

Total Pages : 3

Roll. No. :

Examination Session June-2022

(First Semester)

CHBC-103

Certificate in Herbal Beauty Care (CHBC)

[सौन्दर्य समस्याओं का आयुर्वेदिक समाधान]

Time : 2 Hours]

[Max. Marks : 50

नोट : यह प्रश्न पत्र पचास (50) 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।

खण्ड—क

(दीर्घ उत्तरों वाले प्रश्न)

नोट : खण्ड 'क' में पाँच (05) दीर्घ उत्तरों वाले प्रश्न दिये गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए तेरह (13) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल दो (02) प्रश्नों के उत्तर देने हैं। $2 \times 13 = 26$

CHBC-103/3

(1)

[P.T.O.]

1. विभिन्न सौंदर्य विधियों का वर्णन करें।
2. षट् कर्म का उल्लेख करें।
3. प्राकृतिक चिकित्सा का वर्णन करें।
4. दोषों के अनुसार कैसा भोजन करना चाहिए ?
5. प्राणायाम एवं उसके लाभ क्या हैं ?

खण्ड—ख

(लघु उत्तरों वाले प्रश्न)

नोट : खण्ड 'ख' में आठ (08) लघु उत्तरों वाले प्रश्न दिये गये हैं,

प्रत्येक प्रश्न के लिए छः (06) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को

इनमें से केवल चार (04) प्रश्नों के उत्तर देने हैं। $4 \times 6 = 24$

1. प्राकृतिक चिकित्सा के सिद्धांत।
2. अष्ट विधि आहार विशेष आयतन।
3. सौंदर्य में आहार का क्या महत्व है ?

4. टिप्पणी लिखिए :

(a) सहायक तत्व विटामिन

(b) पथ्य—अपथ्य आहार

5. सौंदर्य में उपयोगी 4 आसनों का उल्लेख करें।
6. नेत्र तर्पण क्या है ? विधि का वर्णन करें।
7. मानव जीवन में योग के महत्त्व पर प्रकाश डालें।
8. तैल मालिश को समझाते हुए प्रमुख लाभ का उल्लेख करें।
