

GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.  
DIPLOMA IN NATUROPATHY & YOGA (AYURVED) (HEALTH EDUCATION)  
[D.NAT.YOGA(AYU.)(H.E.)]EXAMINATION JULY-2021

ANATOMY & PHYSIOLOGY

Date :- 15.07.2021  
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. 'मल' के विषय में लिखें। 10  
Write about 'Mala'.  
2. ऊतक के प्रकार एवं कार्यों का वर्णन कीजिए। 10  
Describe the types and functions of tissue.

OR

2. संधि के प्रकार एवं गति का वर्णन कीजिए।  
Explain the types and movements of joint.  
3. Write short notes any **four** of the following. 20  
(i) श्वासनली। Trachea.  
(ii) नासा की रचना एवं कार्य लिखें। Write the structure and functions of Nose.  
(iii) लघु मस्तिष्क। Cerebellum.  
(iv) मांसपेशी की संख्या एवं प्रकार लिखें। Write the number and types of muscle.  
(v) अस्थियों के प्रकार लिखें। Write the types of bones.  
4. Answer any **Five** of the following. 10  
(i) चेतक नदी। Motor Nerve.  
(ii) श्रुतिपट्ट। Tympanic membrane.  
(iii) स्वच्छ मण्डल। Cornea.  
(iv) जिह्वा के कार्य। Function of Tongue.  
(v) अनुप्रस्थ तल। Transverse Plane.  
(vi) मस्तिष्क की गुहाओं के नाम लिखें।  
Write the name of ventricles of the Brain.

P.T.O.

SECTION - B

5. 'पंचकोश' के विषय में विस्तार से लिखें। 10  
Write about 'Panch Kosh' in detail.

6. पुरुष जनन अंगों का वर्णन कीजिए। 10  
Describe the male genital organs.

OR

6. वृक्क की रचना एवं क्रिया का वर्णन कीजिए।  
Explain the anatomy and physiology of Kidney.

7. Write short notes any **four** of the following. 20

(i) डिम्बग्रन्थि।

Ovary.

(ii) आमाशय।

Stomach.

(iii) मणिपूर चक्र।

Manipur Chakra.

(iv) हृदय की रचना।

Anatomy of Heart.

(v) अवटुका ग्रन्थि।

Thyroid Gland.

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

(i) अधिवृक्क ग्रन्थि के कार्य।

Function of Adrenal gland.

(ii) अग्न्याशय के कार्य।

Function of Pancreas.

(iii) मूत्राशय के कार्य।

Function of Ureter.

(iv) सुषुम्णा नाडी।

Sushumna Nadi.

(v) प्लीहा का स्थान।

Location of Spleen.

(vi) पीयूष ग्रन्थि का स्थान।

Location of Pitutary Gland.

\*\*\*\*\*

GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.  
**DIPLOMA IN NATUROPATHY & YOGA (AYURVED) (HEALTH EDUCATION)**  
[D.NAT.YOGA(AYU.)(H.E.)] EXAMINATION JULY-2021  
**NISARGOPACHAR – YOGA – SWASTHYAM PAPER – 1**

Date :- 16.07.2021  
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. 'द्वादश अशन' सिद्धान्त का स्पष्टीकरण करें। 10  
Explain the concept of 'Dwadasha Ashana'.
2. 'अपतर्पण जनित' विकारों को सूचिबद्ध कर उनके कारणों एवं आहारोपचार का वर्णन करें। 10  
Enlisting 'Apatarpana Janya' disorders, describe their causes and dietary management.

