

जैन योग दर्शन को एवं प्रेक्षाध्यान के स्रोत को लिखिए।

Write about Philosophy of Jain Yoga and sources of Preksha Meditation.

प्र. 4. भाव और चेतना को विस्तार से लिखें।

Write in detail about emotions and consciousness.

अथवा / OR

निम्नलिखित में से किन्हीं दो पर टिप्पणी लिखें-

Write short notes on any two of the following :

(अ) ध्वनि/Sound

(ब) मंत्र/Mantra

(स) बंध/Bandha

(द) षट्कर्म/Shatkarma

प्र. 5. कायोत्सर्ग के आध्यात्मिक एवं वैज्ञानिक आधार को लिखें।

Write the scientific and spiritual basis of Kayotsarga.

अथवा / OR

शरीर प्रेक्षा के आध्यात्मिक व वैज्ञानिक दृष्टिकोण को बताइए।

Write spiritual and Scientific basis of perception of body.



एम.ए./एम.एस-सी. (पूर्वाह्न) परीक्षा - २०१०

(पत्राचार पाठ्यक्रम)

विषय : जीवन विज्ञान, प्रेक्षाध्यान एवं योग

प्रथम पत्र : जीवन विज्ञान, प्रेक्षाध्यान एवं योग

समय : 3.00 घण्टे

पूर्णांक : 60

निर्देश : सभी प्रश्नों के उत्तर दीजिए। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

Note : Attempt all questions. Each question carries equal marks.

प्र. 1. जीवन विज्ञान के मूल तत्वों का वर्णन करें।

Describe the fundamental elements of SOL.

अथवा / OR

जीवन विज्ञान की शिक्षा व चिकित्सा के क्षेत्र में उपयोगिता बताइये।

Describe the utility of SOL in education and therapy.

प्र. 2. अनेकान्तवाद के सिद्धान्त व उसकी प्रक्रिया लिखें।

Write about theory and process of Nonabsolutism.

अथवा / OR

अणुव्रत का दार्शनिक और वर्तमान स्वरूप बताइये।

Describe Philosophical and present form of Anuvrata.

प्र. 3. पातंजल योग पर टिप्पणी लिखें।

Write a short note on Patanjalyoga.

अथवा / OR

प्र. 3. पठन-पाठन विधियों का नामोल्लेख करते हुए किन्हीं पांच विधियों का विस्तार से विवेचन करें।

Write the names of teaching methodology and explain any five in detail.

अथवा / OR

जीवन के मुख्य अंग कौन से हैं? विस्तार से समझाइए।

Explain the main components of life in detail.

प्र. 4. प्रामाणिकता के स्वरूप पर प्रकाश डालते हुए वर्तमान में इसकी प्रासंगिकता सिद्ध करें।

Prove the relevance of honesty while defining its nature.

अथवा / OR

अनुप्रेक्षा के द्वारा अपरिग्रह, करुणा आदि सात्विक भावों का विकास कैसे हो सकता है? स्पष्ट करें।

How the development of non-possession and compassion is possible.

प्र. 5. किन्हीं तीन पर टिप्पणी लिखिये/ Write short notes on any three :

(अ) सह-अस्तित्व / Co-existence

(ब) निर्लोभता / Non-attachment

(स) कर्तव्य-निष्ठा / Dutifulness

(द) भावात्मक विकास एवं मनोविज्ञान (तालिका) /
Emotional development and Psychology (Chart)

(य) विश्वमैत्री / Amity



एम.ए./एम.एस-सी. (पूर्वाद्ध) परीक्षा - २०१०

(पत्राचार पाठ्यक्रम)

विषय : जीवन विज्ञान, प्रेक्षाध्यान एवं योग

द्वितीय पत्र : जीवन विज्ञान और मूल्यपरक शिक्षा

समय : 3.00 घण्टे

पूर्णांक : 60

निर्देश : सभी प्रश्नों के उत्तर दीजिए। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

Note : Attempt all questions. Each question carries equal marks.

