

GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.

DIPLOMA IN NATUROPATHY & YOGA (AYURVED) (HEALTH EDUCATION)  
[D.NAT. & YOGA(AYU.)(H.E.)] EXAMINATION OCTOBER-2016 (NEW SYLLABUS)

ANATOMY AND PHYSIOLOGY

Date :- 13-10-2016  
Thursday

Time :-10:00 a.m. to 01:00 p.m.  
Total Marks :- 100

- सूचना १. प्रत्येक प्रश्न अनिवार्य है। Every question is compulsory.  
२. प्रत्येक प्रश्न के गुण उसकी दाहिनी ओर लिखे गए हैं।

The marks of every question have been written on their right side.

SECTION - A

1. रचना शारीर एवं क्रिया शारीर के ज्ञान की आवश्यकता लिखें। 10  
Write the necessity of the knowledge of anatomy and physiology.
2. 'धातु' का वर्णन करें। 10  
Describe the 'Dhatu'.

OR

2. फुफ्फुस की रचना एवं कार्यो का वर्णन कीजिए।  
Explain the structure and functions of Lung.
3. Write short notes any **four** of the following. 20
- (i) कर्ण की रचना लिखें। Write the anatomy of the ear.  
(ii) अस्थि के प्रकार लिखें। Write the types of Bones.  
(iii) सुषुम्णा काण्ड। Spinal Cord.  
(iv) ऊतक के प्रकार लिखें। Write the types of tissue.  
(v) सन्धि के प्रकार लिखें। Write the types of joint.
4. Answer any **Five** of the following. 10
- (i) श्वेत पटल।  
Sclera.
- (ii) संज्ञावह नाडी।  
Sensory Nerve.
- (iii) तारामण्डल।  
IRIS.
- (iv) श्वासनली का स्थान।  
Location of Trachea.
- (v) नासा के कार्य लिखें।  
Write the function of Nose.
- (vi) तल क्या है ?  
What is the Planes ?

P.T.O.

**SECTION - B**

5. यौगिक की विविध क्रियाओं का शरीर के तन्त्रों पर प्रभाव के विषय में लिखें।  
Write about the effect of various yogic processes on body systems. 10
6. चक्रों का वर्णन कीजिए।  
Describe the Chakras. 10

**OR**

6. हृदय की रचना एवं क्रिया का वर्णन कीजिए।  
Explain the anatomy and physiology of heart.
7. Write short notes any **four** of the following. 20
- (i) यकृत की रचना लिखें।  
Write the anatomy of liver.
- (ii) पीयूष ग्रन्थि।  
Pituitary Gland.
- (iii) प्लीहा।  
Spleen.
- (iv) पुरुष एवं स्त्री मूत्र प्रेषक।  
Male and Female Urethra.
- (v) गर्भाशय।  
Uterus.
8. Answer any **Five** of the following. 10
- (i) पित्ताशय के कार्य।  
Function of Gallbladder.
- (ii) अग्न्याशय का स्थान।  
Location of Pancreas.
- (iii) बीजवाहिनी के विविध भागों के नाम लिखें।  
Enlist the parts of fallopian Tube.
- (iv) वृक्क के मुख्य कार्य।  
Write the main function of Kidney.
- (v) पिंगला नाडी।  
Pingala Nadi.
- (vi) आमाशय का स्थान।  
Location of Stomach.



GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.

DIPLOMA IN NATUROPATHY & YOGA (AYURVED) (HEALTH EDUCATION)  
[D.NAT. & YOGA(AYU.)(H.E.)] EXAMINATION OCTOBER-2016 (NEW SYLLABUS)

NISARGOPACHAR YOGA EVAM SWASTHYAM - I

Date :- 14-10-2016  
Friday

Time :-10:00 a.m. to 01:00 p.m.  
Total Marks :- 100

- सूचना १. प्रत्येक प्रश्न अनिवार्य है । Every question is compulsory.  
२. प्रत्येक प्रश्न के गुण उसकी दाहिनी ओर लिखे गए हैं ।  
The marks of every question have been written on their right side.