**OR**

2. आहार के निसर्गोपचारीय सिद्धान्तों का विस्तृत वर्णन करें।  
Describe Naturopathic concepts of dietetics in detail.
3. Write short notes any **four** of the following. 20
- (i) प्रोटीन Protein  
(ii) आहार विधि विशेषायतन के रूप में-रशि। Rashi - As Ahara Vidhi Visheshayataana  
(iii) अन्नग्रहण काल Annagrahana Kala.  
(iv) विटामिन - सी Vitamin C  
(v) तक्र Takra
4. Answer any **Five** of the following. 10
- (i) 'आहार' की व्याख्या करें।  
Define Ahara.
- (ii) 'उष्ण अश्रियात्' नियम के लाभ सूचिबद्ध करें।  
Enlist the benefits of the rule 'Ushnam Ashnyat'.
- (iii) 'आहार विधि विशेषायतन' के रूप में 'करण' की व्याख्या करें।  
Define 'Karana' as Ahara Vidhi Visheshayataana.
- (iv) प्रोटीन कमीजन्य विकारों को सूचिबद्ध करें।  
Enlist Protein deficiency disorders.
- (v) जल श्लव्य विटामिन कौन से हैं ?  
Which are water soluble vitamins ?
- (vi) 'मुद्ग यूष' की व्याख्या करें।  
Define 'Mudga Yusha'.

P.T.O.

SECTION - B

5. 'दिनचर्या' में समाविष्ट प्रक्रियाओं को सूचिबद्ध कर 'अभ्यंग' का विस्तृत वर्णन करें। 10  
Enlisting the processes included under 'Dinacharya'; describe 'Abhyanga' in detail.

6. 'वर्षा ऋतुचर्या' का विस्तृत वर्णन करें। 10  
Describe 'Varsha Rutucharya' in detail.

OR

6. 'AIDS' परिरक्षण का विस्तृत वर्णन करें।  
Describe 'AIDS' prevention in detail.

7. Write short notes any **four** of the following. 20

(i) 'स्वास्थ्य' के लक्षण  
Characteristics of 'Swasthya'.

(ii) निद्रा का शरीर क्रियात्मक वर्णन।  
Description of sleep physiology.

(iii) 'वीर्यनाश' के प्रभाव।  
Effects of 'Virya Nasha'.

(iv) तंबाकू सेवन।  
Chewing the Tobacco.

(v) 'Cholera' परिरक्षण।  
Cholera prevention.

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

(i) 'धारणीय वेग' सूचिबद्ध करें।  
Enlist 'Dharaniya Vega'.

(ii) 'उपपान' के किन्हीं चार लाभ सूचिबद्ध करें।  
Enlist any four benefits of 'Ushahapana'.

(iii) निद्रा के प्रकार सूचिबद्ध करें।  
Enlist the types of Nidra.

(iv) 'Infection' की व्याख्या करें।  
Define Infection.

(v) 'Passive Immunity' क्या है ?  
What is 'Passive Immunity' ?

(vi) Typhoid परिरक्षण हेतु कौन-कौनसी vaccines उपयुक्त है ?  
Which vaccines are used for Typhoid prevention ?

♦♦♦♦♦

Date :- 17.07.2021  
Saturday

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

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

**SECTION-A**

1. मानसोपचार की व्याख्या करके विभिन्न Psychotherapies की चर्चा करें। 10  
Write definition of Psychotherapy and discuss various Psychotherapies.
2. मानस प्रकृति का विस्तार से वर्णन करें। 10  
Describe Manas Prakruti in detail.

**OR**

प्रज्ञापराध क्या है? उसके स्वास्थ्य पर प्रभाव की चर्चा करें।  
What is Pragnaparadha ? Discuss its effects on health.

3. Write a short note on any **Four** of the following : 20
  - A. योगिक चक्रों का संक्षिप्त वर्णन करें।  
Write a short note on Yogic Chakras.
  - B. प्रार्थना का शारीर प्रभाव का वर्णन करें।  
Describe Physiological effect of Prarthana.
  - C. Personality disorder का संक्षिप्त वर्णन करें।  
Write a short note on Personality disorder.
  - D. मनोस्वास्थ्य अंतर्गत प्राकृतिक चिकित्सा का महत्व लिखें।  
Write importance of naturopathy in Mental health.
  - E. भावना का महत्व लिखें।  
Write importance of Bhavna.
4. Answer any **Five** of the following : 10
  - A. सदवृत्त क्यों है ?  
What is the Sadvrutta?
  - B. Id की व्याख्या करें।  
Define the Id.
  - C. Stress की व्याख्या करें।  
Define the Stress.
  - D. प्रार्थना का aims and objective लिखें।  
Write aims and objective of Prarthana.
  - E. स्मृति का महत्व लिखें।  
Write the importance of memory.
  - F. Good thoughts का स्वास्थ्य पर प्रभाव लिखें।  
Write the effect of Good thoughts on health.

