



Paper Code  
MS-CT-104

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

पतंजलि विश्वविद्यालय  
**University of Patanjali**  
Examination Jan. – Feb. – 2022

M.Sc. Yoga Science, Semester : First  
Yoga Science; Paper : Fourth  
Therapeutic Yoga

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 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. डब्ल्यू.एच.ओ. व आयुर्वेद के अनुसार स्वास्थ्य की अवधारणा और निवारक व उच्चारत्मक स्वास्थ्य में योग की भूमिका का वर्णन करें।

Describe the concept of Health according to WHO and Ayurveda and describe the role of yoga in preventive and curative health.

2. अंतःस्रावी प्रणाली, वृक्क प्रणाली और प्रजनन प्रणाली में योग के चिकित्सकीय लाभ की व्याख्या करें।

Explain the therapeutic benefits of yoga in endocrine, renal and reproductive system.

3. मानसिक स्वास्थ्य, मानसिक स्वच्छता व सम्पूर्ण स्वास्थ्य की परिभाषा का वर्णन करें और योग की मनो-सामाजिक निहितार्थ की व्याख्या करें।

Describe the definition of mental health, Mental hygiene and total health and explain psycho-social implication of Yoga.

4. बंध क्या है? बंधों के प्रकारों का वर्णन करें तथा सकारात्मक स्वास्थ्य पर उनके प्रभावों का उल्लेख करें।

What is Bandhas? Describe the types of bandhas and discuss their effects on positive health.

5. अस्वस्थता के सम्भावित कारण में क्लेश और अन्तराय की भूमिका का वर्णन करें।

Describe the role of Kleshas and Antarayas in Potential cause of illness.

## Section - B / खण्ड-ख

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

**Note:** Section 'B' contains Seven (07) short-answer-type questions of five (05) marks each. Attempt any five (05) questions. (5×5=25)

**नोट :** खण्ड 'ख' में सात (07) लघु उत्तरीय प्रश्न दिए गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पांच अंक निर्धारित हैं। किन्हीं पांच प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

6. हृदय प्रणाली में योग के लाभ बताएं।

Explain the benefit of Yoga in Cardiovascular System.

7. 'हठयोग में आहार-नियमन' विषय पर एक संक्षिप्त नोट लिखें।

Write a brief note on 'Dietary Regulation in Hathyoga'.

8. यम और नियम की व्याख्या करें।

Explain Yama and Niyama.

9. चित्त शुद्धि का वर्णन करें।

Describe chitta shuddhi.

10. स्नायविक रोग में योग के लाभ लिखिए।

Write the benefit of yoga in Neurological disease.

11. स्नायुशुद्धि (आसन) और प्राण शुद्धि (प्राणायाम) का वर्णन करें।

Explain Snayu Shuddhi (Asana) and Prana Shuddhi (Pranayama).

12. नेत्र रोगों में प्राणायाम के लाभ के बारे में बताएँ।

Explain benefits of Pranayama in ophthalmic disease.

-----X-----