SECTION-A

1. 'आहार' की व्याख्या कर "आहारविधि विशेषायतन" का विस्तृत वर्णन करें । 10  
Defining 'Ahara', describe Aharavidhi Visheshayatana in detail.
2. 'प्रोटीन' की व्याख्या कर, उसके स्रोत, प्रतिदिन आवश्यकता एवं कमीजन्य विकारों का विस्तृत वर्णन करें । 10  
Defining 'Protein'; describe its sources, daily requirement and deficiency disorders in detail.

OR

आहार के यौगिक सिद्धान्तों का विस्तृत वर्णन करें ।  
Describe Yogic concepts of dietetics in detail.

3. Write short notes on any **Four** of the following : 20
- A. षड्रस युक्त भोजन का महत्व ।  
Importance of Shadrasa Yukta Bhojana.
- B. Fat.
- C. मांसाहार के लाभालाभ ।  
Pros and cons of Non-vegetarian diet.
- D. अपतर्पण के निदान एवं तज्जन्य व्याधियां ।  
Causes and resulting disorders of Apatarpana.
- E. विलेपी ।  
Vilepi.
4. Answer any **Five** of the following : 10
- A. किन्हीं चार विरुद्धाहार जन्य व्याधियां सूचिबद्ध करें ।  
Enlist any four Viruddhaharajanya disorders.
- B. पथ्य की व्याख्या करें ।  
Define Pathya.
- C. संतर्पण के किन्हीं चार कारणों को सूचिबद्ध करें ।  
Enlist any four causes of Samtarpana.
- D. Dietary fibre क्या है ?  
What is dietary fibre ?
- E. Nutrition की व्याख्या करें ।  
Define Nutrition.
- F. पेया की व्याख्या करें ।  
Define Peya.

[P.T.O.]

## SECTION-B

5. 'स्वस्थ' की व्याख्या एवं लक्षणों का विस्तृत स्पष्टीकरण करें । 10  
Explain definition and characteristics of 'Swastha' in detail.
6. निद्रा की व्याख्या एवं प्रकार लिखकर 'दिवास्वाप' का विस्तृत वर्णन करें । 10  
Writing the definition and type of Nidra; describe 'Divaswapa' in detail.

OR

Dynamics of diseases transmission का संक्षिप्त वर्णन करें ।  
Describe dynamics of diseases transmission in brief.

7. Write short notes on any **Four** of the following : 20
- A. रात्रिचर्या ।  
Ratricharya.
- B. ग्रीष्मऋतु पथ्याहार विहार ।  
Pathya Ahara – Vihara of Grishma Rutu.
- C. ब्रह्मचर्य का महत्व ।  
Importance of Brahmacharya.
- D. विसंक्रमण ।  
Disinfection.
- E. Malaria परिक्षण ।  
Malaria Prevention.
8. Answer any **Five** of the following : 10
- A. अधारणीय वेग की व्याख्या करें ।  
Define Adharaniya Vega.
- B. वर्षाऋतु का अपथ्य विहार लिखें ।  
Write down the Apathya Vihara of 'Varsha Rutu'.
- C. ब्रह्मचर्य की व्याख्या करें ।  
Define Brahmacharya.
- D. निंदित पुरुष सूचिबद्ध करें ।  
Enlist Nindita Purusha.
- E. Active Immunity क्या है ?  
What is Active Immunity ?
- F. 'Plague' संक्रमण परिवहन मार्ग कौन से है ?  
What are the modes of transmission of 'Plague' ?

\*\*\*\*\*

# GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.

## DIPLOMA IN NATUROPATHY & YOGA (AYURVED) (HEALTH EDUCATION) [D.NAT. & YOGA(AYU.)(H.E.)] EXAMINATION OCTOBER-2016 (NEW SYLLABUS)

### NISARGOPACHAR YOGA EVAM SWASTHYAM - II

Date :- 15-10-2016  
Saturday

Time :-10:00 a.m. to 01:00 p.m.  
Total Marks :- 100

- सूचना १. प्रत्येक प्रश्न अनिवार्य है। Every question is compulsory.  
२. प्रत्येक प्रश्न के गुण उसकी दाहिनी ओर लिखे गए हैं।

The marks of every question have been written on their right side.

#### SECTION - A

1. 'मन' की व्याख्या कर उसके लक्षण एवं कार्यों का विस्तृत वर्णन करें। 10  
Defining 'Mana'; describe its characteristics and functions in detail.
2. 'प्रज्ञापराध' के स्वास्थ्य प्रभावों का स्पष्टीकरण करें। 10  
Explain the effects of Prajnaparadha on health.

