

नोट- खण्ड 'क' में पाँच (05) दीर्घ उत्तरों वाले प्रश्न दिये गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पन्द्रह (15) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल तीन (03) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

1. Write the life history of Swami Vivekananda, also write about their contribution in the field of Yog.

स्वामी विवेकानन्द का जीवन परिचय दीजिए तथा योग के क्षेत्र में इनके योगदान लिखिए।

2. Write an essay on Karmyog.

कर्मयोग पर निबन्ध लिखिए।

3. What do you understand by Kriya Yog? Discuss the importance of Kriya Yog in human life.

क्रिया योग से आप क्या समझते हैं? मानव जीवन में क्रिया योग के महत्व का वर्णन कीजिए।

4. Write the life sketch of Mahayogi Gorakhnath and also write about their contribution in the field of Yog.

महायोगी गोरखनाथ का जीवन परिचय दीजिए एवं योग के क्षेत्र में इनके योगदान लिखिए।

5. Explain the role of Yog in maintaining holistic health in modern time.

वर्तमान समय में समग्र स्वास्थ्य को बनाने में योग की भूमिका पर प्रकाश डालिए।

Section - B / खण्ड 'ख'

(Short-Answer-Type Questions)

लघु उत्तरों वाले प्रश्न

Note - Section 'B' contains Eight (08) short-answer-type questions of Seven (07) marks each. Learners are required to answer any Five (05) questions only.

(5 × 7 = 35)

नोट- खण्ड 'ख' में आठ (08) लघु उत्तरों वाले प्रश्न दिये गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए सात (07) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल पाँच (05) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

1. Describe 'Gyan Yog' as mentioned in Shrimad Bhagwat Geeta.

श्रीमद् भगवद्गीता के अनुसार ज्ञान योग समझाइये।

2. What is the Importance of Yam-Niyam? Explain it.

यम-नियम की क्या उपयोगिता है? समझाइये।

3. Explain the concept of Prakriti.
प्रकृति की अवधारणा को समझाइये।
4. Describe the general introduction of HathYoga Pradipika.
हठयोग प्रदीपिका का सामान्य परिचय दीजिए।
5. Explain the Dhyan according to Gherand Samhita.
घेरण्ड संहिता के अनुसार ध्यान का वर्णन कीजिए।
6. What is the Sampragyat Samadhi? Explain in brief.
सम्प्रज्ञात समाधि क्या है? संक्षेप में समझाइए।
7. Explain the Pranayam according to Maharshi Patanjali.
महर्षि पतंजलि के अनुसार प्राणायाम का वर्णन कीजिए।
8. Explain the Chitta Vikshep according to Yogsutra.
योगसूत्र के अनुसार चित्त विक्लेष का वर्णन कीजिए।

BY-101

Introduction of Yoga /योग परिचय
B.A. Yoga/Diploma in Yogic Science
(BAY-17/DYS-17)

Bachelor/Diploma in Yoga & Naturopathy
(BYN-12/16/DYN-13/16)

First Year, Examination - 2019

Time : 3 Hours

Max. Marks : 80

Note - This Paper is of Eighty (80) marks divided into two (02) Sections A and B. Attempt the Questions contained in these sections according to the detailed instructions given therein.

नोट- यह प्रश्नपत्र अस्सी (80) अंकों का है जो दो (02) खण्डों, क तथा ख में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड में दिए गए विस्तृत निर्देशानुसार ही प्रश्नों को हल करना है।

(Section A) खण्ड 'क'

(Long-Answer-Type Questions)

दीर्घ उत्तरों वाले प्रश्न

Note - Section 'A' contains Five (05) long-answer-type questions of Fifteen (15) marks each. Learners are required to answer any Three (03) questions only.

(3 × 15 = 45)