

GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.
DIPLOMA IN NATUROPATHY & YOGA (AYURVED) (HEALTH EDUCATI
[D.NAT.YOGA(A.YU.)(H.E.)] EXAMINATION FEBRUARY-2021
ANATOMY & PHYSIOLOGY

Date :- 18.02.2021
Thursday

Time :- 03:00 p.m. to 06:0
Total Marks :- 100

- Instructions: 1. Every question is compulsory.
2. Every question bears the marks written on the right side.

SECTION-A

1. सेरिबेलम की रचना एवं क्रिया का सचित्र वर्णन करें।
Explain the anatomy and physiology of Cerebellum with neat labelled diagram.
2. दोष की व्याख्या एवं पित्त दोष का स्थान-गुण-कर्म-वृद्धि-क्षय लक्षण का वर्णन लिखें।
Define Dosha and Explain Stana-Guna-Karma-Vruddhi-Kshaya laxana of Pitta dosha.

OR

- संधि की व्याख्या और रचना एवं क्रियात्मक-संधि प्रकार उदाहरण सहित लिखें।
Define Joint and Explain the structural and Functional classification of Joint with example.
3. Write short notes on any Four of the following :
 - A. कोशिका के रचना एवं कार्य का वर्णन सचित्र सहित लिखें।
Describe the structure of Cell and its functions with diagram.
 - B. अस्थि के प्रकार उदाहरण सहित लिखें।
Describe the classification of Bones with example.
 - C. ओजस का संक्षेप वर्णन करें।
Write a short note on Ojus.
 - D. फुफूस के बाह्य रूप सचित्र सहित वर्णन करें।
Describe the external features of Lungs with labelled diagram.
 - E. न्यूरॉन की रचना सचित्र सहित वर्णन करें।
Describe structure of Neuron with labelled diagram.
 4. Answer any Five of the following :(two to three sentences)
 - A. कफ दोष के स्थान लिखें।
Name the stana of Kapha dosha.
 - B. बाएँ और दाएँ वृक्काओं के बीचका तफावत लिखें।
Write the differences between Right and left kidney.
 - C. श्वासनाली की कार्य लिखें।
Functions of Trachea.
 - D. धातु की व्याख्या लिखें।
Write the definition of dhatu.
 - E. मिट क्लाविकुलर रेखा लिखें।
Write on Midclavicular line.
 - F. प्रोनेशन एवं सुपिनेशन चलन लिखें।
Define the movements Pronation and Supination.

[P.T.O.]

SECTION-B

5. हृदय की चक्रमण प्रक्रिया लिखें। 10
Explain the Circulation of Heart.
6. यकृत की रचना एवं क्रियात्मक वर्णन सचित्र सहित लिखें। 10
Explain briefly the anatomy and physiology of Liver with neat labelled diagram.
OR
अवटु ग्रंथि के रचना एवं क्रियात्मक वर्णन सचित्र सहित लिखें।
Explain the anatomy and physiology of Thyroid gland with neat labelled diagram.
7. Write short notes on any **Four** of the following : 20
- A. मणिपूर चक्र।
Manipura chakra.
- B. स्त्रीयों की बीजकोष के कार्य लिखें।
Describe the physiology of Ovary.
- C. पीयूष ग्रन्थि के संक्षेप वर्णन लिखें।
Write a short notes on Pituitary gland.
- D. बस्ति के रचनात्मक संक्षेप वर्णन करें।
Write briefly the anatomy of Urinary bladder.
- E. पंचकोष का वर्णन करें।
Describe Pancha kosha.
8. Answer any **Five** of the following :(two to three sentences) 10
- A. आमशय के स्थान एवं कार्य लिखें।
Write the Location and functions of Stomach.
- B. पुरुषों में नलिकाविहीन ग्रन्थियों के स्थान लिखें।
Name the location of ductless glands in male body.
- C. हृदय की दाये और बाये ऐट्रिया के बीचका तफावत लिखें।
Write the comparison of right atrium and left atrium of Heart.
- D. पित्ताशय का कार्य लिखें।
Write the functions of Gallbladder.
- E. गर्भाशय के नाप लिखें।
Write the measurement of Uterus.
- F. महाधमनी के प्रकार लिखें।
Write the divisions of aorta.

GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.

DIPLOMA IN NATUROPATHY & YOGA (AYURVED) (HEALTH EDUCATION)

[D.NAT.YOGA(AYU.)(H.E.)] EXAMINATION FEBRUARY-2021

NISARGOPACHAR – YOGA – SWASTHYAM PAPER – 1

Date :- 19.02.2021
Friday

Time :- 03:00 p.m. to 06:00 p.m.
Total Marks :- 100

- Instructions: 1. Every question is compulsory.
2. Every question bears the marks written on the right side.

SECTION-A

1. Traditional योगीक आहार को उसके फायदे के साथ विस्तार से समझाएँ। 10
Describe the traditional yogic concept of diet along with its importance.

2. कैंसर के आहार प्रबंधन का वर्णन करें। 10
Describe the diet management of cancer.

OR

"Aptarpan" विकारों को सचिबद्ध करें और उनके कारणों और आहार प्रबंधकों का वर्णन करें।
Enlist the "Aptarpan" disorders, describe their cause and dietary management.

3. Write short notes on any Four of the following : 20

- A. Vegetable Salad.
Write a short note on - vegetable salad.
B. विरुद्ध आहार।
Write a short note on - virudhaahara.
C. प्रोटीन।
Write a short note on - protien.
D. नोन-वेजिटेरियन डाइट।
Write short note on - Non-vegetarian diet.
E. आदर्श और संतुलित आहार।
Write a short note on - Ideal & balanced diet.

4. Answer any Five of the following :(two to three sentences) 10

- A. अपतर्पण के कारण क्या हैं ?
What are the causes of "Aptarpan".
B. मंड की व्याख्या करें ?
Define "Manda".
C. शडसरयुक्त भोजन के महत्व का वर्णन करें।
Describe the Importance of shadrasayukta Bhojana.
D. पथ्य का व्याख्यान करें।
What is meant by "pathya".
E. वसा के अच्छे स्रोत का वर्णन करें।
Describe the good source of fat.
F. विभिन्न प्रकार के नमक का वर्णन करें।
Describe the different types of salt.

[P.T.O.]

SECTION-B

5. नेचरोपेथी एवं योग का रोगों को अटकाने में क्या योगदान है। उसका वर्णन करें। 10
Write the Role of Naturopathy and yoga in prevention of disease.
6. ऊर्जा के बढ़ावा देने में योग का महत्व समजाए। 10
Describe the Role of yoga for boosting up the immunity.
OR
विभिन्न ऋतु को सुचिबद्ध करें और विस्तार से वर्षा ऋतु का वर्णन करें।
Enlist the various Rutus and describe Varsha Ritu in details.
7. Write short notes on any **Four** of the following : 20
- A. थायरोइड।
Thyroid.
 - B. मोटापा के साथ निंद का रिश्ता।
Relation of sleep with obesity.
 - C. Disease ट्रान्समिशन की गतिशीलता।
Dynamics of Disease transmission.
 - D. धारनिय-अधारनिय वेग।
Dharniya & Adharniya Vega.
 - E. ब्रह्मचर्य के लक्षण।
Characterstics of Brahmcharya.
8. Answer any **Five** of the following :(two to three sentences) 10
- A. अनिद्रा के कारणों को सुचिबद्ध करें।
Enlist the causative factors of insomnia?
 - B. " Epidemic" क्या है ?
What is " Epidemic"?
 - C. Syphilis परिक्षण के उपाय सुचिबद्ध करें।
Enlist Measures of syphilis prevention.
 - D. स्वस्थ & स्वास्थ्य का व्याख्यान करें।
Give the Defination of swastha & swasthya.
 - E. निद्रासेवन विधि का वर्णन करें।
Describe the Nidra sevan vidhi.
 - F. Immunization का वर्णन करें।
Describe Immunization.

GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.
DIPLOMA IN NATUROPATHY & YOGA (AYURVED) (HEALTH EDUCATION)
[D.NAT.YOGA(AYU.)(H.E.)] EXAMINATION FEBRUARY-2021
NISARGOPACHAR – YOGA – SWASTHYAM PAPER – 2

Date :- 20.02.2021
Saturday

Time :- 03:00 p.m. to 06:00 p.m.
Total Marks :- 100

- सूचना : १. प्रत्येक प्रश्न अनिवार्य है। Every question is compulsory.
२. प्रत्येक प्रश्न के गुण उसकी दाहिनी ओर लिखे गए हैं।
The marks of every question have been written on their right side.

