# GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.

**POST GRADUATE DIPLOMA IN YOGA & NATUROPATHY - (P.G. D.Y.N.)**

EXAMINATION SEPTEMBER-2017

**YOGA : HISTORY & PHILOSOPHY**

Date :- 21-09-2017
Thursday

Time :-02:30 p.m. to 05:30 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. प्राचीन एवं अर्वाचीन समय में योग के महत्व के उद्देश्य क्या थे/है ? विस्तृत विवेचन करें। 10
What are the important purposes of Yoga in ancient and modern era ? Explain.

2. कैवल्यपाद एवं विभूतिपाद के विषय में निबन्ध लिखें। 10
Write an essay on Vibhutipad and Kaivalyapad.

**OR**

योग की कौन-सी शाखा स्वास्थ्य रक्षण में असरकारक है ? कैसे ?
Which stream of Yoga is very effective in health management ? How ?

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

   A. शिव संहिता।
   Shiva Samhita.

   B. साधनापाद।
   Sadhanapad.

   C. तन्त्रयोग।
   Tantra Yoga.

   D. मन्त्रयोग।
   Mantra Yoga.

   E. योग और तनाव व्यवस्थापन।
   Yoga and stress management.

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

   A. योगसूत्र के लेखक का नाम और समय लिखें।
   Write the name and time of the author of Yoga Sutra.

   B. राजयोग क्या है ?
   What is Rajayoga ?

   C. ध्यानयोग क्या है ?
   What is Yoga of medition ?

   D. ज्ञानयोग क्या है ?
   What is Yoga of knowledge ?

   E. भक्तियोग क्या है ?
   What is Bhakti Yoga ?

   F. श्रद्धात्रययोग क्या है ?
   What is Shraddhatraya Yoga ?

P.T.O.

## SECTION - B

5. कुण्डलीनी का विस्तृत विवेचन करें। 10
Explain Kundalini.

6. शिव संहिता पर निबंध लिखें। 10
Write an essay on Shiv Samhita.

**OR**

'योग में शरीर शुद्धि का महत्व' विषय पर निबंध लिखें।
Write an essay on the importance of body cleansing in Yoga.

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

A. शितली प्राणायाम।
Shitali Pranayam.

B. शितकारी प्राणायाम।
Shitakari Pranayam.

C. ध्यान।
Dhyan.

D. नियम।
Niyam.

E. षट्कर्म।
Shat Karm.

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

A. पिङ्गला क्या है ?
What is Pingala ?

B. हठप्रदिपीका के अनुसार सुषुम्ना की व्याख्या करें।
Define Sushumna according to Hatha Pradipika.

C. शिव संहिता के अनुसार साधक कितने होते हैं ?
Enlist Sadhaka according to Shiv Samhita.

D. चक्रध्यान के लाभ लिखें।
Enlist benifit of Chakradhyana.

E. यम कितने हैं ? लिखें।
Enlist Yam.

F. धारणा की व्याख्या करें।
Define Dharna.

◆◆◆◆◆

# GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.

**POST GRADUATE DIPLOMA IN YOGA & NATUROPATHY - (P.G. D.Y.N.)**

EXAMINATION SEPTEMBER-2017

**YOGA : PRACTICE & THERAPY**

Date :- 22-09-2017 Time :-02:30 p.m. to 05:30 p.m.
Friday 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. सूर्यनमस्कार की उपयोगिता एवं निषेध वैज्ञानिक आधार पर समझाएँ । 10
Explain therapeutic utility and contraindications of Suryanamaskara scientifically.

2. योगाभ्यास के लक्ष्य, उपयोगिता एवं क्रमिक विकास का विस्तृत वर्णन करें । 10
Describe aims, objectives and chronological development of Yoga practices in detail.

**OR**

शुद्धिक्रिया को व्याख्यायित करें एवं वैज्ञानिक आधार पर उनकी चिकित्सकीय उपयोगिता समझाएँ ।
Explain therapeutic utility of Shuddhikriya scientifically and define it.

3. Answer short note on any **Four** of the following : 20
   A. यौगिक सूक्ष्म व्यायाम ।
   Yogic Sukshma Vyayam.
   B. वस्त्रधौति का शरीरक्रियात्मक प्रभाव एवं निषेध ।
   Physiological effect of Vastradhauti and its contraindication.
   C. धनुरासन का चेतातंत्र पर प्रभाव ।
   Effects of Dhanurasana on nervous system.
   D. गोमुखासन का जोडों पर प्रभाव ।
   Effect of Gomukhasana on joints.
   E. कूर्मासन की विधि एवं प्रभाव ।
   Technique and effects of Kurmasana.

