

P.G. Diploma in Ayuryog Science Sem.-2 Examination  
201

Health Science (સ્વાસ્થ્ય વિજ્ઞાન)

Time : 2-30 Hours]

April 2023

[Max. Marks : 70

- ૧ મનના લક્ષણો અને તેના કાર્યો જણાવી મનનું નિયમન જણાવો. ૧૪  
અથવા  
મનનાં ગુણો વર્ણવી સ્વાસ્થ્ય સાથેનો સંબંધ દર્શાવો.
- ૨ ચેતનમન અને અચેતન મનને ઉદાહરણ સહિત સમજાવો. ૧૪  
અથવા  
સંઘર્ષ અને તેના પ્રકારો વિગતે સમજાવો.
- ૩ વ્યક્તિત્વની યોગિક પરિભાષાનું પંચકોષનાં માધ્યમથી વિસ્તૃત વર્ણન કરો. ૧૪
- ૪ પ્રાર્થના આત્માનો ખોરાક છે. સમજાવો. ૧૪  
અથવા  
યોગ દ્વારા માનસિક સ્વાસ્થ્યમાં થતાં ફાયદાઓ વર્ણવો.
- ૫ નીચેનામાંથી કોઈપણ સાત પ્રશ્નોના જવાબ આપો : ૧૪  
(૧) અંતઃકરણ કોને કહે છે?  
(૨) સૌથી સૂક્ષ્મકોષનું નામ જણાવો.  
(૩) ઘેરણ સંહિતા મુજબ સ્વાસ્થ્યનું લક્ષણ આપો.  
(૪) માનસરોગો મુખ્યત્વે કયા કયા છે?  
(૫) આરોગ્ય અને વેલનેસનું મહત્ત્વ સમજાવો.  
(૬) વિશુદ્ધિયકનો રંગ અને બીજ મંત્ર જણાવો.  
(૭) આધ્યાત્મિક અને આત્મિક ઈચ્છાનું ઉદાહરણ આપો.  
(૮) કયા બંધનો પ્રભાવ અમાનવાયુને કાબુમાં રાખે છે?  
(૯) નાડી શોધન શું છે?