

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.
