

GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.
POST GRADUATE DIPLOMA IN YOGA & NATUROPATHY - (P.G. D.Y.N.)

EXAMINATION SEPTEMBER-2015

YOGA : HISTORY & PHILOSOPHY

Date :- 28-09-2015
Monday

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

Instructions: 1. Every question is compulsory.

प्रत्येक प्रश्न अनिवार्य है।

2. Every question bears the marks written on the right side.

प्रत्येक प्रश्न के गुण उसकी दाहिनी ओर लिखे गये हैं।

SECTION-A

1. Write the definition of Yoga and prevailing misconceptions about it. 10
योग की परिभाषा लिखें एवं योग सम्बन्धित प्रचलित गलतफहमियों का विवरण करें।
2. Answer any one out of two questions.: 10
 - (A) Give the logical explanation about the topics and sequence of the Padas of Patanjali Yoga Sutra.
पातञ्जल योगसूत्र के पादों के विषय और क्रम का तार्किक विवेचन करें।
 - (B) Write about the streams of Yoga that can be followed by a common man in present time.
वर्तमान समय में सामान्य मनुष्यों द्वारा अनुसरने योग्य योग की शाखा के बारे में लिखें।
3. Answer any Four out of five questions. 20
 - A. Yoga philosophy in Vedas.
वेदों में योग दर्शन।
 - B. Samkhya Yoga.
सांख्य योग।
 - C. Characteristics of Gunatita.
गुणातीत के लक्षण।
 - D. Yoga Vashishtha.
योग वाशिष्ठ।
 - E. Karma Yoga.
कर्म योग।
4. Answer any Five of the following : 10
 - A. What was the purpose of Yoga in ancient time ?
प्राचीनकाल में योग का उद्देश्य क्या था ?
 - B. What is the meaning of 'Tantra' in Tantra Yoga ?
तन्त्र योग में 'तन्त्र' का अर्थ क्या हो ?
 - C. What is the cause of Rebirth ?
पुनर्जन्म का कारण क्या है ?
 - D. Mention total number of chapters of Shrimad Bhagvad Geeta.
श्रीमद् भगवद् गीता में कुल कितने अध्याय हैं ?
 - E. Write the definition of Yoga according to any Darshan Shastra.
किसी भी दर्शन शास्त्र अनुसार योग की परिभाषा लिखें।
 - F. Write the name of any two famous followers of Bhakti Yoga.
भक्ति योग के किन्हीं दो प्रसिद्ध अनुयायी के नाम लिखें।

SECTION-B

5. Explain the concept of Pran according to different texts. 10
विभिन्न ग्रन्थानुसार प्राण की संकल्पना समजाएँ ।
6. Answer any one out of two questions.: 10
(A) Explain the importance of body cleansing and methods of it.
शारीरिक शुद्धि का महत्व और उसकी पद्धतियाँ समजाएँ ।
(B) Establish the relation between Man and Vayu according to Hatha Pradipika.
हठ प्रदीपिका अनुसार मन और वायु के बीच सम्बन्ध स्थापित करें ।
7. Answer any Four out of five questions.: 20
A. Importance of Gherand Samhita.
घेरण्ड संहिता का महत्व ।
B. Kundalini.
कुण्डलिनी ।
C. Benefits of Chakra Dhyan.
चक्र ध्यान के लाभ ।
D. Pranavabhyas of Goraksha Samhita.
गोरक्ष संहिता का प्रणवाभ्यास ।
E. Yuktayukta Pranayam.
युक्तयुक्त प्राणायाम ।
8. Answer any Five of six questions.: 10
A. What is Yoga Matha ?
योगमठ क्या है ?
B. Write two differences between Samadhi and Dhyan.
समाधि और ध्यान के बीच दो भेद लिखें ।
C. Write the Panch Upapran with their sites.
पञ्च उपप्राण और उसके स्थान लिखें ।
D. What is the best time for Yogabhyas ?
योगाभ्यास के लिए श्रेष्ठ समय कौनसा है ?
E. Enlist the Vighnas in Mukti.
मुक्ति में विघ्नों को सूचिबद्ध करें ।
F. What is the importance of Penta elements in Yoga ?
पञ्चमहाभूत का योग में क्या महत्व है ?



GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.
POST GRADUATE DIPLOMA IN YOGA & NATUROPATHY - (P.G. D.Y.N.)
EXAMINATION SEPTEMBER-2015
YOGA : PRACTICE & THERAPY

Date :- 29-09-2015
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. आसन की व्याख्या, मूलभूत सिद्धान्त एवं शरीर तथा मानस प्रभाव सोदाहरण 10
समझाएँ ।
Explain the definition, basic principles and physio-psychological effects of Asana
with examples.

