

CIY-01

December - Examination 2016

Certificate in Yoga Examination

योग विज्ञान का परिचय

Paper - CIY-01**Time : 3 Hours]****[Max. Marks :- 100**

निर्देश : The question paper is divided into three sections A, B and C. Write answers 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 one word, one sentence or maximum up to 30 words. Each question carries 2 marks.

खण्ड - 'अ'

(अति लघु उत्तरीय प्रश्न)

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

1) (i) आदियोगी अर्थात् योगीश्वर कौन हैं?

- (ii) पुरुषार्थ कितने माने गये हैं?
- (iii) योगीश्वर ने सर्वप्रथम योग का ज्ञान किसको दिया?
- (iv) I.N.O. क्या है?
- (v) योग की परिभाषा लिखिये।
- (vi) 'चित्तवृत्ति निरोधः' क्या है, चित्त की वृत्तियाँ कितनी हैं?
- (vii) सिद्धियाँ कितनी हैं, चार के नाम लिखिये?
- (viii) विकासवादी अध्यात्मवाद के जनक कौन हैं?
- (ix) यम एवं नियमों की संख्या लिखिये।
- (x) आदिगुरु शंकराचार्य के माता-पिता का नाम क्या था?

Section - B

4 × 10 = 40

(Short Answer Questions)

Note: Answer **any four** questions. Each answer should 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) योग विज्ञान का ऐतिहासिक विकास का वर्णन कीजिये?
- 3) योग का अर्थ एवं परिभाषा लिखिये?
- 4) महर्षि पतंजलि का परिचय दीजिये?
- 5) स्वामी विवेकानन्द के उपदेशों का उल्लेख कीजिये।

- 6) "राजयोग" पर टिप्पणी लिखिये ?
- 7) आदिशंकराचार्य के विचारों का उल्लेख कीजिये ?
- 8) अष्टांगयोग में पाँच "यमों" का वर्णन कीजिये ?
- 9) गुरु गोरखनाथ का परिचय लिखिये ?

Section - C

2 × 20 = 40

(Long Answer Questions)

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

(खण्ड - स)

(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)

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

- 10) योग विज्ञान के क्षेत्र का वर्णन कीजिये।
- 11) श्रीमद् भगवद् गीता के अनुसार "कर्मयोग" का स्वरूप लिखिये।
- 12) स्वामी शिवानन्द के उपदेशों का वर्णन कीजिये।
- 13) योग चिकित्सा पर स्वामी कुवलयानन्द के विचार दीजिये।