## Section B ( खण्ड 'ब' )

## (Long Answer Type Questions)

## ( दीर्घ उत्तरीय प्रश्न )

### Unit I इकाई I

**2.** Describe in detail the concepts of Chakras, Panchakoshas, and the Three Bodies within the context of Yogic human structure and physiology. **14**

यौगिक मानव संरचना एवं क्रिया विज्ञान में चक्र, पंचकोश एवं तीन शरीर की अवधारणा का विस्तारपूर्वक वर्णन कीजिए ।

**3.** Clarify the meaning, definition, purpose, fundamental principles, components, effects, and significance of Yoga Therapy in health promotion. **14**

योग चिकित्सा का अर्थ, परिभाषा, प्रयोजन, मूल सिद्धांत, अंग, प्रभाव तथा स्वास्थ्य संवर्द्धन में इसके महत्व को स्पष्ट कीजिए ।



No. of Printed Pages : 08 Roll No. .....

# 55781

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

(Fourth Semester)

YOGA SCIENCE

Yoga Therapy

*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 from Section B. Q. No. **1** (Section A) is compulsory. All questions carry equal marks.

खण्ड 'अ' की प्रत्येक इकाई से **एक** प्रश्न चुनते हुए, कुल **पाँच** प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रश्न क्र. **1** (खण्ड 'अ') अनिवार्य है । सभी प्रश्नों के अंक समान हैं ।

## Section A ( खण्ड 'अ' )

## (Short Answer Type Questions)

## ( लघु उत्तरीय प्रश्न )

**1.** Give brief answers to the following questions : **7×2=14**

(i) What is the concept of Panchakosha ?

(ii) Write the meaning and definition of Yoga Therapy.

(iii) Write the major symptoms of Sciatica.

(iv) Write the causes and signs of Asthma.



(v) What is the significance of Yoga Therapy in Diabetes ?

(vi) Write the causes and symptoms of Insomnia.

(vii) Write the definition of Mental Health.

निम्नलिखित प्रश्नों के संक्षिप्त उत्तर दीजिए :

(i) पंचकोश की अवधारणा क्या है ?

(ii) योग चिकित्सा का अर्थ एवं परिभाषा लिखिए।

(iii) शियाटिका के प्रमुख लक्षण लिखिए ।

(iv) दमा के कारण एवं संकेत लिखिए ।

(v) मधुमेह में योग चिकित्सा का महत्व क्या है ?

(vi) अनिद्रा के कारण एवं लक्षण लिखिए ।

(vii) मानसिक स्वास्थ्य की परिभाषा लिखिए ।

9. Clarify the meaning, definition, components, determinants, causes, and symptoms of mental health, as well as their management through Yogic therapy. **14**

मानसिक स्वास्थ्य का अर्थ, परिभाषा, अंग, निर्धारक, कारण, लक्षण तथा योग चिकित्सा द्वारा उनके निदान को स्पष्ट कीजिए ।

❖❖❖❖❖❖❖



## Unit II इकाई II

4. Describe the causes, symptoms, diagnosis, and Yoga Therapy for musculoskeletal disorders — specifically Lower Back Pain, Sciatica, Cervical issues, and Spondylitis.

अस्थि एवं मांसपेशी तंत्र सम्बन्धी रोगों-कमर दर्द, शियाटिका, सर्वाइकल एवं स्पॉण्डिलाइटिस के कारण, लक्षण, निदान एवं योग चिकित्सा का वर्णन कीजिए।

5. Describe the causes, signs, symptoms, diagnosis, and Yoga Therapy for disorders related to the respiratory, digestive, and circulatory systems— specifically Asthma, Constipation, Acidity, and High Blood Pressure. **14**

श्वसन, पाचन एवं रक्त परिवहन तंत्र सम्बन्धी रोगों-दमा, कब्ज, अम्लपित्त तथा उच्च रक्तचाप के कारण, संकेत, लक्षण, निदान एवं योग चिकित्सा का वर्णन कीजिए ।

## Unit III इकाई III

6. Describe the causes, symptoms, diagnosis, and Yoga Therapy for disorders related to the reproductive and excretory systems—specifically Impotence, Menstrual Problems, Leucorrhoea, Infertility, and UTI (Urinary Tract Infection). **14**

प्रजनन एवं उत्सर्जन तंत्र सम्बन्धी रोगों-नपुंसकता, मासिक धर्म समस्याएँ, ल्यूकोरिया, इनफर्टिलिटी एवं यू.टी.आई. – के कारण, लक्षण, निदान एवं योग चिकित्सा का वर्णन कीजिए ।

7. Clarify the causes, signs, symptoms, diagnosis, and Yoga Therapy for disorders related to the endocrine glands—specifically Diabetes, Thyroid Disorders, Obesity, and Decline in Mental Vitality. **14**



अंत:स्त्रावी ग्रंथियों सम्बन्धी रोगों-मधुमेह, थाइराइड विकार, मोटापा एवं मानसिक शक्ति हास - के कारण, संकेत, लक्षण, निदान एवं योग चिकित्सा को स्पष्ट कीजिए ।

## Unit IV इकाई IV

8. Describe in detail the causes, symptoms, diagnosis, and Yogic therapy for disorders related to the nervous system—specifically headaches, migraines, depression, anxiety, insomnia, and stress. **14**

तंत्रिका तंत्र सम्बन्धी रोगों - सिर दर्द, माईग्रेन, अवसाद, चिंता, अनिद्रा एवं तनाव के कारण, लक्षण, निदान एवं योग चिकित्सा का विस्तारपूर्वक वर्णन कीजिए ।