

This question paper contains 2 printed pages]

Roll No.

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

S. No. of Question Paper : 4152

Unique Paper Code : 6967000021

Name of the Paper : Yoga : Philosophy and Practice

Name of the Course : VAC

Semester : III

Duration : 1 Hour

Maximum Marks : 30

(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।)

Note : — Answers may be written either in **English** or in **Hindi**; but the same medium should be used throughout the paper.

टिप्पणी :— इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए; परन्तु सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।

First question is compulsory and attempt any *two* questions from the remaining.

Each question carries 10 marks.

पहला प्रश्न अनिवार्य है और शेष में से किन्हीं दो के उत्तर दीजिए।

प्रत्येक प्रश्न 10 अंक का है।

1. Write short notes on any *two* of the following :

* 2×5=10

- (i) Significance of Pranayama
- (ii) Importance of Suryanamaskar
- (iii) Relevance of Asana.

P.T.O.

निम्नलिखित में से किन्हीं दो पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए :

- (i) प्राणायाम का महत्त्व
- (ii) सूर्यनमस्कार का महत्त्व
- (iii) आसन की प्रासंगिकता।

2. Explain second sutra of Patanjali's Yogasutra.

10

पतंजलि के योगसूत्र के दूसरे सूत्र की व्याख्या कीजिए।

3. Explain first sutra of Patanjali's Yogasutra.

10

पतंजलि के योगसूत्र का पहला सूत्र समझाइए।

4. What do you mean by History of Yoga ?

10

योग के इतिहास से आप क्या समझते हैं ?