

GANDHI P.R. COLLEGE, BHOPAL

Assignment-2020-21

P.G.D.Y.SCI.-1st Sem

योग परिचय

Paper-I

- Q.1 ढठप्रदीपिका के अनुसार योग के अंगों का वर्णन करिये ।
- Q.2 रोगों के उपचार में षट्कर्म का महत्व बताइये ।
- Q.3 वशिष्ठ संहिता के अनुसार योग के अंतरंग अंगो का स्वरूप एवं आध्यात्मिक प्रगति में उपयोगिता ।
- Q.4 शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य में अष्टांग की उपयोगिता ।
- Q.5 ढठयोग का दैनिक एवं सामाजिक जीवन में महत्व ।

GANDHI P.R. COLLEGE, BHOPAL

Assignment-2020-21

P.G.D.Y.SCI.-1st Sem

पतंजलयोग सूत्र

Paper-II

- Q.1 पातंजल योगसूत्र का परिचय लिखिए ।
- Q.2 समाधि के भेद एवं फल सहित वर्णन कीजिए ।
- Q.3 विवेकज्ञान की प्राप्ति हेतु अष्टांगयोग की उपयोगिता लिखिए ।
- Q.4 योग के बहिरंग साधन का क्रमशः संक्षिप्त वर्णन कीजिए ।
- Q.5 सामाजिक विकास एवं एकीकरण के लिए पातंजल योगसूत्र एक महत्वपूर्ण ग्रंथ है वर्णन कीजिए ।
