

THE TAMIL NADU DR. M.G.R. MEDICAL UNIVERSITY

[MD(SIDDHA) 0321]

MARCH 2021

Sub. Code: 3139

(OCTOBER 2020 EXAM SESSION)

M.D. (SIDDHA) DEGREE EXAMINATION

THIRD YEAR

BRANCH IX – SIDDHAR YOGA MARUTHUVAM

PAPER II – PRINCIPLES AND PRACTICE OF SIDDHARS' YOGAM

Q.P. Code : 323139

Time : Three hours

Answer ALL Questions

Maximum : 100 Marks

I. Elaborate on:

(2 x 20 = 40)

1. Write in detail about the procedure, therapeutic indication, contraindication and benefits of any three Yogasanas in prone lying posture.  
குப்புற படுத்த நிலையில் செய்யக்கூடிய ஏதேனும் நான்கு ஆசனங்களின் செய்முறை, செய்ய தகுந்த மற்றும் செய்யக்கூடாத நிலைகள் மற்றும் பயன்களை விரிவாக எழுதுக.
2. Elaborate on different type of Yoga Muthirai and their effect on human body.  
யோக முத்திரையால் உடலில் ஏற்படுகின்ற பயன்களையும், பல்வேறுபட்ட முத்திரை வகைகளையும் விரிவாக எழுதுக.

II. Write notes on:

(10 x 6 = 60)

1. Explain the the importance and benefits of Sarvangaasana.  
சர்வாங்க ஆசனத்தின் முக்கியத்துவமும் பயன்களும்.
2. Explain the technique and benefits of Padmasana.  
பத்மாசனம் செய்முறை மற்றும் பயன்கள்.
3. Describe the rules and regulations of doing Pranayama.  
பிராணாயாமம் செய்யும் போது கடைபிடிக்க வேண்டிய விதிமுறைகள்.
4. Sirasasana and its physiological effects.  
சிரசாசனத்தால் ஏற்படும் உடல் இயங்கியல் விளைவுகள்.
5. Asana, Pranayama for Varicose Vein.  
நாள விபாத நோய்களுக்கு பலன் தரும் ஆசனம் மற்றும் மூச்சுப் பயிற்சிகள்.
6. Explain Pariyanga Yogam.  
பரியங்க யோகம் - விளக்கு.
7. Yogam in Thirumanthiram.  
திருமந்திரத்தில் கூறப்பட்டுள்ள யோகம் பற்றிய கருத்துக்கள்.
8. Explain the physiological and biochemical changes while doing Dharanai.  
தாரணை செய்யும் பொழுது உடலில் ஏற்படும் உடல் இயங்கு இயல் மற்றும் உடல் வேதியல் மாற்றங்கள் விவரி.
9. Siva Vakkiyar thought about Yogam.  
யோகம் பற்றி சிவவாக்கியரின் கருத்துக்கள்.
10. Explain the physiological and biochemical changes while doing Pranayamam.  
பிராணாயாமம் செய்யும் பொழுது உடலில் ஏற்படும் உடல் இயங்கியல் மற்றும் உடல் வேதியல் மாற்றங்கள் விவரி.

\*\*\*\*\*

THE TAMIL NADU DR. M.G.R. MEDICAL UNIVERSITY

[MD(SIDDHA) 0222]

FEBRUARY 2022  
(OCTOBER 2021 EXAM SESSION)

Sub. Code: 3139

M.D. (SIDDHA) DEGREE EXAMINATION  
THIRD YEAR - (For the candidates admitted from 2017-2018 onwards)  
BRANCH IX – SIDDHAR YOGA MARUTHUVAM  
PAPER II – PRINCIPLES AND PRACTICE OF SIDDHARS' YOGAM  
Q.P. Code : 323139

Time : Three hours

Answer ALL Questions

Maximum : 100 Marks

I. Elaborate on:

(2 x 20 = 40)

