

A-0159

Total Pages : 4

Roll No.

BY-203

B.A. Yoga (BAY)

(योग एवं आयुर्वेद)

Examination, June 2025

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. Explain the concept and importance of Ayurveda.

आयुर्वेद की अवधारणा एवं महत्व बताइए।

2. Write the scientific importance of Shatkarmas.

षट्कर्मों का वैज्ञानिक महत्व लिखिए।

3. Describe the role of Yoga in health preservation.

स्वास्थ्य संरक्षण में योग की क्या भूमिका है ? वर्णन कीजिए।

4. Describe Purv Karma according to Ayurveda.

आयुर्वेद के अनुसार पूर्व कर्म का वर्णन कीजिए।

5. According to Ayurveda, explain what is the relation between daily routine and health.

आयुर्वेद के अनुसार दिनचर्या एवं स्वास्थ्य का क्या सम्बन्ध है ?
समझाइए।

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. Describe the Ashtang division according to Ayurveda.

आयुर्वेद के अनुसार अष्टांग विभाजन का वर्णन कीजिए।

2. Explain what you understand by Swasth Vritt.

स्वस्थवृत्त से आप क्या समझते हैं ? समझाइए।

3. Describe autumm season.

शरद ऋतुचर्या का वर्णन कीजिए।

4. Define balance diet.
सन्तुलित आहार को परिभाषित कीजिए।
5. Describe the rituals of Sandhyacharya.
संन्याचर्या के करणीय कर्मों का वर्णन कीजिए।
6. Suggest proper diet for yoga practice.
योगाभ्यास हेतु उचित आहार बताइए।
7. Explain the Scientific importance of Ayurvedic method.
आयुर्वेदिक पद्धतियों का वैज्ञानिक महत्व बताइए।
8. Explain what are the benefits of self-study ?
स्वाध्याय के क्या लाभ हैं ? समझाइए।
