



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

Paper Code  
BS-CT-202

पतंजलि विश्वविद्यालय  
**University of Patanjali**  
**Reappear Examination May-June-2023**  
B.Sc. Yoga Science, Semester-II  
Yoga Science ; Paper : Second  
**Hatha Yoga - II**

Time: 3 Hours

Max. Marks: 70

**Note:** This paper is of seventy (70) marks divided into two (02) sections A, and B. Attempt the questions contained in these sections according to the detailed instructions given therein.

**नोट :** यह प्रश्नपत्र सत्तर (70) अंकों का है जो दो (02) खंडों क, तथा ख 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. षट्कर्म पर एक विस्तृत निबन्ध लिखिए।

Write a detailed essay on Shatkarma.

2. स्वास्थ्य के लिए आसनों के अभ्यास का क्या महत्व है? सविस्तार समझाइये।

What is the importance of Aasanas for health? Explain in detail.

3. प्राण की अवधारणा एवं प्रकारों पर सविस्तार चर्चा कीजिए।

Discuss the concept & types of Prana in detail.

4. हठप्रदीपिका और घेरण्ड संहिता में किन मुद्राओं का वर्णन है? सविस्तार लिखिए।

Which 'Mudras' are described in Hathpridipika & Gherand Samhita? Write in detail.

5. समाधि की अवधारणा स्पष्ट कीजिए।

Elucidate the concept of Samadhi.

**Section - B / खण्ड-ख**

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

**Note:** Section 'B' contains Seven (07) short-answer-type questions of five (05) marks each. Attempt any five (05) questions. (5×5=25)

**नोट :** खण्ड 'ख' में सात (07) लघु उत्तरीय प्रश्न दिए गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पांच अंक निर्धारित हैं। किन्हीं पांच प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

**6. स्वास्थ्य के लिए प्राणायाम के महत्व का वर्णन कीजिए।**

Describe the importance of Pranayama for health.

**7. षट्कर्म चिकित्सा किन-किन रोगों में विशेष लाभकारी है?**

Name the diseases in which Shatkarma therapy is very helpful?

**8. योग-साधना में त्रिबन्ध का महत्व समझाइए।**

Explain the importance of three Bandhaas in Yog-Sadhna.

**9. प्रत्याहार पर एक संक्षिप्त टिप्पणी लिखें।**

Write a short note on Pratyahara.

**10. अपच के रोगी हेतु षट्कर्म क्रियाओं का चयन कीजिए।**

Prescribe Shatkarma techniques for a patient of indigestion.

**11. धारणा क्या है? समझाइए।**

What is Dharna? Explain.

**12. ध्यान का स्वास्थ्य पर क्या प्रभाव पड़ता है? अपने विचार व्यक्त कीजिए।**

How does Dhayana affect the health? Give your views.

-----X-----