

S-239

Total Pages : 4

Roll No.

BY-203

योग एवं आयुर्वेद

BA Yoga (BAY)

2nd Year Examination, 2022 (Dec.)

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.

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।

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)

S-239 / BY-203

[P.T.O.]

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. While writing the concept of Yoga and Ayurveda, describe the objectives of Yoga and Ayurveda.

योग व आयुर्वेद की अवधारणा को लिखते हुए, योग व आयुर्वेद के उद्देश्यों का वर्णन कीजिए।

2. Explain Ashtanga Yoga.

अष्टांग योग को समझाइए।

3. Throw light on Panchakarma according to Ayurveda.

आयुर्वेदानुसार पंचकर्म पर प्रकाश डालिए।

4. Defining the Diet, and also describe the diet recommended by Yoga Shastra and Ayurveda.

आहार को परिभाषित करते हुए योग शास्त्र व आयुर्वेदोक्त आहार का वर्णन कीजिए।

5. Explain the role of Yoga and Ayurveda in Health protection.

स्वास्थ्य संरक्षण में योग व आयुर्वेद की भूमिका स्पष्ट कीजिए।

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. Explain the importance of Yoga.

योग के महत्त्व को स्पष्ट कीजिए।

2. Write the method and benefits of Neti Kriya.

नेति क्रिया की विधि व लाभ लिखिए।

3. Describe the concept of Sadvrta.

सद्वृत्त की अवधारणा का वर्णन करें।

4. Briefly describe Kaay Chikitsa.

कायचिकित्सा का संक्षिप्त वर्णन करें।

5. Explain the Rasayan Tantra.

रसायन तंत्र को समझाइए।

6. Describe the method and benefits of Kapalbhatai according to Hatha Pradipika.

हठप्रदपिकानुसार कपालभाति की विधि व लाभों का वर्णन करें।

7. Throw light on the scientific side of Yoga.

योग के वैज्ञानिक पक्ष पर प्रकाश डालिए।

8. Explain the utility of 'Achara Rasayan'.

आचार रसायन की उपादेयता को स्पष्ट करें।
