

667

Total Pages : 4

Roll No.

MY-205

Essay

निबन्ध

M.Sc./M.A. Yoga (MSY-11/MAY-11/12/13/16/17)

Second Year Examination, 2021 (Winter)

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. General Introduction of Hathyoga.

हठयोग का सामान्य परिचय।

2. Impact of Yoga on Digestive System.

पाचन तंत्र पर योग का प्रभाव।

3. Sadhak and Badhak Tattva in Hathpradipika.

हठप्रदीपिका में वर्णित साधक व बाधक तत्व।

4. History of yoga.

योग का इतिहास।

5. Sanyama according to Yogasutra.

योगसूत्र के अनुसार संयम।

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. Yoga in Vedas.

वेदों में योग।

2. Types of Danta Dhauti.

दन्त धौति के प्रकार।

3. Samadhi according to Yogadarshana.

योग दर्शन के अनुसार समाधि।

4. Pancha Tatva.

पंच तत्व।

5. Shatkarma mentioned in Hathpradeepika.

हठप्रदीपिका में वर्णित षट्कर्म।

6. Result of Pranayama siddhi in Yoga Sutra.

योग सूत्र के अनुसार प्राणायाम सिद्धि का फल।

7. Yog in Bhagwad Geeta.

भगवद्गीता में योग।

8. Importance of yoga in the context of Health.

स्वास्थ्य के संदर्भ में योग का महत्त्व समझाइए।
