

21/1

Roll No. ....

## **BY-105**

### **Five Elements**

(पंचमहाभूत)

Bachelor/Diploma in Yoga and Naturopathy  
(BYN-12/16/DYN-13/16)

First Year, Examination, 2017

**Time : 3 Hours**

**Max. Marks : 80**

**Note :** This paper is of **eighty (80)** marks containing **three (03)** Sections A, B and C. Learners are required to attempt the questions contained in these Sections according to the detailed instructions given therein.

नोट : यह प्रश्न पत्र अस्सी (80) अंकों का है जो तीन (03) खण्डों 'क', 'ख' तथा 'ग' में विभाजित है। शिक्षार्थियों को इन खण्डों में दिए गए विस्तृत निर्देशों के अनुसार ही प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

#### **Section-A / खण्ड-क**

**(Long Answer Type Questions) / (दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)**

**Note :** Section 'A' contains four (04) long answer type questions of nineteen (19) marks each. Learners are required to answer *two* (02) questions only.

नोट : खण्ड 'क' में चार (04) दीर्घ उत्तरीय प्रश्न दिये गये हैं।  
प्रत्येक प्रश्न के लिए उन्नीस (19) अंक निर्धारित हैं।  
शिक्षार्थियों को इनमें से केवल दो (02) प्रश्नों के उत्तर देने  
हैं।

1. Write types, importance and precautions of fasting.  
उपवास के प्रकार, महत्व व सावधानियाँ बताइये।
2. Write types, causes and treatment of arthritis according  
to fire element.  
आर्थराइटिस के प्रकार, कारण तथा अग्नि तत्व द्वारा उपचार  
लिखिए।
3. Explain in detail the various bandages of Mud therapy.  
मिट्टी की विविध पट्टियों का विस्तृत वर्णन कीजिए।
4. Explain the causes, symptoms and natural treatment of  
obesity.  
मोटापे के कारण, लक्षण व प्राकृतिक उपचार बताइये।

### Section-B / खण्ड-ख

(Short Answer Type Questions) / (लघु उत्तरीय प्रश्न)

**Note :** Section 'B' contains eight (08) short answer type  
questions of eight (08) marks each. Learners are  
required to answer *four* (04) questions only.

नोट : खण्ड 'ख' में आठ (08) लघु उत्तरीय प्रश्न दिये गये हैं।  
प्रत्येक प्रश्न के लिए आठ (08) अंक निर्धारित हैं।  
शिक्षार्थियों को इनमें से केवल चार (04) प्रश्नों के उत्तर देने  
हैं।

1. Explain Hip Bath.  
कटि स्नान को समझाइये।

2. Explain the benefits and precautions of Sun Therapy.  
अग्नि तत्व चिकित्सा के लाभ और सावधानियाँ बताइये।
3. Explain the method and importance of Sun bath.  
धूप स्नान की विधि व महत्व बताइये।
4. Write the types of Mud.  
मिट्टी के प्रकार बताइये।
5. Write Mud therapy of back pain.  
कमरदर्द की पृथ्वी तत्व चिकित्सा लिखिए।
6. Describe Pranayam according to Maharshi Patanjli.  
महर्षि पतंजलि के अनुसार प्राणायाम का वर्णन कीजिए।
7. Write process, benefits and precautions of Sheetkari Pranayam.  
शीतकारी प्राणायाम की विधि, लाभ एवं सावधानियाँ बताइये।
8. What is the aim of Naturopathy ? Explain it.  
प्राकृतिक चिकित्सा का क्या उद्देश्य है ? समझाइये।

**Section-C / खण्ड-ग**

**(Objective Type Questions) / (वस्तुनिष्ठ प्रश्न)**

**Note :** Section 'C' contains ten (10) objective type questions of one (01) mark each. All the questions of this Section are compulsory.

नोट : खण्ड 'ग' में दस (10) वस्तुनिष्ठ प्रश्न दिये गये हैं। प्रत्येक प्रश्न के लिए एक (01) अंक निर्धारित है। इस खण्ड के सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।

1. What is the name of inventor of Mud therapy ?  
मिट्टी चिकित्सा के आविष्कारक का नाम क्या है ?

2. Write the name of five elements in an order.  
पंचतत्त्वों के नाम क्रम से बताइये।
3. In how many ways water is used ?  
जल का प्रयोग कितने प्रकार से करते हैं ?
4. What is the minimum amount of water to drink in fast ?  
उपवास में कम से कम कितना पानी पीना चाहिए ?
5. We can get Akash Tatva by ..... ?  
आकाश तत्व किससे प्राप्त किया जा सकता है ?
6. Which bandage is beneficial in swelling and irritation ?  
सूजन एवं जलन में कौन-सी पट्टी लाभदायक है ?
7. How many Pranayam are described in Yogsutra ?  
योगसूत्र में कितने प्राणायाम का वर्णन है ?
8. What is the another name for Pranayam in Hathyoga pradeepika ?  
हठ प्रदीपिका में प्राणायाम को किस अन्य नाम से जाना जाता है ?
9. Which Pran helps in digestion process ?  
कौन-सा प्राण पाचन क्रिया में मदद करता है ?
10. What is the another name for Saptkiran bath ?  
सप्तकिरण स्नान का दूसरा नाम क्या है ?