Roll No. .....

MYC–101/22

योगाचार्य (प्रथम सेमेस्टर) परीक्षा, 2021-22

प्रथम प्रश्नपत्रम्

योग के आधारभूत तत्व

समयः—घण्टात्रयम्

सम्पूर्णाङ्काः—80

उत्तीर्णाङ्काः—38

प्रथम खण्ड

(लघु उत्तरीय प्रश्न)

नोट : निम्नलिखित छः प्रश्नों में से किन्हीं **पाँच** प्रश्नों के उत्तर **150** शब्दों में दीजिए। प्रत्येक प्रश्न 4 अंकों का है।

1. योग की परिभाषा दीजिए।
2. राजयोग क्या है ?
3. मंत्र योग को परिभाषित कीजिए।
4. श्यामाचरण लाहिड़ी कौन थे ?
5. स्वामी कुवलयानन्द के बारे में आप क्या जानते हैं ?
6. भक्ति सागर क्या है ?

P. T. O.

द्वितीय खण्ड

(टिप्पण्यात्मक प्रश्न)

नोट : निम्नलिखित छः प्रश्नों में से किन्हीं **चार** प्रश्नों के उत्तर 500 शब्दों में दीजिए। प्रत्येक प्रश्न 5 अंकों का है।

1. आधुनिक जीवन में योग का महत्व बताइए।
2. आयुर्वेद और योग में समानता बताइए।
3. कर्मयोग क्या है ? संक्षेप में समझाइए।
4. महर्षि दयानन्द के विषय में बताइये।
5. स्वामी शिवानन्द के विषय में आप क्या जानते हैं ?
6. सिद्ध-सिद्धान्त पद्धति पर टिप्पणी लिखिए।

तृतीय खण्ड

(निबन्धात्मक प्रश्न)

नोट : निम्नलिखित चार प्रश्नों में से किन्हीं **दो** प्रश्नों के उत्तर 1000 शब्दों में दीजिए। प्रत्येक प्रश्न 20 अंकों का है।

1. श्रीमद्भगवद्गीता में योग के स्वरूप पर प्रकाश डालिए।
2. भक्तियोग की विस्तृत व्याख्या कीजिए।
3. स्वामी विवेकानन्द का जीवन चरित्र समझाइए।
4. बौद्धमत में योग का स्वरूप स्पष्ट कीजिए।

Roll No. .....

MYC–102/22

योगाचार्य (प्रथम सेमेस्टर) परीक्षा, 2021-22

द्वितीय प्रश्नपत्रम्

श्रीमद्भगवद्गीता

समयः—घण्टात्रयम्

सम्पूर्णाङ्काः—80

उत्तीर्णाङ्काः—38

खण्ड—अ

(लघु उत्तरीय प्रश्न)

नोट : किन्हीं पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रत्येक प्रश्न 4 अंकों का है।

1. लोक संग्रह क्या हैं ? समझाइए।
2. स्थितप्रज्ञ किसे कहते हैं ? समझाइए।
3. माया का स्वरूप बताइए।
4. संन्यास के लाभ बताइए।
5. क्षेत्र व क्षेत्रज्ञ क्या है ? समझाइए।
6. त्रिविध श्रद्धा से क्या तात्पर्य है ?

P. T. O.

खण्ड—ब

(टिप्पण्यात्मक प्रश्न)

नोट : किन्हीं **चार** प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रत्येक प्रश्न 5 अंकों का है।

1. गीता के अनुसार यज्ञादि कर्म की आवश्यकता क्यों है ?
2. संन्यास के कर्म की क्या उपयोगिता है ?
3. आत्मा की अमरता से क्या तात्पर्य है ?
4. संसार रूपी वृक्ष के कथन से क्या तात्पर्य है ?
5. योग सिद्धि के उपाय लिखिये।
6. भक्त के प्रकारों का वर्णन कीजिए।

खण्ड—स

(निबन्धात्मक एवं विवरणात्मक प्रश्न)

नोट : किन्हीं **दो** प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रत्येक प्रश्न 20 अंकों का है।

1. आधुनिक जीवन में गीता की उपयोगिता का वर्णन कीजिए।
2. योगियों के आचरण का विस्तृत विवेचन कीजिए।
3. योगी के लक्षणों का वर्णन कीजिए।
4. भगवान को विभूतियों का वर्णन कीजिए।

Roll No. .....