#### OR

2. प्रार्थना के शरीर क्रियात्मक प्रभाव एवं चिकित्सकीय प्रयोगों का वर्णन करें।  
Describe physiological effects and therapeutic utility of Prayer.
3. Write short notes any **four** of the following. 20  
(i) मन एवं शरीर का अन्योन्य आधार। Interdependence of 'Mana' and 'Sharira'.  
(ii) सद्वृत्त। Sadvrutta.  
(iii) तनाव। Stress.  
(iv) सात्विक प्रकृति। Sattvika Prakruti.  
(v) ज्योतिष शास्त्र का चिकित्सकीय महत्व। Medical importance of Astrology.
4. Answer any **Five** of the following. 10  
(i) तामसिक प्रकृति के प्रकार सूचिबद्ध करें।  
Enlist types of Tamasika Prakruti.  
(ii) 'भावना' की व्याख्या करें।  
Define Bhavana.  
(iii) Intellect क्या है ?  
What is intellect ?  
(iv) Personality disorders सूचिबद्ध करें।  
Enlist personality disorders.  
(v) Psychotherapy की व्याख्या करें।  
Define Psychotherapy.  
(vi) 'मंत्र' का क्या अर्थ है ?  
What is meant by Mantra ?

P.T.O.

**SECTION - B**

5. स्वास्थ्य सेवाओं के स्तरों की व्याख्या कर Female health worker के कार्यों का वर्णन करें। 10  
Defining levels of health care services; describe functions of female health worker.
6. Primary health care में निसर्गोपचार के संभवित योगदान का वर्णन करें। 10  
Describe possible contribution of Nisargopachara in primary health care.

**OR**

6. परिवार नियोजन की पद्धतियों का संक्षिप्त वर्णन करें।  
Describe the family planning methods in brief.
7. Write short notes any **four** of the following. 20
- (i) Trained Dai  
Trained Dai.
- (ii) सुरक्षित प्रसव।  
Safe labour.
- (iii) WHO के लक्ष्य।  
Goals of WHO.
- (iv) आयुष।  
AYUSH.
- (v) Immunization का समय पत्रक।  
Immunization schedule.
8. Answer any **Five** of the following. 10
- (i) Sub-centre की Staff-pattern सूचिबद्ध करें।  
Enlist the staff-pattern of a sub-centre.
- (ii) Family welfare programme का हेतु क्या है ?  
What is the aim of family welfare programme ?
- (iii) ICDS क्या है ?  
What is ICDS ?
- (iv) National programme for Malaria में Passive surveillance की व्याख्या करें।  
Define passive surveillance in National programme for Malaria.
- (v) RNTCP में DOTs अंतर्गत दी जानेवाली दवाईयाँ सूचिबद्ध करें।  
Enlist medicines administered under DOTs in RNTCP.
- (vi) Alma-Ata घोषणा पत्र कब और कहाँ ग्रहण किया गया ?  
When and where the Alma-Ata declaration was adopted ?



GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.

DIPLOMA IN NATUROPATHY & YOGA (AYURVED) (HEALTH EDUCATION)  
[D.NAT. & YOGA(AYU.)(H.E.)] EXAMINATION OCTOBER-2016 (NEW SYLLABUS)

NISARGOPACHAR : PRINCIPLES & PRACTICE

Date :- 17-10-2016  
Monday

Time :-10:00 a.m. to 01:00 p.m.  
Total Marks :- 100

- सूचना १. प्रत्येक प्रश्न अनिवार्य है । Every question is compulsory.  
२. प्रत्येक प्रश्न के गुण उसकी दाहिनी ओर लिखे गए हैं ।  
The marks of every question have been written on their right side.

SECTION-A

1. सूर्यस्नान का विस्तृत वर्णन करें । 10  
Describe the Sun bath in detail.
2. मसाज के प्रकार, चिकित्सकीय उपयोग, मसाज योग्य तथा अयोग्य का वर्णन करें। 10  
Describe the types of Massage, therapeutic utility and it's indication and contraindications.

OR

उपवास के दौरान उत्पन्न होने वाली हिलिंग क्रायसिस तथा उसके व्यवस्थापन का वर्णन करें ।

Describe the healing crisis and its management during Fasting.

