

नोट- खण्ड 'क' में पाँच (05) दीर्घ उत्तरों वाले प्रश्न दिये गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पन्द्रह (15) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल तीन (03) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

1. Write an essay on the evolution and development of Yoga.

योग के उद्भव एवं विकास पर निबंध लिखें।

2. Explain the nature of yoga in Gita.

गीता में योग के स्वरूप को समझाइए।

3. Describe the Ashtanga Yoga in detail.

अष्टांग योग का विस्तार से वर्णन करें।

4. Describe the life-sketch of Maharshi Gorakshnath and his contribution in the field of Yoga.

महर्षि गोरक्षनाथ का जीवन परिचय एवं योग के क्षेत्र में उनके योगदान का वर्णन करें।

5. Explain the life-sketch and yogic contribution of Swami Kuvalayananda in detail.

स्वामी कुवलयाणंद के जीवन तथा यौगिक योगदान की विस्तार से व्याख्या करें।

Section - B / खण्ड 'ख'
(Short-Answer-Type Questions)
लघु उत्तरों वाले प्रश्न

Note - Section 'B' contains Eight (08) short-answer-type questions of Seven (07) marks each. Learners are required to answer any Five (05) questions only.

(5 × 7 = 35)

नोट- खण्ड 'ख' में आठ (08) लघु निबन्ध वाले प्रश्न दिये गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए सात (07) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल पाँच (05) निबन्धों के उत्तर देने हैं।

1. Write the meaning and definitions of yoga.

योग का अर्थ एवं परिभाषायें लिखें।

2. Explain the nature of yoga in Vedas.

वेदों में योग के स्वरूप को स्पष्ट करें।

3. Explain the importance of Hatha Yoga.

हठ योग के महत्व को समझाइए।

4. Write the yogic contribution of Adi Shankaracharya.

आदि शंकराचार्य के यौगिक योगदान को लिखें।

5. Describe the limbs of yoga according to Jain philosophy.

जैन दर्शन के अनुसार योग के अंगों का वर्णन करें।

6. Discuss the Yogic contribution of Maharshi Dayananda.

महर्षि दयानन्द के यौगिक योगदान की चर्चा करें।

7. Explain the Kriya Yoga.

क्रिया योग को समझाइए।

8. Describe the yogic life of Shri Aurobindo.

श्री अरविन्द के यौगिक जीवन का वर्णन करें।

MY-101/MY-01

Fundamental of Yoga

योग के आधारभूत तत्व

M.A./M.Sc. Yoga

(MAY-11/12/13/16/MSY-11)

First Year, Examination - 2019

Time : 3 Hours

Max. Marks : 80

Note - This Paper is of Eighty (80) marks divided into two (02) Sections A and B. Attempt the Questions contained in these sections according to the detailed instructions given therein.

नोट- यह प्रश्नपत्र अस्सी (80) अंकों का है जो दो (02) खण्डों, क तथा ख में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड में दिए गए विस्तृत निर्देशानुसार ही प्रश्नों को हल करना है।

(Section A) खण्ड 'क'

(Long-Answer-Type Questions)

दीर्घ उत्तरों वाले प्रश्न

Note - Section 'A' contains Five (05) long-answer-type questions of Fifteen (15) marks each. Learners are required to answer any Three (03) questions only.

(3 × 15 = 45)