

Roll No.....

(E1)

9551

Printed Pages—3]

PGDYHMSC1

पी.जी. डिप्लोमा—यौगिक स्वास्थ्य प्रबंधन एवं आध्यात्मिक संचार

Examination, May/June 2019

योग परिचय

अवधि/Duration : 3 घंटे/Hours]

[पूर्णांक/Max. Marks : 80

[न्यूनतम उत्तीर्णांक/Min. Pass Marks : 32

निर्देश :

1. प्रश्नपत्र पाँच इकाइयों में विभाजित है। प्रत्येक इकाई में आन्तरिक विकल्प दिया गया है।
2. प्रत्येक इकाई से एक प्रश्न का उत्तर दीजिए। इस प्रकार कुल पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए।
3. सभी प्रश्नों के लिए समान अंक नियत हैं।
4. जहाँ आवश्यकता हो वहाँ उपयुक्त डाटा माना जा सकता है।
5. अनुवाद में विसंगति होने पर अंग्रेजी स्वरूप को सही माना जाये।
6. प्रश्नपत्र में परीक्षार्थी निर्धारित स्थान पर अपना रोल नम्बर अंकित करें।

Instructions :

1. The question paper is divided in *five* units. Each unit carries an internal choice.
2. Attempt *one* question from each unit. Thus attempt *five* questions in all.
3. *All* questions carry equal marks.
4. Assume suitable data wherever necessary.
5. English version should be deemed to be correct in case of any anomaly in translation.
6. Candidate should write his/her Roll Number at the prescribed space on the question paper.

P.T.O

इकाई I/(Unit I)

1. योग की वैदिक परम्परा का वर्णन कीजिये एवं जीवन में इसका महत्व बताइये। 16

Explain the Vedic tradition of yoga and its importance in life.

अथवा/(Or)

योग के ऐतिहासिक आधार को विस्तारपूर्वक समझाइये।

Discuss the historical background of yoga in detail.

इकाई II/(Unit II)

2. योग का अर्थ तथा परिभाषा लिखिये वर्तमान समय में योग का क्या महत्व है? 16

Write meaning and definition of yoga . What is the importance of yoga in present time.

अथवा/(Or)

योग की भ्रामक धारणाओं से आप क्या समझते हैं ? निराकरण के उपाय बताइये।

What do you understand by misconception of yoga ? Explain measures to remove it.

इकाई III/(Unit III)

3. कर्मयोग का जीवन में क्या महत्व है ? प्रकाश डालिये। 16

What is the importance of "Karma Yoga" in life ? Throw light on it.

अथवा/(Or)

हठयोग क्या है ? वर्तमान समय में इसका क्या महत्व है?

What is "Hath Yoga" ? What is the importance of it in present ?

इकाई IV/(Unit IV)

4. भारतीय दर्शन कितने हैं? सांख्य दर्शन को विस्तारपूर्वक समझाइये। 16

Explain the types of Indian philosophies. Explain in detail "Sankhya Drashan".

अथवा/(Or)

दर्शनशास्त्र में योग के महत्व को समझाइये।

Discuss the importance of yoga in philosophy.

इकाई V/(Unit V)

5. महर्षि पातंजलि के “अष्टांग योग” का जीवन में क्या महत्व है ? 16

What is the importance of "Ashtang yoga" of Maharishi Patanjali in life ?

अथवा/(Or)

पातंजलि योग सूत्र के कितने पाद हैं? समाधिपाद का संक्षिप्त वर्णन कीजिये।

How many steps are there in Patanjali yoga ? Describe in brief "Samadhipad".