

प्र. 3. क्लेश की अवधारणा को विस्तार से समझाइये।

Explain the concept of Klesha in detail.

अथवा / OR

अष्टांग योग के अंगों का वर्णन करें।

Describe the limbs of Ashtanga Yoga.

प्र. 4. शैव योग के दार्शनिक आधार का वर्णन कीजिए।

Describe the philosophical basis of Shaiv Yoga.

अथवा / OR

योग साधना के प्रकार, चरण एवं आवश्यकता बताइये।

Explain the types, steps and need of Yoga Sadhana.

प्र. 5. जैन योग में ध्यान एवं भावना के प्रकारों का वर्णन करें।

Describe the types of Meditation and Bhavana in Jain Yoga.

अथवा / OR

बौद्ध योग के अनुसार आर्य सत्य और आष्टांगिक मार्ग की व्याख्या करें।

Explain the Arya Satya and Ashtangic Marg according to Bauddh Yoga.



(ii)

9

Q. Paper Code : MYD101

JAIN VISHVA BHARATI INSTITUTE, LADNUN

DISTANCE EDUCATION EXAMINATION - 2024

M. A. IN YOGA AND SCIENCE OF LIVING

(PREVIOUS YEAR)

PAPER I - DIFFERENT YOGA SYSTEMS

TIME : 3.00 HOURS

ROLL NO.

MM : 70

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

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

प्र. 1. योग की उत्पत्ति एवं प्रकार बतायें।

Explain the origin and types of Yoga.

अथवा / OR

उपनिषद् में योग का स्वरूप स्पष्ट करें।

Explain the nature of Yoga in Upanishad.

प्र. 2. पातंजल योग की प्रमुख विशेषताओं का वर्णन करें।

Describe the major characteristics of Patanjali Yoga.

अथवा / OR

अंतराय की प्रकृति और चित्त की स्थिरता के समाधान की व्याख्या करें।

Explain the nature of Antraya and its solution of stability for Chitta.

(i)

कृ.पृ.उ./P.T.O.

- प्र. 3. कायोत्सर्ग के वैज्ञानिक दृष्टिकोण एवं निष्पत्तियों को विस्तार से समझाइये।
Explain in detail the Scientific basis and benefits of Kayotsarg.

अथवा / OR

- प्राण एवं अन्तर्यात्रा को आध्यात्मिक-वैज्ञानिक आधार पर समझाइये।
Explain Pran and Antaryatra on spiritual and scientific basis.

- प्र. 4. चैतन्य केन्द्र प्रेक्षा को आध्यात्मिक-वैज्ञानिक दृष्टिकोण से स्पष्ट करते हुए इसकी निष्पत्तियों पर प्रकाश डालें।

While eluminating spiritual-scientific basis of Preception of Psychic Centres. Throw light on its benefits.

अथवा / OR

- अनुप्रेक्षा के आध्यात्मिक-वैज्ञानिक दृष्टिकोण पर प्रकाश डालिये।
Throw light on spiritual and scientific basis of Contemplation (Anupreksha).

- प्र. 5. निम्न में से किन्हीं तीन पर टिप्पणी लिखें-

Write short notes on any three-

- (i) अहिंसा / Non-violence
- (ii) सत्य / Truth
- (iii) मानसिक संतुलन / Mental Balance
- (iv) आत्मचिंतन / Self Analysis
- (v) अभय / Fearlessness



(ii)

10

Q. Paper Code : MYD102

JAIN VISHVA BHARATI INSTITUTE, LADNUN

DISTANCE EDUCATION EXAMINATION - 2024

M. A. IN YOGA AND SCIENCE OF LIVING

(PREVIOUS YEAR)

**PAPER II - SCIENCE OF LIVING, PREKSHA MEDITATION
AND VALUE EDUCATION**

TIME : 3.00 HOURS

ROLL NO.

MM : 70

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 की ऐतिहासिक पृष्ठभूमि को समझाइए।

Explain the historical background of Science of Living.

अथवा / OR

जीवन विज्ञान के अन्य विद्याशाखाओं से सम्बन्धों को स्पष्ट करें।

Explain relationship between Science of Living and other decipline.

- प्र. 2. अणुव्रत एवं अणुव्रत आन्दोलन पर विस्तृत लेख लिखें।

Write an essay on Anuvrat and Anuvrat movement in detail.

अथवा / OR

अहिंसा प्रशिक्षण के आयामों पर प्रकाश डालिये।

Throw light on elements of Non-violence training.

(i)

कृ.पृ.उ./P.T.O.

तंत्रिका तंत्र पर योग एवं प्रेक्षाध्यान के प्रभावों को लिखें।

Write effects of Yoga and Preksha Meditation on Nervous System.

