

CIY-02

December - Examination 2015

CIY Examination

हठ योग विज्ञान का परिचय

Paper - CIY-02**Time : 3 Hours]****[Max. Marks :- 100**

Note: The question paper is divided into three sections. A, B and C. Write answer as per the given instruction.

नोट :- इस प्रश्न-पत्र के तीन खण्ड हैं - 'अ', 'ब' और 'स'। प्रत्येक खण्ड के निर्देशानुसार प्रश्नों का उत्तर दीजिए।

Section - A

10 x 2 = 20

(Very short answer type questions)

Note: Answer all questions as per the nature of the question delimit your answer in word, one sentence or maximum upto 30 words each question carries 2 marks.

(खण्ड - अ)

(अति लघु उत्तरात्मक प्रश्न (अनिवार्य))

नोट : सभी प्रश्नों के उत्तर दीजिए। आप अपने उत्तर को प्रश्नानुसार एक शब्द, एक वाक्य या अधिकतम 30 शब्दों में परिसीमित कीजिए। प्रत्येक प्रश्न 2 अंक का है।

- 1) (i) 'ह' एवं 'ठ' का तात्पर्य लिखिये?
- (ii) प्राण कितने प्रकार का होता है?

- (iii) षट्कर्मों में कोई चार का नाम लिखिये ?
- (iv) प्राणायाम क्या है ?
- (v) प्रत्याहार किसे कहते हैं ?
- (vi) इडा एवं पिंगला के मध्य कौनसी नाड़ी है ?
- (vii) ध्यान किसे कहते हैं ?
- (viii) चित्त की वृत्तियों के निरोध को क्या कहते हैं ?
- (ix) चेतना के आयाम लिखिये ?
- (x) त्रिबन्धों के नाम लिखिये ?

Section - B

4 x 10 = 40

(Short Answer Questions)

Note: Answer any four questions. Maximum answer should be not exceed 200 words. Each question carries 10 marks.

(खण्ड - ब)

(लघु उत्तरीय प्रश्न)

नोट : किन्हीं चार प्रश्नों के उत्तर दीजिये। आप अपने उत्तर को अधिकतम 200 शब्दों में परिसीमित कीजिये। प्रत्येक प्रश्न 10 अंकों का है।

- 2) "स्वात्माराम ग्रंथ" का परिचय दीजिये ?
- 3) "आठ सिद्धियों" का वर्णन कीजिये ?
- 4) हठयोग का संक्षेप में वर्णन कीजिये ?
- 5) षट्कर्म पर टिप्पणी लिखिये ?
- 6) कोई तीन मुद्राओं का वर्णन कीजिये ?

- 7) इड़ा एवं पिंगला नाड़ी का वर्णन कीजिये ?
- 8) धारणा एवं ध्यान का उल्लेख कीजिये ?
- 9) योग साधना के बाधक कारणों का विवेचन कीजिये ?

Section - C

2 x 20 = 40

(Long Answer Questions)

Note: Answer any two questions. You have to delimit your each answer maximum 500 words. Each question carries 20 marks.

(खण्ड - स)

(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)

नोट : किन्ही दो प्रश्नों का उत्तर दीजिये। आपको अपने उत्तर को अधिकतम 500 शब्दों में परिसीमित करना है। प्रत्येक प्रश्न 20 अंको का है।

- 10) नाथ सम्प्रदायों का वर्णन कीजिये ?
- 11) हठयोग साधना के सिद्धान्तों को लिखिये ?
- 12) षट्कर्मों का वर्णन कीजिये ?
- 13) अष्ट सिद्धियों पर प्रकाश डालिये ?