3. Write short notes on any **Four** of the following : 20
- A. बलवंतराय निसर्गोपचार केन्द्र, वडोदरा ।  
Balvantrai Nisargopachara Kendra Vadodara.
- B. कुलरंजन मुखर्जी ।  
Kulranjan Mukharjee.
- C. वालुका स्वेद के शारीरक्रियात्मक प्रभाव ।  
Physiological action of Sand fomentation.
- D. लुई कुह्ने का निसर्गोपचार साहित्य में प्रदान ।  
The contribution of Louis Kuhne in the literature of Naturopathy.
- E. निसर्गोपचार के सिद्धान्त ।  
Principles of Naturopathy.
4. Answer any **Five** of the following : 10
- A. वायु के चार गुणों के नाम लिखें ।  
Enlist four qualities of Vayu Tattva.
- B. स्वेदन के चार प्रकारों के नाम लिखें ।  
Enlist four types of Fomentation.
- C. उपवास के चार योग्य को लिखें ।  
Enlist four indications of Fasting.
- D. आकाशतत्व के चार कार्यों को लिखें ।  
Enlist four functions of Akash Tattva.
- E. निसर्गोपचार और एलोपेथी के दो सामंजस्य को लिखें ।  
Enlist two relations between Naturopathy and Allopathy.
- F. निसर्गोपचार में वर्णित रोगोत्पत्ति के दो सिद्धान्तों के नाम लिखें ।  
Enlist two theory of disease manifestation according to Naturopathy.

[P.T.O.]

## SECTION-B

5. पादस्नान के प्रकार, विधि, योग्य अयोग्य और उसके शारीरक्रियात्मक प्रभावों का वर्णन करें । 10

Describe the types of Foot Bath, write procedure, indication, contraindication of Hot Foot Bath with it's Physiological action.

6. आहार चिकित्सा की व्याख्या करके स्थूल व्यक्ति के आहार आयोजन का वर्णन करें । 10

Define Diet therapy and write the diet plan for the Obese Person.

**OR**

यंत्र रहित फिजियोथेरापी की विधि और उसके शारीरक्रियात्मक प्रभावों का वर्णन करें ।

Describe the without instrument Physiotherapy procedure with it's physiological action.

7. Write short notes on any **Four** of the following : 20

- A. वायब्रेटर - प्रकार और उपयोग विधि ।  
Vibrator – types and application method.
- B. व्यायाम (एक्सरसाइज़) के सिद्धान्त ।  
Principles of Exercise.
- C. रेकी - विधि और शारीरक्रियात्मक प्रभाव ।  
Reiki – procedure and physiological action.
- D. पुनः स्थापन के लिए फिजिकल ट्रेनिंग ।  
Physical training in Rehabilitation.
- E. सुजोक - प्रयोग विधि, योग्य और अयोग्य ।  
Sujok – application method, indication and contraindication.

8. Answer any **Five** of the following : 10

- A. एक्सरसाइज़ की व्याख्या करें ।  
Define exercise.
- B. टो वोक की व्याख्या करें ।  
Define Toe Walk.
- C. मृत्तिका चिकित्सा की चार प्रक्रियाओं के नाम लिखें ।  
Enlist four Mud therapy procedures.
- D. जलचिकित्सा के चार स्नान लिखें ।  
Enlist four baths of Hydrotherapy.
- E. चार गर्म रंगों के नाम लिखें ।  
Enlist four Hot Colours.
- F. ओस्टियोपथी के दो सिद्धान्त लिखें ।  
Enlist two principles of Osteopathy.

\*\*\*\*\*



# GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.

## DIPLOMA IN NATUROPATHY & YOGA (AYURVED) (HEALTH EDUCATION) [D.NAT. & YOGA(AYU.)(H.E.)] EXAMINATION OCTOBER-2016 (NEW SYLLABUS)

### YOGA PRACTICE

Date :- 18-10-2016  
Tuesday

Time :-10:00 a.m. to 01:00 p.m.  
Total Marks :- 100

- सूचना १. प्रत्येक प्रश्न अनिवार्य है। Every question is compulsory.  
२. प्रत्येक प्रश्न के गुण उसकी दाहिनी ओर लिखे गए हैं।

The marks of every question have been written on their right side.

