

4. Examine the relationship between life style and happiness. Illustrate your answer with suitable examples.

जीवन शैली और प्रसन्नता के अंतरसंबंधों का परीक्षण कीजिए। अपने उत्तर को उपयुक्त उदाहरणों से स्पष्ट कीजिए।

[This question paper contains 4 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper : 4316

H

Unique Paper Code : 6967000019

Name of the Paper : Art of Being Happy

Name of the Course : **Value Addition Course (VAC)**

Semester : IV

Duration : 1 Hour

Maximum Marks : 30

Instructions for Candidates

छात्रों के लिए निर्देश

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.

इस प्रश्न-पत्र के मिलते ही ऊपर दिए गए निर्धारित स्थान पर अपना अनुक्रमांक लिखिए।

2. Question No. 1 is Compulsory.

पहला प्रश्न अनिवार्य है।

4316

2

3. Answer any **two** questions from question nos. 2 to 4.

प्रश्न संख्या 2 से 4 तक किन्हीं दो प्रश्नों के उत्तर लिखिए।

4. **All** questions carry equal marks.

सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

5. Answers may be written either in English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.

इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए, लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।

1. Write short notes on any **two** –

किन्हीं दो पर संक्षिप्त टिप्पणी कीजिए –

(i) Sat-Chit-Anand

सत्-चित्-आनन्द

4316

3

(ii) Type of Stress

विभिन्न प्रकार के तनाव

(iii) Happiness Indicators

प्रसन्नता सूचक

2. Critically examine how happiness contributes to a healthy life.

स्वस्थ जीवन में प्रसन्नता किस प्रकार योगदान देती है? आलोचनात्मक परीक्षण कीजिए।

3. Discuss how the environment conditions the happiness experience.

पर्यावरण प्रसन्नता के अनुभव को किस प्रकार प्रभावित करता है? चर्चा कीजिए।