

This Question Paper Contains 2 printed pages

Roll No. _____

Sl. No. of Question Paper : 7643A

Unique Paper Code : 2133102006

Name of the Paper : Art of Balanced Living, DSE / GE

Name of the Course : B.A.Sanskrit: DSE

Semester : VI

Duration : 3 Hours

Maximum Marks : 90

(Write your Roll no. on the top immediately on receipt of this question paper.)

(इस प्रश्न पत्र के प्राप्त होते ही सबसे ऊपर अपना अनुक्रमांक लिखिए।)

टिप्पणी:

1. इस प्रश्न-पत्र का उत्तर संस्कृत या हिन्दी या अंग्रेजी किसी एक भाषा में दीजिए, परन्तु सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।
2. सभी प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

Note:

1. Answers should be written in **Sanskrit** or in **Hindi** or in **English** but the same medium should be used throughout the paper.
2. Answer all questions.

1. निम्नलिखित में से किन्हीं तीन प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

(3×9=27)

Answer any **three** of the following questions:

(क) बृहदारण्यकोपनिषद् के आधार पर आत्मोत्कर्ष की प्रक्रिया का वर्णन कीजिए।

Describe the process of self-realization of the basis

Of Bṛhadāraṇyakopaniṣada.

(ख) 'योग' शब्द को स्पष्ट करते हुए चित्तप्रसादन के उपायों का वर्णन कीजिए।

Elucidate the word 'Yoga' and describe the means of cittaprasādana.

(ग) आसन के प्रकारों का वर्णन कीजिए।

Describe the types of Āsana.

(घ) प्राणायाम से हम कैसे स्वास्थ्य लाभ प्राप्त कर सकते हैं, विवेचन कीजिए।

How can we get health benefits from Breath Exercise? Describe.

(ङ) 'सन्तुलित जीवन जीना एक कला है' गीता के 'कर्मयोग' के आधार पर स्पष्ट कीजिए।

Explain 'Balanced living is an art' on the basis of Gita's Kama-yoga.

2. निम्नलिखित में से किन्हीं चार की व्याख्या कीजिए :

(4×6=24)

Explain any **four** of the following:

- (क) य एवं वेत्ति पुरुषं प्रकृतिं च गुणैः सह।
सर्वथा वर्तमानोऽपि न स भूयोऽभिजायते॥
- (ख) शनैः शैतरुपरमेदबुद्ध्या धृतिगृहीतया।
आत्मसंस्थं मनः कृत्वा न किञ्चिदपि चिन्तयेत्॥
- (ग) यो मां पश्यति सर्वत्र सर्वं च मयि पश्यति।
तस्याहं न प्रणश्यामि स च मे न प्रणश्यति॥
- (घ) तेषामहं समुद्धर्ता मृत्युसंसारसागरात्।
भवामि नचिरात्पार्थ मय्यावेशितचेतसाम्॥
- (ङ) दिवि सूर्यसहस्रस्य भवेद्युगपदुत्थिता।
यदि भाः सदृशी सा स्याद् भासस्तस्य महात्मनः।
- (च) ये तु धर्म्यामृतमिदं यथोक्तं पर्युपासते।
श्रद्धधाना मत्परमा भवन्तास्तेऽतीव मे प्रियाः॥

3. निम्नलिखित में से किन्हीं तीन पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए:

(3×6=18)

Write short notes on any **three** of the following:

- (क) क्रियायोग (ख) ध्यान (ग) नियम
- (घ) प्राणायाम (ङ) भक्तियोग

4. निम्नलिखित में से तीन सूत्रों की व्याख्या कीजिए:

(3×7=21)

Explain any **three** sutras of the following:

- (क) तत्परं पुरुषं व्यातेर्गुणवैतृण्यम्।
- (ख) देशबन्धश्चित्तस्य धारणा।
- (ग) तत्र स्थितौ यत्नोऽभ्यासः।
- (घ) तदेवार्थमात्र निर्भासं स्वरूपशून्यमिव समाधिः।