1. Write in detail about procedure, therapeutic indication ,contra indication and benefits of any four Yoga Asana in Standing position.  
நின்ற நிலையில் செய்யக்கூடிய ஏதேனும் நான்கு ஆசனங்களின் செய்முறை செய்ய தகுந்த மற்றும் செய்யக்கூடாத நிலைகள் மற்றும் பயன்கள் ஆகியவற்றை விளக்குக.
2. Define Pranayama. Explain about communication between breathing and life span. Add a note on rules, regulations and limitation of Pranayama.  
பிராணாயாமம் என்றால் என்ன? மூச்சுப் பயிற்சிக்கும் ஆயுட்காலத்திற்கும் உள்ள தொடர்பை விவரி. பிராணாயாமம் செய்யும் பொழுது கடைபிடிக்க வேண்டிய விதிகள் மற்றும் செய்யக்கூடாத நிலைகளையும் விளக்கமாக எழுது.

II. Write notes on:

(10 x 6 = 60)

1. Explain the technique and benefits for Pavana mukthasana.  
பவன முக்தாசனத்தின் செய்முறை மற்றும் பயன்கள்.
2. Discuss about Yogic Diet.  
யோகிகளின் உணவுமுறைகள்.
3. Explain the technique and benefits of Bhujangasana.  
புஜங்காசனம் செய்முறை மற்றும் பயன்கள்.
4. Describes about Muthirai.  
முத்திரை பற்றி விரிவாக எழுது.
5. Explain any two sitting posture Asanas and its benefits.  
அமர்ந்த நிலையில் செய்யக்கூடிய இரண்டு ஆசனங்களும் அதன் பயன்களும்.
6. Explain the technique and benefits of Salapasanam.  
சலபாசனம் செய்முறை மற்றும் பயன்கள்.
7. Explain about Dharanai.  
தாரனை பற்றி விளக்கமாக எழுது.
8. Therapeutic importance of Asanas.  
ஆசனங்களின் மருத்துவ முக்கியத்துவம்.
9. Explain Kesari Yogam.  
கேசரி யோகம் - விளக்குக.
10. Thanvanthiri thought about Yogam.  
யோகத்தைப் பற்றி தன்வந்திரி முனிவரின் கருத்துகள்.

\*\*\*\*\*

THE TAMIL NADU DR. M.G.R. MEDICAL UNIVERSITY

[MD(SIDDHA) 1122]

NOVEMBER 2022  
(OCTOBER 2022 EXAM SESSION)

Sub. Code: 3139

M.D. (SIDDHA) DEGREE EXAMINATION  
THIRD YEAR - (For the candidates admitted from 2017-2018 onwards)  
BRANCH IX – SIDDHAR YOGA MARUTHUVAM  
PAPER II – PRINCIPLES AND PRACTICE OF SIDDHARS' YOGAM  
Q.P. Code : 323139

Time : Three hours

Answer ALL Questions

Maximum : 100 Marks

I. Elaborate on:

(2 x 20 = 40)

1. Define – Pranayamam, principles of Pranayamam, rules of Pranayamam and its uses.  
பிராணயாமம் என்றால் என்ன? பிராணயாமத்தின் தத்துவம், அதன் விதிமுறைகள் மற்றும் பயன்கள் பற்றி விரிவாக விளக்குக.
2. Write in detail about Iyamam and Niyamam.  
இயமம், நியமம் பற்றி விரிவாக எழுதுக.