प्र. 1. समाजीकरण से आप क्या समझते हैं? समाजिकरण में परिवार विद्यालय एवं जीवन विज्ञान की महत्त्वपूर्ण भूमिका है, सिद्ध करें।

What do you understand by Socialization ? Prove that family, school & SOL has a important role in socialization.

अथवा / OR

सामाजिक नियंत्रण व परिवर्तन की जीवन विज्ञान के संदर्भ में व्याख्या कीजिए।
Describe the social control and transformation, in the light of Science of Living.

प्र. 2. 'पाठ्यक्रम' पर एक लेख लिखिए।

Write an essay on Curriculum.

अथवा / OR

अनुशासन के दार्शनिक सिद्धान्त एवं प्रकारों पर प्रकाश डालें।

Focus on the philosophical theories and types of discipline.

प्र. 3. तनाव मुक्ति की प्रक्रिया में प्रेक्षाध्यान की क्या भूमिका है? विस्तृत वर्णन कीजिए।

What is the role of Preksha Meditation for the modulation of stress. Describe in detail.

अथवा / OR

स्व-नियन्त्रित तंत्रिका तंत्र की संरचना एवं कार्यो को विस्तार से समझाइये।

Explain in detail the structure and function of autonomous-nervous system.

प्र. 4. शाकाहार स्वास्थ्य के लिए किस प्रकार लाभदायी है? विस्तार से लिखिए।

How is vegetarianism beneficial for health. Write in detail.

अथवा / OR

पाचन तंत्र को चित्र सहित समझाइये।

Explain the digestive system with the help of diagram.

प्र. 5. संवेग एवं उसके सिद्धान्तों का विस्तृत वर्णन कीजिए।

Describe in detail emotion and its principles.

अथवा / OR

सीखने की नाड़ी-दैहिकी सिद्धान्तों का वर्णन कीजिए।

Describe the principles of neurophysiology of learning.



एम.ए./एम.एस-सी. (पूर्वाह्न) परीक्षा - २०१०

(पत्राचार पाठ्यक्रम)

विषय : जीवन विज्ञान, प्रेक्षाध्यान एवं योग

तृतीय पत्र : अनुप्रायोगिक मानव शरीर रचना एवं क्रिया विज्ञान

समय : 3.00 घण्टे

पूर्णांक : 60

निर्देश : सभी प्रश्नों के उत्तर दीजिए। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं। यथावश्यक नामांकित चित्र अवश्य बनाइये। चित्रों को मूल्यांकन में विशेष वरीयता दी जायेगी। /

Note : Attempt all questions. Each question carries equal marks. Draw a labelled diagram where necessary. Diagrams will be given special weightage while evaluating the answers.

प्र. 1. प्राणी कोशिका का सचित्र वर्णन कीजिए।

Describe the structure of animal cell with suitable diagram.

अथवा / OR

पेशियां कितने प्रकार की होती हैं? विस्तार से समझाइये।

How many types of muscles are there? Explain in detail.

प्र. 2. तंत्रिका कोशिका की रचना एवं कार्यो का वर्णन कीजिए।

Describe the structure and function of neuron.

अथवा / OR

सुष्मना का चित्र सहित वर्णन कीजिए।

Describe the spinal cord with the help of diagram.

What do you mean by Intelligence quotient ? Describe some importance tests of intelligence.

अथवा / OR

मानवीय योग्यता क्या है? मानव की विशिष्ट योग्यताओं का वर्णन कीजिये।

What is human ability? Describe different specific abilities of human being.

प्र. 4. परामर्श क्या है? परामर्श प्रक्रिया के चरणों को स्पष्ट कीजिये।

What is counselling? Explain the steps of counselling process.

अथवा / OR

कार्य सन्तोष से आपका क्या अभिप्राय है? कार्य सन्तोष के कारकों को स्पष्ट कीजिये।

What do you mean by Job Satisfaction ? Explain the factors of job satisfaction.