**SECTION-B**

5. Common disorder के प्रबंध में योग के योगदान का वर्णन करें। 10  
Describe the contribution of Yogs in management of common disorder.
6. National health care system अंतर्गत निसर्गोपचार के महत्व की चर्चा करें। 10  
Discuss the importance of Nisargopchar in National health care system.
- OR**
- Family Welfare Programme का विस्तृत वर्णन करें।  
Write Family Welfare programme in detail.
7. Write a short note on any **Four** of the following : 20
- A. National Programme for malaria का संक्षिप्त वर्णन करें।  
Write a short note on National Programme for malaria.
- B. WHO Programmes के बारे में लिखें।  
Write about the Programmes of WHO.
- C. RNTCP का वर्णन करें।  
Describe RNTCP.
- D. Amla-Ata declaration के बारे में लिखें।  
Write about Amla-Ata declaration.
- E. Primary Health Care का संक्षिप्त वर्णन करें।  
Write a short note on Primary health care.
8. Answer any **Five** of the following : 10
- A. महामारी किसे कहते हैं।  
Define epidemic.
- B. DPT क्या है?  
Write is DPT ?
- C. Non-communicable diseases को सूचिबद्ध करें।  
Enlist the Non-Communicable diseases.
- D. Vasectomy क्या है?  
What is Vasectomy?
- E. Antenatal care का उद्देश्य लिखें।  
Write objections of antenatal care.
- F. WHO का दक्षिण पूर्वीय क्षेत्र का क्षेत्रीय मुख्यालय क्या है?  
Where is regional head quarter of south west Asia region of WHO ?

\*\*\*\*\*

GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.  
DIPLOMA IN NATUROPATHY & YOGA (AYURVED) (HEALTH EDUCATION)  
[D.NAT.YOGA(A.YU.)(H.E.)] EXAMINATION JULY-2021  
NISARGOPACHAR : PRINCIPLES & PRACTICE

Date :- 19.07.2021  
Monday

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

- Instructions: 1. Every question is compulsory.  
2. Every question bears the marks written on the right side.

**SECTION-A**

1. रोग अभिव्यक्ति के विविध सिद्धांतों का वर्णन निसर्गोपचारानुसार करें। 10  
Describe different theories regarding disease manifestation according to Naturopathy.
  2. बाष्प स्नान के प्रकार, विधि और शरीरक्रियात्मक प्रभावों का वर्णन करें। 10  
Describe the types, procedure and physiological effects of Steam bath.
- OR**
- आकाश-तत्व चिकित्सा के प्रकार लिखकर उपवास का विस्तृत वर्णन करें।  
Write types of Akash Tattva Chikitsa and describe fasting in detail.
3. Write short notes on any **Four** of the following : 20
    - A. टिप्पणी लिखें: सूर्यस्नान।  
Write short note on: Sun-bath.
    - B. टिप्पणी लिखें: निसर्गोपचार आश्रम, उरुलिकांचन।  
Write short note on: Nisargopachar Ashram, Urulikanchan.
    - C. टिप्पणी लिखें: ई.डी.बबित।  
Write short note on: E. D. Babbit.
    - D. टिप्पणी लिखें: मसाज के शरीरक्रियात्मक प्रभाव।  
Write short note on: Physiological effects of Massage.
    - E. परंपरागत और आधुनिक निसर्गोपचार की तुलना लिखें।  
Write the comparison between traditional & Neo Naturopathy.
  4. Answer any **Five** of the following :(two to three sentences) 10
    - A. विश्रमण की दो चिकित्सिक उपयोगिता लिखें।  
Write two therapeutic utilities of Visharman.
    - B. वायुतत्व के चार कार्य लिखें।  
Write four functions of Vayu Tattva.
    - C. जे. एच. केल्लिंग के निसर्गोपचार में दो अनुदान लिखें।  
Write any two contributions of J. H. Kellong in Naturopathy.
    - D. स्वेदन की व्याख्या लिखें।  
Write the definition of fomentation.
    - E. मलशोधन सिद्धांत क्या है ?  
What is Mala Shodhan Principle?
    - F. आकाश तत्व के चार गुण लिखें।  
Write four qualities of Akash tattva.

