



Paper Code  
MY-CT-101

Roll No. ....  
Signature of Invigilator .....

पतंजलि विश्वविद्यालय  
**University of Patanjali**  
Examination December-2023

M.A. Yoga Science, Semester: First  
Yoga Science; Paper: Third  
**Fundamentals of Yoga**

Time: 3 Hours

Max. Marks: 70

Note: This paper is of seventy (70) marks divided into two (02) sections A, and B. Attempt the questions contained in these sections according to the detailed instructions given therein.

नोट : यह प्रश्नपत्र सत्तर (70) अंकों का है जो दो (02) खंडों क, तथा ख में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड में दिए गए विस्तृत निर्देशों के अनुसार ही प्रश्नों को हल करना है।

**Section - A / खण्ड-क**

**(Long Answer Type Questions) / (दीर्घ-उत्तरीय प्रश्न)**

Note: Section 'A' contains five (05) long-answer-type questions of fifteen (15) marks each. Attempt any three questions. (3×15=45)

नोट : खण्ड 'क' में पांच (05) दीर्घ उत्तरीय प्रश्न दिए हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पंद्रह अंक निर्धारित हैं। किन्हीं तीन प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

1. वर्तमान समय में योग का महत्त्व लिखिए।

Write the importance of Yoga in present age.

2. श्रीमद् भगवद्गीता का सामान्य परिचय (योग के संदर्भ में) लिखिए।

Write the general introduction of Shrimad Bhagwadgita (in yogic context).

3. हठयोग परम्परा एवं साधना में तंत्र के प्रभाव का वर्णन करें।

Describe the impact of Tantra in Hathyoga tradition and Sadhana.

4. भक्तियोग पर एक निबन्ध लिखिए।

Write an essay on Bhaktiyoga.

5. महर्षि दयानन्द सरस्वती का जीवनवृत्त लिखिए तथा योग के क्षेत्र में उनके योगदान का वर्णन करें।

Write life-sketch of Maharishi Dayanand Saraswati and discuss his contribution in the field of Yoga.

## Section - B / खण्ड-ख

### (Short Answer Type Questions) / (लघु-उत्तरीय प्रश्न)

**Note:** Section 'B' contains Seven (07) short-answer-type questions of five (05) marks each. Attempt any five (05) questions. (5×5=25)

**नोट :** खण्ड 'ख' में सात (07) लघु उत्तरीय प्रश्न दिए गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पांच अंक निर्धारित हैं। किन्हीं पांच प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

6. योग के इतिहास एवं विकास पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखें।

Write a short note on history and development of Yoga.

7. जैन दर्शन में योग के स्वरूप का वर्णन करें।

Explain the nature of Yoga in Jain Philosophy.

8. नाड़ी की अवधारणा का विवेचन करें।

Discuss the concept of Naadi.

9. यौगिक ग्रन्थों में प्राण क्या है? लिखें।

What is Prana as per yogic texts?

10. क्रिया योग पर एक संक्षिप्त टिप्पणी लिखें।

Write a short note on Kriyayoga.

11. मंत्र योग को समझाइये।

Explain the Mantra Yoga.

12. योग के क्षेत्र में स्वामी कुवलयाणन्द के योगदान का वर्णन करें।

Explain the contribution of Swami Kuvalayananda in the field of Yoga.

-----X-----



Paper Code  
MY-CT-102

Roll No. ....  
Signature of Invigilator .....

पतंजलि विश्वविद्यालय  
**University of Patanjali**  
Examination December-2023  
M.A. Yoga Science, Semester : First  
Yoga Science; Paper : Second  
**Hatha Yoga**

Time: 3 Hours

Max. Marks: 70

**Note:** This paper is of seventy (70) marks divided into two (02) sections A, and B. Attempt the questions contained in these sections according to the detailed instructions given therein.