2. यौगिक स्थूल व्यायाम की पद्धति एवं शरीरक्रियात्मक प्रभाव वर्णित करें । 10
Describe the technique and physiological effect of Yogic Sthula Vyayama.

OR

स्वास्थ्यपूर्ण जीवन के मूलभूत सिद्धान्त को योगाभ्यास के माध्यम से समझाएँ ।
Explain fundamentals of healthy living through Yoga practices.

3. Answer short note on any **Four** of the following : 20

- A. सूर्यनमस्कार के उपयोग एवं निषेध ।
Indication and contra indication of Suryanamaskara.
- B. सिंहासन का उर्ध्वजत्रुगत रोगों पर प्रभाव ।
Effect of Simhasana on Urdhvajatrugata diseases.
- C. कटिशक्ति विकासक सूक्ष्म व्यायाम ।
Katishakti Vikasaka Sukshma Vyayama.
- D. नौलिक्रिया का शरीरक्रियात्मक प्रभाव ।
Physiological effect of Naulikriya.
- E. वस्त्रधौति की उपयुक्तता एवं निषेध ।
Do's and don'ts of Vastra Dhauti.

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

- A. शंखप्रक्षालन में उपर्युक्त आसनों को नामांकित करें ।
Enlist the Asanas for Shankhaprakshalana.
- B. नेत्रशक्तिविकासक क्रिया लिखें ।
Write down Netrashakti Vikasaka Kriya.
- C. उत्तानकूर्मासन की विधि लिखें ।
Write down the technique of Uttanakurmasana.
- D. वातक्रम कपालभांति की तकनीक लिखें ।
Write the technique of Vatakrama Kapalabhanti.
- E. मूलाधारचक्र शुद्धि सूक्ष्म व्यायाम समझाएँ ।
Explain Muladhara Chakra Shuddhi Sukshma Vyayama.
- F. स्थलबस्ति की विधि एवं संहिता के आधार पर किन रोगों में उपयुक्तता है
लिखें ।
Mention the technique of Sthalabasti and name the disease. In which it is
beneficial as per traditional text.

[P.T.O.]

SECTION-B

5. 'बंध' की व्याख्या करे एवं त्रिबंध में उद्धियानबंध की श्रेष्ठता साबित करें । 10
Define Bandha and prove Uddiyana Bandha is best among Tribandha.

6. धारणा को व्याख्यायित करते हुए, उसकी तकनीक एवं चिकित्सकीय उपयोगिता 10
समझाएँ ।

Define Dharana and explain its technique and therapeutic utility.

OR

प्राणायाम को व्याख्यायित करते हुए भस्त्रिका प्राणायाम की तकनीक एवं प्रभाव 10
समझाएँ ।

Define Pranayama and explain the technique and effect of Bhastrikapranayama.

7. Answer short note on any **Four** of the following : 20

A. खेचरी मुद्रा ।

Khechari Mudra.

B. कुण्डलिनी ध्यान ।

Kundalini Dhyana.

C. नाडीशोधन प्राणायामका शारीर एवं मानस प्रभाव ।

Physio-psychological effect of Nadishodhana Pranayama.

D. पिंडस्थ ध्यान ।

Pindastha meditation.

E. यौगिक ध्यान तथा अन्य एकाग्रता बढ़ानेवाली क्रियाओं के बीच का अंतर 10
स्पष्ट करें

Clarify the difference between Yogic meditation and other methods of concentration.

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

A. किन्हीं चार रोगों को नामांकित करें जिनमें सूर्यस्वर उपर्युक्त हो ।

Enlist any four disease in which Suryaswara is useful .

B. उज्जयी प्राणायाम के संदर्भ में संहितामें वर्णित किन्हीं चार रोगों को सूचिबद्ध 10
करें ।

Enlist any four diseases as per traditional text in the reference of Ujjayi Pranayama.

C. अश्विनी मुद्रा की तकनीक ।

Technique of Ashwini Mudra.

D. किन्हीं दो वैज्ञानिक आयामों के माध्यम से ध्यानाभ्यासी के रक्त पर पड़नेवाले 10
प्रभाव को स्पष्ट करें ।

Clarify the effect on blood of Dhyana practitioner scientifically by any two means.

E. विपश्यना ध्यान को व्याख्यायित करें ।

Define Vipashyana meditation.

F. पदस्थ ध्यान को व्याख्यायित करें ।

Define Padastha Dhyana.

GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.
POST GRADUATE DIPLOMA IN YOGA & NATUROPATHY - (P.G. D.Y.N.)
EXAMINATION SEPTEMBER-2015
NATUROPATHY : HISTORY, PHILOSOPHY & PRINCIPLES

Date :- 30-09-2015
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. निसर्ग के रचनात्मक सिद्धान्तों को व्याख्यायित करते हुए उनका परिपालन करने की प्रक्रिया का वर्णन करें । 10
Defining the natural constructive principles of health, describe the process of their maintenance.

2. युनानी एवं सिद्ध शास्त्रों के अनुसार स्वास्थ्य की मूलभूत अवधारणा का वर्णन करें । 10

Describe the basic concept of health and disease according to Unani and Siddha.

OR

निसर्गोपचार में हिप्पोक्रेटस एवं बर्नार्ड मैकफेडिन के प्रदानों का वर्णन करें ।

Describe the contributions of Hippocrates and Bernarr Macfadden in Naturopathy.

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

A. के. लक्ष्मण शर्मा का जीवन चरित्र ।

Life sketch of K. Laxman Sharma.

B. शरीर धर्म का प्राकृतिक नियम ।

Nature's law of Shareera Dharmas.

C. निसर्गोपचार में श्री जयंति ठाकोर का प्रदान ।

Contribution of Shri Jayanti Thakor in Naturopathy.

D. ऋतुजनित व्याधियों के प्रतिषेध में ऋतुचर्या पालन का महत्व ।

Importance of following Rutucharya in prevention of seasonal diseases.

E. मन का चिकित्सकीय महत्व ।

Therapeutic importance of Mind.

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

A. वसंत ऋतुचर्या के किन्हीं चार महत्वपूर्ण बिंदुओं को सूचिबद्ध करें ।

Enlist any four important points of Vasanta Ritucharya.

B. जल महाभूत के गुणधर्मों को सूचिबद्ध करें ।

Enlist the properties of Jala Mahabhuta.

C. अनूर्जता पर प्रभाव करनेवाले घटकों को सूचिबद्ध करें ।

Enlist the factors affecting Immunity.

D. फ्रा. सेबस्टिअन नीप्प का निसर्गोपचार में क्या प्रदान है ?

What is the contribution of Fr. Sebastian Kneipp to Naturopathy ?

E. चिकित्सा की व्याख्या लिखें ।

Define treatment.

F. दिनचर्या पालन के किन्हीं चार फायदों को सूचिबद्ध करें ।

Enlist any four benefits of following Dinacharya.

[P.T.O.]

SECTION-B

5. लूई कुहने के मतानुसार 'युनिटी ऑफ डीसास एण्ड युनिटी ऑफ क्योर' की अवधारणा समझाएँ । 10
Explain the concept of 'Unity of Disease and Unity of Cure' according to Louis Kuhne.
6. जीवन शक्ति एवं जैविक शक्ति संरक्षण के सिद्धान्तों का वर्णन करें । 10
Describe the theories of Vitality and Vital economy.
- OR**
- टीकाकरण एवं उनके प्रभावों का वर्णन करें ।
Describe vaccination and inoculation and their effects.
7. Write short notes on any **Four** of the following : 20
- A. संकट व्यवस्थापन ।
Management of Crisis.
 - B. प्रार्थना के चिकित्सकीय प्रभाव ।
Therapeutic effects of Prayer.
 - C. 'उपस वृक्ष ।'
Upas tree.
 - D. फेशियल एक्सप्रेसन की अवधारणा ।
Concept of Facial Expression.
 - E. लक्षणों को दबाना एवं उसके प्रभाव ।
Suppression of Symptoms and its effects.
8. Answer any **Five** of the following : 10
- A. महिलाओं के लिए उपयुक्त प्राकृतिक गर्भनिरोधक पद्धतियों सूचिबद्ध करें ।
Enlist the natural contraceptive methods useful for females.
 - B. शोथ की व्याख्या लिखें ।
Define inflammation.
 - C. औषध प्रतिक्रिया के आभ्यंतर कारण किसे कहते हैं ?
What is meant by intrinsic causes of drug reaction ?
 - D. विषाक्तता का क्या अर्थ है ?
What is meant by Toxemia ?
 - E. 'भार' को व्याख्यायित करें ।
Define Encumbrance.
 - F. आरोग्य रक्षक पंचतंत्र के घटकों को सूचिबद्ध करें ।
Enlist the components of Arogya Rakshak Pancha Tantra.

GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.
POST GRADUATE DIPLOMA IN YOGA & NATUROPATHY - (P.G. D.Y.N.)
EXAMINATION SEPTEMBER-2015
NATURAL THERAPEUTICS

Date :- 01-10-2015
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. नेचरोपथी की व्याख्या लिखते हुए सांप्रत समय में उसके चिकित्सकीय महत्व का 10 वर्णन करें ।
Writing the definition of Naturopathy, describe its therapeutic importance.
2. उपवास के प्रकार, शारीरक्रियात्मक प्रभाव एवं उसके योग्य-अयोग्य का वर्णन करे। 10
Describe the types, physiological effects, indications and contraindications of fasting.

OR

एनिमा की विधि और शारीरक्रियात्मक प्रभावों का वर्णन करे।
Describe the procedure and physiological effects of Enema.

3. Write short notes on any **Four** of the following : 20
 - A. मृत्तिका चिकित्सा के योग्य-अयोग्य ।
Indications and contraindications of Mud Therapy.
 - B. पृष्ठवंश स्नान का शारीरक्रियात्मक प्रभाव ।
Physiological effects of Spinal Bath.
 - C. सूर्य स्नान के योग्य-अयोग्य ।
Indications and contraindications of Sun Bath.
 - D. मर्दन की मूलभूत विधियाँ ।
Basic techniques of Massage.
 - E. वायु सेवन के शारीरक्रियात्मक प्रभाव ।
Physiological effects of Vayu Sevana.
4. Answer any **Five** of the following : 10
 - A. स्वेदन कर्म के किन्हीं चार योग्य को सूचिबद्ध करें ।
Enlist any four indications of Fomentation.
 - B. पाद स्नान के किन्हीं चार योग्य को सूचिबद्ध करें ।
Enlist any four indications of Feet Bath.
 - C. मर्दन की व्याख्या लिखें ।
Define Massage.
 - D. मृत्तिका चिकित्सा की व्याख्या लिखें ।
Define Mud Therapy.
 - E. सूर्यस्नान के प्रकारों को सूचिबद्ध करें ।
Enlist the types of Sun Bath.
 - F. वायु सेवन के प्रकारों को सूचिबद्ध करें ।
Enlist the types of Vayu Sevana.

[P.T.O.]

SECTION-B

5. वायब्रेटर चिकित्सा का वर्णन करें । 10
Describe Vibrator Therapy.

6. विविध जिवनीय तत्त्वों के स्वास्थ्य पर होनेवाले प्रभावों का वर्णन करें । 10
Describe the effects of various vitamins on health.

OR

रंग चिकित्सा का वर्णन करें ।
Describe Chromo Therapy.

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

A. चुम्बक चिकित्सा का शारीरक्रियात्मक प्रभाव ।
Physiological effects of Magnet Therapy.

B. कायरो प्रैक्टिस का शारीरक्रियात्मक प्रभाव ।
Physiological effects of Chiro-Practice.

C. गंध चिकित्सा ।
Aroma Therapy.

D. व्हीट ग्रास चिकित्सा ।
Wheat-Grass Therapy.

E. प्राकृतिक आहार के प्रकार ।
Types of Natural Diet.

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

A. नारंगी रंग की चिकित्सा के अयोग्य को सूचिबद्ध करें ।
Enlist the contraindications of Orange Colour treatment.

B. इन्फ्रारेड लेम्प चिकित्सा के अयोग्य को सूचिबद्ध करें ।
Enlist the contraindications of Infra-Red Lamp.

C. ऑस्टीयोपथि के योग्य को सूचिबद्ध करें ।
Enlist the indications of Osteopathy.

D. एक्युप्रेसर के प्रकारों को सूचिबद्ध करें ।
Enlist the types of Acupressure.

E. धनात्मक आहार की व्याख्या लिखें ।
Define positive diet.

F. अंकुरित खाद्यों के फायदों को सूचिबद्ध करें ।
Enlist the benefits of Sprouts.

GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.
POST GRADUATE DIPLOMA IN YOGA & NATUROPATHY - (P.G. D.Y.N.)
EXAMINATION SEPTEMBER-2015
MANAGEMENT OF DISEASES THROUGH YOGA AND NATUROPATHY

