

Seat No.:

**MARCH - 2022 (Summer session) Examination****Subject Code: 60780**

(विद्यार्थ्यांनी हा विषय कोड OMR वर लिहावा / Student should fill this code on OMR sheet)

**Subject Name: M. A. Yoga Science\_60780\_60780 - General introduction & uses of complementary therapies\_27.07.2022\_1.00 PM****Date: 27-07-2022****Time: 13:00:00 to 14:00:00****QP Code: 8313QP****(M.A. Yoga Science; Part-II, Sem-III)****Total Marks : 50 Each Question 2 Marks, Total 25 Ques, Duration 1 Hr****1. Reiki is originated.....language. रेकी हा ..... शब्द आहे .**

- a. Chianiy चायनिज  
b. Japany जपानी  
c. Indian भारतीय  
d. Korian कोरियन

**2. Who did 21 days fasting & meditation on Kuriyama Hills.....यांनी कुरियामा नावाच्या पर्वतावर जाऊन 21 दिवस उपोषण व ध्यान केले .**

- a. Dr. Mikao डॉ . मिकाओ  
b. Havago Tukata हवागो टाकाटा  
c. Quota कयोटा  
d. Dr. Reikhali डॉ . रेकली

**3. ....Energy conduct Generation operation and distratation. .... म्हणजे विश्वाची उत्पत्ती , लय व विनाश घडवून आणणारी शक्ती .**

- a. Reiki रेकी  
b. Panik Energy ईश्वरी शक्ती  
c. Spiritual Energy अध्यात्मिक शक्ती  
d. Ability Energy मानसीक शक्ती

**4. Founder of Reiki's .....रेकीचे जनक..... .होय .**

- a. Havago Takata हवागो टाकाटा  
b. Quota कयोटा  
c. Dr. Reikhali डॉ . रेकली  
d. Dr. Usae डॉ . उसुई

**5. We found magnetic energy in..... veda. वेदात चुंबकीय शक्तीचा उल्लेख आहे .**

- a. Ayurveda आयुर्वेदात  
b. Rugveda ऋग्वेदात  
c. Atharvaveda अथर्ववेदात  
d. Yajurveda यजुर्वेदात

**6. Aroma therapy is introduced teritomy. अरोमाथेरपीचा इतिहास साम्राज्यात उदयास आला .**

- a. Roman रोमन  
b. Greek ग्रीक  
c. Greece ग्रीस  
d. Egyptian इजिप्तशियम

**7. ....panchkarma is done when the level of vayu dosha in body increase. शरिरात वाताचे प्रमाण जास्त झाल्यावर.....पंचकर्म दिले आहे**

- a. Dhouthi धोती  
b. Basti बस्ती  
c. Neti नेती  
d. Nasya नस्य

**8. Panchkarma is done when the level of Kapha dosha in the body. शरिरात कफाचे प्रमाण जास्त झाल्यावर..... पंचकर्म केले जाते .**

- a. Voman वमन  
b. Virechan विरेचन



c. Basti बस्ती

d. Sherodhara शिरोधारा

9. The prakop (Highest level) Dosh occurs in vasant rhotu (Season ) वसंतऋतू ..... होण्याच्या प्रकोप शरीरात होतो .

a. Pitta पित्त

b. Vat वात

c. Kapha कफ

d. Toxin विषद्रव

10. Knee joint is type of joint. गुडघ्याचा सांधा हा प्रकारचा सांधा आहे .

a. Ball &amp; socket joint उखळीचा

b. Sadel joint सरकता

c. Hinge बिजागीरीचा

d. Movable joint चल

11. The virechan karma is done when the level of..... Dosha increases in the body. शरीरात ..... दोषाचे प्रमाण जास्त झाल्यावर विरेचण देतात .

a. Basti बस्ती

b. Neti नेती

c. Virechan विरेचन

d. None of the above यापैकी नाही

12. Method of Acupressure and Accupuncture therapy Born in country ..... अक्युपेशर व अक्युपंकचर पध्दतीचा जन्म ... देशात झाला .

a. India भारत

b. Japan जपान

c. America अमेरिका

d. None of the above (ड) यापैकी नाही

13. Started Accupressure therapy in India in the year..... अक्युपेशर थेरपी भारतामध्ये .... वर्षात सुरू झाली .

a. 1971 १९७१

b. 1978 १९७८

c. 1980 १९८०

d. None of the above यापैकी नाही

14. The systolic and Diastolic Blood pressures in a healthy man are ..... Respectively. निरोगी माणसाचे सिस्टॉलिक व डायस्टॉलिक बल्डपेशर हे अनुक्रमे ..... व ..... असते .

a. 120-80 १२०-८०

b. 120-60 १२०-६०

c. 110-40 ११०-४०

d. 110-60 ११०-६०

15. Through swedan karma.....from the body is Removed. स्वेदन या कर्मात शरीरातून ..... बाहेर काढून टाकला जातो .

a. Frustration फ्रस्ट्रेशन

b. Mal मल

c. Water पाणी

d. None of the above यापैकी नाही

16. Which of these is not one of the 8 limbs of yoga . यापैकी कोणत्या योगाच्या 8 अंगांपैकी एक नाही.

a. Niyama नियमा

b. Dhyan ध्यान

c. Samayam समायान

d. Pratyahar प्रत्याहार

17. What is the meaning of the word "Hath" "हट" शब्दाचा अर्थ काय आहे?

a. Earth and wind पृथ्वी आणि वारा

b. Fire and water आग आणि पाणी

c. Yin and yang यिन आणि यांग

d. sun and moon सूर्य आणि चंद्र



18. In the yogic system how many Koshas do we have as humans योगिक प्रणालीत मानव म्हणून आपल्याकडे किती कोश आहेत?

- a. 5 5  
c. 4 4

- b. 9 9  
d. None of these या पैकी नाही

19. .... is useful for mental tension ..... मानसिक तणावासाठी उपयुक्त आहे

- a. Dance डान्स  
c. Bandha बंध

- b. Dhyan ध्यान  
d. None of the above यापैकी नाही

20. .... is useful in backpain..... बॅकपेनमध्ये उपयुक्त आहे.

- a. Markatasan मर्काटासन  
c. Mandukasana मंडुकसन

- b. Tadasan ताडासन  
d. None of the above यापैकी नाही

21. .... Asana is useful in diabetes. आसन मधुमेहासाठी उपयुक्त आहे.

- a. Mandukasana मंडुकसन  
c. Padmasan पद्मासन

- b. Bhujangasan भुजंगासन  
d. all of the above वरील सर्व

22. In Which pranayam there bandhas are ... कोणत्या प्राणायाम तीन बंधाकरिता आहेत...

- a. Ujjayi उज्जायी  
c. Bahya pranayam बाह्य प्राणायाम

- b. Bhramari भ्रामरी  
d. kapal bhakti कपाल भक्ती

23. Sthir Sukham ..... स्थिर सुखम .....

- a. Asanam आसनम  
c. Nishyarm निष्यर्म

- b. Dhyanam ध्यानम  
d. all of the above वरील सर्व

24. Which of the following Kriyas cleans the anus of Rectum. पुढीलपैकी कोणती कृती अँस आणि रेक्टम साफ करते.

- a. Dhouti धौटी  
c. Tratak त्राटक

- b. Basti बस्ती  
d. Neti नेती

25. Which ansanas are not included in Suryanamaskar. सूर्यनमस्कारात कोणत्या आसनांचा समावेश होत नाही.

- a. Padhstasan पदस्तासन  
c. Parnatasan पर्वतासन

- b. Chakrasan चक्रासन  
d. Bhujangsana भुजंगासन

