



BCH-004-0071003

Seat No. _____

Diploma in Yoga Education (Sem. I) Examination

August - 2021

Yoga, Mental Health & Psycho Therapy : Paper - 3

Faculty Code : 004

Subject Code : 0071006

Time : $2\frac{1}{2}$ Hours]

[Total Marks : 70

સૂચના : (1) બધા પ્રશ્નોના ગુણ સરખા છે.
(2) કોઈ પણ પાંચ પ્રશ્નોના ઉત્તર આપો.

- | | | |
|----|---|----|
| 1 | યોગશાસ્ત્રનો ટૂંકમાં પરિચય આપો. | 14 |
| 2 | હઠયોગ પ્રદીપિકાના અભ્યાસ વિશે વિગતે લખો. | 14 |
| 3 | મનના પ્રકારો વિશે વિસ્તૃત લખો. | 14 |
| 4 | યોગ દ્વારા વ્યક્તિગત માનસિક વિકાસ વિશે વિગતે લખો. | 14 |
| 5 | બુદ્ધિના ઉદ્ભવ અને વિકાસને પ્રાચીન દષ્ટિકોણ મુજબ સમજાવો. | 14 |
| 6 | માનસિક સ્વાસ્થ્યની વ્યાખ્યા આપી તેની પ્રાપ્તિ માટેના રસ્તાઓ લખો. | 14 |
| 7 | મનોદૈહિક રોગ થવા પાછળના સામાન્ય કારણો વિશે વિસ્તૃત લખો. | 14 |
| 8 | માનસિક સ્વાસ્થ્ય અને આદર્શ વર્તન વિશે લખો. | 14 |
| 9 | ટૂંકનોંધ લખો :
(1) મનની વિશેષતાઓ
(2) બુદ્ધિના પ્રકારો | 14 |
| 10 | ટૂંકનોંધ લખો :
(1) યોગ દ્વારા સ્મૃતિ વિકાસ
(2) યોગ દ્વારા વ્યક્તિત્વ વિકાસ. | 14 |

ENGLISH VERSION

- Instructions :** (1) Every questions have same mark.
(2) Give answers of any five questions.

- | | | |
|----|--|----|
| 1 | Give short introduction of Yoga Shatra. | 14 |
| 2 | Write in detail about the study of Hata Yoga Pradipika. | 14 |
| 3 | Write in detail about types of mind. | 14 |
| 4 | Write in detail about individual mental development through Yoga. | 14 |
| 5 | Explain the origine and buddhi as per ancient view. | 14 |
| 6 | Give definition of Mental Health and write it's way to achive. | 14 |
| 7 | Write in detail about general reasons behind psychosomatic diseases. | 14 |
| 8 | Write about Mental Health and ideal behaviour. | 14 |
| 9 | Write short notes :
(1) Characteristics of mind
(2) Types of buddhi | 14 |
| 10 | Write short notes :
(1) Smiriti Development by Yoga
(2) Personality Development by Yoga. | 14 |