

Roll No.

BY-101

Introduction of Yoga

(योग परिचय)

(Bachelor/Diploma in Yoga & Naturopathy)

BYN-12/16/ DYN-13/16)

First Year, Examination, 2017

Time : 3 Hours

Max. Marks : 70

Note : This paper is of **seventy (70)** marks containing **three (3)** sections. Learners are required to attempt the questions contained in these sections according to the detailed instructions given therein.

नोट : यह प्रश्न पत्र सत्तर (70) अंकों का है जो तीन (03) खण्डों में विभाजित है। शिक्षार्थियों को इन खण्डों में दिए गए विस्तृत निर्देशों के अनुसार ही प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

Section-A / खण्ड-क

(Long Answer Type Questions) / (दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)

Note : Section 'A' contains four (04) long answer type questions of fifteen (15) marks each. Learners are required to answer *two* (02) questions only.

नोट : खण्ड 'क' में चार (04) दीर्घ उत्तरीय प्रश्न दिये गये हैं। प्रत्येक प्रश्न के लिए पन्द्रह (15) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल दो (02) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

1. Throw light on the meaning and history of Yoga.

योग के अर्थ एवं इतिहास पर प्रकाश डालिए।

2. Explain Samadhi according to Gherand Sanhita in detail.
घेरण्ड संहिता के अनुसार समाधि का विस्तारपूर्वक वर्णन कीजिए।
3. Explain the nature of Prakriti.
प्रकृति के स्वरूप का वर्णन कीजिए।
4. Discuss the techniques of proceeds Kaivalya.
कैवल्य प्राप्ति के उपायों की व्याख्या कीजिए।

Section-B / खण्ड-ख

(Short Answer Type Questions) / (लघु उत्तरीय प्रश्न)

Note : Section 'B' contains eight (08) short answer type questions of five (05) marks each. Learners are required to answer *six* (06) questions only.

नोट : खण्ड 'ख' में आठ (08) लघु उत्तरीय प्रश्न दिये गये हैं। प्रत्येक प्रश्न के लिए पाँच (05) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल छः (06) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

1. Definition of Yoga.
योग की परिभाषाएँ।
2. Yoga according to Upanishada.
उपनिषदों के अनुसार योग।
3. Dharana and Dhyana.
धारणा एवं ध्यान।
4. Aahat and Anahat Nada.
आहत एवं अनाहत नाद।

5. Life sketch of Maharshi Patanjali.
महर्षि पतंजलि का जीवन परिचय।
6. Nidra and Samriti Vritti.
निद्रा एवं स्मृति वृत्ति।
7. Concept of Yama.
यमों की अवधारणा।
8. Types of Niyama.
नियमों के प्रकार।

Section-C / खण्ड-ग

(Objective Type Questions) / (वस्तुनिष्ठ प्रश्न)

Note : Section 'C' contains ten (10) objective type questions of one (01) mark each. All the questions of this section are compulsory.

नोट : खण्ड 'ग' में दस (10) वस्तुनिष्ठ प्रश्न दिये गये हैं। प्रत्येक प्रश्न के लिए एक (01) अंक निर्धारित है। इस खण्ड के सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।

1. How many types of Bhakta are mentioned in Bhagwad- geeta ?
भगवद्गीता में कितने प्रकार के भक्त बताये गये हैं ?
2. How many Sutra in Samadhi Pada are there ?
समाधि पाद में कितने सूत्र हैं ?
3. How many types of Pramana are there ?
प्रमाण के कितने भेद हैं ?
4. Which Yogic text mentioned a Nada ?
नाद का वर्णन किस यौगिक ग्रन्थ में है ?

5. What is the name of Pranayama in Hathyoga Pradeepika ?
हठ प्रदीपिका में प्राणायाम का क्या नाम है ?
6. What is Avidya ?
अविद्या क्या है ?
7. How many chapter in Gherand Sanhita are there ?
घेरण्ड संहिता में कितने अध्याय हैं ?
8. What is the fourth chapter name of Yoga Sutra ?
योग सूत्र के चौथे अध्याय का क्या नाम है ?
9. In which year Swami Vivekananda was born ?
स्वामी विवेकानन्द का जन्म किस सन् में हुआ ?
10. How many stages of Chitta are there ?
चित्त की कितनी अवस्थाएँ हैं ?