SECTION - A

1. Intellect और memory के महत्व का विस्तृत वर्णन करें। 10
Describe the importance of intellect of memory.
2. Role of Yoga and Naturopathy in mental health का विस्तृत वर्णन करें। 10
Describe the Role of Yoga and Naturopathy in mental health.

OR

प्रार्थना का व्याख्यान करें उसमें उसके physiological and Therapeutic utility उपयोग का विस्तृत वर्णन करें।
Give the definition of Prayer; Describe its Physiological and Therapeutic utility in detail.

3. Write short notes on any **Four** of the following : 20
- A. Anxiety.
Anxiety.
- B. Super Igo का महत्व।
Importance of Super Igo.
- C. तंत्रिक प्रयोग।
Tantrik Prayoga.
- D. प्रज्ञापराध।
Prajnaparadh.
- E. Various Psychotherapies.
Various Psychotherapies.
4. Answer any **Five** of the following : 10
- A. Ego का व्याख्यान करें।
What is meant by Ego ?
- B. Memory का व्याख्यान करें।
Define Memory.
- C. Manas Prakruti के प्रकार को सुचिबद्ध करें।
Enlist the types of Manas Prakruti.
- D. Achar Rasayana का अर्थ क्या है ?
What is meant by Achar Rasayana.
- E. Aims and Objective of Psychotherapy का वर्णन करें।
Define Aims and Objective of Psychotherapy.
- F. Phobia के प्रकार को सुचिबद्ध करें।
Enlist the type of Phobia.

P.T.O.

SECTION - B

5. Primary Health Care की व्याख्या कर Health Care Centre के कार्यों का वर्णन करें। 10
Define Primary Health Care; Describe function of Health Care Centre.

6. Global health scennario में योग एवं नेचरोपेथी के अनुदान का वर्णन करें। 10
Describe the contribution of Yoga and Naturopathy in global health scennario.

OR

National Health Care System में नेचरोपेथी की भूमिका का वर्णन करें।
Describe the role of Naisargopachar in National Health Care System.

7. Write short notes on any **Four** of the following : 20

- A. First Aid.
First Aid.
- B. Amla - Ata घोषणा - पत्र।
Amla - Ata Declaration.
- C. National Anti Malarial Programme.
National Anti Malarial Programme.
- D. Post-natal Care में Nisargopachar की भूमिका।
Role of Nisargopachar in Post-natal Care.
- E. National Tuberculosis Control Programme.
National Tuberculosis Control Programme.

8. Answer any **Five** of the following : 10

- A. IUCD क्या है ?
What is IUCD ?
- B. RNTCP में TB patient के वर्ग सूचिबद्ध करें।
Enlist the categories of TB patient in RNTCP.
- C. Primary Health Care Centre का introduction दिजिए।
Give the introduction about Primary Health Care Centre.
- D. Give the defination of WHO
Give the defination of WHO.
- E. Give the defination of Family Welfare Programme.
Give the defination of Family Welfare Programme.
- F. स्वास्थ्य सेवाओं के स्तर सूचिबद्ध करें।
Enlist the level of Health Care Service.

GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.

DIPLOMA IN NATUROPATHY & YOGA (AYURVED) (HEALTH EDUCATION)

[D.NAT.YOGA(AYU.)(H.E.)] EXAMINATION FEBRUARY-2021

NISARGOPACHAR : PRINCIPLES & PRACTICE

Date :- 22.02.2021
Monday

Time :- 03:00 p.m. to 06:00 p.m.
Total Marks :- 100

- Instructions: 1. Every question is compulsory.
2. Every question bears the marks written on the right side.

SECTION-A

1. मर्दन की व्याख्या लिखें और उसके प्रकार, विधि और शरीरक्रियात्मक प्रभावों का वर्णन करें। 10
Define Massage and describe its types, procedure and physiological effects.
2. आधुनिक निसर्गोपचार के भारत एवं विदेश में हुए विकास एवं इतिहास का वर्णन करें। 10
Describe the development & history of modern Naturopathy in India and abroad.