### SECTION - A

1. उदरशक्ति विकासक क्रिया की पद्धति एवं शरीरक्रियात्मक प्रभाव वर्णित करें। 10  
Describe Udara Shakti Vikasak Kriya with technique and Physiological effect.
2. हृद्घौति सविस्तार वर्णित करें। 10  
Describe Hrid Dhauti in detail.

### OR

2. स्थूल व्यायाम को व्याख्यायित करते हुए उनकी पद्धति एवं चिकित्सकीय उपयोग दर्शायें।  
Define Sthaula Vyayam with their technique and therapeutic effect.
3. Write short notes any **four** of the following. 20
- (i) सिंहासन की पद्धति एवं प्रभाव। Simhasan technique and effect.  
(ii) मत्स्येन्द्रासन की पद्धति एवं प्रभाव। Technique and effect of Matsyendrasan.  
(iii) नौलिक्रिया का चिकित्सकीय महत्व। Therapeutic importance of Naulikriya.  
(iv) शिर्षासन के उपयोग एवं निषेध। Indication and C.I. of Shirshasana.  
(v) मन्त्र एवं अर्थ सहित सूर्यनमस्कार। Surya Namaskar with Mantras and their meanings.
4. Answer any **Five** of the following. 10
- (i) कपालभाति की व्याख्या एवं प्रकार लिखें।  
Enlist the types of Kapalbhati and it's defination.
- (ii) नेत्रशक्ति विकासक क्रिया की पद्धति लिखें।  
Technique of Netra Shakti Vikasak Kriya.
- (iii) मणिबन्ध शक्ति विकासक क्रिया की पद्धति लिखें।  
Technique of Manibandha Shakti Vikasak Kriya.
- (iv) उत्तानकूर्मासन की विधि लिखें।  
Technique of Uttankurmasan.
- (v) स्मृति विकासक सूक्ष्म व्यायाम की पद्धति लिखें।  
Write technique of memory developing Sukshma Vyayama.
- (vi) कुण्डलिनी शक्ति विकास की क्रिया की पद्धति लिखें।  
Technique of Kundalini Shakti Vikasak Kriya.

P.T.O.

## SECTION - B

5. ध्यान की व्याख्या, शरीरक्रियात्मक एवं चिकित्सकीय प्रभाव सविस्तार दर्शायें। 10  
Define Dhyan with Physiological effect and therapeutic utility in detail.
6. धारणा को व्याख्यायित करते हुए पञ्चतत्व धारणा समझाएँ। 10  
Define Dharana and explain Panchtatva dharana.

OR

6. योगनिद्रा का सविस्तार वर्णन करें।  
Describe Yoga Nidra in detail.
7. Write short notes any **four** of the following. 20
- (i) भस्त्रिका प्राणायाम की चिकित्सकीय उपयोगिता एवं निषेध।  
Therapeutic effect and C.I. of Bhastrika Pranayam.
- (ii) हस्तमुद्रा की व्याख्या एवं सामान्य प्रभाव।  
Definition and effect of Hastmudra in general.
- (iii) उड्डियानबंध की पद्धति एवं प्रभाव।  
Technique and effect of Uddiyanbandha.
- (iv) उज्जायी प्राणायाम की पद्धति, उपयोग एवं निषेध।  
Technique and indication - C.I. of Ujjayi Pranayam.
- (v) खेचरी मुद्रा।  
Khechari Mudra.
8. Answer any **Five** of the following. 10
- (i) प्रत्याहार की व्याख्या लिखें।  
Define Pratyahar.
- (ii) ध्यान की किन्हीं चार पद्धतियों को सूचिबद्ध करें।  
Enlist any four technique of Dhyan.
- (iii) बुद्धि विकासक चार योगाभ्यास को सूचिबद्ध करें।  
Enlist any four Yoga practices for development of intelligence.
- (iv) विपरीत करणी मुद्रा को व्याख्यायित करें।  
Define Viparitkarani Mudra.
- (v) ताडागी मुद्रा की पद्धति लिखें।  
Write technique of Tadaji Mudra.
- (vi) अश्विनी मुद्रा का चिकित्सकीय प्रभाव लिखें।  
Write therapeutic effect of Ashvini Mudra.



GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.

