

PG in AYSc Sem.-1 Examination

AY-103

Ashtangyog

January-2025

Time : 2-30 Hours]

[Max. Marks : 70

- પ્રશ્ન 1. અષ્ટાંગયોગનું દૈનિક જીવનમાં મહત્વ જણાવો. (14)
અથવા
યોગ એટલે શું ? તેની વ્યાખ્યા આપી ઉદાહરણ સહિત સમજાવો.
- પ્રશ્ન 2 ચિત્તવૃત્તિ ના પ્રકાર વર્ણવી તેના નિરોધના ઉપાયો વર્ણવો. (14)
અથવા
ષટકર્મ વિશે માહિતી આપો .
- પ્રશ્ન 3. નીચેનામાંથી ગમે તે એક પર નોંધ લખો. (14)
(1) ક્રિયાયોગ.
(2) પંચકલેશ.
- પ્રશ્ન-4 યોગ વિદ્યાનો ક્રમિક વિકાસ જણાવો. (14)
અથવા
યોગિક આહારને વિગતે સમજાવો.
- પ્રશ્ન-5 નીચેનામાંથી ગમે તે સાત પ્રશ્નોના જવાબ આપો. (14)
1. યોગાભ્યાસ હેતુ સ્થાન કેવા હોવા જોઈએ ?
 - 2 હઠયોગનું માહાત્મ્ય જણાવો.
 - 3 લયયોગની વિશિષ્ટતા વર્ણવો.
 - 4 સંચિતકર્મ કોને કહે છે.?
 - 5 રાજયોગ કોને કહે છે.
 - 6 ધારણાનું લક્ષણ ઉદાહરણ આપી સમજાવો.
 - 7 ભક્તના પ્રકાર જણાવો.
 - 8 યમ ની વ્યાખ્યા પા.સૂ મુજબ આપો.
-