5. Among the various paths of Yoga, Pranayama is the best method" Explain this statement in the context of the Yogabija text. **14**

''योग के विविध मार्गों में प्राणायाम सर्वोत्तम उपाय है''–योगबीज के संदर्भ में इस कथन व्याख्या कीजिए ।

Unit III (इकाई III)

6. Explain the concept of Ashtanga Yoga according to the Siddh Siddhant Paddhati **14**

सिद्ध सिद्धांत पद्धति के अनुसार अष्टांगयोग की अवधारणा समझाइए ।

7. Describe the Khand, mountains and rivers as described in the Siddh Siddhaant Paddhati. **14**

सिद्ध सिद्धांत पद्धति में वर्णित खण्ड, पर्वत एवं नदियों का वर्णन कीजिए ।

Unit IV (इकाई IV)

8. Introduce the Shiva Samhita and explain the Seven Chakras. **14**

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

46722

M.A. Yoga Science (NEP-2020)

EXAMINATION, 2026

(Third Semester)

INTRODUCTION OF YOGIC TREATISE

MYOG-302

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

1. (i) In the context of Yogavasistha, describe the methods for developing the Sattva quality

योगवाशिष्ठ के परिप्रेक्ष्य में सत्वगुण के विकास के उपाय बताइए ।

(ii) According to Hatha Ratnavali, write down the four stages of Hatha.

हठ रत्नावली के अनुसार हठ की चार अवस्थाएँ लिखिए ।

(iii) Describe the Aadhar in the Siddh Siddhant Paddhati.

सिद्ध सिद्धांत पद्धति में आधार का वर्णन कीजिए ।

(iv) Describe the Shatkarma in the context of the Goraksha Samihita. **4×3.5=14**

गोरक्ष संहिता के संदर्भ में षट्कर्म का वर्णन कीजिए ।

Unit I (इकाई I)

2. Explain the concepts of mental and physical ailments and psychosomatic disorders as described in the Yogavashishtha and also discuss their relevance in the present time. **14**

योगवाशिष्ठ में वर्णित आधि-व्याधि और मनोदैहिक व्याधियों की अवधारणा बताते हुए वर्तमान समय में इसकी प्रासंगिकता भी बताइए ।

3. Discussing the key points of Yogavashishtha describe the seven stages of knowledge. **14**

योगवाशिष्ठ के प्रमुख बिंदुओं पर चर्चा करते हुए, ज्ञान की सप्तभूमियों का वर्णन कीजिए ।

Unit II (इकाई II)

4. Describe the Khechari Mudra in detail, as described in the Hathratnavali. **14**

हठरत्नावली के संदर्भ में खेचरी मुद्रा का सविस्तार वर्णन कीजिए ।

शिव संहिता का परिचय देते हुए सप्त चक्रों की व्याख्या कीजिए ।

9. Explain the concept of Kundalini from the perspective of the Goraksha Samhita. **14**

गोरक्ष संहिता के परिप्रेक्ष्य में कुण्डलिनी की व्याख्या कीजिए ।

❖❖❖❖❖❖❖

शिव संहिता का परिचय देते हुए सप्त चक्रों की व्याख्या कीजिए ।

9. Explain the concept of Kundalini from the perspective of the Goraksha Samhita. **14**

गोरक्ष संहिता के परिप्रेक्ष्य में कुण्डलिनी की व्याख्या कीजिए ।

❖❖❖❖❖❖❖