

S-222

Total Pages : 4

Roll No.

MY-501/MY-101

Foundation of Yoga

योग के आधारभूत तत्व

MA Yoga (MAY)

1st Semester /1st 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 के 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)

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 the meanings, definitions and importance of Yoga in detail.

योग के अर्थ, परिभाषा एवं महत्त्व का विस्तार से वर्णन करें।

2. Describe the types of Yoga in Geeta in detail.

गीता में योग के प्रकारों का विस्तार से वर्णन करें।

3. Discuss the concept and nature of Jnana Yoga in detail.

ज्ञान योग के अवधारणा एवं स्वरूप का विस्तार से विवेचन करें।

4. Explain the life sketch and Yogic contribution of Aadiguru Shankaracharya in detail.

आदिगुरु शंकराचार्य के जीवन वृत्त एवं यौगिक योगदान को विस्तारपूर्वक समझाइए।

5. Write the life sketch and yogic contribution of Sri Aurobindo in detail.

श्री अरविन्द के जीवन एवं यौगिक योगदान को विस्तार से लिखिए।

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. What are the Badhak Tattvas of yoga? Explain.

योग के बाधक तत्त्व क्या हैं? समझाइए।

2. Explain the concept of yoga in Vedanta.

वेदान्त में योग के स्वरूप को समझाइए।

3. Write the importance of Niyamas.

नियमों के महत्त्व को लिखिए।

4. Explain the meaning, definition and objectives of Hathayoga.

हठयोग का अर्थ, परिभाषा एवं उद्देश्यों को समझाएँ।

5. What is Kriyayoga? Explain.

क्रिया योग क्या है? व्याख्या करें।

6. Write brief contribution of Swami Vivekananda in the field of yoga.

योग के क्षेत्र में स्वामी विवेकानन्द का संक्षिप्त योगदान लिखिए।

7. Describe the Yoga sadhana of Swami Shivananda in brief.

स्वामी शिवानन्द की योग साधना का संक्षेप में वर्णन करें।

8. Explain the nature of Yoga in Jaina Philosophy.

जैन दर्शन में योग के स्वरूप का वर्णन करें।