**नोट :** यह प्रश्नपत्र सत्तर (70) अंकों का है जो दो (02) खंडों क, तथा ख में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड में दिए गए विस्तृत निर्देशों के अनुसार ही प्रश्नों को हल करना है।

**Section - A / खण्ड-क**

**(Long Answer Type Questions) / (दीर्घ-उत्तरीय प्रश्न)**

**Note:** Section 'A' contains five (05) long-answer-type questions of fifteen (15) marks each. Attempt any three questions. (3×15=45)

**नोट :** खण्ड 'क' में पांच (05) दीर्घ उत्तरीय प्रश्न दिए हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पंद्रह अंक निर्धारित हैं। किन्हीं तीन प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

1. वात सार धौती की व्याख्या कीजिए।

Elaborate Vaat Saar Dhauti.

2. योग मठ क्या है? इसके लिए उपयुक्त स्थान की व्याख्या कीजिए।

What is a Yoga Math? Explain appropriate place for a Yoga Math?

3. नाड़ी शोधन प्राणायाम की विधि, लाभ व सावधानी की चर्चा कीजिए।

Discuss the technique, benefits and contra indications of Nadi Sodhan Pranayama.

4. घेरण्ड संहिता में वर्णित ध्यान का वर्णन कीजिए।

Explain the concept of meditation mentioned in Gherand Samhita.

5. गोरक्ष संहिता में वर्णित तत्वों का वर्णन कीजिए।

Detail the contents of Goraksh Samhita.

**Section - B / खण्ड-ख**

**(Short Answer Type Questions) / (लघु-उत्तरीय प्रश्न)**

**Note:** Section 'B' contains Seven (07) short-answer-type questions of five (05) marks each. Attempt any five (05) questions. (5×5=25)

**नोट :** खण्ड 'ख' में सात (07) लघु उत्तरीय प्रश्न दिए गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पांच अंक निर्धारित हैं। किन्हीं पांच प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

6. योग के साधक तत्व का वर्णन कीजिए।

Brief Sadhakatatwa in Yoga.

7. हठप्रदीपिका के अनुसार आसन के लाभ की चर्चा कीजिए।

Discuss the benefits of Aasan according to Hathpradipika.

8. उप-प्राण के नाम तथा कार्य लिखें।

Write the names and function of Up-prana.

9. प्रत्याहार को स्पष्ट कीजिए।

Specify the concept of Pratyahara.

10. घट शुद्धि का वर्णन कीजिए।

Explain Ghat Shudhhi.

11. नादानुसंधान की द्वितीय अवस्था का वर्णन कीजिए।

Explain the second stage of Nadanusandhan.

12. नाथ परम्परा का वर्णन संक्षिप्त में कीजिए।

Briefly explain the concept of Nath Cult.

-----X-----



Paper Code  
MY-CT-103

Roll No. ....  
Signature of Invigilator .....

पतंजलि विश्वविद्यालय  
University of Patanjali  
Examination December-2023

M.A. Yoga Science, Semester: First  
Yoga Science; Paper: Third

Introduction To Shrimad Bhagavadgeeta and Samkhyakarika

Time: 3 Hours

Max. Marks: 70

नोट : यह प्रश्नपत्र सत्तर (70) अंकों का है जो दो (02) खंडों क, तथा ख में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड में दिए गए विस्तृत निर्देशों के अनुसार ही प्रश्नों को हल करना है।

खण्ड-क

(दीर्घ-उत्तरीय प्रश्न)

नोट : खण्ड 'क' में पांच (05) दीर्घ उत्तरीय प्रश्न दिए हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पंद्रह अंक निर्धारित हैं।  
किन्हीं तीन प्रश्नों के उत्तर दीजिए। (3×15=45)

1. सांख्यकारिका के अनुसार प्रकृति एवं पुरुष को परिभाषित कर पच्चीस तत्वों का विवेचन करें।
2. सांख्यकारिका के अनुसार तीन प्रकार के दुःखों का वर्णन करते हुये अपवर्ण प्राप्ति के उपायों पर प्रकाश डालें।
3. सांख्य के अनुसार महत्तत्व की सविस्तार व्याख्या करें।
4. श्रीमद्भगवद्गीता के सार के साथ उसके महत्व को अपने जीवन में समझायें।
5. श्रीमद्भगवद्गीता के अनुसार कर्म एवं उसके प्रकार का वर्णन करें तथा कर्मफल व्यवस्था को समझाइये।

