

SYM in Yogic Sci. & A. T. Examination

Alternative Therapy

July 2021

Time : 2-00 Hours]

[Max. Marks : 50

Part - I

સૂચના : (૧)નીચેના પ્રશ્નોના વિગતે જવાબ લખો (ગમે તે ત્રણ) :

- ૧ આયુર્વેદની વ્યાખ્યા આપી તેનો ઇતિહાસ અને પ્રયોજન સવિસ્તર વર્ણવો. ૧૪
- ૨ વૈકલ્પિક ચિકિત્સા એટલે શું? સાંપ્રત સમયમાં તેની ઉપયોગિતા સમજાવી તેની અલગ-અલગ પદ્ધતિઓનું વર્ણન કરો. ૧૪
- ૩ પ્રાકૃતિક ચિકિત્સા પદ્ધતિ એટલે શું? તે સમજાવી તેનાં સિદ્ધાંતો વિશે વિસ્તૃત ચર્ચા કરો. ૧૪
- ૪ આયુર્વેદ અનુસાર પ્રકૃતિ એટલે શું? તે સમજાવી તેનાં પ્રકાર અને પ્રકૃતિ પરિક્ષણ વિશે વર્ણન કરો. ૧૪
- ૫ જળ ચિકિત્સા વિશે સમજાવી તેની ઉંડાણપૂર્વક ચર્ચા કરો તથા વાયુ સ્નાન વિશે સમજાવો. ૧૪
- ૬ યોગ એટલે શું? તે વિસ્તૃત રીતે સમજાવી નેચરોપથી અને આયુર્વેદમાં યોગનું મહત્વ સમજાવો. ૧૪
- ૭ આયુર્વેદ શાસ્ત્ર કયા સિદ્ધાંતને અનુસરે છે તે સમજાવી દોષ, ધાતુ, મળ અને વિષમ અગ્નિ વિશે ચર્ચા કરો. ૧૪
- ૮ ઉપવાસ ચિકિત્સા અને એકયુગ્મેશર ચિકિત્સા વિશે સવિસ્તર ચર્ચા કરો. ૧૪

Part - II

(Attempt any 8)

એક વાક્યમાં જવાબ લખો (ગમે તે આઠ) :

- (૧) આયુર્વેદ અનુસાર પિત્તનાં કુલ કેટલા પ્રકાર છે?
- (૨) “અષ્ટાંગ હૃદય” ગ્રંથનાં રચયિતા કોણ હતાં?
- (૩) રોગ પ્રતિકારક શક્તિ વધારવા માટે રસોડાનાં મસાલામાં શું ઉત્તમ છે?
- (૪) કેરમ કોસટીકમ એ સેનું લેટીન નામ છે?
- (૫) કુદરતી ઉપચારમાં કયો સિદ્ધાંત લાગુ પડે છે ?
- (૬) આપણા શરીરમાં કયુ ફળ ઉપયોગી છે?
- (૭) ડાયાબીટીસમાં શર્કરા ઘટાડવા માટે કયુ ફળ ઉપયોગી છે?
- (૮) સર્જરી (વાઢકાપ)નાં પિતામહ તરીકે કોણ ગણાય છે?
- (૯) ચાર વેદમાંથી કયા વેદમાં આયુર્વેદનું વર્ણન છે?
- (૧૦) આયુર્વેદ અનુસાર આપણા શરીરમાં અગ્નિની સંખ્યા કેટલી છે?
- (૧૧) અરડૂસીનું લેટીન નામ શું છે?
- (૧૨) કયા ફળમાંથી વિટામીન સી સૌથી વધુ માત્રામાં મળે છે?
- (૧૩) વ્યક્તિત્વનાં સંદર્ભમાં યોગ એટલે શું ?
- (૧૪) અષ્ટાંગ યોગ કોના દ્વારા કહેવાયેલ છે?
- (૧૫) કફથી થતાં રોગ માટે ઉત્તમ ઔષધિ કઈ છે?
- (૧૬) “AYUSH” નું Full Form લખો.

ENGLISH VERSION

Instructions : (1) Figures to the right indicate Full Marks of the questions.

(2) All questions are compulsory.

PART - I

- 1 Write definition of "Ayurved". Write about the history and purpose of Ayurved in detail. 14
- 2 What is Alternative therapy? Write about its usefulness in current era also describe different therapies in detail. 14
- 3 Define and describe Naturopathy in details with its principles. 14
- 4 According to Ayurved what is "Prakruti" ? Discuss the types of prakruti and how we can test it? 14
- 5 Discuss about water therapy in detail also write about "Vaayusnaan". 14
- 6 Define and describe Yog in detail also write about the importance of Yog in Naturopathy & Ayurved. 14
- 7 Describe the principle followed by Ayurved in detail and discuss about Dosha, Dhatu, Mala & Visham Agni. 14
- 8 Discuss about fasting Therapy (Upvaas) and accupressure therapy in detail. 14

PART - II

Answer the question in one sentence : (Attempt any 8)

8

- (1) How many types of 'Pitta' according to Ayurved?
 - (2) Who was the composer of "Astang Hriday" ?
 - (3) Which kitchen spices improves immunity?
 - (4) Carum copticum is the Latin name of which spices?
 - (5) Which principle is applied in Naturopathy?
 - (6) How many "Naadis" are there in our body?
 - (7) Which fruit is useful to control body-sugar?
 - (8) Who is considered as father of Surgery?
 - (9) Among four vedas which veda has description of Ayurved?
 - (10) According to Ayurved how many types of agni are there in our body?
 - (11) What is the Latin name of Adulsa?
 - (12) Which fruit contains highest proportion of Vitamin-C ?
 - (13) With reference to personality what is Yog?
 - (14) Who is the founder of "Ashtang Yog" ?
 - (15) Which is the best cure for the diseases caused by "Kapha dosh"?
 - (16) Write the full form of "AYUSH".
-