

Roll No.

ID-1013

**P. G. Diploma in Yoga Education &
Philosophy (First Semester)
EXAMINATION, Dec.-Jan., 2024-25**

Paper Second

APPLIED YOGA VIJNAN

Time : Three Hours

Maximum Marks : 50

नोट : सभी पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रत्येक इकाई से एक प्रश्न करना अनिवार्य है। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

Attempt all the five questions. One question from each Unit is compulsory. All questions carry equal marks.

इकाई—1

(UNIT—1)

1. योग के विभिन्न अर्थों की व्याख्या कीजिए। यह मानव जीवन के लिए कैसे लाभदायक है ?

P. T. O.



Shot on OnePlus

[2]

ID-1013

Explain the various meanings of Yoga. How is it fruitfulness for human life ?

अथवा

(Or)

स्वास्थ्य संबंधी सिद्धान्तों की समीक्षात्मक व्याख्या कीजिए।

Critically explain the principles of health.

इकाई-2

(UNIT-2)

2. आहार और वातावरण का योगाभ्यास में महत्व बताइए।

Point out the importance of food and climate in practice of Yoga.

अथवा

(Or)

व्रत से तात्पर्य क्या है ? उदाहरण सहित इसकी उपयोगिता का वर्णन कीजिए।

What is meant by Vrata ? Describe with examples the uses of Vrata.

[3]

ID-1013

इकाई-3

(UNIT-3)

3. योग मानसिक क्रियाओं को कैसे प्रभावित करता है ? समझाइए।

How do Yoga affect the mental functions ? Discuss.

अथवा

(Or)

व्यावहारिक जीवन में योग हमें किस प्रकार मदद करता है ? अपने उत्तर के पक्ष में तर्क दीजिए।

How does Yoga help us in practical life ? Give reasons in favour of your answer.

इकाई-4

(UNIT-4)

4. तंत्रिका तंत्र पर एक सारगर्भित निबंध लिखिए।

Write a marrow essay on the Nervous System.

P. T. O.

अथवा

(Or)

अन्तःस्राव ग्रन्थियों के स्वरूप एवं कार्यों की व्याख्या कीजिए।

Explain the nature and functions of Endocrine glands.

इकाई—5

(UNIT—5)

5. मन संबंधी योग के मत की पूर्ण विवेचना कीजिए।

Discuss fully the Yogic concept of the Mind.

अथवा

(Or)

मन के गत्यात्मक पहलु पर एक संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए।

Write a short note on the Dynamic aspect of the Mind.