UD-290

PGYDYS

I Semester Examination March,2021

Paper-I

THEORITICAL YOGA VIJNAN

Time : Three Hours] **[Maximum Marks : 50**

नोट : सभी प्रश्न अनिवार्य है। प्रश्न पत्र तीन खण्डों 'अ', 'ब' और 'स' में विभाजित है।

खण्ड 'अ' **1x10**

1. निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

(i) अष्टांग योग में कितने अंग हैं, और उनके नाम बतलाएँ।

(ii) षट्कर्म की चर्चा किस योग ग्रंथ में की गई है और वे कौन–कौन से हैं?

(iii) शरीर की तीन प्रमुख नाड़ियों के नाम बतलाए।

(iv) स्वामी सत्यानंद ने किस चर्चित योग पद्धति का प्रतिपादन किया।

(v) व्यान वायु का स्थान शरीर में कहाँ है?

(vi) "योगवृत्ति निरोध" अर्थ क्या है?

(vii) गीता में कितने अध्याय है और उनके नाम बतलाएं।

(viii) वैशेषिक दर्शन के प्रणेता कौन हैं?

(ix) चित्र भूमियाँ कितनी है और उनमें क्या है?

(x) "मनोदैहिक रोग का" क्या अर्थ है?

खण्ड 'ब' **4x5**

2. पंचक्लेश क्या है? स्पष्ट कीजिए।

अथवा

सांख्य दर्शन में प्रकृति के विकास क्रम को स्पष्ट कीजिए।

3. पातंजल योग दर्शन में "नियम" को स्पष्ट कीजिए।

अथवा

"योगः कर्मेसुकौशलम" से क्या समझते हैं?

4. "शंखप्रक्षालन" करने की विधि स्पष्ट कीजिए।

अथवा

"पंचप्राण" को स्पष्ट कीजिए।

5. भक्ति योग से क्या समझते हैं?

अथवा

शरीर में व्याप्त सात चक्र के नाम स्थान और उनमें कार्य को स्पष्ट कीजिए।

6. पंचवृत्ति को स्पष्ट कीजिए।

अथवा

पंचकोश को स्पष्ट कीजिए।

खण्ड 'स' **2x10**

7. "अन्तराय" कितने हैं। योग मार्ग में किस प्रकार विहनरूपी है। स्पष्ट कीजिए।

अथवा

"कर्म योग" से क्या समझते हैं?

8. इड़ा, पिंगला और सुषुम्ना नाड़ी को समझाइए।

अथवा

अष्टांग योग के अंतरंग और वहिरंग को समझाइए।