

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 containing three (03) sections A,B and C. Learners are required to attempt the questions contained in there sections according to the detailed instructions given therein.

नोट: यह प्रश्न पत्र अस्सी (80) अंकों का है जो तीन (3) खण्डों क, ख तथा ग में विभाजित है, शिक्षार्थियों का इन खण्डों में दिए गए विस्तृत निर्देशों के अनुसार ही प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

SECTION A / खण्ड क

Long Answer Type Questions (दीर्घ उत्तरों वाले प्रश्न)

Note: Section 'A' contains four (4) long answer type questions of Nineteen (19) marks each. Learners are required to answer two (2) questions only

नोट: खण्ड 'क' में चार (4) दीर्घ उत्तरीय प्रश्न दिए गये हैं प्रत्येक प्रश्न के लिए उन्नीस (19) अंक निर्धारित है, शिक्षार्थियों को इनमें से केवल दो (2) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

- 1 Discuss the contribution of Maharshi Patanjali in the field of yog with his life sketch.
महर्षि पतंजलि के जीवन वृत्त सहित योग के क्षेत्र में उनके योगदान की चर्चा कीजिए।
- 2 Explain the chitt vikshep and panch klesh.
चित्त विक्षेप एवं पंचक्लेशों का वर्णन कीजिए।
- 3 Write an essay on asthang Yog.
अष्टांगयोग पर निबन्ध लिखिए।
- 4 Describe the biography of Shri Arvindo and mention his contribution in the field of Yog.
महर्षि अरविंदो जी की जीवनी का वर्णन कीजिए, तथा योग के क्षेत्र में उनके योगदान का वर्णन कीजिए।

SECTION B / खण्ड ख

Short Answer Type Questions (लघु उत्तरीय प्रश्न)

Note: Section 'B' contains eight (8) Short answer type questions of eight (8) marks each. Learners are required to answer four (4) questions only

नोट: खण्ड 'ख' में आठ (8) लघु उत्तरीय प्रश्न दिए गये हैं प्रत्येक प्रश्न के लिए आठ (8) अंक निर्धारित हैं, शिक्षार्थियों को इनमें से केवल चार (4) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

Section-B

(Short Answer Type Questions)

1. Write short note on Shrimad Bhagvat Geeta.
श्रीमद् भगवाद् गीता पर लघु टिप्पणी लिखिए।
2. Highlight the 'Yama' according to Maharshi Patanjali.
महर्षि पतंजलि के अनुसार 'यम' पर प्रकाश डालिए।

3. What is the Asampragyat samadhi? Explain in brief.
असम्प्रज्ञात समाधि क्या है? संक्षेप में समझाइये।
4. Explain the Pratyahaar according to Yog sutra.
योगसूत्र के अनुसार प्रत्याहार का वर्णन कीजिए।
5. Clarify Karma Yog.
कर्मयोग को स्पष्ट कीजिए।
6. Describe the Navdha Bhakti.
नवधा भक्ति का वर्णन कीजिए।
7. Explain the seven methods of attaining Chitta Prasadhana.
चित्त प्रसादन प्राप्ति णके सात उपायों का वर्णन कीजिए।
8. Explain the nature of 'Iswar' according to Yog sutra.
योगसूत्र के अनुसार 'ईश्वर' के स्वरूप का वर्णन कीजिए।

SECTION C / खण्ड ग

Objective Type Question / वस्तुनिष्ठ प्रश्न

Note: Section 'C' contains ten (10) Objective type questions of one (1) marks each. All the questions of this section are compulsory.

नोट: खण्ड 'ग' में दस (10) वस्तुनिष्ठ प्रश्न दिए गये हैं। प्रत्येक प्रश्न के लिए एक (1) अंक निर्धारित है, इस खण्ड के सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।

1. How many sutras are there in Samadhi pad?
समाधिपाद में कितने सूत्र हैं?
2. To Concentrate on a object is known as -
एक बिंदु पर ध्यान केन्द्रित करना कहलाता है।

3. Which is the fifth Chitt Vritti?
चित्त की पांचकी वृत्ति कौन सी है?
4. How many types of Dhyana are explained by Maharishi Gheranda?
महर्षि घेरण्ड ने कितने प्रकार के ध्यान का वर्णन किया है?
5. Not to store surplus things is called –
अनावश्यक सामग्री का संचयन करना कहलाता है।
6. In bhakti Yog the 'Bhakti' word is derived from which Dhatu?
भक्तियोग में 'भक्ति' शब्द की उत्पत्ति किस धातु से होती है?
7. The root cause of all the Kleshads is –
सभी क्लेशो का मूल कारण है?
8. How many chapters are there in Gherand Samhita?
घेरण्ड संहिता में कुल कितने अध्याय हैं।
9. According to Hath Yoga Pradipika how many elements of success are in Yoga?
हठयोग प्रदीपिका के अनुसार योग के कितने साधक तत्व हैं।
10. The birth period of Swami Dayanand Saraswati is?
स्वामी दयानन्द सरस्वती का जन्म कब हुआ?
