

प्र. 3. लेश्या तथा आभामण्डल क्या है? विस्तृत विवेचन करें।

What is Psychic Colour and Aura? Discuss in detail.

**अथवा / OR**

कुण्डलिनी जागरण का वैज्ञानिक स्वरूप लिखिये।

Discuss scientific nature of Kundalini Jagaran (Awakening of Kundalini).

प्र. 4. आचार्य श्री महाप्रज्ञजी के अनुसार आध्यात्मिक-वैज्ञानिक व्यक्तित्व के विकास का वर्णन करें।

Describe the development of Spiritual-scientific Personality according to Acharya Shri Mahaprajnaji in detail.

**अथवा / OR**

परामनोविज्ञान के इतिहास का विस्तृत वर्णन कीजिये।

Discuss the history of Para-psychology in detail.

प्र. 5. परासामान्य ज्ञान क्या है? इसके प्रकार भी लिखिए।

What is Extra Sensory Perception (E.S.P.)? Write its types also.

**अथवा / OR**

मन की परा-सामान्य शक्तियों तथा इसके प्रकारों का वर्णन करें।

Explain the Super Natural Powers of mind and its types.



(ii)

13

Q. Paper Code : MAYD201

**JAIN VISHVA BHARATI INSTITUTE, LADNUN**

**DISTANCE EDUCATION EXAMINATION - 2023**

**MASTER OF ARTS IN YOGA AND SCIENCE OF LIVING**

**(FINAL YEAR)**

**PAPER VI - SPIRITUALITY AND SCIENCE**

**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. मन के तत्त्व और मानसिक स्वास्थ्य का विस्तार से वर्णन करें।

Describe the elements of mind and mental health in detail.

**अथवा / OR**

अनुप्रेक्षा का आध्यात्मिक वैज्ञानिक आधार लिखिये।

Explain Philosophical-scientific basis of Contemplation.

प्र. 2. चैतन्य केन्द्र प्रेक्षा का वर्णन कीजिये। चित्त और मन पर विस्तृत लेख लिखें।

Discuss Perception of Psychic centres Chaitnya Kendra Preksha.

Write an essay on Chitta and Man.

**अथवा / OR**

चैतन्य केन्द्र प्रेक्षा का प्रयोजन तथा लाभ लिखिए।

Write the purpose and benefits of Perception of Psychic Centres.

(i)

कृ.पृ.उ./P.T.O.

- प्र. 3. तनाव के स्वरूप को समझाते हुए तनाव-प्रबन्धन में जीवन विज्ञान की भूमिका बताएं। / Explain the role of Science of Living (Jeevan Vigyan) in managing stress while defining the nature of stress.

अथवा / OR

समय प्रबन्धन के महत्त्व पर प्रकाश डालते हुए समय प्रबन्धन के विविध उपायों को समझाएं।

Explain the different ways of Time Management while focusing on importance of it.

- प्र. 4. अभिव्यक्ति कौशल को समझाइए।

Explain the Communication Skill.

अथवा / OR

संप्रेषण में अनेकान्त की क्या भूमिका है?

What is the role of Anekant in Communication?

- प्र. 5. सहयोग से आप क्या समझते हैं? सहयोग के सकारात्मक एवं नकारात्मक तंत्र को समझाते हुए उसके प्रकारों पर प्रकाश डालें।

What do you understand by Support? Throw light on its types while defining its positive and negative system.

अथवा / OR

समूह की प्रभावशीलता का वर्णन कीजिए।

Describe the Group Effectiveness.



(ii)

**JAIN VISHVA BHARATI INSTITUTE, LADNUN**  
**DISTANCE EDUCATION EXAMINATION - 2023**  
**MASTER OF ARTS IN YOGA AND SCIENCE OF LIVING**  
**(FINAL YEAR)**

**PAPER VII - SCIENCE OF LIVING IN SELF MANAGEMENT**

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. स्व प्रबन्धन की अवधारणा, अर्थ एवं प्रकृति को समझाएं।

Explain the concept, meaning and nature of Self Management.

अथवा / OR

लक्ष्य निर्धारण एवं प्राप्ति की प्रक्रिया पर प्रकाश डालें।

Focus on process of Goal setting and it's achievement.

- प्र. 2. स्मृति क्षमता को समझाते हुए स्मृति विकास में लेश्याध्यान की भूमिका बताइए।

While explaining Memory discuss the role of Leshya Dhyan in Memory Development.

अथवा / OR

संवेग से आप क्या समझते हैं? क्या प्रेक्षाध्यान द्वारा संवेग नियन्त्रण सम्भव है? सिद्ध करें।

What do you understand by Emotion? Can we get control over it through Preksha Meditation? Prove it.

