

Seat
No.

Total No. of Pages:4

Kamala College, Kolhapur
(Autonomous)
M.A. (Part – I) (Semester I) English (NEP)
Examination March/April, held in May 2023
DSE-101:YOGA SHASTRA (Paper - I)
Fundamentals of Yoga
Subject Code: 3001



Day and Date: Tuesday, 13 June 2023
Time: 02.30 p.m. to 05.30 p.m.

Total Marks: 80

- Instructions :**
- 1) Q.No. 1 is compulsory
 - 2) Write any four questions out of six.
 - 3) Figures in Right Side Indicates Marks.

Q. 1) Choose the correct word. [20]

- a) _____ number of Kumbhakas are mentioned in Hathyoga.
i) 8 ii) 10 iii) 6 iv) 4
- b) In Hatpradipika _____ number of mudras are mentioned.
i) _____ ii) _____ iii) _____ iv) _____
- c) _____ is published by Kaivalyadham.
i) yogamimansa ii) _____ iii) Yogasandesh
- d) Divya yog Mandir at Haridwar is established by _____
i) _____ ii) _____ iii) _____ iv) _____
- e) The book 'Sankhya Darshan' is written by _____
i) Mahamuni ii) Swami Ramanand
iii) Kapilmuni iv) Swami Ramkrishna
- f) Prashant Kutir is located at _____
i) Mumbai ii) Nashik iii) Lonavala iv) Bangalore
- g) First Paad in Patanjali Yogsutra is _____
i) Sadhan paad ii) Kaivalya paad
iii) Samadhi paad iv) Vibhuti paad
- h) _____ Sanstha is established by Swami Ramdevbaba.
i) Yogvidyadham ii) Patanjali Yogpeeth
iii) Yogvidyaniketan iv) Divine University.

- i) In Gheranda Sanhita _____ No. of Mudras are mentioned.
i) 25 ii) 22 iii) 20 iv) 8
- j) _____ no. of Suddhikriyas are mentioned in Hathyoga.
i) 4 ii) 6 iii) 5 iv) 8

Q. 2) What is Yoga? Define. Importance of Yoga in Modern era. [15]

Q. 3) Write about work of following institutions in field of yoga -
Swami Vivekananda Anusandhan Kendra Bangalore &
Kaivalyadham Lonavala . [15]

Q. 4) Write in Detail about the work of Swami Ramdev baba and Swami
Kunalayananda. [15]

Q. 5) Who established Jainism & Buddhism. Write in short about Jainism &
Buddhism. [15]

Q. 6) Write in brief various systems of Yoga. Explain Ashtangayoga in
Detail. [15]

Q. 7) Write short notes (Any 3). [15]

- a) Karmayoga
- b) Sarada maa
- c) Gorakshnath
- d) Maharshi Patanjali
- e) Swami Arvind



मराठी रूपांतर

प्र.1) योग्य पर्याय निवडा.

(20)

- अ) हठयोगामध्ये कुंभक सांगितले आहेत.
 i) 8 ii) 6 iii) 10 iv) 4
- ब) हठयोगामध्ये मुद्रांची संख्या आहे.
 i) 16 ii) 10 iii) 24 iv) 8
- क) कैवल्यधाम संस्था..... प्रकाशित करते.
 i) योगमिमांसा ii) क्रीडातंत्र iii) योगसंदेश iv) व्यायाम विज्ञान
- ड) हरिद्वार येथील दिव्य योग मंदीराचे संस्थापक..... होय.
 i) अरिवींदो ii) स्वामी रामदेव बाबा
 iii) स्वामी दयानंद सरस्वती iv) स्वामी कुवल्यानंद
- इ) सांख्य दर्शनाचे रचेता..... होय.
 i) महामूनी ii) स्वामी रामानंद
 iii) कपिलमूनी iv) स्वामी रामकृष्ण
- फ) प्रशांत कुटीर..... येथे स्थित आहे.
 i) मुंबई ii) नाशिक iii) लोणावळा iv) बेंगलोर
- य) पतंजलि योग सुत्रामधील पहिला पाद..... होय.
 i) साधन पाद ii) कैवल्य पाद iii) समाधी पाद iv) विभूती पाद
- र) स्वामी रामदेव बाबा यांनी सुरु केलेल्या योग संस्थेचे नाव..... आहे.
 i) योग विद्याधाम ii) पतंजलि योगपीठ
 iii) योगविद्यानिकेतन iv) डिव्हाईन योगविद्यापीठ
- ल) घेरण्डसंहितेत मुद्रांची संख्या..... होय.
 i) 25 ii) 22 iii) 20 iv) 21
- व) हठयोगात शुद्धीक्रिया सांगितल्या आहेत.
 i) 4 ii) 6 iii) 5 iv) 8



प्र.2) योगाच्या विविध व्याख्या सांगून योगाची संकल्पना विषद करा.

(15)

प्र.3) स्वामी विवेकानंद अनुसंधान केंद्र बेंगलोर व कैवल्यधाम लोणावळा यांच्या योगामधील कार्याची माहिती लिहा.

(15)

- प्र.4) स्वामी रामदेव बाबा व स्वामी कुवल्यानंद यांच्या कार्याबद्दल सविस्तर माहिती लिहा. (15)
- प्र.5) जैन धर्म व बौद्ध धर्माची स्थापना कोणी केली व त्या धर्माबद्दल थोडक्यात माहिती लिहा. (15)
- प्र.6) योगाचे विविध संप्रदाय सांगून अष्टांग योग स्पष्ट करा. (15)
- प्र.7) टीपा लिहा. (कोणत्याही तीन) (15)
- अ) कर्मयोग
ब) सारदा माँ
क) गोरक्षनाथ
ड) महर्षि पतंजलि
इ) स्वामी अरविंद


