો. (કોઈ પણ બે)

(૧૮)

૧. પવનમુક્તાસન
૨. પૂર્ણચોગ
૩. અભ્યાસ અને વૈરાગ્ય
૪. યોગના મનોવિજ્ઞાનની લાક્ષણિકતાઓ

— X —  
(1)