

**A-0419**

Total Pages : 4

Roll No. ....

**BY-101**

**B.A./Diploma in Yogic Science (BAY/DYS)**

**योग परिचय**

Examination, Feb., 2026

Time : 2:00 Hrs.

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. *Candidates should limit their answers to the questions on the given answer sheet. No additional (B) answer sheet will be issued.*

**नोट :** यह प्रश्न-पत्र सत्तर (70) अंकों का है, जो दो (02) खण्डों 'क' तथा 'ख' में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड में दिए गए विस्तृत निर्देशों के अनुसार ही प्रश्नों को हल करना है। **परीक्षार्थी अपने प्रश्नों के उत्तर दी गई उत्तर-पुस्तिका तक ही सीमित रखें। कोई अतिरिक्त (बी) उत्तर-पुस्तिका जारी नहीं की जायेगी।**

**A-0419**

( 1 )

P.T.O.

## Section–A

(खण्ड–क)

### Long Answer Type Questions

(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)

2×19=38

**Note** :- Section 'A' contains Five (05) Long-answer type questions of Nineteen (19) marks each. Learners are required to answer any *two* (02) questions only.

**नोट** : खण्ड 'क' में पाँच (05) दीर्घ उत्तरीय प्रश्न दिये गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए उन्नीस (19) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल दो (02) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

1. Explain Chitta Vrittis according to Yoga Darshana in detail.

योग दर्शन के अनुसार चित्त वृत्तियों को विस्तारपूर्वक समझाइए।

2. Discuss in detail the life of Swami Vivekananda.

स्वामी विवेकानंद के जीवन पर विस्तृत चर्चा कीजिए।

3. Describe Saptanga Yoga in detail according to Gheranda Samhita.

घेरण्ड संहिता के अनुसार सप्तांग योग का विस्तारपूर्वक वर्णन कीजिए।

4. Discuss the Niyama in detail according to Yoga Darshana.

योग दर्शन के अनुसार नियमों पर विस्तारपूर्वक चर्चा कीजिए।

5. Describe the nature of Purush and Ishwar according to Yoga Darshana.

योग दर्शन के अनुसार पुरुष व ईश्वर के स्वरूप का वर्णन कीजिए।

### Section–B

(खण्ड–ख)

#### Short Answer Type Questions

(लघु उत्तरीय प्रश्न)

4×8=32

**Note** :- Section 'B' contains Eight (08) Short-answer type questions of Eight (08) marks each. Learners are required to answer any *four* (04) questions only.

खण्ड 'ख' में आठ (08) लघु उत्तरीय प्रश्न दिये गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए आठ (08) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल चार (04) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

1. Briefly describe the meaning, definition and objectives of Yoga.

योग का अर्थ, परिभाषा एवं उद्देश्यों का संक्षिप्त में वर्णन कीजिए।

2. Briefly explain the meaning, definition and importance of Asana.

आसन का अर्थ, परिभाषा तथा महत्व को संक्षिप्त में समझाइए।

3. Discuss the nature of Karma Yoga in brief.

कर्म योग के स्वरूप पर संक्षिप्त में चर्चा कीजिए।

4. Describe the method of Sheetalī Pranayama in brief.  
शीतली प्राणायाम की विधि का संक्षिप्त में वर्णन कीजिए।
5. What is called Dharana ? Explain briefly.  
धारणा किसे कहते हैं? संक्षिप्त में समझाइए।
6. Explain the Chitta Bhoomi described in Yoga Darshana.  
योग दर्शन में वर्णित चित्त भूमि की अवधारणा को स्पष्ट कीजिए।
7. Discuss the Sadhak Tattvas according to Hathapradeepika.  
हठप्रदीपिका के अनुसार साधक तत्वों पर चर्चा कीजिए।
8. What you understand by Pratyahara ? Explain briefly.  
प्रत्याहार से आप क्या समझते हैं? संक्षिप्त में समझाइए।

\*\*\*\*\*