Date :- 03-10-2015
Saturday

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

- सूचना 9. प्रत्येक प्रश्न अनिवार्य है । Every question is compulsory.
12. 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. निसर्गोपचारीय नैदानिक प्रक्रिया में आयुर्वेदिक नैदानिक प्रक्रियाओं की उपादेयता 10
समझाएँ ।
Explain the utility of Ayurvedic diagnostic tools in Naturopathic diagnostic process.
2. निसर्गोपचार के चिकित्सा सिद्धान्तों का वर्णन करें । 10
Describe therapeutic principles of Naturopathy.
OR
योग के चिकित्सा सिद्धान्तों का वर्णन करें ।
Describe therapeutic principles of Yoga.
3. Answer short note on any **Four** of the following : 20
 - A. नाभि परीक्षा ।
Umbilical examination.
 - B. मुखाकृति निदान ।
Facial diagnosis.
 - C. आधुनिक चिकित्सा एवं योग ।
Modern treatment and Yoga.
 - D. निसर्गोपचार में चिकित्साक्रम का महत्व ।
Importance of sequence of treatment in Naturopathy.
 - E. निसर्गोपचार में परामर्श का महत्व ।
Importance of counselling in Naturopathy.
4. Answer any **Five** of the following : 10
 - A. आयुर्वेद एवं योग चिकित्सा के सिद्धान्तों में क्या साम्यता है ?
What is the similarity between the therapeutic principles of Ayurveda and Yoga ?
 - B. निसर्गोपचार एवं सिद्ध चिकित्सा पद्धति के सिद्धान्तों में क्या साम्यता है ?
What is the similarity between the therapeutic principles of Siddha system and Naturopathy.
 - C. त्रिगुण परीक्षा किसे कहते हैं ?
What is meant by Triguna Pariksha ?
 - D. वर्ण निदान कैसे किया जाता है ?
What is the method of Chromo diagnosis ?
 - E. आधुनिक निदान प्रक्रिया योग चिकित्सा में कैसे सहायक सिद्ध हो सकती है ?
How can the modern diagnostic tools become helpful in Yoga therapy.
 - F. योग अनुसंधान में समाविष्ट प्रमुख घटकों को सूचिबद्ध करें ।
Enlist the main components incorporated in Yoga research.

[P.T.O.]

SECTION-B

5. शोष एवं ग्रहणी की योग एवं निसर्गोपचारीय चिकित्सा संपूर्ण चिकित्सा चिकित्सासूत्र के साथ लिखें । 10

Write the complete Yogic and Naturopathic management of Shosha and Grahani with line of treatment.

6. विषमज्वर एवं प्रमेह की योग एवं निसर्गोपचार की संपूर्ण चिकित्सा चिकित्सासूत्र के साथ लिखें । 10

Write the complete Yogic and Naturopathic management of Vishama Jwara and Prameha with line of treatment.

OR

गृध्रसी एवं अनिद्रा की योग एवं निसर्गोपचार की संपूर्ण चिकित्सा चिकित्सासूत्र के साथ लिखें ।

Write the complete Yogic and Naturopathic management of Grudhrasi and Anidra with line of treatment.

7. Answer short note on any **Four** of the following : 20

- A. राज्यक्ष्मा की निसर्गोपचारीय चिकित्सा ।
Naturopathic management of Rajyakshma.
- B. तृष्णा की योगिक चिकित्सा ।
Yogic management of Trushna.
- C. अग्निमांद्य की योगिक चिकित्सा ।
Yogic management of Agnimandya.
- D. हृद्रोग की निसर्गोपचारीय चिकित्सा ।
Naturopathic management of Hridroga.
- E. पक्षाघात की योगिक चिकित्सा ।
Yogic management of Pakshaghata.

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

- A. श्वास में उपयुक्त किन्हीं चार योग चिकित्साओं को सूचिबद्ध करें ।
Enlist any four Yoga therapies useful in Swasa.
- B. जलोदर में उपयुक्त किन्हीं चार निसर्गोपचारीय चिकित्साओं को सूचिबद्ध करें ।
Enlist any four Naturopathic therapies useful in Jalodara.
- C. अर्श में उपयुक्त किन्हीं चार निसर्गोपचारीय चिकित्साओं को सूचिबद्ध करें ।
Enlist any four Naturopathic therapies useful in Arsha.
- D. कुष्ठ में उपयुक्त किन्हीं चार योग चिकित्साओं को सूचिबद्ध करें ।
Enlist any four Yoga therapies useful in Kushtha.
- E. संधिगत वात में उपयुक्त किन्हीं चार निसर्गोपचारीय चिकित्साओं को सूचिबद्ध करें ।
Enlist any four Naturopathic therapies useful in Sandhigata Vata.
- F. अर्दित में उपयुक्त किन्हीं चार योग चिकित्साओं को सूचिबद्ध करें ।
Enlist any four Yoga therapies useful in Ardita.
