

P-1083

Total Pages : 4

Roll No.

YS-01

योग परिचय

Certificate in Yogic Science (CYS)

1st Semester Examination, 2023 (June)

Time : 2 Hours]

Max. Marks : 100

Note : This paper is of Hundred (100) marks divided into two (02) Sections A and B. Attempt the questions contained in these sections according to the detailed instructions given therein. Candidates should limit their answer to the questions on the given answer sheet. No additional (B) answer sheet will be issued.

नोट : यह प्रश्नपत्र सौ (100) अंकों का है जो दो (02) खण्डों क तथा ख में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड में दिए गए विस्तृत निर्देशों के अनुसार ही प्रश्नों को हल करना है। परीक्षार्थी अपने प्रश्नों के उत्तर दी गई उत्तर-पुस्तिका तक ही सीमित रखें। कोई अतिरिक्त (बी) उत्तर पुस्तिका जारी नहीं की जायेगी।

SECTION-A/(खण्ड-क)

(Long Answer Type Questions)/(दीर्घ उत्तरों वाले प्रश्न)

Note : Section 'A' contains Five (05) long answer type questions of Twenty six (26) marks each. Learners are required to answer any Two (02) questions only.

(2×26=52)

P-1083 / YS-01

[P.T.O.]

नोट : खण्ड 'क' में पाँच (05) दीर्घ उत्तरों वाले प्रश्न दिये गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए छब्बीस (26) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल दो (02) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

1. Define Yoga . Explain traditional and historical development of yoga.

योग की परिभाषा दीजिए। योग के पारम्परिक एवं ऐतिहासिक विकास की व्याख्या कीजिए।

2. Define Yoga according to different texts.

विभिन्न ग्रंथों के अनुसार योग को परिभाषित कीजिए।

3. Write the introduction of Patanjali Yog Sutra.

पातंजल योगसूत्र का परिचय दीजिए।

4. Write the abstract of Gherand Sanhita.

घेरण्ड संहिता का सारांश लिखिए।

5. Write the life sketch of Maharshi Dayananda and mention his contribution in the field of Yoga.

महर्षि दयानन्द का जीवनवृत्त लिखें तथा योग के क्षेत्र में उनके योगदान का उल्लेख करें।

SECTION-B/(खण्ड-ख)

(Short Answer Type Questions)/(लघु उत्तरों वाले प्रश्न)

Note : Section 'B' contains Eight (08) short answer type questions of Twelve (12) marks each. Learners are required to answer any Four (04) questions only.

(4×12=48)

नोट : खण्ड 'ख' में आठ (08) लघु उत्तरों वाले प्रश्न दिये गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए बारह (12) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल चार (04) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

1. Describe abhyas Vairagya.

अभ्यास वैराग्य का वर्णन कीजिए।

2. Explain the concept of Ishwar according to Maharshi Patanjali

महर्षि पतंजलि के अनुसार ईश्वर की अवधारणा स्पष्ट कीजिए।

3. Discuss Bhaktiyoga.

भक्तियोग का वर्णन कीजिए।

4. Describe the helpful and abstractive elements of Hathyoga Sadhna.

हठयोग साधना के साधक व बाधक तत्वों का वर्णन कीजिए।

5. Clarify the symptoms of Hathyoga performance.

हठयोग सिद्धि के लक्षणों को स्पष्ट कीजिए।

6. Clarify the concept of Kaivalya.

कैवल्य की अवधारणा स्पष्ट कीजिए।

7. Define Pranayama and clarify the objects of Pranayama Practice.

प्राणायाम को परिभाषित कीजिए तथा प्राणायाम साधना के उद्देश्यों को स्पष्ट कीजिए।

8. Briefly describe Nadi, Chakra and Kundalini.

नाडी, चक्र एवं कुण्डलिनी का संक्षिप्त वर्णन कीजिए।