SECTION-B

5. साधन-रहित एकसरसार्द्धक की व्याख्या और सिद्धांत लिखें और उसके प्रकार और शरीरक्रियात्मक प्रभावों का वर्णन करें।  
Write the Definition & Principles of exercise without instrument and describe its types and physiological effects. 10
6. फिजिकल ट्रेनिंग और फिजियोथेरापी की पुनःस्थापना में भूमिका लिखें।  
Describe the role of Physical training and Physiotherapy in Rehabilitation. 10
- OR
- आहार चिकित्सा का विस्तार से वर्णन करें।  
Describe Diet therapy in detail.
7. Write short notes on any **Four** of the following : 20
- A. टिप्पणी लिखें: चुम्बक चिकित्सा के शरीरक्रियात्मक प्रभाव।  
Write short note on: Physiological effects of Magneto-therapy.
- B. एक्युपेशर की व्याख्या और प्रकार लिखें।  
Write the definition and types of Acupressure.
- C. फिजियोथेरापी और योगिक प्रक्रिया में अंतर लिखें।  
Write the difference between Physiotherapy and Yogic practice.
- D. टिप्पणी लिखें: एरोमा थेरापी।  
Write short note on: Aroma therapy.
- E. शीतजल स्नान के योग्य योग्य और चिकित्सिक उपयोगिता लिखें।  
Write the indications, contraindications & therapeutic utility of Cold water bath.
8. Answer any **Five** of the following :(two to three sentences) 10
- A. रेकी का सिद्धांत लिखें।  
Write the principle of Reiki.
- B. रंग चिकित्सा के दो प्रकार लिखें।  
Write two types of Chromo-therapy.
- C. जल पट्टिका की प्रयोग विधि लिखें।  
Write the application method of water pack.
- D. Arm Stretch के दो चिकित्सिक उपयोग लिखें।  
Write two therapeutic uses of Arm stretch.
- E. सामूहिक व्यायाम के दो फायदे लिखें।  
Write two benefits of Mass PT.
- F. पृथ्वी तत्व के चार गुण लिखें।  
Write four qualities of Pruthavi Tattva.

\*\*\*\*\*



GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.

DIPLOMA IN NATUROPATHY & YOGA (AYURVED) (HEALTH EDUCATION)

[D.NAT.YOGA(AYU.)(H.E.)] EXAMINATION JULY-2021

YOGA PRACTICE

Date :- 20.07.2021  
Tuesday

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

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

SECTION-A

1. योगिक स्थूल व्यायाम का सविस्तर वर्णन करें। 10  
Describe Yogic Sthulvyayam in detail.
2. संतुलनात्मक आसनो का शरीर क्रियात्मक प्रभाव चिकित्सकीय उपयोगिता एवं निषेध उचित उदाहरण सहित समझाएँ। 10  
Explain Physiological effect of balancing Asanas with their therapeutic utility and contra indication with appropriate examples.