MYC–103/22

योगाचार्य (प्रथम सेमेस्टर) परीक्षा, 2021-22

तृतीय प्रश्नपत्र

हठयोग के सिद्धान्त

समयः—घण्टात्रयम्

सम्पूर्णाङ्काः—80

उत्तीर्णाङ्काः—38

नोट : प्रश्न-पत्र तीन भागों में विभक्त है। प्रत्येक भाग के प्रश्नों के निर्देशानुसार उत्तर दीजिये।

प्रथम भाग

(लघु उत्तरीय प्रश्न)

नोट : इस भाग में 6 प्रश्न हैं। किन्हीं **पाँच** प्रश्नों के उत्तर **150** शब्दों में दीजिए। प्रत्येक प्रश्न 4 अंकों का है।

1. हठयोग की परिभाषा दीजिए।

2. सूर्यभेदी प्राणायाम की विधि व लाभ लिखिए।
3. हठयोग प्रदीपिका के अनुसार धौति की विधि बताइये।
4. घेरण्ड संहिता के अनुसार कपालभाति का वर्णन कीजिए।
5. घेरण्ड संहिता के अनुसार प्रत्याहार का वर्णन कीजिए।
6. शिव संहिता का संक्षिप्त परिचय दीजिए।

द्वितीय भाग

(टिप्पण्यात्मक प्रश्न)

नोट : निम्नलिखित छः प्रश्नों में से किन्हीं **चार** प्रश्नों के उत्तर **500** शब्दों में दीजिए। प्रत्येक प्रश्न 5 अंकों का है।

1. हठयोग प्रदीपिका के अनुसार पथ्यापथ्य का वर्णन कीजिए।
2. हठयोग प्रदीपिका के अनुसार प्राणायाम के प्रकारों की चर्चा कीजिए।
3. नादानुसंधान को स्पष्ट कीजिए।
4. घेरण्ड संहिता के अनुसार नौलि एवं त्राटक की विधि एवं लाभों की चर्चा कीजिए।
5. घेरण्ड संहितानुसार ध्यान का वर्णन कीजिए।
6. वशिष्ठ संहिता के अनुसार आसनों की चर्चा कीजिए।

तृतीय भाग

(निबन्धात्मक एवं विवरणात्मक / व्याख्यात्मक प्रश्न)

नोट : निम्नलिखित चार प्रश्नों में से किन्हीं **दो** प्रश्नों के उत्तर **1000** शब्दों में दीजिए। प्रत्येक प्रश्न 20 अंकों का है।

1. हठयोग प्रदीपिका के अनुसार योग साधना में साधक एवं बाधक तत्त्वों की विस्तार से चर्चा कीजिए।
2. हठयोग प्रदीपिका के अनुसार कुण्डलिनी का स्वरूप बताते हुए उसके जागरण के उपायों की चर्चा कीजिए।
3. घेरण्ड संहिता के अनुसार सप्तसाधन पर एक निबन्ध लिखिये।
4. घेरण्ड संहिता के अनुसार समाधि की विस्तृत विवेचना कीजिए।

Roll No. .....

MYC–104/22

योगाचार्य (प्रथम सेमेस्टर) परीक्षा, 2021-22

चतुर्थ प्रश्नपत्रम्

शरीररचना व क्रिया विज्ञान—I

समयः—घण्टात्रयम्

सम्पूर्णाङ्काः—80

उत्तीर्णाङ्काः—38

प्रथम भाग

(लघु उत्तरीय प्रश्न)

नोट : निम्नलिखित में से किन्हीं **पाँच** प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रत्येक प्रश्न 4 अंकों का है।

1. कोशिका का कार्य लिखिए।
2. घुटने व कशेरुका सन्धि स्थल की रचना का वर्णन कीजिए।
3. शरीर में पेशियों की संख्या कितनी है ? पेशी की रचना का वर्णन कीजिए।
4. बाइसेप्स व ट्राइसेप्स पेशियों का परिचय लिखिए।

P. T. O.

5. प्राणायाम का महत्त्व बताइये।
6. उत्सर्जन का अर्थ लिखिए तथा उत्सर्जी अंगों के नाम लिखिए।

द्वितीय भाग

(टिप्पण्यात्मक प्रश्न)

नोट : निम्नलिखित में से किन्हीं **चार** प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रत्येक प्रश्न 5 अंकों का है।

1. शरीर का षडंगत्व क्या है ? स्पष्ट कीजिए।
2. पेशियों के प्रकारों का वर्णन कीजिए।
3. अस्थि की परिभाषा व भेद लिखिए।
4. फेमोरेलिस तथा सार्टोरियस पेशियों की संरचना व कार्य लिखिए।
5. श्वसन में गैसों के परिवहन पर प्राणायाम का प्रभाव लिखिए।
6. वृक्क की संरचना एवं कार्यों का वर्णन कीजिए।

तृतीय भाग

(निबन्धात्मक / व्याख्यात्मक प्रश्न)

नोट : निम्नलिखित में से किन्हीं **दो** प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रत्येक प्रश्न 20 अंकों का है।

1. सन्धि को परिभाषित करते हुए सन्धि के भेद एवं इन पर योग के प्रभावों का वर्णन कीजिए।

2. पेशियों के भेद, कार्य एवं उन पर योग के प्रभावों की चर्चा कीजिए।

3. श्वसन तंत्र का नामांकित चित्र बनाते हुए श्वसन तंत्र पर प्राणायाम के प्रभाव का वर्णन कीजिए।

4. उत्सर्जन तंत्र पर योग के प्रभाव का वर्णन कीजिए।