प्र. 3. स्वायत्तशासी तंत्रिका तंत्र की संरचना एवं कार्यों को लिखें।

Write structure and functions of Autonomic Nervous System.

अथवा / OR

अंतःश्रावी ग्रंथि तंत्र पर टिप्पणी करें।

Write a note on Endocrine Gland system.

प्र. 4. श्वसन तंत्र की संरचना एवं कार्यों को समझाइये।

Explain structure and functions of Respiratory System.

अथवा / OR

रक्त की संरचना एवं कार्य लिखें।

Write structure and functions of Blood.

प्र. 5. शाकाहार एवं संतुलित आहार पर निबन्ध लिखें।

Write an essay on Vegetarianism and Balance Diet.

अथवा / OR

स्मृति को समझाइये एवं उस पर योग एवं प्रेक्षाध्यान के प्रभाव को लिखें।

Explain Memory and write the effects of Yoga and Preksha Meditation on it.



(ii)

11

Q. Paper Code : MYD103

JAIN VISHVA BHARATI INSTITUTE, LADNUN

DISTANCE EDUCATION EXAMINATION - 2024

M. A. IN YOGA AND SCIENCE OF LIVING

(PREVIOUS YEAR)

PAPER III - APPLIED HUMAN ANATOMY AND PHYSIOLOGY

(IN REFERENCE TO SCIENCE OF LIVING)

TIME : 3.00 HOURS

ROLL NO.

MM : 70

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. कोशिका की संरचना एवं कार्यों को समझाइये।

Explain structure and functions of cells.

अथवा / OR

कंकाल तंत्र की संरचना एवं कार्यों को समझाइये।

Explain structure and functions of Skeleton system.

प्र. 2. मस्तिष्क की संरचना एवं कार्यों को समझाइये।

Explain structure and functions of Brain

अथवा / OR

(i)

कृ.पू.उ./P.T.O.

प्र. 3. बुद्धि और सृजनशीलता में क्या अन्तर है? सृजनशीलता के विकास में जीवन विज्ञान की उपयोगिता को तर्क पूर्वक समझाएं।

What is the difference between intelligence and creativity? Explain, logically, the utility of Science of Living in development of creativity.

अथवा / OR

बाइनेट द्वारा बुद्धि परीक्षण सूत्र की व्याख्या कीजिए। बुद्धि परीक्षण के विभिन्न प्रकारों का वर्णन अपने शब्दों में करें।

Explain Intelligence Test formula proposed by Binet. Describe, in your words, on type of intelligence tests.

प्र. 4. व्यावसायिक मार्गदर्शन की विभिन्न विधियों तथा वैज्ञानिक चरणों की विस्तृत व्याख्या कीजिए। / Explain in detail on the methods and scientific steps of vocational guidance.

अथवा / OR

कर्मचारियों के कल्याण हेतु जीवन विज्ञान की उपयोगिता का वर्णन कीजिए। Describe utility of Science of Living for welfare of personnel.

प्र. 5. लोकतांत्रिक नेता के कार्यों तथा नियमों का उल्लेख अपने शब्दों में कीजिए। Describe the functions and rules of democratic leader, in your words.

अथवा / OR

थकान के कारणों और प्रभावों का स्पष्ट उल्लेख करें। थकान कम करने में सहायक जीवन विज्ञान की विधियों का वर्णन भी करें।

Write clearly on the causes and effects of fatigue. Explain the methods of Science of Living that helps in reducing fatigue.



(ii)

12

Q. Paper Code : MYD104

JAIN VISHVA BHARATI INSTITUTE, LADNUN

DISTANCE EDUCATION EXAMINATION - 2024

M. A. IN YOGA AND SCIENCE OF LIVING

(PREVIOUS YEAR)

PAPER IV - APPLIED PSYCHOLOGY AND SCIENCE OF LIVING

TIME : 3.00 HOURS

ROLL NO.

MM : 70

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

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

प्र. 1. व्यवहारिक मनोविज्ञान की विभिन्न क्षेत्रों में उपयोगिता सिद्ध करें।

Prove the utility of applied psychology in various areas.

अथवा / OR

व्यक्तित्व के स्वरूप का उल्लेख करते हुए, शेल्डन द्वारा प्रतिपादित व्यक्तित्व के वर्गीकरण की व्याख्या कीजिए।

Describe the classification of Personality proposed by Sheldon while writing on the nature of Personality.

प्र. 2. ऑलपोर्ट के अनुसार, परिपक्व व्यक्तित्व की विशेषताओं पर प्रकाश डालें।

Throw light on the characteristics of matured personality, according to Allport.

अथवा / OR

आत्मज्ञानी व्यक्ति के विशेष लक्षणों की व्याख्या कीजिए।

Describe the specialities of Self-actualized persons.

(i)

कृ.पृ.उ./P.T.O.