

[This question paper contains 2 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper : 13131

K

Unique Paper Code : 2135000014

Name of the Paper : Philosophy of Yoga, Generic Elective

Name of the Course : Common Prog. Group, NEP – UGCF-2022

Semester : V

Duration : 3 Hours

Maximum Marks : 90

समय : 3 घण्टे

पूर्णांक : 90

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
2. Unless otherwise required in a question answers should be written either in Sanskrit or in Hindi or in English, but the same medium should be used throughout the paper.
3. Answer all questions.

छात्रों के लिए निर्देश

1. इस प्रश्न-पत्र के मिलते ही ऊपर दिए गए निर्धारित स्थान पर अपना अनुक्रमांक लिखिए।
2. अन्यथा आवश्यक न होने पर, इस प्रश्नपत्र का उत्तर संस्कृत या हिन्दी या अंग्रेजी किसी एक भाषा में दीजिए, लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।
3. सभी प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

1. पातञ्जल योगसूत्र के अनुसार 'योग' के स्वरूप का विस्तृत विवेचन कीजिए।

Write in detail about the 'Yoga' according to *Patanjala Yogadarsana*.

18

अथवा/OR

आत्म-साक्षात्कार की विधियों से आप क्या समझते हैं ?

What do you understand by the methods of self- realization?

2. पातञ्जल योगसूत्र के अनुसार चित्त्वृत्तिनिरोधः को स्पष्ट कीजिए।

18

Explain "Yogascachitvrittinirodhah" according to *Patanjala Yogadarsana*.

अथवा/OR

अष्टांग योग का विस्तार पूर्वक वर्णन कीजिए।

Describe in detail the "Ashtangayoga".

P.T.O.

3. पातञ्जल योगसूत्र के अनुसार मानसिक शुद्धता के चार मुख्य साधनों का वर्णन कीजिए ।

Describe the four main means of mental purity according to *Patanjala Yogadarsana*. 18

अथवा/OR

मानव जीवन में योग का क्या महत्व है ?

What is the importance of yoga in human life?

4. पातञ्जल योगसूत्र के अनुसार "पंचकोश" की महत्ता का वर्णन कीजिए ।

Describe the importance of "Panchakosha" according to *Patanjala Yogadarsana*. 18

अथवा/OR

श्री अरविन्द के योग दर्शन पर निबन्ध लिखिए ।

Write an essay on Sri Aurobindo's Yoga philosophy.

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

18

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

(क) कर्म योग (Karma Yoga)

(ख) भक्ति योग (Bhakti Yoga)

(ग) श्रवण (Hearing)

(घ) इन्द्रियां (Senses)

(ङ) ध्यान (Dhyana)

(च) निदिध्यासन (Meditation)