

A-336

Total Pages : 5

Roll No. -----

YS-01

योग परिचय

Certificate in Yogic Science (CYS)

1st Semester, Examination 2024 (June)

Time: 2:00 hrs

Max. Marks: 100

Note : This paper is of Hundred (100) marks divided into Two (02) Section A and B. Attempt the questions contained in these sections according to the detailed given therein. Candidates should limit their answers to the questions on the given answer sheet. No additional (B) answer sheet will be issued.

नोट : इस प्रश्नपत्र सौ (100) 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।

P.T.O.

A-336/YS-01

1

Section-A (Long-Answer-Type Questions)

खण्ड—'क'(दीर्घ उत्तरों वाले प्रश्न)

Note : Section 'A' contains Five (05) long-answer-type questions of Twenty Six (26) marks each. Learners are required to answer any Two (02) questions only.

नोट : खण्ड 'क' में पाँच (05) दीर्घ उत्तरों वाले प्रश्न दिये गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए छब्बीस (26) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल दो (02) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

[2x26=52]

Q.1. Explaining the meaning of yoga, throw light on its importance and usefulness in human life.

योग का अर्थ स्पष्ट करते हुए मानव जीवन में इसके महत्व व उपयोगिता पर प्रकाश डालिए।

Q.2. Describe in detail the Dhauti mentioned in Gherand Samhita.

घेरण्ड संहिता में वर्णित धौति का सविस्तार वर्णन कीजिए।

Q.3. Describe the nature of Gyan Yoga.

ज्ञान योग के स्वरूप का वर्णन कीजिए।

Q.4. Explain the nature of Prakriti according to Yog Darshan.

योग दर्शन के अनुसार प्रकृति के स्वरूप की व्याख्या कीजिए।

Q.5. Describe the expedient (upaya) of Chitt Vriti Nirodha in detail.

चित्तवृत्ति निरोध के उपायों का विस्तार से वर्णन कीजिए।

Section-B (Short-Answer-Type Questions)

खण्ड—'ख'(लघु उत्तरों वाले प्रश्न)

Note : Section 'B' contains Eight (08) short-answer-type questions of Twelve (12) marks each. Learners are required to answer any Four (04) questions only.

नोट : खण्ड 'ख' में आठ (08) लघु उत्तरों वाले प्रश्न दिये गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए बारह (12) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल चार (04) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

[4x12=48]

P.T.O.

- Q.1. Explain the signs of Hathasiddhi described in Hathapradipika.
हठप्रदीपिका में वर्णित हठसिद्धि के लक्षणों की व्याख्या करें।
- Q.2. Describe Vasti kriya and its types according to Gherand Samhita.
घेरण्ड संहिता के अनुसार वस्ति क्रिया तथा इसके प्रकारों का वर्णन कीजिए।
- Q.3. Explain the nature of Purush according to Yog darshan.
योग दर्शन में वर्णित पुरुष का स्वरूप स्पष्ट कीजिए।
- Q.4. Explain the nature of meditation according to Gherand Samhita.
घेरण्ड संहिता के अनुसार ध्यान के स्वरूप की व्याख्या कीजिए।
- Q.5. Mention the contribution of Sri Aurobindo in the field of Yoga.
श्री अरविंद का योग के क्षेत्र में योगदान बताइए।
- Q.6. Give the general introduction to Bhagwadgeeta.
भगवद्गीता का सामान्य परिचय दीजिए।
- Q.7. Describe the stages of Nadanusandhan described in Hathapradipika.
हठप्रदीपिका में वर्णित नादानुसंधान की अवस्थाओं का वर्णन कीजिए।

Q.8. Give the general introduction of Moolabandha according to Hathapradipika.

हठप्रदीपिका के अनुसार मूलबंध का सामान्य परिचय दीजिए।