प्र. 5. औद्योगिक मनोबल क्या है? औद्योगिक मनोबल को प्रभावित करने वाले कारकों का वर्णन कीजिये। 3+9

What is Industrial Morale? Describe the factors affecting the Industrial Morale.

अथवा / OR

जनतांत्रिक नेता के कार्य एवं नेतृत्व के नियमों को समझाइये।

Explain the functions and laws of leadership of a Democratic Leader.



एम.ए./एम.एस-सी. (पूर्वाह्न) परीक्षा - २०१०

(पत्राचार पाठ्यक्रम)

विषय : जीवन विज्ञान, प्रेक्षाध्यान एवं योग

चतुर्थ पत्र : व्यावहारिक मनोविज्ञान एवं जीवन विज्ञान

समय : 3.00 घण्टे

पूर्णांक : 60

निर्देश : सभी प्रश्नों के उत्तर दीजिए। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

Note : Attempt all questions. Each question carries equal marks.

प्र. 1. व्यावहारिक मनोविज्ञान को परिभाषित कीजिये तथा इसके क्षेत्रों की व्याख्या कीजिये। 5+7

Define Applied Psychology and discuss its fields.

अथवा / OR

शेल्डन द्वारा प्रस्तुत व्यक्तित्व के वर्गीकरण को स्पष्ट कीजिये।

Explain the classification of personality as suggested by Sheldon.

प्र. 2. व्यक्तित्व संरचना में युंग की संकल्पनाओं की व्याख्या कीजिये।

Discuss the concept of Jung for personality structure.

अथवा / OR

मार्लो के प्रेरणा का पादानुक्रम सिद्धान्त को समझाइये।

Explain Maslows Hierarchical theory of motivation.

प्र. 3. बुद्धिलब्धि से आप क्या समझते हैं? कुछ प्रमुख बुद्धि परीक्षणों का वर्णन कीजिये।

अथवा / OR

आभामण्डल व रंगों के सम्बन्ध की चर्चा करें।

Illucidate the aura and Colour relation.

प्र. 4. आध्यात्मिक-वैज्ञानिक व्यक्तित्व की कसौटी क्या है? विश्लेषण कीजिए।

What is the basis of spiritual scientific personality? Explain.

अथवा / OR

जैन दर्शन के सन्दर्भ में पुनर्जन्म-शोध की व्याख्या करें।

Explain the analysis of re-birth research in the context of Jain Philosophy.

प्र. 5. निम्नलिखित में से किन्हीं दो पर टिप्पणी लिखें -

Write short notes on any two of the following :

(अ) दूरबोध

Clairvoyance

(ब) उदासी से मुक्ति

Freedom from depression

(स) भूत,प्रेत, देव आदि का अस्तित्व

Existence of spirits, ghosts, gods etc.

(द) कुण्डलिनी

Kundalini

(ध) रंग चिकित्सा

Colour Therapy



D013

MASOLD201

एम.ए./एम.एस-सी. (उत्तरार्द्ध) परीक्षा - २०१०

(पत्राचार पाठ्यक्रम)

विषय : जीवन विज्ञान, प्रेक्षाध्यान एवं योग

पंचम पत्र : अध्यात्म और विज्ञान

समय : 3.00 घण्टे

पूर्णांक : 60

निर्देश : सभी प्रश्नों के उत्तर दीजिए। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

Note : Attempt all questions. Each question carries equal marks.

प्र. 1. मन का स्वरूप क्या है? मानसिक स्वास्थ्य की साधना के सूत्रों का विवेचन करें।

What is the nature of mind? Explain the principles of attaining mental health.

अथवा / OR

अनुप्रेक्षा के आध्यात्मिक आधार की व्याख्या करें।

Describe the spiritual base of contemplation.

प्र. 2. चित्त समाधि के स्वरूप की व्याख्या करें।

Write the nature of chitta samadhi.

अथवा / OR

चैतन्य केन्द्रों के नाम व स्थान लिखें। केन्द्रों पर ध्यान की निष्पत्तियों का विवेचन करें।

Write the names and place of psychic centres, and also the benefits of meditation on them.

