

A-0418

Total Pages : 4

Roll No.

MY-605/MY-205

M.A. Yoga (MAY)

निबन्ध

Examination, Feb., 2026

Time : 2:00 Hrs.

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

A-0418

(1)

P.T.O.

Section–A

(खण्ड–क)

Long Answer Type Questions

(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न) (2×26=52)

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.

नोट : खण्ड 'क' में पाँच (05) दीर्घ उत्तरीय 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. Historical background of Yoga.
योग की ऐतिहासिक पृष्ठभूमि।
2. The nature of Yoga in the Upanishads.
उपनिषदों में योग का स्वरूप।
3. Yung's personality theory.
युंग का व्यक्तित्व सिद्धान्त।
4. Dhauti according to Gherand Samhita.
घेरण्ड संहिता के अनुसार धौति।
5. Effect of Yoga on the nervous system.
तंत्रिका तंत्र पर योग का प्रभाव।

Section–B

(खण्ड–ख)

Short Answer Type Questions

(लघु उत्तरीय प्रश्न) (4×12=48)

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.

खण्ड 'ख' में आठ (08) लघु उत्तरीय 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. Meaning and definitions of Yoga.
योग का अर्थ व परिभाषाएँ।
2. The nature of Yoga in the Puranas.
पुराणों में योग का स्वरूप।
3. Bhakti Yoga
भक्ति योग।
4. Samadhi according to Gheranda Samhita.
घेरण्ड संहिता के अनुसार समाधि।
5. Nadanusandhan
नादानुसंधान।

6. Samadhi according to Yoga philosophy.

योग दर्शन के अनुसार समाधि ।

7. Basic principles of naturopathy.

प्राकृतिक चिकित्सा के मूलभूत सिद्धान्त ।

8. Applications of Acupressure Therapy.

एक्यूप्रेशर चिकित्सा के अनुप्रयोग ।
