

2698

4

4. Give an account of the history and importance of
Yoga. (10)

योग के इतिहास और महत्व का विवरण दीजिए।

(1000)

[This question paper contains 4 printed pages.]

Your Roll No.....

आपका अनुक्रमांक.....

Sr. No. of Question Paper : 2698

G

Unique Paper Code : 6967000021

Name of the Paper : Yoga: Philosophy and Practice

Name of the Course : VAC

पाठ्यक्रम का नाम : वीएसी

Semester : I/III

सेमेस्टर

Duration : 1 Hour

समय : 1 घण्टा



Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
2. Answers may be written either in English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.
3. **First** question is compulsory and attempt any **two** questions from remaining.
4. Each question carries **10** marks.

P.T.O.

2698

2

छात्रों के लिए निर्देश

1. इस प्रश्न-पत्र के मिलते ही ऊपर दिए गए निर्धारित स्थान पर अपना अनुक्रमांक लिखिए।
2. इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए, लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।
3. पहला प्रश्न अनिवार्य है और शेष में से किन्हीं दो के उत्तर दीजिए।
4. प्रत्येक प्रश्न 10 अंक का है।

1. Write short notes on **any two** of the following :

(10)

निम्नलिखित में से किन्हीं दो पर टिप्पणी कीजिए :

- (i) Second sutra of Patanjali's Yogasutra (5)

पतंजलि योगसूत्र का दूसरा सूत्र

2698

3

- (ii) Āsana for beginners (5)

प्रारंभिक योगाभ्यासियों के लिए आसन

- (iii) Importance of Prāṇāyāma' (5)

प्राणायाम का महत्व

2. Describe the first two sutras of Patanjali's Yogasutra in detail. (10)

पतंजलि के योगसूत्र के प्रथम दो सूत्रों का विस्तार से वर्णन करें।

3. What are the Psychic centres? What is their role in Yoga? (10)

चक्र क्या हैं? योग में उनकी क्या भूमिका है?