

**0802**  
**POST GRADUATE DIPLOMA IN YOGA**  
**EXAMINATION, 2019**  
**CONCEPT OF HEALTH YOGA THERAPY**  
**AND NATUROPATHY PRINCIPLE AND PRACTICE**  
**Paper – II**  
Time: Three Hours  
Maximum Marks: 100

*Attempt any five questions. All questions carry equal marks.*

*किन्हीं पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।*

- Q.1 What is the definition of health according to WHO? Explain in detail the different factors which affect positive health. [20]  
विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार स्वास्थ्य क्या है? सकारात्मक स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले कारकों का विस्तार पूर्वक वर्णन कीजिए।
- Q.2 What do you understand by tridoshas? What is the role of tridoshas in our health? Write in detail. [20]  
त्रिदोष से आप क्या समझते हैं? त्रिदोष की हमारे स्वास्थ्य में क्या भूमिका है, विस्तार पूर्वक वर्णन करें।
- Q.3 Explain about the ten basic principles of Naturopathy. [20]  
प्राकृतिक चिकित्सा के दस (10) आधारभूत सिद्धान्तों का विस्तृत वर्णन करें?
- Q.4 What is Annamaya Kosh? How to balance this kosh through yogic practices? [20]  
अन्नमय कोश क्या है? अन्नमय कोश को सन्तुलित रखने के लिये किन-किन यौगिक अभ्यासों का प्रयोग किया जाता है?
- Q.5 What is Ritucharya? Explain Health according to Ayurveda and Yoga. [20]  
ऋतुचर्या क्या है? योग तथा आयुर्वेद के अनुसार स्वास्थ्य को विस्तारपूर्वक समझाइये।

Q.6 Write Short Notes on any four-

[20]

1. Manomaya kosha
2. Fasting therapy
3. Enema
4. Mud therapy
5. Manipulative therapy
6. Foreign matters

किन्हीं चार पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए।

1. मनोमय कोश
2. उपवास चिकित्सा
3. एनीमा
4. मिट्टी चिकित्सा
5. मालिश चिकित्सा
6. विजातीय द्रव्य

Q.7 What is Hydrotherapy? Write in detail.

[20]

जल चिकित्सा क्या है? विस्तारपूर्वक वर्णन करें।

Q.8 What is Naturopathy? Write Indian History of Naturopathy.

[20]

प्राकृतिक चिकित्सा क्या है? भारत में प्राकृतिक चिकित्सा का इतिहास लिखिये।

-----