II. Write notes on:

(10 x 6 = 60)

1. Write about Kukkudasanam, Garudasanam, Salabasanam and its uses.  
குக்குடாசனம், கருடாசனம், சலபாசனம் இவற்றை விவரித்து கூறி அதன் பயன்களை எழுதுக.
2. What are physiological and bio chemical changes while doing Dhiyanam?  
தியானம் செய்வதால் ஏற்படும் உடலியல், உயிர் வேதியியல் மாற்றங்கள் யாவை? அவற்றை விளக்குக.
3. Explain about Kesari Yogam.  
கேசரியோகம் பற்றி விவரி.
4. Write about Sarvaanga asanam and Halasanam and its uses.  
சர்வாங்காசனம் மற்றும் ஹலாசனம் பற்றி எழுதி அதன் பயன்களை விவரி.
5. Define Yoga Nithirai and its uses.  
யோகநித்திரை என்றால் என்ன? அதன் பயன்களை கூறு.
6. Write about Matchamuni yogam and Romarishi yogam.  
மச்சமுனியோகம் மற்றும் ரோமரிஷியோகம் பற்றி கூறுக.
7. “Angakaaram Ulladaki Impulanai Chuttaruthu Thoongamal Thoongi Sugam Peruvathekkalam” – Explain about quotes by Pathirakiriyar.  
“ஆங்காரம் உள்ளடக்கி ஐம்புலனச்சுட்டறுத்து தூங்காமல் தூங்கிசுகம் பெறுவதெக்காலம்” – பத்திரகிரியார் பாடலை விவரி.
8. Discuss Yoga Muppu.  
யோகமுப்பு பற்றி விவரி.
9. Explain Thirumoolar's Thirumanthiram.  
திருமூலர் திருமந்திரம் விவரி.
10. Describe Agasthiyar yogam and Pathanjali yogam.  
அகத்தியர்யோகம், பதஞ்சலியோகம் விளக்குக.

\*\*\*\*\*

**M.D. (SIDDHA) DEGREE EXAMINATION**  
**THIRD YEAR - (For the candidates admitted from 2017-2018 onwards)**  
**BRANCH IX – SIDDHAR YOGA MARUTHUVAM**  
**PAPER II – PRINCIPLES AND PRACTICE OF SIDDHARS' YOGAM**

*Q.P. Code: 323139*

**Time: Three hours**

**Answer ALL Questions**

**Maximum: 100 Marks**

**I. Elaborate on:**

**(2 x 20 = 40)**

1. யோகப் பயிற்சியில் பயிற்சியாளரின் பங்கு பற்றி கட்டுரை வரைக.  
Write an essay on Yoga Pedagogy.
2. தாரனை என்றால் என்ன? தாரனையால் ஏற்படுகின்ற உடல் இயங்கியல் மற்றும் உடல் வேதியியல் மாற்றங்களை விவரி.  
Define Dharanai. Write in detail about Physiological and Biochemical changes while doing Dharanai.

**II. Write notes on:**

**(10 x 6 = 60)**

1. சேதுபந்தாசனம் செய்முறை மற்றும் பயன்கள்.  
Explain the Techniques and Benefits of Setu Bandhasana.
2. யோகத்தைப் பற்றி கோரக்க முனிவரின் கருத்துக்கள்.  
Siddhar Yogam Technique according to Sage Korakkar.
3. சந்திரயோகம் - விளக்குக.  
Explain Chandra Yogam.
4. ஹலாசனம் செய்முறை மற்றும் பயன்கள்.  
Techniques of Halasana and its Benefits.
5. பதஞ்சலி யோகம் - குறிப்பு வரைக.  
Short Notes on Patanjali Yogam.
6. மாற்று ஆசனத்தை எடுத்துக்காட்டுடன் விளக்குக.  
Explain Counter Post Asana with examples.
7. லம்பிகா யோகம் விளக்குக.  
Explain Lambika Yoga.
8. யோக முத்திரை செய்முறை மற்றும் பயன்கள்.  
Explain the technique and benefits of Yoga Muthirai.
9. யோகப் பயிற்சியில் உணவின் முக்கியத்துவம்.  
Dietary Regimen in Yoga practices.
10. பிராணயாமம் செய்யும் பொழுது ஏற்படும் வேதியல் மாற்றங்கள்.  
Bio-chemical changes while doing Pranayama.

\*\*\*\*\*