



Paper Code

BA-601

Roll No. ....

Signature of Invigilator .....

पतंजलि विश्वविद्यालय  
University of Patanjali

Examination May – 2019

B.A. with Yoga Science, (Semester : Sixth)

Yoga Science (Paper : First)

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 के क्षेत्र, सीमाएं एवं सिद्धान्त पर प्रकाश डालिए।  
Shed light on scope, limitation and principle of yoga therapy.
2. स्वास्थ्य रक्षण हेतु प्राणायाम एवं मुद्रा की उपयोगिता को स्पष्ट कीजिए।  
Clarify utility of Pranayam and Mudra for Health Prevention.
3. स्वास्थ्य रक्षण हेतु षट्चक्र की अवधारणा की विवेचना कीजिए।  
Discuss concept of Shatchakra for Health prevention protection .
4. प्रतिश्याय के कारण, लक्षण एवं यौगिक प्रबन्धन का वर्णन कीजिए।  
Describe cause, symptoms and yogic management of common cold.
5. मोटापा का कारण, लक्षण एवं यौगिक प्रबन्धन को समझाइए।  
Explain cause, symptoms and yogic management of obesity.

**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. स्वास्थ्य की अवधारणा एवं परिभाषा को स्पष्ट कीजिए।  
Clarify the concept and definition of Health.
2. पंचकोश एवं स्वास्थ्य रक्षण पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए।  
Write short not on Panch Kosha and Health Protection.
3. कब्ज के लक्षण एवं यौगिक प्रबन्धन का वर्णन कीजिए।  
Describe symptoms and yogic management of constipation.
4. पीलिया से आप क्या समझते हैं? इसका यौगिक प्रबन्धन बताइए।  
What do you mean by Jaundice? Explain its yogic management.

5. थायरॉइड के लक्षण और यौगिक प्रबन्धन पर प्रकाश डालिए।

Shed light on symptoms and yogic management of Thyroid.

6. गठिया के लक्षण एवं यौगिक प्रबन्धन को समझाइए।

Explain symptoms and yogic management of Gout.

### 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. विश्व स्वास्थ्य संगठन द्वारा प्रथमतः स्वास्थ्य को कब परिभाषित किया गया ?

(अ) सन् 1940

(ब) सन् 1946

(स) सन् 1948

(द) सन् 1950

When was Health firstly has defined by WHO?

(A) 1940 AD

(B) 1946 AD

(C) 1948 AD

(D) 1950 AD

2. शरीर में दृढ़ता आती है .....

(अ) मुद्रा के अभ्यास से

(ब) आसन के अभ्यास से

(स) प्राणायाम के अभ्यास से

(द) षट्कर्म के अभ्यास से

Firmness does comes by practice of .....

(A) Mudra

(B) Asana

(C) Pranayam

(D) Shatkarma

3. किस प्रकार के रोग में योग चिकित्सा अनुकूल है ?

(अ) जीर्ण रोग में

(ब) तीव्र रोग में

(स) दुर्घटनाग्रस्त स्थिति में

(द) सभी में

Which kind of diseases yoga therapy is favorable?

(A) Chronic disease

(B) Acute disease

(C) Accidental disease

(D) In all

4. साइनोसाइटिस में लाभकारी है .....

(अ) नेति

(ब) धौति

(स) कपालभाति

(द) त्राटक

Useful in Sinocytosis is .....

(A) Neti

(B) Douthi

(C) Kapalbhathi

(D) Tratak

5. कोलाइटिस संबंधित है .....

(अ) पेट के रोग से

(ब) आंत के रोग से

(स) ग्रासनली के रोग से

(द) हृदय रोग से

Colitis is related with .....

(A) Stomach disease

(B) Colon disease

(C) Esophagus disease

(D) Heart disease

6. अल्सर के लिये उपयोगी अभ्यास है .....

(अ) अनुलोम विलोम प्राणायाम

(ब) शीतली प्राणायाम

(स) भ्रामरी प्राणायाम

(द) बस्ति

These is useful practice for Ulcer .....

(A) Anulom vilom pranayam

(B) Sheetali Pranayam

(C) Bhramari pranayam

(D) Basti

7. हृदय धमनी अवरोध में उपयोगी अभ्यास है ....

(अ) शशांक आसन

(ब) नासाग्र दृष्टि

(स) खेचरी मुद्रा

(द) उड्डियान बन्ध

In coronary artery blockage which yoga practice is helpful .....

- (A) Shashank asana (B) Nasagra Drishti  
(C) Khecheri mudra (D) Uddiyan bandh

8. उच्च रक्तचाप के व्यक्तियों के लिये लाभकारी अभ्यास है .....

- (अ) सर्वांगासन (ब) शीर्षासन  
(स) पादहस्तासन (द) शवासन

There is useful practice for high blood pressure persons .....

- (A) Sarvangasana (B) Shirshasana  
(C) Padahasthasana (D) Shavasana

9. लम्बर स्पोण्डिलाइटिस के रोगी को नहीं करना चाहिए .....

- (अ) पीछे झुकने वाले आसन (ब) आगे झुकने वाले आसन  
(स) ताड़ासन (द) ध्यानात्मक आसन

Patient of lumbar spondylitis should not practice .....

- (A) Backward bending posture (B) Forward bending posture  
(C) Tadasana (D) Meditative posture

10. मधुमेह के रोगी के लिए उपयोगी आसन है .....

- (अ) मत्स्यासन (ब) विपरीत करणी मुद्रा  
(स) अर्द्धमत्स्येन्द्र आसन (द) पद्मासन

There is useful Asana for Diabetes Patients.....

- (A) Matsyasana (B) Viprit Karani Mudra  
(C) Ardhmatsyendrasana (D) Padmasana

-----X-----