5. Describe the external and internal methods of Ashtanga Yoga. **14**

अष्टांग योग के बहिरंग और अंतरंग साधनों का वर्णन कीजिए ।

Unit III (इकाई III)

6. Describe the life history of Maharishi Patanjali and his contribution to Yoga Philosophy. **14**

महर्षि पतंजलि के जीवन परिचय और योग दर्शन में उनके योगदान का वर्णन कीजिए ।

7. Describe the Yogic life history and contribution of Yogi Shyama Charan Lahiri Mahasaya. **14**

योगी श्यामाचरण लाहिड़ी महाशय के यौगिक जीवन परिचय और योगदानों का वर्णन कीजिए ।

No. of Printed Pages : 05 **Roll No. .....**

46701

M.A. (NEP-2020) EXAMINATION, 2026

(First Semester)

YOGA SCIENCE

MYOG-101

Fundamentals of Yoga

(2024-25 Onwards)

Time : 3 Hours] [*Maximum Marks :* 70

Before answering the question-paper, candidates must ensure that they have been supplied with correct and complete question-paper. No complaint, in this regard will be entertained after the examination.

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. (i) Discuss the science of Yoga in the Vedas. **3.5**

वेद में योग विधा की विवेचना कीजिए ।

(ii) Explain the concept of Shiva and Shakti in Tantra. **3.5**

तंत्र में शिव और शक्ति की अवधारणा समझाइए ।

(iii) Give a brief introduction of Swami Sivananda. **3.5**

स्वामी शिवानंद का संक्षिप्त परिचय दीजिए ।

(iv) Write a general introduction of Siddh Siddhant Paddhati. **3.5**

सिद्ध सिद्धांत पद्धति का सामान्य परिचय लिखिए ।

Unit I (इकाई I)

2. Analyze the meaning, definition, origin and development of Yoga. **14**

योग का अर्थ, परिभाषाओं, उद्‌गम एवं विकास का विश्लेषण कीजिए ।

3. Briefly describe the various dimensions of Indian Yoga Tradition. **14**

भारतीय योग परंपरा के विविध आयामों का संक्षिप्त वर्णन कीजिए ।

Unit II (इकाई II)

4. Describe Karma Yoga in detail. **14**

कर्म योग का विस्तृत वर्णन कीजिए ।