4. Answer any **Five** of the following : 10
   A. रेखागति की पद्धति एवं प्रभाव लिखें ।
   Mention the technique and effect of Rekhagati.
   B. ग्रीवाशक्ति विकासक क्रिया पद्धतिसह सूचिबद्ध करें ।
   Enlist Grivashaktivikasaka Kriya with technique.
   C. सर्वांगपुष्टि समझाईए ।
   Explain Sarvangapushti.
   D. दण्डधौति में उपर्युक्त दण्ड के नाम लीखें ।
   Enlist the names of Danda for Dandadhauti.
   E. शलभासन के लाभ – हानि लीखें ।
   Indication and contraindications of Shalbhasana.
   F. शिर्षासन की विधि एवं प्रभाव बताएँ ।
   Technique and effect of Shirshana.

[P.T.O.]

## SECTION-B

5. स्वरोदयशास्त्र का विस्तार से वर्णन करें । 10
Describe Swarodaya Shastra in detail.

6. योगनिद्रा का शारीर एवं मानस प्रभाव समझाएँ । 10
Explain physiological and psychological effect of Yoganidra.

**OR**

मुद्रा को व्याख्यायित करते हुए उनका कुण्डलीनी जागृतिकर प्रभाव समझाएँ ।
Define Mudra and explain their effect on Kundalini Jagruti.

7. Answer short note on any **Four** of the following : 20
   A. सूर्यभेदन प्राणायाम ।
   Suryabhedana Pranayama.
   B. डायनेमिक मेडिटेशन ।
   Dynamic Meditation.
   C. पंचतत्त्वधारणा ।
   Panchtattva Dharana.
   D. प्राणायाम तथा अन्य श्वसन पद्धतिओं के बीचका अंतर स्पष्ट करें ।
   Differantial between Pranayam and other breathing techniques.
   E. साइक्लिकमेडिटेशन की पद्धति एवं प्रभाव ।
   Technique and effect of cyclic meditation.

8. Answer any **Five** of the following : 10
   A. उड्डीयानबंध की उपयोगिता एवं निषेध सूचिबद्ध करें ।
   Enlist the indication and contraindication of Uddiyan Bandha.
   B. काकीमुद्रा की विधि एवं प्रभाव ।
   Technique effect of Kakimudra.
   C. रुपातित ध्यान को व्याख्यायित करें ।
   Define Rupatit Dhyana.
   D. कुण्डलीनी जागृतकर किन्हीं दो प्राणायामों को सूचिबद्ध करें ।
   Enlist any two Kundalini Jagarutikara Pranayama.
   E. प्रेक्षाध्यान की व्याख्या लीखें ।
   Define Preksha Dhyana.
   F. जालंधरबंध की विधि एवं प्रभाव लीखें ।
   Write the technique and effects of Jalandhara Bandha.

*****

# GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.

**POST GRADUATE DIPLOMA IN YOGA & NATUROPATHY - (P.G. D.Y.N.)**

EXAMINATION SEPTEMBER-2017

**NATUROPATHY : HISTORY, PHILOSOPHY & PRINCIPLES**

Date :- 23-09-2017 Saturday | Time :-02:30 p.m. to 05:30 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. आज के आधुनिक युग में निसर्गोपचार का महत्व समझाएँ। 10
Explain the importance of Nisargopachar in today's modern era.

2. पश्चिमी देशों में निसर्गोपचार का उद्भव एवं विकास का वर्णन करें। 10
Explain the origin and development of Naturopathy in western countries.

**OR**

निसर्गोपचार में स्वास्थ्य तथा व्याधि में मन का महत्व बताएँ।
Importance of Mind in health and disease in Nisargopachar.

3. Write short notes on any **Four** of the following : 20
   A. निसर्गोपचार में रात्रीचर्या का महत्व समझाएँ।
   Explain the importance of Ratricharya in Nisargopachar.
   B. जे.एच.केलोग के जीवन का निसर्गोपचार में योगदान।
   Life of J.H.Kellog in contribution in Nisargopachar.
   C. आधुनिक विज्ञान के अनुसार स्वास्थ्य एवं व्याधि के सिद्धान्त समझाएँ।
   Concepts of Health and diseases according to modern science; Explain.
   D. सिद्ध-युनानी के अनुसार स्वास्थ्य एवं व्याधि के सिद्धान्त।
   Concept of Health and disease according to Siddha and Unani.
   E. सुखबीरसिंघ के जीवन का निसर्गोपचार में योगदान।
   Life of Sukhbirsingh in contribution of Nisargopachar.