DIPLOMA IN NATUROPATHY & YOGA (AYURVED) (HEALTH EDUCATION)  
[D.NAT. & YOGA(AYU.)(H.E.)] EXAMINATION OCTOBER-2016 (NEW SYLLABUS)

YOGA SHASTRA

Date :- 19-10-2016  
Wednesday

Time :-10:00 a.m. to 01:00 p.m.  
Total Marks :- 100

- सूचना १. प्रत्येक प्रश्न अनिवार्य है । Every question is compulsory.  
२. प्रत्येक प्रश्न के गुण उसकी दाहिनी ओर लिखे गए हैं ।  
The marks of every question have been written on their right side.

SECTION-A

1. भक्तियोग का सविस्तार वर्णन करें । 10  
Describe Bhaktiyoga in detail.
  2. योगाभ्यास के प्राक् वैदिककाल से आधुनिक समय तक के क्रमिक विकास का वर्णन करें । 10  
Describe chronological development of Yogic practices from pre-Vedic to modern era.
- OR**
- श्रीमद् भगवद् गीता के आधार पर ज्ञानयोग का वर्णन करें ।  
Describe Yoga of knowledge as per Shrimad Bhagvat Gita.
  3. Write short notes on any **Four** of the following : 20
    - A. धारणा सु च योग्यता मनसः ।
    - B. प्रयत्न शैथिल्यतानन्तसमापत्तिभ्याम् ।
    - C. हेयं दुःखमनागतम् ।
    - D. महर्षि पतंजलि का परिचय दे ।  
Introduction of Maharshi Patanjali.
    - E. गुणातीत के लक्षण ।  
Characteristics of Gunatita.
  4. Answer any **Five** of the following : 10
    - A. यमों को सूचिबद्ध करें ।  
Enlist Yama.
    - B. प्रमाण को सूचिबद्ध करें ।  
Enlist Pramana.
    - C. पातंजल योगसूत्र के अध्याय नामांकित करें ।  
Name the chapters of Patanjala Yoga Sutra.
    - D. क्रियायोग की व्याख्या लिखें ।  
Define Kriyayoga.
    - E. राग को व्याख्यायित करें ।  
Define Raga.
    - F. तंत्रयोग क्या है ?  
What is Tantra Yoga ?

[P.T.O.]

**SECTION-B**

5. हठ प्रदिपिका का सविस्तार परिचय दें । 10  
Introduce Hatha Pradipika.

6. समाधि एवं उनके प्रकार घेरण्डमतानुसार समझाएँ । 10  
Explain Samadhi and its types as per Gheranda Samhita.

**OR**

योग “रोगों की रोकथाम एवं सुधार” के परीपेक्ष्य में समझाएँ ।  
Describe preventive and curative aspects of Yoga.

7. Write short notes on any **Four** of the following : 20

A. आयंगर स्कूल ऑफ योग ।

Iyengar school of Yoga.

B. हठ प्रदिपिका के मतानुसार योगाभ्यास में सहायक भाव ।

Supportive factors in Yoga practices as per Hatha Pradipika.

C. शिव संहिता के आधार पर मूलाधारचक्र ध्यान के फायदे ।

Benefits of Muladhara Chakra Dhyana as per Shiva Samhita.

D. घेरण्ड संहिता के आधार पर षट्कर्म प्रकार सहित तालिका के रूप में लीखें ।

Chart out Shatkarma with types as per Gheranda Samhita.

E. गोरक्ष संहिता के आधार पर नाडी ।

Nadis as per Goraksha Samhita.

8. Answer any **Five** of the following :

10

A. सी.सी.आर.वाय.एन. का पूर्णनाम लिखें ।

Write full form of C.C.R.Y.N.

B. पंच उपप्राण सूचिबद्ध करें ।

Enlist Pancha Upaprana.

C. कुण्डलीनी के चार पर्याय लीखें ।

Enlist four synonyms of Kundalini .

D. नादानुसंधान को व्याख्यायित करें ।

Define Nadanusandhana.

E. योगारंभ में निषिद्ध ऋतुओं को सूचिबद्ध करें ।

Enlist contraindicated seasons for Yogarambha.

F. गोरक्ष संहिता के मतानुसार योगांग सूचिबद्ध करें ।

Enlist Yoganga as per Goraksha Samhita.

\*\*\*\*\*