

P-653

Total Pages : 4

Roll No.

BY-203

योग एवं आयुर्वेद

BA Yoga (BAY)

2nd Year Examination, 2023 (June)

Time : 2 Hours]

Max. Marks : 70

Note : This paper is of Seventy (70) marks divided into two (02) Sections A and B. Attempt the questions contained in these sections according to the detailed instructions given therein. Candidates should limit their answer to the questions on the given answer sheet. No additional (B) answer sheet will be issued.

नोट : यह प्रश्नपत्र सत्तर (70) अंकों का है जो दो (02) खण्डों क तथा ख में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड में दिए गए विस्तृत निर्देशों के अनुसार ही प्रश्नों को हल करना है। परीक्षार्थी अपने प्रश्नों के उत्तर दी गई उत्तर-पुस्तिका तक ही सीमित रखें। कोई अतिरिक्त (बी) उत्तर पुस्तिका जारी नहीं की जायेगी।

SECTION-A/(खण्ड-क)

(Long Answer Type Questions)/(दीर्घ उत्तरों वाले प्रश्न)

Note : Section 'A' contains Five (05) long answer type questions of Nineteen (19) marks each. Learners are required to answer any Two (02) questions only.

(2×19=38)

नोट : खण्ड 'क' में पाँच (05) दीर्घ उत्तरों वाले 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 down the concept of Ayurveda, describe the importance and objectives of Ayurveda.

आयुर्वेद की अवधारणा को लिखते हुए, आयुर्वेद के महत्त्व व उद्देश्यों का वर्णन करें।

2. Briefly describe Ashtanga Ayurveda.

अष्टांग आयुर्वेद का संक्षिप्त वर्णन कीजिए।

3. Describe 'Sadvrta' and 'Achara Rasayan'.

सद्वृत्त व आचार रसायन का वर्णन कीजिए।

4. Defining the Diet, describe the Pathya and Apathya ahara according to the Yoga Shastras.

आहार को परिभाषित करते हुए योग शास्त्रोक्त पथ्य व अपथ्य आहार का वर्णन कीजिए।

5. Briefly describe the scientific side of Yoga and Ayurvedic methods.

योग व आयुर्वेदिक पद्धतियों के वैज्ञानिक पक्ष का संक्षिप्त वर्णन करें।

SECTION-B/(खण्ड-ख)

(Short Answer Type Questions)/(लघु उत्तरों वाले प्रश्न)

Note : Section 'B' contains Eight (08) short answer type questions of Eight (08) marks each. Learners are required to answer any Four (04) questions only. (4×8=32)

नोट : खण्ड 'ख' में आठ (08) लघु उत्तरों वाले 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. Throw light on the concept and importance of Yoga.

योग की अवधारणा व महत्त्व पर प्रकाश डालिए।

2. Define the Asana and write its results.

आसन को परिभाषित करते हुए इसके परिणामों को लिखिए।

3. Describe the method and benefits of Vastra Dhauti.

वस्त्र धौति की विधि व लाभों का वर्णन कीजिए।

4. Explain the nature of Yama.

यम के स्वरूप को स्पष्ट करें।

5. Explain the nature of Niyama.

नियम के स्वरूप को स्पष्ट करें।

6. Describe the prohibited diet of Ayurveda.

आयुर्वेदोक्त निषिद्ध आहार का वर्णन करें।

7. Explain the importance of yoga in health protection.

स्वास्थ्य संरक्षण में योग के महत्त्व को स्पष्ट करें।

8. Write the Method and benefit of 'Tratak'.

त्राटक की विधि व लाभ लिखिए।
