



Paper Code

BSCT-402

Roll No.

Signature of Invigilator

पतंजलि विश्वविद्यालय
University of Patanjali

Examination May – 2018
B.Sc. Yoga Science, (Semester: Fourth)
Yoga Science
Basis of Yoga Therapy

Time: 3 Hours

Max. Marks: 70

Note: This paper is of seventy (70) marks divided into three (03) sections A, B, and C. Attempt the questions contained in these sections according to the detailed instructions given therein.

नोट : यह प्रश्नपत्र सत्र (70) अंकों का है जो तीन (03) खंडों क, ख, तथा ग में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड में दिए गए विस्तृत निर्देशों के अनुसार ही प्रश्नों को हल करना है।

Section - A / खण्ड-क

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

Note: Section 'A' contains five (05) long-answer-type questions of fifteen (15) marks each. Attempt any three questions. (3×15=45)

नोट : खण्ड 'क' में पांच (05) दीर्घ-उत्तरीय प्रश्न दिए हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पंद्रह अंक निर्धारित हैं। किन्हीं तीन प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

1. विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यू. एच. ओ.) के अनुसार स्वास्थ्य की परिभाषा और महत्व की व्याख्या कीजिए।
Explain the definition and importance of health according to WHO.
2. पंचकोश की अवधारणा एवं इसकी स्वास्थ्य एवं चिकित्सा में भूमिका की व्याख्या कीजिए।
Explain the concept of Panch-Kosha and its role in health and healing.
3. आहार के यौगिक सिद्धान्त एवं स्वस्थ जीवन में इसकी भूमिका को समझाइये।
Explain the yogic Principles of diet and its role in healthy living.
4. योगासनों के मनोकायिक प्रभावों को समझाइये।
Explain the psycho-physiological effects of yogasana.
5. रोग की शारीरिक और शारीरिक अभिव्यक्ति को समझाइये।
Explain the Physical and Physiological Manifestation of Disease.

Section - B / खण्ड-ख

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

Note: Section 'B' contains Six (06) short-answer-type questions of five (05) marks each. Attempt any four (04) questions. (4×5=20)

नोट : खण्ड 'ख' में छः (06) लघु-उत्तरीय प्रश्न दिए गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पांच अंक निर्धारित हैं। किन्हीं चार प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

1. आधि और व्याधि से आप क्या समझते हैं?
What do you mean by Adhi and Vyadhi?
2. संक्षेप में षट्चक्र को समझाइये।
Explain in brief about shat-chakra.
3. चित्त और चित्त प्रसादन पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिये।
Write a short note on Chitta and Chitta Prasadana.
4. अभ्यास और वैराग्य क्या है?
What is Abhyas and Vairagya?

5. आहार और विहार से आप क्या समझते हैं?

What do you mean by Aahara and Vihara?

6. क्रिया योग क्या है?

What is Kriya yoga?

Section - C / खण्ड-ग

(Objective Type Questions) / (वस्तुनिष्ठ प्रश्न)

Note: Section 'C' contains ten (10) objective-type questions of half (0.5) mark each. All the questions of this section are compulsory. (10×0.5=05)

नोट : खण्ड 'ग' में दस (10) वस्तुनिष्ठ प्रश्न दिए गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए आधा (0.5) अंक निर्धारित है। इस खण्ड के सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।

1. हेयं दुःखं
(अ) अतीतं (ब) अनागतम्
(स) अविद्या (द) हान
Heyam dukham
(A) Atitam (B) Anagatam
(C) Avidhya (D) Han
2. स्नायु शुद्धि है
(अ) आसन (ब) षट्कर्म
(स) प्राणायाम (द) प्रत्याहार
Snayu Shuddhi is
(A) Asana (B) Shatkarma
(C) Pranayama (D) Pratyahara
3. यम हैं
(अ) पाँच (ब) तीन
(स) सात (द) चार
Yamas are
(A) Five (B) Three
(C) Seven (D) Four
4. कपालभाति है
(अ) प्राणायाम (ब) षट्कर्म
(स) मुद्रा (द) बन्ध
Kapalbhati is
(A) Pranayama (B) Shatkarama
(C) Mudra (D) Bandha
5. प्राण की संख्या है
(अ) सात (ब) तीन
(स) पाँच (द) दो
Number of Prana is
(A) Seven (B) Three
(C) Five (D) Two
6. इन्द्रिय और मनोशुद्धि अंग है
(अ) षट्कर्म (ब) आसन
(स) प्रत्याहार (द) प्राणायाम
Indriya and Mano-Shuddhi are the part of
(A) Shatkarma (B) Asana
(C) Pratyahara (D) Pranayama
7. राग है
(अ) क्लेश (ब) कोश
(स) यम (द) बन्ध

Raga is

(A) Klesha

(C) Yama

(B) Kosha

(D) Bandha

8. वैराग्य के प्रकार हैं

(अ) चार

(स) पाँच

(ब) दो

(द) तीन

Types of Vairagya are

(A) Four

(C) Five

(B) Two

(D) Three

9. मन, बुद्धि और अहंकार को कहते हैं

(अ) चित्त

(स) क्लेश

(ब) नियम

(द) कोश

Mana, Buddhi and Ahankar is called

(A) Chitta

(C) Klesha

(B) Niyama

(D) Kosha

10. घेरण्ड संहिता में मुद्राओं की संख्या है

(अ) 16 (सोलह)

(स) 10 (दश)

(ब) 25 (पच्चीस)

(द) 20 (बीस)

Number of Mudras in Gherand Samhita are.....

(A) 16 (Sixteen)

(C) 10 (Ten)

(B) 25 (Twenty five)

(D) 20 (Twenty)

-----X-----