प्र. 3. लेश्या-सिद्धान्त की व्याख्या करें।

Explain principle of 'Psychic-colours' (Leshya).

Explain the sensory capacities and describe the role of Preksha Meditation in development of them.

प्र. 3. स्मृति क्या है? उसके प्रकारों पर प्रकाश डालिए।

What is Memory ? Throw light on its types.

अथवा / OR

तनाव से आप क्या समझते हैं? तनाव के अभिगमों तथा तनाव प्रबन्धन की विधियों को समझाइये।

What do you mean by tension? Explain the approaches of stress and methods of stress management.

प्र. 4. अभिव्यक्ति के चरणों एवं बाधक व्यवहारों को समझाइये। सार्वजनिक भाषण कला में ध्यान देने योग्य बिन्दु क्या हैं।

Explain the steps and obstacles of communication. What are the key points of public speaking.

अथवा / OR

सहयोग प्राप्ति के विभिन्न दृष्टिकोणों एवं आवश्यक व्यवहारों को विस्तार से समझाइये।

Explain the different approaches and behaviour for taking help in detail.

प्र. 5. सहयोग की प्रकृति एवं प्रकार को विस्तार से समझाइये।

Explain the nature and types of support in detail.

अथवा / OR

समूह, समूह मन तथा कूर्ले के वर्गीकरण की व्याख्या कीजिए।

Describe the groups group mind and kurley's classification of group.



एम.ए./एम.एस-सी. (उत्तरार्द्ध) परीक्षा - २०१०

(पत्राचार पाठ्यक्रम)

विषय : जीवन विज्ञान, प्रेक्षाध्यान एवं योग

षष्ठम् पत्र : स्व-प्रबन्धन में जीवन विज्ञान

समय : 3.00 घण्टे

पूर्णांक : 60

निर्देश : सभी प्रश्नों के उत्तर दीजिए। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

Note : Attempt all questions. Each question carries equal marks.

प्र. 1. स्व-प्रबन्धन से आप क्या समझते हैं? इसकी अवधारणाओं एवं आधारों को स्पष्ट करें।

What do you mean by self-management? Explain its concepts and basis. 3+4+5

अथवा / OR

आत्म विश्वास के अर्थ एवं स्वरूप को समझाइये। आत्म-विश्वास के विकास में सहायक उपायों की व्याख्या करें।

Explain the meaning and concept of self-confidence. Describe the means which helps to develop the self-confidence. 6+6

प्र. 2. चिन्तन से आप क्या समझते हैं? चिन्तन के साधनों एवं आधारभूत दक्षताओं को विस्तार से समझाइये।

What do you mean by thinking? Explain the tools of basic skills of thinking in detail. 4+8

अथवा / OR

इन्द्रिय क्षमताओं को समझाइये। इनके विकास में प्रेक्षाध्यान की भूमिका की व्याख्या करें।

प्र. 3. गठिया, मिर्गी और रक्ताल्पता पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिये।

Write short notes on - Arthritis, Epilepsy and Anemia.

अथवा / OR

शराब के सेवन और धूम्रपान से होने वाले नकारात्मक मनोशरीर क्रियात्मक प्रभावों का लेखा-जोखा प्रस्तुत कीजिए।

Give an account of psychophysiological negative impacts of Alcoholism and Smoking.

प्र. 4. मनोशरीर क्रिया विज्ञान की प्रकृति, अर्थ, क्षेत्र एवं महत्व लिखिये।

Write down the nature, meaning, fields and importance of psychophysiology.

अथवा / OR

मन द्वारा स्वनियन्त्रित तंत्रिका तंत्र के नियोजन की प्रक्रियाओं की व्याख्या करते हुए उन प्रक्रियाओं पर प्रेक्षाध्यान के प्रभावों का विश्लेषण कीजिए।

Explain the process of mind modulation of Autonomic Nervous System and analyse the effect of Preksha Meditation on such processes.

प्र. 5. प्राकृतिक चिकित्सा के मूलभूत सिद्धान्तों का वर्णन कीजिए।

Describe the basic principles of naturopathy.

