

**CIY-01**

June - Examination 2016

**Certificate in Yoga Examination**

योग विज्ञान का परिचय

**Paper - CIY-01****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 instructions.

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

**Section - A****10 × 2 = 20**

(Very Short Answer 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)

**निर्देश :** सभी प्रश्नों के उत्तर दीजिए। आप अपने उत्तर को प्रश्नानुसार एक शब्द, एक वाक्य या अधिकतम 30 शब्दों में परिसीमित कीजिये। प्रत्येक प्रश्न 2 अंकों का है।

- 1) (i) वेद कितने माने गये हैं?
- (ii) नियम कितने माने गये हैं?
- (iii) पार्वतीजी ने योग का ज्ञान किससे प्राप्त किया?
- (iv) अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस कब मनाया जाता है?
- (v) "तीन यमों" का नाम लिखिए।
- (vi) पातञ्जल योगदर्शन में कुल कितने पाद एवं सूत्र हैं?
- (vii) सांख्य दर्शन के रचनाकार कौन हैं?
- (viii) मूलाधार चक्र का "लोक" कौनसा है?
- (ix) महर्षि वशिष्ठ गुरुपरम्परा में किसके मानसपुत्र थे?
- (x) स्वामी शिवानन्द का जन्म दक्षिणीभारत के कौनसे राज्य में हुआ था?

### Section - B

4 × 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)

**निर्देश :** किन्हीं चार प्रश्नों के उत्तर दीजिए। आप अपने उत्तर को अधिकतम 200 शब्दों में परिसीमित कीजिए। प्रत्येक प्रश्न 10 अंकों का है।

- 2) 'प्राणमय कोश' का वर्णन कीजिए।
- 3) स्वास्थ्य संरक्षण में "अष्टांगयोग" की उपादेयता बतलाइए।
- 4) योग का अर्थ एवं परिभाषा स्पष्ट कीजिए।

- 5) श्रीमद्भगवद्गीता के अनुसार "भक्तियोग" पर टिप्पणी लिखिए।
- 6) "केवलं राजयोगाय हठविद्योपदिश्यते" को स्पष्ट कीजिए।
- 7) लय योग का सिद्धान्त एवं अंगों के स्वरूप का वर्णन कीजिए।
- 8) महर्षि पतञ्जलि के उपदेशों का वर्णन कीजिए।
- 9) महर्षि अरविन्द की शिक्षाओं का उल्लेख कीजिए।

### Section - C

2 × 20 = 40

(Long Answer Questions)

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

### (खण्ड - स)

(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)

**निर्देश :** किन्हीं दो प्रश्नों के उत्तर दीजिए। आपको अपने उत्तर को अधिकतम 500 शब्दों में परिसीमित कीजिए। प्रत्येक प्रश्न 20 अंकों का है।

- 10) स्वामी शिवानन्द की शिक्षाओं में विशेषकर "समाजसेवा में सजगता" को स्पष्ट कीजिए।
- 11) स्वामी विवेकानन्द के ज्ञान, भक्ति एवं कर्मयोग की स्पष्ट व्याख्या कीजिए।
- 12) भक्त एवं भक्ति के प्रकारों का वर्णन कीजिए।
- 13) योग की सैद्धान्तिक पृष्ठभूमि का वर्णन कीजिए।