

Yoga certificate course exam 2022

CYS-C101

Subject: Yoga.

Fundamental of yoga योग के आधारभूत तत्व

Max marks 70

Note: question paper is divided into two section A and B, attempt all section.

Section A | खंड अ

Short answer type question. लघु उत्तरीय प्रश्न

Note: Attempt any five question in about 150 words. Each question carries 6 marks.

किन्ही 5 प्रश्नों के उत्तर लगभग 150 शब्दों में दीजिए। प्रत्येक प्रश्न 6 अंक का है। (5*6=30)

1. योग क्या है ?

What is Yoga?

2. क्या योगाभ्यास में समय एवं वेशभूषा का महत्व है? स्पष्ट कीजिये।

Is there any importance of of time and dress in Yoga practice? Clarify it

3. गीता और आयुर्वेद में योग की भिन्नता को स्पष्ट कीजिए।

Clarify the difference of yoga between Geeta and Ayurved.

4 . आयुर्वेद में योग का क्या स्वरूप है ?

Explain the nature of yog in ayurveda.

5 योग की प्राकृति क्या है?

What is the nature of yoga?

6 पतंजलयोग दर्शन में किस योग की प्रधानता है। वर्णन कीजिये।

Which yoga is predominately in patanjali darshan. Describe.

7 हठयोग प्रदीपिका और घेरण्ड संहिता में आसनों की भिन्नता को स्पष्ट कीजिए।

clarify the difference of postures in Hathayog pradipika and Gher and sanhita.

8 स्वामी दयानंद एवं स्वामी विवेकानंद की साधना पद्धति में क्या समानताएं हैं ?

What are the similarities between swami Dayananda and swami Vivekananda's sadhna methods.

9 महर्षि पतंजलि के आसन संबंधी विचारों पर प्रकाश डालिये।

Throw light on Maharishi Patanjali's posture related views.

10 हठयोग में 'ह' और 'ठ' से क्या अभिप्राय है? स्पष्ट कीजिए।

What is the meaning of 'ha' and 'tha' in Hath yoga? Clarify.

Section 'B' | खंड 'ब'

Long answer type question दीर्घ उत्तरीय प्रश्न

Note: attempt any four question in detail. Each question carries 10 marks

किन्ही 4 प्रश्नों के उत्तर विस्तृत रूप से दीजिए प्रत्येक प्रश्न 10 अंक का है।

(10x4=40)

1 विभिन्न शास्त्रों के अनुसार योग के स्वरूप को समझाइये।

Explain the form of yoga according to various texts.

2 योगाभ्यास हेतु उचित साधनों का वर्णन कीजिए।

Describe the proper means for yogic practice.

3 योग:कर्मसूकौशलं को स्पष्ट कीजिए।

Clarify "yogah karmasu kaushalam".

4 योग की विभिन्न पद्धतियों को स्पष्ट कीजिए।

Clarify the different methods of yoga

5 महर्षि पतंजलि का जीवन परिचय दीजिये तथा उनके योग संबंधी विचारों को विस्तार से समझाइये।

Give the life sketch of Maharishi Patanjali and explain his yogic views in details.

6 पतंजलयोग दर्शन और श्रीमद्भागवत गीता के योग संबंधी विचारों के साम्य और वैषम्य को स्पष्ट कीजिए।

Clarify the yoga related similarities and differences of Patanjalyog darshan and shrimadbhagavat geeta.

7 वर्तमान समय में योग की प्रासंगिकता पर आपके क्या विचार हैं ।

What is your opinion on the relevance of yoga in present time.

8 श्री अरविंद के योग दर्शन पर निबंध लिखिए।

Write an essay on Shri Arvinda's yoga philosophy