OR

- शंखप्रक्षालन का सविस्तर वर्णन करें।  
Describe Shankha Prakshalan in detail.
3. Write a short note on any **Four** of the following : 20
    - A. वक्षस्थल शक्ति विकासक क्रिया की तकनीक, प्रभाव एवं महत्व।  
Technique, effect and importance of Vakshasthal Shakti Vikasak kriya.
    - B. मत्स्येन्द्रासन की तकनीक एवं महत्व।  
Technique & therapeutic importance of Matsyendrasan.
    - C. बस्ति क्रियाका उत्सर्जनतंत्र पर प्रभाव।  
Effect of Basti Kriya on excretory system.
    - D. दिमागी ताकत सुधारात्मक सूक्ष्मव्यायाम।  
Brain Power improving Sukshmvayayam.
    - E. सूर्यनमस्कार के निषेध।  
Contra indication of Suryanamaskar.
  4. Answer any **Five** of the following : 10
    - A. कूर्मासन का अर्थ लीखें।  
Write meaning of Kurmasan.
    - B. अंगुली शक्ति विकासक क्रिया के 4 चिकित्सकीय उपयोग सूचिबद्ध करें।  
Enlist 4 therapeutic uses of Agulishaktivikasak Kriya.
    - C. नेत्रशक्ति विकासक क्रियाकी तकनीक लीखें।  
Write technique of Netrashaktivikasak Kriya
    - D. जानुशक्ति विकासक क्रिया के 4 निषेध सूचिबद्ध करें।  
Enlist 4 Contraindication of Janushakti Vikasak Kriya.
    - E. गुप्तासन की तकनीक लीखें।  
Write technique of Guptasan.
    - F. दिव्य दृष्टि प्रदान करनेवाली 2 शुद्धिक्रिया सूचिबद्ध करें।  
Enlist any 2 "Divya drashti "giver shuddhi kriya.

SECTION-B

5. योगनिद्रा का सविस्तार वर्णन करें।  
Describe Yoganidra in detail. 10
6. हस्तमुद्रा का शरीरक्रियात्मक प्रभाव उचित उदाहरण सहित समझाएँ।  
Explain Physiological effect of Hastamudra with appropriate examples. 10
- OR
- धारणा को व्याख्यायित करते हुए उसकी तकनीक एवं चिकित्सकीय उपयोगिता बताएँ।  
Define Dhahran with its techniques and therapeutic utility.
7. Write a short note on any **Four** of the following : 20
- A. उड्डीयान बंधका पाचनतंत्र पर प्रभाव।  
Effect of Uddiyan bandha on digestive system.
- B. उज्जायी प्राणायाम।  
Ujjayi Pranayam.
- C. ध्यानकी समकालीन पद्धतियाँ।  
Contemporary techniques of Meditation.
- D. सूर्यभेदन प्राणायाम के उपयोग एवं निषेध।  
Indication and contra indication of Suryabhedan Pranayam.
- E. विपरीत करणी मुद्रा।  
Viparit Karani mudra.
8. Answer any **Five** of the following : 10
- A. चंद्रभेदी प्राणायाम की तकनीक लिखें।  
Write technique of chandrabhedhi Pranayam.
- B. सितकारी प्राणायाम को व्याख्यायित करें।  
Define Sitkari Pranayam.
- C. प्रत्याहार को व्याख्यायित करें।  
Define Pratyahar.
- D. पिंडस्थ ध्यान को व्याख्यायित करें।  
Define Pindastha dhyam.
- E. खेचरी मुद्रा को व्याख्यायित करें।  
Define Khechari mudra.
- F. जालंधर बंधके चार चिकित्सकीय उपयोग लिखें।  
Enlist 4 therapeutic uses of Jalandhar bandha.

\*\*\*\*\*

**GUJARAT AYURVED UNIVERSITY, JAMNAGAR.**  
**DIPLOMA IN NATUROPATHY & YOGA (AYURVED) (HEALTH EDUCATION)**  
**[D.NAT.YOGA(AYU.)(H.E.)] EXAMINATION JULY-2021**