खण्ड-ख

(लघु-उत्तरीय प्रश्न)

नोट : खण्ड 'ख' में सात (07) लघु उत्तरीय प्रश्न दिए गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पांच अंक निर्धारित हैं।  
किन्हीं पांच प्रश्नों के उत्तर दीजिए। (5×5=25)

6. श्रीमद्भगवद्गीता के विषय में किन्हीं चार विद्वानों के मतों का उल्लेख करें।
7. श्रीमद्भगवद्गीता के अनुसार 'आहार' के विषय में वर्णन करें।
8. श्रीमद्भगवद्गीता के अनुसार दैवीसंपद् को सहलोक परिभाषित करें।
9. श्रीमद्भगवद्गीता के अनुसार 'ज्ञान' किसे कहा गया है?
10. सत्कार्यवाद की प्रसंगपूर्वक व्याख्या करें-  
“असदकरणादुपादानग्रहणात्, सर्वसम्भवाभावात्।  
शक्तस्य शक्यकरणात्, कारणभावाच्च सत् कार्यम्॥
11. सांख्य के अनुसार सूक्ष्मशरीर की अवधारणा को स्पष्ट कर उसकी कार्यप्रणाली पर प्रकाश डालें।
12. सांख्यमतानुसार अनुमान प्रमाण को स्पष्ट कर उसके भेदों का वर्णन करें।

-----X-----



Paper Code  
MY-CT-104

Roll No. ....  
Signature of Invigilator .....

पतंजलि विश्वविद्यालय  
**University of Patanjali**  
Examination December-2023

M.A. Yoga Science, Semester: First  
Yoga Science; Paper: Fourth  
**Human Biology-I**

Time: 3 Hours

Max. Marks: 70

**Note:** This paper is of seventy (70) marks divided into two (02) sections A, and B. Attempt the questions contained in these sections according to the detailed instructions given therein.

**नोट :** यह प्रश्नपत्र सत्तर (70) अंकों का है जो दो (02) खंडों क, तथा ख में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड में दिए गए विस्तृत निर्देशों के अनुसार ही प्रश्नों को हल करना है।

**Section - A / खण्ड-क**

**(Long Answer Type Questions) / (दीर्घ-उत्तरीय प्रश्न)**

**Note:** Section 'A' contains five (05) long-answer-type questions of fifteen (15) marks each. Attempt any **three** questions. (3×15=45)

**नोट :** खण्ड 'क' में पांच (05) दीर्घ उत्तरीय प्रश्न दिए हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पंद्रह अंक निर्धारित हैं। किन्हीं **तीन** प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

1. कंकाल मांसपेशी की संरचना और कार्य क्या हैं? मांसपेशियों के संकुचन की क्रियाविधि को विस्तार से समझाइए और मांसपेशियों पर योग आसनों के प्रभाव को भी परिभाषित करें।

What is the structure and functions of Skeleton Muscle? Explain the mechanism of muscle contraction in detail also define the effect of yogic asanas on muscles.

2. “कार्डियोवास्कुलर सिस्टम” का एक आरेखीय प्रतिनिधित्व दीजिए और इसके घटकों और गुणों पर विस्तार से चर्चा करें। स्वस्थ व्यक्तियों में हृदय संबंधी कार्यों पर प्राणायाम और ध्यान की भूमिका का वर्णन करें।

Give a diagrammatic representation of “Cardiovascular System” and discuss its components and properties in detail. Describe the role of Pranayama and Meditation on Cardiovascular Functions in Healthy Individuals.

3. कंकाल तंत्र को उनके प्रकार और कार्य को विस्तार से परिभाषित करें। इसका विस्तृत आरेखीय निरूपण दीजिए। कंकाल तंत्र पर विभिन्न योग मुद्राओं के प्रभावों का वर्णन करें।

Define the Skeletal System their types and function in detail. Give a detailed diagrammatic representation of it. Describe the effects of various yoga poses on the Skeletal System.

