

**A-311**

Total Pages : 4

Roll No. ....

**MY-501/MY-101**

**योग के आधारभूत तत्व**

**MA Yoga (MAY)**

1<sup>st</sup> Semester/1<sup>st</sup> 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.*

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.

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. Describe the meaning and definitions of yoga in detail.  
योग का अर्थ व परिभाषाओं का विस्तारपूर्वक वर्णन कीजिए।
2. Describe the nature of yoga in the Vedas.  
वेदों में योग के स्वरूप का वर्णन कीजिए।
3. Write an essay on BAHIRANG YOG.  
बहिरंग योग पर एक निबंध लिखिए।
4. Write the biography of ADI SHANKARACHARYA.  
आदि शंकराचार्य का जीवन परिचय लिखिए।
5. Write an essay on Vedanta philosophy.  
वेदांत दर्शन पर एक निबंध लिखिए।

## 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.

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. Write the definition of yoga according to GEETA.  
गीता के अनुसार योग की परिभाषा लिखिए।
2. Describe the nature of yoga in Buddhist philosophy.  
बौद्ध दर्शन में योग के स्वरूप का वर्णन कीजिए।
3. What do you understand by HATHA YOGA ?  
हठयोग से आप क्या समझते हैं ?
4. Describe YAMA.  
यमों का वर्णन कीजिए।
5. Benefits of NIYAMA according to YOG SUTRA.  
योग सूत्र के अनुसार नियमों का फल

6. NAVADA BHAKTI.

नवधा भक्ति।

7. Write the biography of Maharishi Gorakhnath.

महर्षि गोरखनाथ का जीवन परिचय लिखिए।

8. What is the relevance of Swami Vivekananda's thoughts in the present context ?

वर्तमान परिप्रेक्ष्य में स्वामी विवेकानंद के विचारों की क्या प्रासंगिकता है ?

\*\*\*\*\*