4. Answer any **Five** of the following : 10
   A. रोगप्रतिकारक शक्ति की व्याख्या एवं उसके प्रकार बताएँ।
   Define immunity and types of immunity.
   B. स्वास्थ्य के लिये निर्माणकारी प्राकृतिक सिद्धान्त क्या है ?
   What is Nature's constructive Principles of Health ?
   C. निसर्गोपचार के अनुसार दिनचर्या में उषपान का महत्व।
   Importance of 'Ushapana' in Dinacharya in the point of view of Nisargopachar.
   D. निसर्गोपचार के अनुसार 'स्वास्थ्य' क्या है ?
   What is Health according to Nisargopachar ?
   E. बालकोबा भावे का निसर्गोपचार के क्षेत्र में योगदान।
   Contribution of Balkoba Bhave in field of Naturopathy.
   F. निसर्गोपचार के अनुसार व्याधि क्या है ?
   What is disease according to Nisargopachar ?

P.T.O.

## SECTION - B

5. निसर्गोपचार के अनुसार शोथ को समझाएँ। 10
Explain inffammation according Nisargopachar.

6. ईनर्वेशन के सिद्धान्त के सम्बन्ध में टील्डन क्या समजाते हैं ? 10
What Tilden explains about the concept of enervation ?

**OR**

प्रार्थना का पुरा सिद्धान्त समझाएँ।
Explain the whole concept of Prayer.

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

A. 'इतर पदार्थ सिद्धान्त' से आप क्या समझते हैं ?
What do you understand by by foreign matter theory ?

B. व्याधि के सिद्धान्त एवं व्याधि के प्रतिलोम क्रम समझाएँ।
Explain law of disease and reverse order of disease .

C. व्याधि के प्राथमिक कारण क्या है ?
What is primary cause of disease ?

D. निसर्गोपचार के अनुसार संकट और उसके प्रकार समझाएँ।
Explain crisis and its types according to Naturopathy.

E. टीका करने के सिद्धान्त को संक्षिप्त में समझाएँ।
Explain briefly about vaccination.

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

A. स्त्रियों के लिये उपयक्त प्राकृतिक गर्भनिरोधक पद्धतियाँ कौन-कौन सी है ?
Which are the natural contraceptive methods for female ?

B. फेशियल एक्सप्रेशन की व्याख्या।
Define facial expression.

C. आरोग्य रक्षा में निद्रा का महत्व।
Importance of sleep in maintaining health.

D. शोथ का शमन करने से कौन से लक्षण होते हैं ?
What are the symptoms of suppression of inflammation ?

E. आरोग्य रक्षा में उपवास का क्या महत्व है ?
What is the importance of fasting in maintaining health.

F. औषध प्रतिक्रिया के क्या कारण है ?
What are the causes of Drug reaction ?

◆◆◆◆◆

# GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.

**POST GRADUATE DIPLOMA IN YOGA & NATUROPATHY - (P.G. D.Y.N.)**

EXAMINATION SEPTEMBER-2017

**NATURAL THERAPEUTICS**

Date :- 25-09-2017 Time :-02:30 p.m. to 05:30 p.m.
Monday 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. योग्य उदाहरण देते हुए निसर्गोपचारीय प्रक्रियाओं के प्रयोग के दरम्यान नियमों और विनियमों के उल्लंघन के कारण होनेवाली समस्याओं को समझाएँ। 10
Explain the problems occuring due to not following the rules and regulations of applying Naturopathic procedures, giving suitable examples.

2. चिकित्साकीय उपवास के भाग स्वरूप व्यायाम एवं पाचन के उत्तरदायित्व का वर्णन करें। 10
Describe the role of Vyayama and Pachana as a part of therapeutic fasting.

**OR**

आध्यात्मिक उपवास एवं स्वास्थ्य संवर्धन में उसके उत्तरदायित्व का वर्णन करें।
Describe spiritual fasting and its role in health promtion.

