

MA / MSc (PREVIOUS) EXAMINATION, 2024**YOGA**

Paper – IV (YOGA/C104)

हठयोग

Faculty of Yog and Yogdarshan

LIBRARY COPY

Time Allowed : 3 Hours Maximum Marks : 70

Note – Each paper will be divided into THREE Parts.

Part A

The candidate will have to solve all questions. All question carry equal marks.
(word limit 50) (10 x 1 = 10)

- Q.1 हठयोग का अर्थ एवं परिभाषा लिखिए ?
Write the meaning definition of hathyoga?
- Q.2 मिताहार को परिभाषित कीजिए ?
Write the definition of mitaahar?
- Q.3 शिवसंहिता में वर्णित प्रमुख नाडियों के नाम लिखिए ?
Write the name of the major Nadis mentioned in Shiv Samhita?
- Q.4 वशिष्ठ संहिता में वर्णित आसनों के नाम लिखिए ?
Write the name of the Asanas mentioned in Vashisht Sanhita?
- Q.5 हठदीपिका में वर्णित आसनों के नाम लिखिए ?
Write the names of the asanas mentioned in hath pradeepika?
- Q.6 घेरण्डसंहिता में वर्णित मुद्राओं के नाम लिखिए ?
Write the names of the mudras mentioned in Gheranda Samhita?
- Q.7 प्राण क्या है ? What is Pran?
- Q.8 प्राणायाम क्या है ? What is Pranayama?
- Q.9 कुंडलिनी का क्या अर्थ है ?
What do you mean by kundalini?
- Q.10 हठयोग एवं राज योग के संबंध को स्पष्ट कीजिए ?
Explain the relationship between hath yoga and Raj yoga?

Part B
The candidate will have to solve any 3 questions out of 5 questions. All question carry equal marks. (word limit 150-200) (3 x 10 = 30)

- Q.1 हठयोग में वर्णित यम-नियम का वर्णन कीजिए ?
Explain the Yama-Niyama mentioned in Hath yoga?
- Q.2 हठदीपिका में वर्णित योगागों का वर्णन कीजिए ?
Describe the parts of yoga mentioned in Hath pradeepika?
- Q.3 घेरण्डसंहिता में वर्णित आसनों के नाम लिखते हुए दो आसनों के तकनीकी, लाभ, सावधानियां एवं महत्व को स्पष्ट कीजिए ?
Write the method benefits, precautions, and importance of the any two asanas mentioned in Gheranda Samhita?
- Q.4 घेरण्ड संहिता के अनुसार ध्यान का वर्णन कीजिए ?
Explain meditation according to Gheranda Samhita?
- Q.5 नादानुसंधान की अवस्थाओं का वर्णन कीजिए ?
Describe the stage of Nadhanusandhan?

Part C

The candidate will have to solve any 2 questions out of 4 questions. All question carry equal marks. (word limit 300) (2 x 15 = 30)

- Q.1 साधक एवं बाधक तत्वों का वर्णन कीजिए ?
Explain the Sadhak and Badhak tattva?
- Q.2 सिद्ध सिद्धांत पद्धति में वर्णित अष्टांग योग का वर्णन कीजिए ?
Explain the Ashtanga yoga describe in siddha Siddhant paddhati?
- Q.3 घेरण्ड संहिता में वर्णित शोधन क्रिया का विस्तृत वर्णन कीजिए ?
Describe the shatkarma in Gheranda Samhita?
- Q.4 वर्तमान समय में हठयोग की प्रासंगिकता पर निबंध लिखिए ?
Write an essay on the relevance of Hath yoga in the present time?