**YOGA SHASTRA**

Date :- 22.07.2021  
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. राजयोग की पद्धति एवं सिद्धान्त समझाएँ। 10  
Explain the Principle and Practices of Rajyoga.
  2. वेदकाल से आधुनिक समय तक का योगतत्त्वों का विकास वर्णित करें। 10  
Describe the development of Yogic practices from Pre-Vedic to modern era.
- OR**
- पातंजल योग सूत्र के आधार पर 'योग' को व्याख्यायित करें।  
Define 'Yoga' according to Patanjali Yoga Sutra.
3. Write short notes on any Four of the following : 20
    - A. पुनर्जन्म का सिद्धान्त।  
The doctrine of Re-birth.
    - B. समझाएँ - हेयं दुःखमनागतम्।  
Explain : हेयं दुःखमनागतम्।
    - C. समझाएँ - प्रयत्न शैथिल्यानन्त्य समापत्तिभ्याम्।  
Explain : प्रयत्न शैथिल्यानन्त्य समापत्तिभ्याम्।
    - D. समझाएँ - ततः परमावश्यतेन्द्रियाणाम्।  
Explain : ततः परमावश्यतेन्द्रियाणाम्।
    - E. कैवल्यधाम, लोनावला।  
Kaivalyadharm, Lonavala.
  4. Answer any Five of the following : 10
    - A. अष्टमहासिद्धि में से किन्हीं चार सिद्धि को सूचिबद्ध करें।  
Enlist any four Siddhis among Ashta Mahashiddhi.
    - B. बी.के.एस. अय्यंगरजी की जन्म एवं मृत्यु तिथि साल सहित लिखें।  
Write the Date and year of Birth and death of B.K.S. Ayengar.
    - C. गुणत्रय को व्याख्यायित करें।  
Define "Guntraya".
    - D. पञ्चउपप्राण को सूचिबद्ध करें।  
Enlist five "Upaprana".
    - E. 'स्टोप डायबिटीस मूवमेन्ट' कौनसी संस्था द्वारा चलाई जा रहा है ?  
Which institute conduct 'Stop Diabetes Movement' ?
    - F. 'सत्वगुणी' व्यक्ति के लक्षण लिखें।  
Write the characteristics of "Satvaguni" person.

P.T.O.

**SECTION - B**

5. पेरुण्ड संहिता के आधार पर शरीरशुद्धि का महत्व वर्णित करें। 10  
Describe the importance of Body cleansing as per Gherand Samhita.
6. 'युक्तयुक्त' प्राणायाम समझाएँ। 10  
Explain Yuktayukta Pranayam.

**OR**

- योगसाधना के अंतरायों को हठप्रदीपिका के आधार पर समझाएँ।  
Explain the obstructing factors of Yoga Sadhana as per Hatha Pradipika.
7. Write short notes on any **Four** of the following : 20
- A. शिवसंहिता के आधार पर अनाहतचक्र ध्यान के फायदे।  
Benefits of Anahatachakradhyan as per Shiva Samhita.
- B. घटयोग।  
Ghat Yoga.
- C. स्वाधिष्ठान चक्र।  
Swadhishthan Chakra.
- D. गोरक्षमतानुसार शरीर के २९ ज्ञातव्य अवयव।  
29 sites of the body as per Goraksha Samhita.
- E. शिवसंहिता का परिचय।  
Introduction of Shiva Samhita.
8. Answer any **Five** of the following: 10
- A. अधिमात्रतम् साधक के लक्षण लिखें।  
Write characteristics of Adhimatratram Sadhak.
- B. नाडीशुद्धि के चिन्ह लिखें।  
Write the signs of Nadi Shuddhi.
- C. शिवसंहिता के मतानुसार मुक्ति में विघ्न के प्रकार लिखें।  
Enlist the types of Vighna in Mukti as per Shiva Samhita.
- D. गोरक्षमतानुसार योगों को सूचिबद्ध करें।  
Enlist limbs of Yoga as per Goraksha Samhita.
- E. हठप्रदीपिका के मतानुसार योगों सूचिबद्ध करें।  
Enlist the limbs of Yoga as per Hatha Pradipika.
- F. पेरुण्डमतानुसार प्राणायाम के मात्रानुसार विभाग लिखें।  
Enlist the stages of Pranayam as per Gheranda Samhita with Matra.

\*\*\*\*\*