

4824

4

4. Explain the importance of meditation in daily living and highlight how can specific meditation practices help in achieving balance.

दैनिक जीवन में ध्यान के महत्व को समझाएं और इस बात पर प्रकाश डालें कि विशिष्ट ध्यान अभ्यास संतुलन प्राप्त करने में कैसे मदद कर सकते हैं।

[This question paper contains 4 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper : 4824

L

Unique Paper Code : 6967000032

Name of the Paper : The Gita : Navigating Life Challenges

Name of the Course : **Value Added Course**

Semester : II / IV

Duration : 1 Hour

Maximum Marks : 30

समय : 1 घण्टा

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

4824

2

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 :

- (a) Qualities of *Sthitapragya*
- (b) Importance of Effort (Kṛta Sadhya)
- (c) Idea of equanimity in Gita

निम्नलिखित में से किन्हीं दो पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखें :

- (क) स्थितप्रज्ञ के गुण

4824

3

(ख) प्रयास का महत्व (कृत साध्य)

(ग) गीता में समभाव का विचार

2. Elaborate upon the concept of Swadharma and its relevance for preparing us for life challenges.

स्वधर्म की अवधारणा और जीवन की चुनौतियों के लिए हमें तैयार करने में इसकी प्रासंगिकता पर विस्तार से चर्चा करें।

3. How can teachings of the Gita be applied for understanding the phenomena 'digital media addiction' and offer probable solutions?

गीता की शिक्षाओं को डिजिटल मीडिया की लत की घटना को समझने और संभावित समाधान प्रस्तुत करने के लिए कैसे लागू किया जा सकता है?