अथवा / OR

मृदा एवं जल चिकित्सा का सविस्तार ब्यौरा दीजिए।

Give a detailed description of Mud and Hydro therapy.



एम.ए./एम.एस-सी. (उत्तरार्द्ध) परीक्षा - २०१०

(पत्राचार पाठ्यक्रम)

विषय : जीवन विज्ञान, प्रेक्षाध्यान एवं योग

सप्तम पत्र : जीवन विज्ञान एवं स्वास्थ्य

समय : 3.00 घण्टे

पूर्णांक : 60

निर्देश : सभी प्रश्नों के उत्तर दीजिए। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

Note : Attempt all questions. Each question carries equal marks.

प्र. 1. स्वास्थ्य के विभिन्न अवयवों का विस्तृत वर्णन कीजिए।

Describe in detail various components of health.

अथवा / OR

स्वास्थ्य शिक्षा प्रदान करने की विधियाँ कौन सी हैं? व्याख्या कीजिए।

What are various means of imparting health education? Explain.

प्र. 2. अनिद्रा, उच्च रक्त चाप और टान्सिलेलाइटिस के कारण, लक्षण तथा इसके प्रेक्षायोग प्रबन्धन का वर्णन कीजिए।

Describe the causative factors, symptoms and Preksha - Yogic management of Insomnia, hypertension and tonsillitis.

अथवा / OR

विभिन्न नेत्ररोगों और गर्दन के दर्द का विवरण देते हुए उनके प्रबन्ध हेतु प्रेक्षा-योग के उपाय सुझायें।

Enumerate various types of eye diseases and cervical pain and suggest the Preksha - Yogic management for them.

प्र. 3. प्रेक्षाध्यान एवं व्यवहार परिवर्तन पर एक लेख लिखिए।

Write an article on Preksha Meditation and change of behaviour.

अथवा / OR

अहिंसक व्यवहार की प्रक्रिया एवं लाभ लिखिए।

Write the process of non-violent behaviour and benefits.

प्र. 4. वैज्ञानिक अनुसंधान के चरणों का विस्तृत वर्णन कीजिए।

Explain in detail the step of the scientific research.

अथवा / OR

अनुसंधान समस्या की परिभाषाओं तथा प्रकारों को स्पष्ट कीजिए।

Clarify the definition and types of research problem.

प्र. 5. निम्नलिखित में से किन्हीं दो पर टिप्पणी लिखिए—

Write short notes on any two of the following :

(क) मनोवैज्ञानिक परीक्षणों के उद्देश्य

Objectives of Psychological Test

(ख) प्रयोगात्मक विधि

Practical Methods

(ग) प्रेक्षाध्यान और हृदय परिवर्तन

Preksha Meditation and Change of Heart

(घ) साक्षात्कार विधि

Interview Method



एम.ए./एम.एस-सी. (उत्तरार्द्ध) परीक्षा - २०१०

(पत्राचार पाठ्यक्रम)

विषय : जीवन विज्ञान, प्रेक्षाध्यान एवं योग

अष्टम पत्र : अनुप्रायोगिक जीवन विज्ञान एवं अनुसंधान प्रविधियां

समय : 3.00 घण्टे

पूर्णांक : 60

निर्देश : सभी प्रश्नों के उत्तर दीजिए। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

Note : Attempt all questions. Each question carries equal marks.

प्र. 1. अहिंसक जीवन शैली के प्रमुख घटकों की व्याख्या कीजिए।

Describe the main important components of nonviolent life style.

अथवा / OR

अहिंसक व्यक्तित्व का विकास कैसे किया जा सकता है?

Discuss how the nonviolent personality can be developed?

प्र. 2. नशे के कारणों एवं दुष्प्रभावों का विस्तृत वर्णन कीजिए।

Explain in detail the causes and ill effects of addiction.

अथवा / OR

व्यसन मुक्ति के लिए मुख्य उपायों का विस्तृत वर्णन कीजिए।

Explain in detail the main measure for de-addiction.