

A-0151

Total Pages : 4

Roll No.

MY-605/MY-205

M.A. Yoga (MAY)

(निबन्ध)

Examination, June 2025

Time : 2:00 Hrs.

Max. Marks : 100

Note :- This paper is of Seventy (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.*

यह प्रश्न-पत्र सत्तर (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।

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.

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।

Write an essay on any two of the following :

निम्नलिखित में से किन्हीं दो पर निबन्ध लिखिए :

1. History of yoga.
योग का इतिहास।
2. Nature of Yoga in Puranas.
पुराणों में योग का स्वरूप।
3. Effect of yoga on respiratory system.
श्वसन तंत्र पर योग का प्रभाव।
4. Bahirang Yoga.
बहिरंग योग।
5. Panch Mahabhoota.
पंच महाभूत।

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।

Write an essay on any four of the following :

निम्न में से किन्हीं चार पर निबंध लिखिए :

1. Bhakti Yoga.

भक्ति योग।

2. Maslow's personality theory.

मास्लो का व्यक्तित्व सिद्धान्त।

3. Dhauti according to Gheranda Samhita.

घेरण्ड संहिता के अनुसार धौति।

4. Samadhi according to Gheranda Samhita.

घेरण्ड संहिता के अनुसार समाधि।

5. Introduction to sadhan paad.

साधन पाद का परिचय ।

6. Water Element Therapy.

जल तत्व चिकित्सा ।

7. Magnet Therapy.

चुंबक चिकित्सा ।

8. Yoga therapy of diabetes.

मधुमेह की योग चिकित्सा ।
