

12050-A

2. Does Dhyana (meditation) improve the life? Explain. 10
क्या ध्यान जीवन को बेहतर बनाता है? व्याख्या कीजिए।
3. How is happiness connected to Anandamaya Kosha? 10
प्रसन्नता का आनंदमय कोश से क्या संबंध है?
4. How is understanding of Triguna essential to live a happy life? Explain. 10
सुखमय जीवन जीने के लिए त्रिगुण को जानना क्यों आवश्यक है? व्याख्या कीजिए।
5. How is controlled mind the essential to live a balanced life? Explain. 10
एक संतुलित जीवन जीने के लिए नियंत्रित मन क्यों आवश्यक है? समझाइए।

[This question paper contains 4 printed pages]

Your Roll No. :
Sl. No. of Q. Paper : 12050-A I
Unique Paper Code : 6967000013
Name of the Paper : Panchkosha: Holistic Development of Personality
Name of the Course : Value Addition Course (VAC)
Semester : 1/3
Time : 2:30 Hours **Maximum Marks : 70**
(Part-A : 30, Part-B : 40)

Instructions for Candidates :

परीक्षार्थियों के लिए निर्देश :

- (a) 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।

- (b) Answers may be written either in **English** or in **Hindi**; but the same medium should be used throughout the paper.

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

(c) Question No 1 is Compulsory.

प्रथम प्रश्न अनिवार्य है।

(d) Attempt any 2 out of the remaining 3 questions.

शेष तीन प्रश्नों में से किन्हीं दो के उत्तर लिखिए।

PART - A

खण्ड - अ

1. Write short notes on any **two** of the following:
5 + 5 = 10

निम्नलिखित में से किन्हीं दो पर टिप्पणी कीजिए:

(a) Pranamaya kosha
प्राणमय कोश

(b) Vigyanmaya kosha
विज्ञानमय कोश

(c) Annamaya kosha
अन्नमय कोश

2. 'Decision-making is made better by a controlled mind'. Explain. 10

‘संतुलित मस्तिष्क से निर्णय लेना श्रेयस्कर होता है।’
व्याख्या कीजिए।

3. Write the significance of Meditation in self-realisation. 10

आत्मबोध में ध्यान के महत्व को समझाइए।

4. Write short note on five Karmendriyas. 10

पाँच कर्मेन्द्रियों पर संक्षिप्त टिप्पणी कीजिए।

PART - B

खण्ड - ब

Instructions for Candidates :

परीक्षार्थियों के लिए निर्देश :

(a) 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।

(b) Answer any **Four** Questions.

किन्हीं चार प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

(c) Each question carries **10** marks.

प्रत्येक प्रश्न **10** अंक का है।

1. What are the five aspects of human personality? Explain. 10

मानव व्यक्तित्व के पाँच आयाम क्या हैं? व्याख्या कीजिए।