

**A-328**

Total Pages : 4

Roll No. ....

**BY-203**

**योग एवं आयुर्वेद**

**BA Yoga (BAY)**

2nd Year Examination, 2024 (June)

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।**

## 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 बताइये।
2. Describe in detail Ashtanga Yoga and Ashtanga Aurveda.  
अष्टांग योग एवं अष्टांग आयुर्वेद का विस्तृत वर्णन कीजिए।
3. Describe in detail th different types of dhothi karma.  
धौति क्रिया के विभिन्न प्रकारों का विस्तृत वर्णन कीजिए।
4. Describe the effects of diet on lifestyle.  
जीवन शैली पर आहार के प्रभावों का वर्णन कीजिए।

5. Explain the utility and scientific importance of Yoga and Ayurveda in present time.

वर्तमान समय में योग एवं आयुर्वेद की उपायदेयता एवं वैज्ञानिक महत्व बताइये।

### 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. Explain what is the purpose of Ayurveda ?  
आयुर्वेद का उद्देश्य क्या है ? समझाइये।
2. Write the importance of Yama in modern era.  
यम, नियम का आधुनिक युग में महत्व लिखिए।
3. Explain what are the similarities between Sadvritta and Achar Rasayana ?  
सद्वृत्त एवं आचार रसायन में क्या समानताएँ हैं ? समझाइए।

4. Briefly describe Vamana Karma.  
वमन कर्म का संक्षिप्त वर्णन कीजिए।
5. Explain what is the appropriate diet for yoga practice?  
योगाभ्यास हेतु उचित आहार क्या है ? समझाइये।
6. Explain what is the role of Ayurveda in health protection?  
स्वास्थ्य संरक्षण में आयुर्वेद की क्या भूमिका है ? वर्णन कीजिए।
7. Write the benefits method and precautions of Tratak Karma.  
त्राटक कर्म की विधि, लाभ एवं सावधानियाँ लिखिए।
8. Discuss the similarity of Shatkarma and Panchkarma.  
षट्कर्म एवं पंचकर्म का सारूप्य विवेचन कीजिए।

\*\*\*\*\*