



Roll No. ....  
Signature of Invigilator .....

Paper Code  
DNYT-CT 104

पतंजलि विश्वविद्यालय  
University of Patanjali

Examination June – 2022

Diploma in Naturopathy & Yoga Therapy (DNYT), Semester : First  
Paper : Fourth  
Yoga Philosophy

Time: 3 Hours

Max. Marks: 70

Note: This paper is of seventy (70) 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 सत्तर (70) अंकों का है जो दो (02) खंडों क, तथा ख 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 six (06) long-answer-type questions of ten (10) marks each. Attempt any four questions. (4×10=40)

नोट : खण्ड 'क' में छः (06) दीर्घ उत्तरीय प्रश्न दिए हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए दस अंक निर्धारित हैं। किन्हीं चार प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

1. क्लेश को विस्तार से समझाइए और क्लेशों को नष्ट करने की विधियाँ लिखिए।

Explain Kleshas in detail & write method of destroying Kleshas.

2. घेरण्ड संहिता के अनुसार प्रत्याहार और समाधि क्या है? प्रत्याहार के लाभ लिखिए।

What is Pratyahara & Samadhi according to Gheranda Samhita? Write benefits of Pratyahara.

3. पंचमहाभूत क्या हैं? पंचमहाभूत विद्वान्त की व्याख्या करें।

What is Panchmahabhuta? Explain Panchamahabhuta theory.

4. हठ योग और राज योग के बीच क्या संबंध है?

What is the relationship between Hatha Yoga and Raja Yoga?

5. हठ योगी किन नियमों का पालन करता है? हठयोगियों के रहने के लिए आदर्श स्थान क्या है?

What are the rules to be followed by Hatha Yogi? What is the ideal place for Hatha Yogi to live?

6. आसन के लाभ लिखिए। मोटापे के लिए कम-से-कम आठ (8) आसन बताइए।

Write benefits of Asana? Enumerate at-least eight (08) asanas for obesity.

**Section - B / खण्ड-ख**

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

**Note:** Section 'B' contains Nine (09) short-answer-type questions of five (05) marks each. Attempt any six (06) questions. (6×5=30)

**नोट :** खण्ड 'ख' में नौ (09) लघु उत्तरीय प्रश्न दिए गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पांच अंक निर्धारित हैं।  
किन्हीं छः प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

7. अभ्यास और वैराग्य के बारे में बताइए।

Explain about abhyasa & vairagya.

8. साधना की बाधाओं और बाधाएं का वर्णन करें।

Enumerate the obstacles and hindrances of Sadhana.

9. पथ्य और अपथ्य की व्याख्या करें।

Explain Pathya and Apathya.

10. अंतरंग योग क्या है?

What is antaranga Yoga?

11. समाधि लक्षणमा क्या है?

What are Samadhi Lakshanam?

12. गोमुखासन करने की विधि लिखें। गोमुखासन के लाभ लिखिए।

What are steps of Gomukhasana? Write benefits of Gomukhasana.

13. त्रिदोष क्या है? त्रिदोष सिद्धान्त समझाइये।

What is Tridosha? Explain Tridosha Theory.

14. (क) भगवद्गीता (ख) महर्षि पतंजलि के अनुसार योग की परिभाषा लिखिए।

Write definition of Yoga according to (a) Bhagavadgita (b) Maharishi Patanjali.

15. हठ योग के लक्ष्य और उद्देश्यों की व्याख्या करें।

Explain the aim & objectives of Hatha Yoga.

-----X-----