4. ह्वास और गैस विनिमय के तंत्र पर चर्चा करते हुए स्वस्थ व्यक्तियों के फेफड़ों के कार्य पर भस्त्रिका प्राणायाम के प्रभाव के बारे में भी विस्तार से बताया गया है।

Discussing the mechanism of breathing & gases exchange" in detail also explain the effect of bhastrika pranayama on lung function of healthy individuals.

5. लसीका तंत्र क्या है? लसीकावत् अंगों की भूमिका, उनकी संरचना, कार्य को विस्तार से समझाइए। यह प्रतिरक्षा से कैसे संबंधित है और प्रतिरक्षा के प्रकार को भी समझाइए।

What is Lymphatic System explain the role of lymphoid organs with their structure, function in detail. How it correlates with immunity and also explains the types of immunity.

### Section - B / खण्ड-ख

#### (Short Answer Type Questions) / (लघु-उत्तरीय प्रश्न)

**Note:** Section 'B' contains Seven (07) short-answer-type questions of five (05) marks each. Attempt any five (05) questions. (5×5=25)

**नोट :** खण्ड 'ख' में सात (07) लघु उत्तरीय प्रश्न दिए गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पांच अंक निर्धारित हैं। किन्हीं पांच प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

6. कार्डियक आउटपुट और कार्डियक चक्र के बीच कार्यात्मक अंतर लिखें।

Write the functional differences between cardiac output and cardiac cycle.

7. प्रतिरक्षा, एंटीजन और एंटीबॉडी की अवधारणा को परिभाषित करें।

Define the concept of immunity, antigen and antibody.

8. "ह्वासन नियन्त्रण केन्द्र" का कार्य लिखिए।

Write the function of "Respiratory Control Center".

9. निम्नलिखित के कार्य का वर्णन करें- (क) ग्रसनी (ख) ह्वासनली (ग) स्वरयंत्र।

Describe the function of the following – (A) Pharynx (B) Trachea and (C) Larynx.

10. अक्षीय हड्डियों और परिशिष्ट हड्डियों का वर्गीकरण लिखिए।

Write the classification of axial bones and appendicular bones.

11. उदाहरण सहित रेशेदार और सिनोवियल जोड़ों के बीच अंतर बताएं।

Differentiate between fibrous and synovial joints with example.

12. रक्त एवं उसके घटकों का विस्तार से वर्णन करें।

Describe the blood and its components in detail.

-----X-----



Roll No. ....

Signature of Invigilator .....

Paper Code  
MY-AEC-105  
MPs-AECC-101

# University of Patanjali

Examination December-2023

M.A. Yoga Science, Semester: First

M.A. Psychology, Semester: First

English

## Advance English Communication 1

Time: 3 Hours

Max. Marks: 35

**Note:** This paper is of Thirty five (35) marks divided into two (02) sections A, and B. Attempt the questions contained in these sections according to the detailed instructions given therein.

### Section - A

#### (Long Answer Type Questions)

**Note:** Section 'A' contains five (05) long-answer-type questions of seven (07) marks each. Attempt any **three** questions. (3×7=21)

1. 20<sup>th</sup> century witnessed great advancements in science and technology and this enabled English as a language of today. Discuss.
2. What is a task-based approach to teach speaking skills?
3. What are the objectives of teaching literature in the classroom?
4. Error analysis is a useful technique to define the learner's errors of second language. Discuss.
5. The structural approach prioritizes the understanding of the underlying grammatical structures and rules of a language. Justify.

### Section - B

#### (Short Answer Type Questions)

**Note:** Section 'B' contains Eight (08) short-answer-type questions of two (02) marks each. Attempt any seven (07) questions. (7×2=14)

6. What are the three main principles of suggestopedia?
7. What are the main features of audio – lingual method?
8. Why should literature be used in the language classroom?
9. What are the advantages and disadvantage of direct method?
10. How error correction is done at elementary level?
11. The task based learning strategy focuses on communication through task completion. Discuss.
12. What are the steps in curriculum preparation?
13. What is the difference between Communicative Language Teaching and Situational Approach?

-----X-----