

No. of Printed Pages : 04

Roll No.

25126

M. A. EXAMINATION, Dec. 2018

(Third Semester)

YOGA

PATANJALI YOG SUTRA

Time : 3 Hours]

[Maximum Marks : 80

Note : Attempt *Five* questions in all, selecting *one* question from each Unit. Q. No. 1 is compulsory. All questions carry equal marks.

प्रत्येक इकाई में से एक प्रश्न चुनते हुए, कुल पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रश्न क्र. 1 अनिवार्य है। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

1. Answer the following in brief : **8×2=16**

(a) Tada Drishtu Swarupe Vyasthanam

(b) Chitta Bumiya

(c) Vairagya

(3-03/12) Z-25126

P.T.O.

- (d) Satyan
- (e) Definition of Asana
- (f) Dharmamegh Samadhi
- (g) Antrang Yoga
- (h) Ritambhra Pragya.

निम्नलिखित के संक्षिप्त में उत्तर लिखिए :

- (अ) तदादुष्टु स्वरूपेऽवस्थानाम्
- (ब) चित्त की भूमियाँ
- (स) वैराग्य
- (द) स्त्यान
- (इ) आसन की परिभाषा
- (फ) धर्ममेघ समाधि
- (ग) अन्तरंग योग
- (ह) ऋतम्भरा प्रज्ञा ।

Unit I

इकाई I

2. Explain the "Antrayas" of Yoga. 16

योग के अन्त्रियों पर प्रकाश डालिए ।

3. Explain the means of "Chitta Prasadana". 16
चित्त प्रसादन के उपायों का वर्णन कीजिए ।

Unit II

इकाई II

4. Comment on "Karmashya" and "Chaturvuhvad". 16
कर्माशय एवं चतुर्व्यूहवाद पर टिप्पणी लिखिए ।
5. Discuss the "Kriyayoga" in detail. 16
क्रिया-योग की विस्तृत विवेचना कीजिए ।

Unit III

इकाई III

6. What is Kaivayly ? Explain it in detail. 16
कैवल्य क्या है ? इसका विस्तारपूर्वक वर्णन कीजिए ।
7. Define "Astay" And "Aprigraha" by explaining "Yama". 16
यम की व्याख्या करते हुए "अस्तेय" एवं "अपरिग्रह" पर प्रकाश डालिए ।

Unit IV
इकाई IV

8. What is Siddhi ? Explain its types and five means of Siddhi. 16
सिद्धि क्या है ? सिद्धि के भेद एवं इसके पाँच साधनों का वर्णन कीजिए ।
9. Explain the concept of "Karma" and explain its types. 16
कर्म के स्वरूप का वर्णन कीजिए एवं इसके भेदों पर प्रकाश डालिए ।

No. of Printed Pages : 04

Roll No.

25127

M. A. EXAMINATION, Dec. 2018

(Third Semester)

YOGA

YOG-302

INTRODUCTION TO AYURVEDA

Time : 3 Hours]

[Maximum Marks : 80

Note : Attempt *Five* questions in all, selecting *one* question from each Unit. Q. No. 1 is compulsory. All questions carry equal marks.

प्रत्येक इकाई में से एक प्रश्न चुनते हुए, कुल पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए । प्रश्न क्र. 1 अनिवार्य है । सभी प्रश्नों के अंक समान हैं ।

(Compulsory Question)

(अनिवार्य प्रश्न)

1. Write in brief about the following : $8 \times 2 = 16$

(a) Mala

(3-05/8) Z-25127

P.T.O.

- (b) Indriya
- (c) Prakrati
- (d) Manas
- (e) Ashvagandha
- (f) Vaman
- (g) Virechan
- (h) Rakt Shodhan. **8×2=16**

निम्नलिखित के उत्तर संक्षेप में लिखिए :

- (अ) मल
- (ब) इन्द्रिय
- (स) प्रकृति
- (द) मनस
- (इ) अश्वगंधा
- (फ) वमन
- (ग) विरेचन
- (ह) रक्त शोधन ।