3. Write short notes on any **Four** of the following : 20
   A. मृत्तिका स्नान - विधि एवं चिकित्सकीय लाभ।
   Mud Bath - technique and therapeutic benefits.
   B. शीत वक्ष पट्टी के चिकित्सकीय लाभ एवं सावधानियाँ।
   Therapeutic bebefits and precautions of cold chest pack.
   C. मेरुदण्ड स्नान के चिकित्सकीय लाभ एवं सावधानियाँ।
   Thera[eutic Benifits and pricautions of Spinal Bath.
   D. सूर्य स्नान के मानसिक प्रभाव।
   Psychological effects of Sun Bath.
   E. थाई मसाज एवं उसकी सावधानियाँ।
   Thai Massage and its precautions.

4. Answer any **Five** of the following : 10
   A. मृत्तिका के प्रकारों को उनके मुख्य रासायणिक तत्व के साथ सूचिबद्ध करें।
   Enlist the types of Mud with their main chemical components.
   B. पानी पीने के किन्हीं चार अयोग्य को सूचिबद्ध करें।
   Enlist any four contraindications of water drinking.
   C. उदरीय शीत पट्टी के किन्हीं चार अयोग्य को सूचिबद्ध करें।
   Enlis any four contraindications of abdominal cold sheet pack.
   D. बाष्प स्नान की किन्हीं चार सावधानियों को सूचिबद्ध करें।
   Enlist any four precautions of Steam bath.
   E. स्वीडीश एवं थाई मसाज के बीच के किन्हीं चार असमानताओं को सूचिबद्ध करें।
   Enlist any four differences between Swedish and Thai massage.
   F. चलने के किन्हीं चार शारीरक्रियात्मक प्रभावों को सूचिबद्ध करें।
   Enlist any four physiological effects of Walking.

P.T.O.

## SECTION - B

5. योग्य उदाहरण देते हुए नव्य-निसर्गोपचारीय प्रक्रियाओं के प्रयोग के दरम्यान नियमों और विनियमों के उल्लंघन के कारण होनेवाली समस्याओं का वर्णन करें। 10
Describe the probable hazards occuring due to not following the precautions while applying Neo Neaturopahic procedures giving suitable examples.

6. रिफ्लेक्सोलॉजी का वर्णन करें । 10
Describe Reflexology.

**OR**

सु-जॉक का वर्णन करें।
Describe Su Jok.

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

A. पृथ्वी के चुम्बकीय प्रभाव एवं उनकी चिकित्सकीय प्रासंगिकता।
Magnatic effects of Earth and its therapeutic relevance.

B. रंग चिकित्सा के मानसिक प्रभाव।
Pscyhological effects of Chromo therapy.

C. कम्पक चिकित्सा से शरीर के विभिन्न तन्त्रों पर होनेवाले शारीरक्रियात्मक प्रभाव।
Physiological effects of vibrator therapy on various systems of body.

D. संगीत की चिकित्सकीय उपादेयता।
Therapeutic utilization of Music.

E. व्हीट ग्रास चिकित्सा।
Wheat Grass therapy.

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

A. विद्युत चुम्बक किसे कहते हैं ?
What is meant by Electro Magnets ?

B. अधो रक्त किरणों के किन्हीं चार चिकित्सकीय प्रयोगों को सूचिबद्ध करें।
Enlist any four therapeutic uses of Infra Red Rays.

C. कम्पक चिकित्सा के किन्हीं चार अयोग्य को सूचिबद्ध करें।
Enlis any four contraindications of vibrator therapy.

D. लैवेंडर तैल के किन्हीं चार चिकित्सकीय प्रयोगों को सूचिबद्ध करें।
Enlis any four therapeutic uses of lavender oil.

E. कार्बोदित की कमी के कारण होनेवाली किन्हीं चार व्याधियों को सूचिबद्ध करें।
Enlist any four disorders generated due to carbohydrate malnutrition.

F. कच्चे आहार के किन्हीं चार फायदों के सूचिबद्ध करें।
Enlist any four benefits of Raw Diet.

◆◆◆◆◆

# GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.

**POST GRADUATE DIPLOMA IN YOGA & NATUROPATHY - (P.G. D.Y.N.)**

EXAMINATION SEPTEMBER-2017

**MANAGEMENT OF DISEASES THROUGH YOGA AND NATUROPATHY**

Date :- 26-09-2017 Time :-02:30 p.m. to 05:30 p.m.
Tuesday 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. नव्य निसर्गोपचार के चिकित्सा सिद्धान्तों का वर्णन करें । 10
Describe therapeutic principles of Neo naturopathy.

