

A-1128

Total Pages : 4

Roll No.

BYN-101

Introduction of Yoga

योग परिचय

Examination, June 2025

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।*

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 the meaning of Yoga and describe the definitions of Yoga in the Gita.

योग के अर्थ को समझाते हुए गीता में योग की परिभाषाओं का वर्णन कीजिए।

2. Write an essay on Antarang Yoga.

अंतरंग योग पर एक निबंध लिखिए।

3. Give the general introduction of Hatha Pradeepika.

हठप्रदीपिका का सामान्य परिचय दीजिए।

4. While giving the life sketch of Swami Vivekananda, describe in detail his Contribution in the field of yoga.
स्वामी विवेकानंद जी का जीवन परिचय बताते हुए योग के क्षेत्र में उनके योगदान का विस्तारपूर्वक वर्णन कीजिए।
5. Explain the Pancha Klesha in detail.
पंच क्लेशो को विस्तारपूर्वक समझाइए।

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.

नोट : 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. Objectives of yoga.

योग के उद्देश्य।

2. Gyan Yoga

ज्ञान योग।

3. Types of Yamas
यमों के प्रकार ।
4. Dhauti according to Gheranda Samhita.
घेरण्ड संहिता के अनुसार धौति ।
5. Biography of Maharishi Patanjali.
महर्षि पतंजलि का जीवन परिचय ।
6. Nature of Ishwar.
ईश्वर का स्वरूप ।
7. Concept of purusha.
पुरुष की अवधारणा ।
8. Techniques of Chitta Prasadhana.
चित्त प्रसादन के उपाय ।