Unit I

इकाई I

2. Explain the importance of Ayurveda.

आयुर्वेद के महत्त्व पर प्रकाश डालिए ।

3. What is Disease ? Describe its causes, symptoms and remedial measures.

रोग क्या है ? इसके कारण, लक्षण एवं निदान का विस्तारपूर्वक वर्णन कीजिए ।

Unit II

इकाई II

4. What is "DOSHA" ? Describe its meaning, definition and effects on human body.

दोष क्या है ? इनके अर्थ, परिभाषा एवं इनके शरीर पर होने वाले प्रभावों का वर्णन कीजिए ।

5. Describe in detail the meaning, definition and types of 'SHROTAS'.

स्रोतस का अर्थ, परिभाषा एवं इसके प्रकारों को विस्तारपूर्वक समझाइए ।

Unit III

इकाई III

6. Write the importance of herbal plants in health promotion.

स्वास्थ्य के संवर्धन के लिए जड़ी-बूटियों के महत्त्व पर प्रकाश डालिए ।

7. Explain the medicinal properties of AJWAIN, TULSI, DHANIA and GINGER.

अजवाइन, तुलसी, धनियाँ, अदरक के औषधीय गुणों के बारे में बताइये ।

Unit IV

इकाई IV

8. Describe in detail the Pradhan Karma and Paschat Karma in Panch Karma.

पंचकर्म में प्रधान कर्म एवं पश्चात् कर्म का विस्तारपूर्वक वर्णन कीजिए ।

9. Describe Nashya and Basti and their effects on human body.

नस्य एवं बस्ति क्रिया का विस्तृत रूप से वर्णन कीजिए एवं शरीर पर पड़ने वाले प्रभावों का उल्लेख कीजिए ।

No. of Printed Pages : 05

Roll No.

25128

M. A. EXAMINATION, Dec. 2018

(Third Semester)

YOGA

YOG-303

Research Methodology and Statistics

Time : 3 Hours

[Maximum Marks : 80

Note : Attempt *Five* questions in all, selecting *one* question from each Unit. Q. No. 1 is compulsory. All questions carry equal marks.

प्रत्येक इकाई में से एक प्रश्न चुनते हुए, कुल पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रश्न क्र. 1 अनिवार्य है। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

(Compulsory Question)

(अनिवार्य प्रश्न)

1. Answer in short on the following :

(a) What is Research Methodology ?

(3-05/5) Z-25128

P.T.O.

- (b) A researcher does broad survey of literature. Why ?
- (c) What is the formula for mean to calculate the group data ?
- (d) Find the median 9, 16, 12, 18, 15, 25 .
- (e) Write down the *two* main methods of data collection with giving one example for each.
- (f) Find the mean of these sets of numbers 100, 1050, 320, 600 and 150.
- (g) What do you understand by Chi-square test ?
- (h) What is Foot note ?

निम्नलिखित के संक्षिप्त उत्तर लिखिए :

- (अ) शोध प्रविधि क्या है ?
- (ब) एक शोधकर्ता व्यापक साहित्य सर्वेक्षण करता है, क्यों ?
- (स) समूह डाटा की गणना करने में माध्य का सूत्र क्या है ?
- (द) डाटा संग्रहण की मुख्य दो विधियाँ बताइए और प्रत्येक के लिए एक-एक उदाहरण भी दीजिए ।

(इ) 100, 1050, 320, 600 और 150 आंकड़ों का माध्य ज्ञात कीजिए ।

(फ) कार्ई-स्ववायर परीक्षण से क्या अभिप्राय है ?

(ग) पाद टिप्पणी क्या है ?

Unit I

इकाई I

2. What is Research ? Explain the various types of research methods. 16

शोध क्या है ? शोध की विभिन्न विधियों का वर्णन कीजिए ।

3. What is sampling method in research ? What are the types of sampling techniques ? 16

शोध के प्रतिदर्श विधि से क्या अभिप्राय है ? प्रतिदर्श चुनाव के कौन-कौनसे तरीके हैं ?

Unit II

इकाई II

4. What is Research Report ? Write down the steps of research report. 16

शोध प्रतिवेदन क्या है ? शोध प्रतिवेदन के विभिन्न चरणों का उल्लेख कीजिए ।

5. What is variable in research ? What are defferent types of variables in research ? 1

शोध में चर से क्या अभिप्राय है ? शोध के विभिन्न चरों का वर्णन कीजिए ।

Unit III

इकाई III

6. What is meant by Central Tendency ? What are the *three* measures of central tendency ? 16

केन्द्रीय मापवृत्ति से क्या अभिप्राय है ? केन्द्रिय माप के तीन मापक कौन-कौनसे हैं ?

