

4321

4

4. What do you understand by the presence of psychic centres in your body? (10)

शरीर में विद्यमान चक्रों से आप क्या समझते हैं?

(1000)

[This question paper contains 4 printed pages.]

Your Roll No.....

आपका अनुक्रमांक.....

Sr. No. of Question Paper : 4321

H

Unique Paper Code : 6967000021

Name of the Paper : Yoga : Philosophy and Practice

Name of the Course : VAC

पाठ्यक्रम का नाम : वीएसी

Semester : IV

सेमेस्टर

Duration : 1 Hour

Maximum Marks : 30

समय : 1 घण्टा

अधिकतम अंक : 30

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
2. **First** question is compulsory and attempt any **two** questions from remaining.
3. Each question carries **10** marks.

P.T.O.

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

छात्रों के लिए निर्देश

1. इस प्रश्न-पत्र के मिलते ही ऊपर दिए गए निर्धारित स्थान पर अपना अनुक्रमांक लिखिए ।
2. पहला प्रश्न अनिवार्य है और शेष में से किन्हीं दो प्रश्नों के उत्तर दीजिए ।
3. प्रत्येक प्रश्न 10 अंक का है ।
4. 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** of the following :

(10)

निम्नलिखित में से किन्हीं दो पर टिप्पणी कीजिए :

(i) Dhyāna

(5)

ध्यान

- (ii) Significance of *Suryanamaskar* (5)

सूर्यनमस्कार का महत्व

- (iii) Second sutra of Patanjali's Yogasutra (5)

पतंजलि के योगसूत्र का दूसरा सूत्र

2. Write about the significance of Yoga in living a balanced life. (10)

जीवन में संतुलन स्थापित करने के लिए योग का महत्व लिखिए ।

3. State the first sutra of Patanjali. (10)

पतंजलि के पहले सूत्र की व्याख्या कीजिए ।