

**CIY-01**

June - Examination 2017

**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 answers as per the given instructions.

**निर्देश :** यह 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 Type Questions)

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

**खण्ड - 'अ'**

(अति लघु उत्तरात्मक 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) पंचयमों के नाम लिखिये।
- (ii) पंचज्ञानेन्द्रियों के नाम लिखिये।
- (iii) कुल कितने पुराण माने गये हैं ?
- (iv) पूर्व एवं पश्चिम दिशा के मठों (शंकराचार्य) के नाम लिखिये।
- (v) "शृंगेरी मठ" कहाँ स्थित है ?
- (vi) महर्षि अरविन्द के आश्रम का मुख्यालय कहाँ है ?
- (vii) "हेय" का तात्पर्य क्या है ?
- (viii) कर्म-ज्ञान एवं भक्ति योग तीनों को क्या कहते हैं ?
- (ix) The path of Devotion कौनसा योग है ?
- (x) पतञ्जलि के अनुसार योग की प्रवृत्तियाँ कितनी हैं ?

### 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) पंचयमों का वर्णन कीजिए।
- 3) योग विज्ञान के विकास का वर्णन कीजिये।

- 4) भक्तियोग की व्याख्या कीजिए।
- 5) राजयोग के अंगों का वर्णन कीजिये।
- 6) गुरुगोरखनाथ का परिचय एवं उपदेशों को लिखिये।
- 7) शंकराचार्यजी का जीवन परिचय एवं उपदेशों का वर्णन कीजिये।
- 8) "लययोग" का स्वरूप लिखिये।
- 9) प्राणायामों की उपयोगिता लिखिये।

### Section - C

2 × 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)

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

- 10) सूर्यनमस्कार के मंत्रों एवं इसके लाभों का वर्णन कीजिये।
- 11) स्वास्थ्य रक्षा में योगसूत्र का वर्णन कीजिये।
- 12) योग विज्ञान के क्षेत्रों का वर्णन कीजिये।
- 13) योग की परिभाषा, अर्थ एवं अवधारणा का उल्लेख कीजिये।