(i)

कृ.पृ.उ./P.T.O.

प्र. 3. मधुमेह का विस्तार से वर्णन करते हुए इसकी प्रेक्षा चिकित्सा का उल्लेख करें।

Explain in detail about Diabeties and its Preksha Therapy.

**अथवा / OR**

मादक पदार्थों की लत पर प्रेक्षाध्यान के प्रभाव को समझाइये।

Explain the effect of Preksha Meditation on Drug Addiction.

प्र. 4. मनोशरीर क्रिया विज्ञान का परिचय एवं ऐतिहासिक पृष्ठभूमि लिखें।  
Write the introduction and historical background of Psychophysiology.

**अथवा / OR**

प्रेक्षाध्यान द्वारा रोग प्रतिरोध क्षमता का संवर्द्धन कैसे होता है?

How Preksha Meditation promote or develop our immune power?

प्र. 5. आज के समय में संयमित जीवन शैली के महत्त्व को समझाएँ।  
Explain the importance of moderat life style in present era.

**अथवा / OR**

उपवास चिकित्सा पर एक निबन्ध लिखें।

Write an essay on Upwas Chikitsa.



(ii)

15

Q. Paper Code : MAYD203

**JAIN VISHVA BHARATI INSTITUTE, LADNUN**

**DISTANCE EDUCATION EXAMINATION - 2023**

**MASTER OF ARTS IN YOGA AND SCIENCE OF LIVING**

**(FINAL YEAR)**

**PAPER VIII - SCIENCE OF LIVING AND HEALTH**

**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. मानसिक स्वास्थ्य पर एक लेख लिखें।

Write an essay on Mental Health.

**अथवा / OR**

आज के संदर्भ में स्वास्थ्य एवं पर्यावरण के महत्त्व को समझाइये।

Explain the importance of Health and Environment in todays context .

प्र. 2. उच्च रक्तचाप एवं पाचन दौर्बल्य का परिचय व चिकित्सा लिखें।

Write introduction and treatment of High Blood Pressure and Indigestion.

**अथवा / OR**

शारीरिक दौर्बल्य एवं अम्लता के कारण, लक्षण एवं प्रेक्षा चिकित्सा लिखें।

Write the cause, symptoms and Preksha treatment of Physical Weakness and Acidity.

(i)

कृ.पृ.उ./P.T.O.

- प्र. 3. क्या आप सहमत हैं कि, 'प्रेक्षाध्यान द्वारा हृदय परिवर्तन संभव है'। समझाइये।  
Are you agreed that the change in heart feeling possible by Preksha Meditation? Explain it.

**अथवा / OR**

व्यवहार परिवर्तन तथा प्रेक्षाध्यान के सम्बन्ध को समझाइये।

Explain the relationship between behaviour change and Preksha Meditation.

- प्र. 4. मनोवैज्ञानिक अनुसंधान के प्रकारों को समझाइये।  
Explain the types of Psychological Research.

**अथवा / OR**

शोध प्रबन्ध लिखने के चरणों को समझाएँ।

Explain the steps of thesis writing.

- प्र. 5. प्रयोगात्मक तथा साक्षात्कार विधि को समझाइये।  
Explain Experimental and Interview method.

**अथवा / OR**

मनोवैज्ञानिक परीक्षणों पर टिप्पणी करें।

Write a note on Psychological tests.



(ii)

16

Q. Paper Code : MAYD204

**JAIN VISHVA BHARATI INSTITUTE, LADNUN**  
**DISTANCE EDUCATION EXAMINATION - 2023**  
**MASTER OF ARTS IN YOGA AND SCIENCE OF LIVING**  
**(FINAL YEAR)**  
**PAPER IX - APPLIED SCIENCE OF LIVING AND RESEARCH**  
**METHODOLOGY**

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. विभिन्न धर्म-दर्शनों में अहिंसा के स्वरूप को समझाइये।

Explain the nature of Non-violence mentioned in different religious philosophies.

**अथवा / OR**

अहिंसा प्रशिक्षण के आयामों को समझाइये।

Explain the aspects of Non-violence training?

- प्र. 2. नशे की प्रकृति, प्रकार एवं परिभाषा को अपने शब्दों में समझाइये।

Explain the nature, types and definitions of addiction in your own words.

**अथवा / OR**

प्रेक्षाध्यान द्वारा नशामुक्ति कैसे सम्भव है?

How de-addiction is possible through Preksha Dhyam?

(i)

कृ.पृ.उ./P.T.O.