

**S-231**

Total Pages : 4

Roll No. ....

**MY-605/MY-205**

**निबन्ध**

**MA Yoga (MAY)**

4th Semester / 2nd Year Examination, 2022 (Dec.)

**Time : 2 Hours]**

**Max. Marks : 100**

**Note :** This paper is of Hundred (100) 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 सौ (100) 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 Twenty six (26) marks each. Learners are required to answer any Two (02) questions only.

(2×26=52)

**नोट :** खण्ड 'क' में पाँच (05) दीर्घ उत्तरों वाले प्रश्न दिये गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए छब्बीस (26) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल दो (02) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

1. Write an essay on History of yoga.  
योग के इतिहास पर एक निबंध लिखे।
2. Write an essay on nature of yoga in Vedas.  
वेदों में योग के स्वरूप पर एक निबंध लिखे।
3. Write an essay on Personality Theory of Maslow.  
मास्लो के व्यक्तित्व सिद्धान्त पर एक निबंध लिखिए।
4. Write an essay on effect of yoga on digestive system.  
पाचन तंत्र पर योग के प्रभाव पर एक निबंध लिखिए।
5. Write an essay on concept of prakriti.  
प्रकृति की अवधारणा पर एक निबंध लिखें।

### SECTION-B/( खण्ड-ख )

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

**Note :** Section 'B' contains Eight (08) short answer type questions of Twelve (12) marks each. Learners are required to answer any Four (04) questions only.

(4×12=48)

**नोट :** खण्ड 'ख' में आठ (08) लघु उत्तरों वाले प्रश्न दिये गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए बारह (12) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल चार (04) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

**1. Types of Hypothesis.**

परिकल्पना के प्रकार।

**2. Research Design.**

शोध अभिकल्प।

**3. Dhauti according to Hathpradipika.**

हठप्रदीपिका के अनुसार धौति।

**4. Vasti according to Gherand Samhita.**

घेरण्ड संहिता के अनुसार बस्ति।

**5. Gyan Yoga.**

ज्ञान योग।

**6. Methods of Hydrotherapy.**

जल चिकित्सा की विधियाँ।

7. Dincharya according to Ayurveda.

आयुर्वेद के अनुसार दिनचर्या।

8. Methods of Magnet Therapy.

चुम्बक चिकित्सा की विधियाँ।

---