7. Find the co-relation from rank difference method : 16

Subject	Economic	Hindi	Math
A	95	77	70
B	90	55	55
C	85	60	90
D	80	58	80
E	75	43	45
F	70	50	75

रैंक अन्तराल विधि से सहसम्बन्ध गुणांक ज्ञात कीजिए :

विषय	अर्थशास्त्र	हिन्दी	गणित
A	95	77	70
B	90	55	55
C	85	60	90
D	80	58	80
E	75	43	45
F	70	50	75

Unit IV

इकाई IV

8. What is the purpose of Chi-square test in research ? Discuss the advantages of Chi-square test. 16

शोध में काई-स्क्वायर परीक्षण का उद्देश्य क्या है ? काई-स्क्वायर परीक्षण के शोध में प्रयोग के लाभ पर चर्चा कीजिए ।

9. What is Normal Distributive Curve ? Write about the importance and need of it. 16

सामान्य वितरण वक्र से क्या अभिप्राय है ? इसके महत्त्व व आवश्यकता के बारे में विस्तारपूर्वक बताइए ।

No. of Printed Pages : 04

Roll No.

25129

M. A. EXAMINATION, Dec. 2018

(Third Semester)

YOGA

Naturopathy

Time : 3 Hours]

[Maximum Marks : 80

Note : Attempt *Five* questions in all, selecting *one* question from each Unit. Q. No. 1 is compulsory. All questions carry equal marks.

प्रत्येक इकाई से एक प्रश्न चुनते हुए, कुल पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रश्न क्र. 1 अनिवार्य है। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

(Compulsory Question)

(अनिवार्य प्रश्न)

1. Write in brief about the following : $8 \times 2 = 16$

(i) Natural Therapy

(ii) Enema

(1-13/15) Z-25129

P.T.O.

- (iii) Benefits of Sun Rays
- (iv) Natural Bath and Steam Bath
- (v) Benefits of Fasting
- (vi) Air Therapy
- (vii) Toxins
- (viii) Ushapan.

निम्नलिखित पर संक्षेप में लिखिए :

- (i) प्राकृतिक चिकित्सा
- (ii) ऐनिमा
- (iii) सूर्य किरणों के दो लाभ
- (iv) प्राकृतिक स्नान एवं भाप स्नान
- (v) उपवास के दो लाभ
- (vi) वायु चिकित्सा
- (vii) विजातीय पदार्थ
- (viii) उषापान ।

Unit I

इकाई I

2. Describe basic principles of Naturopathy in detail.

16

प्राकृतिक चिकित्सा के मूल सिद्धान्तों का विस्तारपूर्वक वर्णन कीजिए ।

3. Describe the origin, history and development of Naturopathy in detail. 16

प्राकृतिक चिकित्सा के उद्गम, इतिहास तथा विकास का विस्तार से वर्णन कीजिए ।

Unit II

इकाई II

4. Explain in detail the different types of Bath in Naturopathy. 16

प्राकृतिक चिकित्सा में विभिन्न प्रकार के स्नानों को विस्तारपूर्वक लिखिए ।

5. Write about 'Sponge and Enima' as therapy. 16

स्पंज एवं एनिमा के उपचारात्मक महत्त्व पर प्रकाश डालिए ।

Unit III

इकाई III

6. Explain importance of Sun Rays in sun treatment. 16

सूर्य किरण चिकित्सा में सूर्य की किरणों के महत्त्व की विस्तारपूर्वक विवेचना कीजिए ।

7. Explain importance of mud in mud therapy. 16
मिट्टी के गुणों का वर्णन करते हुए मिट्टी चिकित्सा विधियों के बारे में लिखिए ।

Unit IV

इकाई IV

8. Explain therapeutic benefit of short and long-term fasting. 16
लघु एवं दीर्घ अवधि के उपवास की व्याख्या करते हुए इसके उपचारात्मक लाभ बताइए ।
9. What is the importance of Natural Food in treating a disease ? 16
रोग निवारण हेतु प्राकृतिक आहार के महत्त्व पर प्रकाश डालिए ।