Roll No. ....
Signature of Invigilator ....

Paper Code
MA/MS-402

पतंजलि विश्वविद्यालय

University of Patanjali

Examination May – 2019

M.A./M.Sc. Yoga Science, (Semester : Fourth)

Yoga Science (Paper : Second)

Yoga Therapy

Time: 3 Hours **Max. Marks: 75**

Note: This paper is of seventy five (75) marks divided into three (03) sections A, B, and C. Attempt the questions contained in these sections according to the detailed instructions given therein.

नोट : यह प्रश्नपत्र पचहत्तर (75) अंकों का है जो तीन (03) खंडों क, ख, तथा ग में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड में दिए गए विस्तृत निर्देशों के अनुसार ही प्रश्नों को हल करना है।

Section - A / खण्ड-क

(Long Answer Type Questions) /(दीर्घ-उत्तरीय प्रश्न)

Note: Section 'A' contains five (05) long-answer-type questions of fifteen (15) marks each. Attempt any **three** questions. **(3×15=45)**

नोट : खण्ड 'क' में पांच (05) दीर्घ-उत्तरीय प्रश्न दिए हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पंद्रह अंक निर्धारित हैं। किन्हीं **तीन** प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

1. योग चिकित्सा सम्बन्धी स्वर योग आधारित नियमों का उल्लेख करें तथा समुचित उदाहरणों द्वारा समझाइयें कि किस प्रकार उन नियमों का उल्लघंन करने पर व्यधियों की उत्पत्ति होती है तथा पालन करने से व्याधि निराकरण होता है।
   Enumerate Swar-yogic norms related with yogic therapy. Explain how their observance is helping management of diseases and their violation causing origin of diseases. Write relevant examples.
2. योग चिकित्सार्थ यम-नियम, आसन, षट्कर्म एवं मुद्रा-बन्ध के पालनीय सिद्धान्तों का वर्णन उनके समुचित उदाहरणों सहित करें।
   Describe observatory principles of Yama-Niyamas, Asana, Shatkarmas and Mudra-bandha for Yogic therapy. With relevant examples.
3. ग्रीवा वेदना के लक्षण, कटि-वेदना की जनन-प्रक्रिया, ग्रीवा-शोथ की आसनीय, ध्यान व आहारीय चिकित्सा का वर्णन करें।
   Describe symptoms of cervical Spondylitis, pathogenesis of backache and asanas, meditative and dietary treatment for cervical spondylitis.
4. आमाशयी व्रण, जीर्ण मलावरोध एवं जीर्ण वृक्कीय विफलता के लक्षण, अपच एवं अतिअम्लता के कारण, उज्जेय आंत्रिक संलक्षण का यौगिक प्रबन्ध लिखें।
   Describe symptoms of peptic ulcer, chronic constipation, and chronic Renal failure; causes of indigestion and hyper acidity and yogic management of Irritable Bowel syndrome.
5. श्वसन नलिकीय दमा के लक्षण, नासा शोथ की जनन प्रक्रिया, निम्न रक्तचाप के कारण तथा उच्च रक्तचाप की प्राणायामीय, ध्यान व आहारीय चिकित्सा का वर्णन करें।
   Describe symptoms of Bronchial Asthma, pathogenesis of Rhinitis, causes of hypotension; and pranayamic, meditative and dietary treatment for hypertension.

Section - B / खण्ड-ख

(Short Answer Type Questions) /(लघु-उत्तरीय प्रश्न)

Note: Section 'B' contains Six (06) short-answer-type questions of five (05) marks each. Attempt any **four** (04) questions. **(4×5=20)**

नोट : खण्ड 'ख' में छः (06) लघु-उत्तरीय प्रश्न दिए गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पांच अंक निर्धारित हैं। किन्हीं **चार** प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

1. पंचकोषों की व्याधि-जनन प्रक्रिया में भूमिका समझाइयें।
   Discuss the role of Panch-Koshas in pathogenesis.
2. आहार ग्रहण सम्बन्धी यौगिक नियम लिखें तथा उनकी योग चिकित्सा में भूमिका समुचित उदाहरणों सहित समझाइये।
   Enumerate yoga based dietary intake norms and discuss their role in yogic therapy with suitable examples.
3. योग चिकित्सा में षट्कर्म, प्राणायाम एवं ध्यान निर्देशित करने के सिद्धान्तों का संक्षिप्त वर्णन करें।
   Discuss principles of prescribing Shatkarmas, pranayamas and meditation in yogic therapy.
4. उच्च रक्तचाप एवं अधकपाली शिरोवेदना की स्वर-चिकित्सा लिखें।
   Describe Swara-yogic therapy for hypertension and migraine.
5. व्यवसायिक कुफ्सीय व्याधियों के कारण व लक्षण लिखें।
   Describe causes and symptoms of occupational pulmonary diseases.
6. मिंगी व कब्ज की स्वर-चिकित्सा लिखें।
   Describe Swara-therapy for epilepsy and constipation.