2. योग और आयुर्वेद चिकित्सा पद्धति के सिद्धान्तों के बीच के सम्बन्ध का सविस्तर वर्णन करें । 10
Describe the relationship between Yoga and Ayurveda therapeutic principles.

**OR**

योग एवं निसर्गोपचार में अनुसंधान प्रणाली और उसकी उपादेयता समझाएँ ।
Explain the research methodology and its utility in Yoga and naturopathy.

3. Write short notes on any **Four** of the following : 20
   A. मुखाकृति निदान का निष्कर्ष ।
   Findings of facial diagnosis.
   B. निसर्गोपचार में परामर्श की उंपादेयता ।
   Utility of counselling in naturopathy.
   C. स्वर परीक्षा पद्धति ।
   Methods of breath diagnosis.
   D. आयुर्वेद एवं निसर्गोपचार ।
   Ayurveda and Nisargopachara.
   E. योग में आधुनिक निदान प्रक्रियाओं की उपादेयता ।
   Importance of modern diagnostic tools in Yoga.

4. Answer any **Five** of the following : 10
   A. त्रिगुण परीक्षा का शास्त्रोक्त सन्दर्भ लिखें ।
   Write the classical reference of Triguna Pariksha.
   B. नाभिच्युति के लक्षण लिखें ।
   Write the symptoms of umbilical displacement.
   C. किसी भी दो चिकित्सा पद्धति के सिद्धान्तों में भिन्नता होने पर भी एक साथ कैसे प्रयोग कर सकते है ?
   Inspite of the differences between the principles of any two therapy, how can it be used together.
   D. परितारिका निदान की उपादेयता उदाहरण सह लिखें ।
   Write the utility of Iris diagnosis with example.
   E. निदान प्रक्रिया के प्रथम सोपान की उपादेयता लिखें ।
   Write the importance of first step in diagnosis.
   F. मेरुदण्डीय विश्लेषण की उपादेयता लिखें ।
   Write the utility of spinal analysis.

[P.T.O.]

## SECTION-B

5. विषाद का चिकित्सासूत्र और योग एवं निसर्गोपचारीय संपूर्ण चिकित्सा लिखें । 10
Write the line of treatment and complete Yogic and naturopathic management of Vishada.

6. कोई भी दो वातव्याधि का वर्णन कर उसकी संपूर्ण निसर्गोपचारीय चिकित्सा लिखें। 10
Describe any two Vatavyadhies and write its complete naturopathic management.

**OR**

किसी भी कुप्रसंगज रोग का आधुनिक रोग निदान-विकृति सह वर्णन कर चिकित्सा सूत्र एवं संपूर्ण चिकित्सा लिखें ।
Write the modern pathological co-relation with line of treatment and complete management of any Kuprasangaja disease.

7. Write short notes on any **Four** of the following : 20
   A. राज्यक्ष्मा की योगिक की चिकित्सा ।
      Yogic management of Rajyakshma.
   B. प्राणवह स्रोतोगत विकारो की सामान्य चिकित्सा ।
      Common management of Pranavaha Srotagata disorders.
   C. जलोदर की निसर्गोपचारीय चिकित्सा ।
      Naturopathic management of Jalodara.
   D. ज्वर की योगिक की चिकित्सा ।
      Yogic management of Jwara.
   E. अतिसार चिकित्सा ।
      Management of Atisara.

8. Answer any **Five** of the following : 10
   A. आमवात का चिकित्सा सूत्र लिखें ।
      Write the line of treatment of Amavata.
   B. मूर्च्छा में उपयुक्त निसर्गोपचारीय चिकित्सा सूचिबद्ध करें ।
      Enlist the naturopathic therapies useful in Murchchha.
   C. आध्मान की संक्षिप्त योगिक चिकित्सा लिखें ।
      Write the Yogic treatment of Adhamana in brief.
   D. कास का चिकित्सा सूत्र लिखें ।
      Write the line of treatment of Kasa.
   E. प्लीहोदर में उपयुक्त किन्हीं चार निसर्गोपचारीय चिकित्सा सूचिबद्ध करें ।
      Enlist any four naturopathic therapies useful in plihodara.
   F. पौरुषग्रन्थि वृद्धि में उपयुक्त किन्हीं चार योगिक चिकित्सा सूचिबद्ध करें ।
      Enlist any four Yogic therapies in Paurusha Granthi Vriddhi (prostatitis).

*****