

ગુજરાત વિદ્યાપીઠ : અમદાવાદ

યોગવિદ્યા વિભાગ, શિક્ષણવિદ્યાશાખા

પરીક્ષાર્થી ક્રમાંક

માસ્ટર ઓફ યોગિક આર્ટસ એન્ડ સાયન્સ : સત્ર-2

પોસ્ટ ગ્રેજ્યુએટ ડિપ્લોમા ઇન યોગવિદ્યા : સત્ર-2

વસંત પંચમી સત્રાંત પરિક્ષા : મે-2025

MYOG - 206 પ્રાકૃતિક ચિકિત્સાના સિદ્ધાંતો

તારીખ-5/5/2025

સમય- 08-00 થી 10-30

વાર:- સોમવાર

કુલ ગુણ - 60

Learning out come

1. વિદ્યાર્થી પ્રાકૃતિક ચિકિત્સાના વિષયથી પરિચિત થશે.
2. પ્રાકૃતિક ચિકિત્સાના સિદ્ધાંતોની માહિતી પ્રાપ્ત કરશે.
3. પંચતત્વોનું મહત્વ શું છે તેની માહિતી પ્રાપ્ત કરશે.
4. ઉપવાસ, જલ, માટી અને માલિશ ચિકિત્સાથી પરિચિત થશે.

પ્રશ્ન-1 પ્રાકૃતિક ચિકિત્સાની દ્રષ્ટીએ રોગ અને સ્વાસ્થ્યની સંકલ્પના વિશે વિસ્તારથી વર્ણન કરો. (15)

પ્રાકૃતિક ચિકિત્સાની દ્રષ્ટિએ રોગ અને સ્વાસ્થ્યની સંકલ્પનાના કારણોમાં વર્ણન કરીજી.

અથવા

પ્રાકૃતિક ચિકિત્સાના સિદ્ધાંતોને વિસ્તારથી સમજાવો.

પ્રાકૃતિક ચિકિત્સાના સિદ્ધાંતોની વિસ્તારથી સમજાવો.

પ્રશ્ન-2 ઉપવાસ શા માટે? ઉપવાસ કેમ કરવા જોઈએ? સ્વાસ્થ્યમાં તેનું મહત્વ શું છે? સમજાવો. (15)

ઉપવાસ કયા છે? કયાં કરવા જોઈએ? સ્વાસ્થ્યમાં તેનું મહત્વ શું છે? સમજાવો.

અથવા

ઉપવાસના પ્રકારોનું વર્ણન કરીને આરોગ્યમાં ઉપવાસનું મહત્વ તમારા વિચારોમાં સમજાવો.

ઉપવાસના પ્રકારોના વર્ણન કરીને આરોગ્યમાં ઉપવાસનું મહત્વ તમારા વિચારોમાં સમજાવો.

પ્રશ્ન-3 પૂર્ણ ઉપવાસ કેવી રીતે રાખવા જોઈએ અને કઈ બાબતોનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ, કેવી રીતે (15)

ઉપવાસને તોડવા જોઈએ. તેને વિસ્તારથી સમજાવો.

પૂર્ણ ઉપવાસ કેવી રીતે રાખવા જોઈએ અને કઈ બાબતોનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ, કેવી રીતે ઉપવાસને તોડવા જોઈએ. તેને વિસ્તારથી સમજાવો.

અથવા

માલિશનું સ્વાસ્થ્યમાં શું મહત્વ છે તેનું વર્ણન કરી માલિશના ગુણ અને કાર્યો વિશે વિસ્તારથી જણાવો.

માલિશના સ્વાસ્થ્યમાં શું મહત્વ છે તેનું વર્ણન કરી માલિશના ગુણ અને કાર્યો વિશે વિસ્તારથી જણાવો.

પ્રશ્ન-4 કોઈ પણ બે ટૂંકનોંધ લખો. (15)

કોઈ પણ બે ટૂંકનોંધ લખો.

(1) સૂર્ય ચિકિત્સા (સૂર્ય ચિકિત્સા)

(2) માટી ચિકિત્સા (મિટ્ટી ચિકિત્સા)

(3) જળ ચિકિત્સા (જલ ચિકિત્સા)

(4) પ્રાકૃતિક દિનચર્યા (પ્રાકૃતિક દિનચર્યા)