Section - C / खण्ड-ग

(Objective Type Questions) /(वस्तुनिष्ठ प्रश्न)

Note: Section 'C' contains ten (10) objective-type questions of one (01) mark each. **All** the questions of this section are compulsory. **(10×01=10)**

नोट : खण्ड 'ग' में दस(10) वस्तुनिष्ठ प्रश्न दिए गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए एक (01) अंक निर्धारित है। इस खण्ड के **सभी** प्रश्न अनिवार्य हैं।

1. निम्न में-से कौन-सा चक्र पंचम हामूत से सम्बन्धित नहीं है?
   (अ) मूलाधार चक्र (ब) आज्ञा चक्र
   (स) अनाहत चक्र (द) मणिपुर चक्र
   Which of the following psychic centre in not related with panch mahabhutas?
   (A) Mooladhar (B) Agya
   (C) Anahat (D) Manipur
2. 'नौलि क्रिया' से किस आन्तरिक अंग की शुद्धि होती है?
   (अ) आमाशय (ब) छोटी आँत
   (स) बड़ी आँत (द) मलाशय
   Which internal body organ is being cleaned by practice of 'Nauli'?
   (A) Stomach (B) Small intestine
   (C) Large intestine (D) Rectum
3. निम्न में-से कौन-सा अभ्यास उच्च रक्तचाप के प्रबन्धन में निषेध है ....
   (अ) सूर्य भेदन प्राणायाम (ब) उड्डियान बन्ध
   (स) मयूरासन (द) उपरोक्त सभी
   Which of the following practice is Prohibited in management of Hypertension ……
   (A) Surya bhedan pranayama (B) Uddiyan bandh
   (C) Mayoorasna (D) All the above
4. उच्च रक्त चाप नियन्त्रण हेतु सूर्य-स्वर का घटबन्धन करके कितने अँगुल श्वाँस चलाने का अभ्यास करना चाहिये ?
   (अ) आठ अँगुल (ब) छः अँगुल
   (स) दो अँगुल (द) चार अँगुल

Which length of breath should be allowed to flow after stopping aperation of Sury-Swara?

(A) Eight Angulas (B) Six Angulas

(C) Two Angulas (D) Four Angulas

5. किन तत्त्वों का असंतुलित प्रवाह निम्न रक्तचाप जनित करता है?

(अ) वायु एवं अग्नि (ब) वायु एवं पृथ्वी तत्त्व

(स) वायु एवं जल (द) वायु एवं आकाश

The imbalanced flow of which tattavas has been causing low blood pressure?

(A) Air and Fire (B) Air and Earth

(C) Air and Water (D) Air and Ether

6. पित्त भूख एवं प्यास की शान्ति हेतु कौन-सा प्राणायाम श्रेयस्कर है?

(अ) भ्रामरी (ब) शीतकारी

(स) उज्जायी (द) सूर्यभेदन

Which pranayama is to be practiced for controlling Pitta, hunger and thirst?

(A) Bhramari (B) Shitkari

(C) Ujjai (D) Surya Bhedan

7. निम्न में-से कौन-से आहारीय पदार्थ उच्च रक्तचाप हेतु अपथ्य हैं?

(अ) नमक (ब) खाद्य तेल व मख्खन

(स) डिब्बा बंद वस्तुएं (द) उपरोक्त सभी

Which of the following dietary articles are unsuitable in management of hypertension?

(A) Salt (B) Refined oil + Butter

(C) Readymade packed food articles (D) All of the above

8. अवसाद, कब्ज व निम्न रक्तचाप में कौन-सा स्वर अधिक चलायमान हो जाता है?

(अ) चन्द्र स्वर (ब) दक्षिण स्वर

(स) सुषुम्ना स्वर (द) उपरोक्त सभी

Which Swara will become excessively operative in sepression, constipation and low blood pressure?

(A) Chandra Swara (B) Dakshin Swara

(C) Shushumna Swara (D) All of the above

9. "साँस लेने में कठिनाई" का लक्षण किस व्याधि में उत्पन्न होता है?

(अ) उच्च रक्तचाप (ब) दमा

(स) अ और ब दोनों (द) उपरोक्त में-से कोई नहीं

In which disease, Breathlessness is being caused?

(A) Hypertension (B) Branchial Asthma

(C) Both A and B (D) None of the above

10. महर्षि पतंजलि अनुसार अवसाद किस का लक्षण है ....

(अ) क्लेश (ब) चित्त-वृत्ति

(स) अन्तराय/चित्त विक्षेप (द) उपरोक्त में-से कोई नहीं

Which of the following is causing expression of symptom of depression in accordance with Patanjali?

(A) Afflictions (B) Chitta Vrittis

(C) Anthrayas/Chitta-Vikshepa (D) None of the above

---------------x---------------