

DIPLOMA EXAMINATION, 2024

YOGA

Paper – IV (YOGA/DY104)

योग से संबद्ध विज्ञान

(प्राकृतिक चिकित्सा, आयुर्वेद, आहार एवं पोषण)

Faculty of Yog and Yogdarshan

Time Allowed : 3 Hours Maximum Marks : 80

Note – Each paper will be divided into THREE Parts.

Part – A

20

I. Answer any 10 from 15 questions,

10x2=20

15 में से किन्हीं 10 प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

1. Which of the following is the common remedy?

A. Air B. Grass C. Chamomile D. Blanket

निम्न में से कौन सा सामान्य उपाय है?

A. वायु B. घास C. कैमोमाइल D. कंबल

2. Which is part of the naturopathy?

A. Yoga B. Hydro therapy C. diet D. All of the above

प्राकृतिक चिकित्सा का अंग कौन-सा है ?

A. योग B. हाइड्रो थेरेपी C. आहार D. उपरोक्त सभी

3. Fasting comes under the which elements?

A. Air B. Water C. Fire D. Space

उपवास किन तत्वों के अंतर्गत आता है?

A. वायु B. जल C. अग्नि D. आकाश

4. Diseases are one their cause are one and their treatment is

A. Two B. One C. Both D. None of the above

रोग एक हैं, उनका कारण एक है और उनका उपचार एक है

A. दो B. एक C. दोनों D. उपरोक्त में से कोई नहीं

5. Pranayama comes under which elements?

A. Fire B. Water C. Earth D. Air

प्राणायाम किस तत्व के अंतर्गत आता है?

A. अग्नि B. जल C. पृथ्वी D. वायु

6. Enema comes in which element?
A. Earth B. Ether C. Water D. Sun
एनीमा किस तत्व में आता है ?
A. पृथ्वी B. ईश्वर C. जल D. सूर्य
7. Which veda describes Ayurveda?
A. Rigveda B. Samveda C. Atharvaveda D. Yajurveda
किस वेद में आयुर्वेद का वर्णन है ?
A. ऋग्वेद B. सामवेद C. अथर्ववेद D. यजुर्वेद
8. Astanga hridayam is written by
A. Charaka B. Susruta C. Vagabhatta D. None of the above
अष्टांग हृदयम किसके द्वारा लिखा गया है
A. चरक B. सुश्रुत C. वाग्भट्ट D. उपरोक्त में से कोई नहीं
9. How many branches in Ayurveda?
A. 6 B. 8 C. 5 D. 7
आयुर्वेद की कितनी शाखाएँ हैं?
A. 6 B. 8 C. 5 D. 7
10. Ayu means
A. Age B. Life C. Vital force D. None of the above
आयु का अर्थ क्या है
A. आयु B. जीवन C. महत्वपूर्ण बल D. उपरोक्त में से कोई नहीं
11. Too many consumption of good nutrients causes
A. Good for health B. Bad for health C. Both D. None of the above
अच्छे पोषक तत्वों का अधिक सेवन करने से होता है
A. स्वास्थ्य के लिए अच्छा है B. स्वास्थ्य के लिए बुरा है C. दोनों D. उपरोक्त में से कोई नहीं
12. Good nutrients are
A. Fat B. Carbohydrates C. Vitamins and Minerals D. None of the above
अच्छे पोषक तत्व होते हैं
A. वसा B. कार्बोहाइड्रेट C. विटामिन और खनिज D. उपरोक्त में से कोई नहीं

13. Source of the Vitamin C?

A. Spinach B. Citrus food C. Tomato D. All of above

विटामिन सी का स्रोत?

A. पालक B. खट्टे खाद्य पदार्थ C. टमाटर D. उपरोक्त सभी

14. The best source of vitamin A is?

A. Apple B. Carrot C. Honey D. Peanuts

विटामिन ए का सबसे अच्छा स्रोत है?

A. सेब B. गाजर C. शहद D. मूंगफली

15. Source of the carbohydrates are?

A. Potato B. Rice C. Fruits and nuts D. All of the above

कार्बोहाइड्रेट के स्रोत हैं?

A. आलू B. चावल C. फल और जिरा D. उपरोक्त सभी

30

Part - B

II. Write Any three in 150-200 words of following questions
निम्नलिखित प्रश्नों में से कोई तीन प्रश्न 150-200 शब्दों में लिखिए

3x10=30

1. Brief explanation of mud therapy.

मड थेरेपी की संक्षिप्त व्याख्या।

2. Write the ten principles of naturopathy.

प्राकृतिक चिकित्सा के दस सिद्धांतों को लिखिए।

3. Explain Trimalas.

त्रिमल को समझाइए।

4. Explain Vata dosha in brief.

वात दोष को संक्षेप में समझाइए।

5. Write the benefits of diet and Nutrition.

आहार एवं पोषण के लाभ लिखिए

30

Part - C

2x15=30

III. Write Any two in 300-400 words of following questions

निम्नलिखित प्रश्नों में से कोई दो 300-400 शब्दों में लिखिए

1. Explain the importance of Naturopathy in modern time
वर्तमान समय में प्राकृतिक चिकित्सा के महत्व को समझाइए।
2. Explain balanced Diet.
संतुलित आहार को समझाइए।
3. Explain Hydrotherapy and Air therapy.
जल चिकित्सा एवं वायु चिकित्सा को समझाइए।
4. Explain the concept of Ayurveda
आयुर्वेद के सिद्धांतों का वर्णन करें।