

**A-0426**

Total Pages : 4

Roll No. ....

**BY-203**

**B.A. Yoga (BAY)**

**योग एवं आयुर्वेद**

Examination, Feb., 2026

Time : 2:00 Hrs.

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. *Candidates should limit their answers to the questions on the given answer sheet. No additional (B) answer sheet will be issued.*

**नोट :** यह प्रश्न-पत्र 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। **परीक्षार्थी अपने प्रश्नों के उत्तर दी गई उत्तर-पुस्तिका तक ही सीमित रखें। कोई अतिरिक्त (बी) उत्तर-पुस्तिका जारी नहीं की जायेगी।**

**A-0426**

( 1 )

P.T.O.

## Section–A

(खण्ड–क)

### Long Answer Type Questions

(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)

2×19=38

**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.

**नोट** : खण्ड 'क' में पाँच (05) दीर्घ उत्तरीय 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. Explain the concept and importance of Yoga.

योग की अवधारणा एवं महत्व स्पष्ट कीजिए।

2. Discuss the relationship between Yoga and Ayurveda in detail.

योग एवं आयुर्वेद के मध्य संबंध का विस्तृत विवेचन कीजिए।

3. Describe Ashtanga Ayurveda in detail.

अष्टाङ्ग आयुर्वेद का विस्तृत वर्णन कीजिए।

4. Explain the significance of Panchakarma in Ayurveda.

आयुर्वेद में पंचकर्म के महत्व को स्पष्ट कीजिए।

5. Critically evaluate the importance of Yogic and Ayurvedic diet in health management.

स्वास्थ्य प्रबंधन में यौगिक एवं आयुर्वेदिक आहार के महत्व का समालोचनात्मक विवेचन कीजिए।

### Section–B

(खण्ड–ख)

#### Short Answer Type Questions

(लघु उत्तरीय प्रश्न)

4×8=32

**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.

**नोट** : खण्ड ‘ख’ में आठ (08) लघु उत्तरीय 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. Describe the Ashtanga division according to Yoga.

योग के अनुसार अष्टाङ्ग विभाजन का वर्णन कीजिए।

2. Write a short note on Shatkarmas.

षट्कर्म पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए।

3. What do you understand by Achara Rasayana ?

आचार रसायन से आप क्या समझते हैं ?

4. Explain the relation of Yama-Niyama with Ayurvedic Sadvritta.

यम-नियम का आयुर्वेदिक सद्वृत्त से संबंध स्पष्ट कीजिए।

5. Define Pathya and Apathya in Ayurveda.

आयुर्वेद में पथ्य और अपथ्य की परिभाषा दीजिए।

6. Suggest suitable diet for Yoga practice.

योगाभ्यास हेतु उपयुक्त आहार सुझाइए।

7. Write the scientific importance of Swadhyaya (self-study).

स्वाध्याय का वैज्ञानिक महत्व लिखिए।

8. Describe the role of Yoga and Ayurveda in the prevention of modern lifestyle disorders.

आधुनिक जीवनशैली-सम्बन्धी रोगों की रोकथाम में योग एवं आयुर्वेद की भूमिका का वर्णन कीजिए।

\*\*\*\*\*