OR

उपवास चिकित्सा का वर्णन उसके प्रकार, शरीरक्रियात्मक प्रभाव और चिकित्सीय उपयोग सहीत करें।

Describe Fasting in detail along with its types physiological effects and therapeutic utility.

3. Write short notes on any **Four** of the following : 20
- A. टिप्पणी लिखें: गांधीजी का निसर्गोपचार में योगदान।
Write short note on: Contribution of Gandhiji in Naturopathy.
- B. टिप्पणी लिखें: मलशोधन का महत्व।
Write short note on: Importance of Malashodhan.
- C. टिप्पणी लिखें: सूर्यास्नान के शरीरक्रियात्मक प्रभाव।
Write short note on: Physiological effects of Sun Bath.
- D. टिप्पणी लिखें: निसर्गोपचार केन्द्र-गोत्री, वडोदरा।
Write short note on: Nisargopachar Kendra, Gotri, Vadodara.
- E. टिप्पणी लिखें: आयुर्वेद और निसर्गोपचार में समानता।
Write short note on: Similarities of Ayurved and Naturopathy.
4. Answer any **Five** of the following :(two to three sentences) 10
- A. आकाश तत्व के चार गुण लिखें।
Write four qualities of Akasha Tattva.
- B. विश्रमण के दो शरीरक्रियात्मक प्रभाव लिखें।
Write two Physiological effects of Vishramana.
- C. सेबेस्टियन नीप द्वारा निसर्गोपचार के विषयमें की गई दो प्रवृत्तियों लिखें।
Write any two activities done by Sebastian Kneipp in the field of Naturopathy.
- D. फोमेन्टेशन की व्याख्या लिखें।
Write the definition Fomentation?
- E. तेजसतत्व चिकित्सा के प्रकार लिखें।
Write the types of Tejas Tattva Chikitsa.
- F. निसर्गोपचार में वर्णित रोगोत्पत्ति के दो सिद्धांत लिखें।
Write two theories of disease manifestation described in Naturopathy.

[P.T.O.]

SECTION-B

5. मृत्तिका स्नान का वर्णन उसके प्रकार, विधि, योग्य, अयोग्य और शारीरक्रियात्मक प्रभाव सहित करें। 10

Describe Mud-bath along with its types, procedure, indications, contraindications and physiological effects.

6. आहार चिकित्सा की व्याख्या लिखें और उसके चिकित्सीय उपयोग लिखें। 10

Write definition of Diet therapy and describe its therapeutic utility in detail.

OR

फिजियोथेरापी के किसी चार साधनों का वर्णन उसकी उपयोग विधि, चिकित्सीय प्रयोग, योग्यायोग्य सहित करें।

Describe any four for physiotherapy instruments along with its technique, therapeutic utility, indications and contraindications.

7. Write short notes on any **Four** of the following : 20

A. टिप्पणी लिखें: कटि स्नान।

Write short note on: Hip bath.

B. यंत्र-सहित एक्सरसाइज़ एवं यंत्र-रहित एक्सरसाइज़ की तुलना लिखें।

Write difference between Exercise with instrument & Exercise without instrument.

C. टिप्पणी लिखें: संगित चिकित्सा।

Write short note on: Music therapy.

D. वॉर्मिंग अप एक्सरसाइज़ के प्रकार, महत्व एवं शारीरक्रियात्मक प्रभाव लिखें।

Write types, importance & physiological effects of warming up exercises.

E. सुजोक चिकित्सा की प्रयोग विधि और योग्यायोग्य लिखें।

Write the application method, indications & contraindications of Sujok Therapy.

8. Answer any **Five** of the following :(two to three sentences) 10

A. कायरो-प्रेक्टिस का सिद्धांत लिखें।

Write the principle of Chiro-practice.

B. अक्युपेशर के प्रकार लिखें।

Write the types of Acupressure.

C. जलतत्व के चार गुण लिखें।

Write the four qualities of Jala Tattva.

D. पुनःस्थापन की व्याख्या लिखें।

Write the definition of Rehabilitation.

E. दौड़ के दो फायदे लिखें।

Write two benefits of Running.

F. गंध चिकित्सा में प्रयुक्त चार तेलों के नाम लिखें।

Write names of any four essential oils used in aroma therapy.

GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.

DIPLOMA IN NATUROPATHY & YOGA (AYURVED) (HEALTH EDUCATION)

[D.NAT.YOGA(AYU.)(H.E.)] EXAMINATION FEBRUARY-2021

YOGA PRACTICE

Date :- 23.02.2021
Tuesday

Time :- 03:00 p.m. to 06:00 p.m.
Total Marks :- 100

- Instructions: 1. Every question is compulsory.
2. Every question bears the marks written on the right side.

SECTION-A

1. षट्कर्म का सविस्तार वर्णन करें। 10
Describe Shatkarma in detail.
 2. कंधे से अंगुलीतक के सूक्ष्मव्यायाम वर्णित करें। 10
Describe Sukshnavyayam from shoulder to fingers.
- OR
- उदर शक्ति विकासक क्रिया का शरीरक्रियात्मक प्रभाव एवं चिकित्सकीय उपयोग दर्शाएँ।
Describe the Physiological & therapeutic effect of Udarshakti Vikash kriya.
3. Write short notes on any **Four** of the following : 20
 - A. वृक्षासन की विधि एवं प्रभाव।
Technique and effect of Vrikshasan.
 - B. उष्टासन का चिकित्सकीय प्रभाव।
Therapeutic effect of Ushtrasan.
 - C. उर्ध्वगति।
Urdhvagati.
 - D. उत्कूर्दन।
Utkurdan.
 - E. सूर्यनमस्कार का स्वास्थ्य पर प्रभाव।
Effect of Suryanamaskar on health.
 4. Answer any **Five** of the following :(two to three sentences) 10
 - A. प्राचीन ग्रंथों के आधार पर दंडधौति में उपयुक्त दंडों को सूचिबद्ध करें।
Enlist danda used for Danda dhauti as per classical texts.
 - B. शलाभासन तकनीक सहित व्याख्यायित करें।
Define Shalabhasan with Technique.
 - C. मूलधारचक्र शुद्धि क्रिया की तकनीक लिखें।
Write the Technique of Mooladhar Chakra shuddhi kriya.
 - D. बस्तिक्रिया के दो-दो प्रभाव एवं नपेध लिखें।
Write 2 – 2 indication and C.I. of Bastikriya
 - E. पद्मासन की विधि लिखें।
Write Technique of Padmasan.
 - F. वस्त्रधौति में उपयुक्त वस्त्र का नाप एवं प्रकार लिखें।
Write the measurement and type of cloth used for Vastradhauti.

SECTION-B

5. ध्यान की प्राचीन पद्धतियां वर्णित करें। 10
Describe ancient Technique of Dhyam.
6. योगनिद्रा का सविस्तार वर्णन करें। 10
Describe Yoganidra in detail.

OR

मनः शक्ति वर्धक उच्च योगाभ्यास।
Advanced Yoga Practices for increasing mental Power.

7. Write short notes on any **Four** of the following : 20
- A. जालंधर बंध।
Jalandhar Bandh.
- B. खेचरी मुद्रा।
Khechhari Mudra.
- C. प्रत्याहार।
Pratyahar.
- D. भ्रामरी प्रणायाम।
Bhramari Pransyam.
- E. उज्जयी प्रणायाम।
Ujjayi Pranayam.
8. Answer any **Five** of the following :(two to three sentences) 10
- A. डायनेमिक मेडिटेशन के शोधक का नाम बतायें।
Name the founder of Dynemic meditation.
- B. प्रेक्षा ध्यान को व्याख्यायित करें।
Define Preksha meditation.
- C. शीतली प्रणायाम के चार चिकित्सकीय उपयोग लीखें।
Enlist 4 therapeutic uses of Shitali pranayam.
- D. महामुद्रा की विधि लिखें।
Write Technique of Mahamudra.
- E. वायुमुद्रा की चार चिकित्सकीय उपयुक्तता सूचिबद्ध करें।
Enlist 4 therapeutic uses of Vayumudra.
- F. आम्भसी धारणा को व्याख्यायित करें।
Define Ambhasi Dharana.

GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.
DIPLOMA IN NATUROPATHY & YOGA (AYURVED) (HEALTH EDUCATION)
[D.NAT.YOGA(AYU.)(H.E.)] EXAMINATION FEBRUARY-2021

YOGA SHASTRA

Date :- 24.02.2021
Wednesday

Time :- 03:00 p.m. to 06:00 p.m.
Total Marks :- 100

- Instructions: 1. Every question is compulsory.
2. Every question bears the marks written on the right side.

SECTION-A

1. मंत्रयोग की विस्तृत जानकारी दे। 10
Explain Mantra Yoga in detail.
2. श्रीमद् भगवत गीता के आधार पर कर्मयोग समझाएँ। 10
Explain karma yoga as per Shrimad Bhagvad Geeta.
OR
साधनपाद का विस्तृत वर्णन करें।
Describe Sadhan pad in detail.
3. Write short notes on any **Four** of the following : 20
 - A. स्थितप्रज्ञ के लक्षण।
Characteristics of Stihita Pragna.
 - B. भक्त के लक्षण।
Characteristics of Bhakta.
 - C. "प्रत्यक्षानुमानागमः प्रमाणानि"। समझाएँ।
Explain "प्रत्यक्षानुमानागमः प्रमाणानि"।
 - D. "त्र्यमेकत्र संयमः"। समझाएँ।
Explain "त्र्यमेकत्र संयमः"।
 - E. "योगश्चित्तवृत्ति निरोधः"। समझाएँ।
Explain "योगश्चित्तवृत्ति निरोधः"।
4. Answer any **Five** of the following :(two to three sentences) 10
 - A. "स्थिर सुखमासनम्" समझाएँ।
Explain Stihir Sukhamasanam.
 - B. पातंजल योगसूत्र के प्रथम एवं तृतीय अध्याय का नाम एवं सूत्रसंख्या लीखें।
Write name of 1st and 3rd chapter of Patanjali Yoga Sutra with their number of sutras.
 - C. तमोगुणी व्यक्ति के लक्षण लीखें।
Write Characteristic features of Tamoguni person.
 - D. लययोग को व्याख्यायित करें।
Define Laya yoga.
 - E. मृत्यु के समय सत्वगुणाधिक्य होने से मनुष्य की दशा क्या होती है?
Which condition happens of a human being if at the time of death Satvaguna is dominant?
 - F. भक्ति के कीन्ही चार प्रकार सूचिबद्ध करें।
Enlist the any 4 types of Bhakti.

[P.T.O.]

SECTION-B

5. घेरंडसंहिता के मतानुसार ध्यान एवं उसके प्रकार वर्णित करें। 10
Describe Dhyana and its types according to Gheranda Samhita.
6. मुक्तिमार्ग के विभिन्न विघ्नों को शिवसंहिता के मतानुसार समझाएँ। 10
Explain different Vighnas (hurdles) in the path of Mukti (Liberation) as per Shiva Samhita.

OR

योग के निरोधात्मक एवं उपचारात्मक पहलु।
Preventive & Curative aspects of Yoga.

7. Write short notes on any **Four** of the following : 20
- A. कैवल्यधाम लोनावला।
Kaivalyadhama, Lonavala.
- B. सी.सी.आर.वाय.एन. (दिल्ली)।
C.C.R.Y.N. Delhi.
- C. मूलधारचक्र ध्यान के लाभ।
Benefits of Mooladharchakra.
- D. कुण्डलीनी।
Kundalini.
- E. शरीर के उनतीस ज्ञातव्य अवयव।
29 Special Sites of the body.
8. Answer any **Five** of the following :(two to three sentences) 10
- A. नाडी शुद्धि के लक्षण सूचिबद्ध करें।
Enlist the Signs of Nadishuddhi.
- B. हठप्रदिपिका का समय एवं रचयिता का नाम लिखें।
Write the time and author of Hathapradipika.
- C. घेरंड संहिता के मतानुसार समाधिके प्रकार लिखें।
Write types of samadhi as per Gheranda samhita.
- D. नादानुसंधान के स्टेजों सूचिबद्ध करें।
Enlist the Stages of Nadanusandhan.
- E. शिवसंहिता में वर्णित योग के प्रकार सूचिबद्ध करें।
Enlist the types of Yoga as per Shivasamhita.
- F. गोरक्ष संहिता के मतानुसार योगांग सूचिबद्ध करें।
Enlist Yoganga as per Goraksha samhita.
