

अथवा / OR

अष्टांग योग को स्पष्ट कीजिए।  
Clarify the Ashtanga yoga.

- प्र. 4. शैव योग की व्याख्या कीजिए।  
Describe the Shaiv yoga.

अथवा / OR

शैव योग में वर्णित विभिन्न बिन्दुओं को समझाइए।  
Explain the main points described in Shaiv yoga.

- प्र. 5. जैन योग में वर्णित ध्यान के प्रकारों को समझाइए।  
Explain the types of meditation in Jain yoga.

अथवा / OR

बौद्ध योग की व्याख्या कीजिए।  
Explain the Bauddh yoga.



(ii)

9

Q. Paper Code : MAYD101

**JAIN VISHVA BHARATI INSTITUTE, LADNUN**  
**DISTANCE EDUCATION EXAMINATION - 2023**  
**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 को परिभाषित करते हुए उसके प्रकारों का वर्णन कीजिए।  
Define the Yoga and describe its types.

अथवा / OR

गीता के अनुसार योग की व्याख्या कीजिए।  
Describe the Yoga according to Geeta.

- प्र. 2. योग का स्वरूप तथा चित्त की वृत्तियों को लिखिए।  
Write the nature of Yoga and vritis of psyche.

अथवा / OR

ईश्वर के स्वरूप को समझाइए।  
Explain the nature of God.

- प्र. 3. क्रियायोग एवं पंचक्लेश को समझाइए।  
Explain the Kriya Yoga and Panch Klesh.

(i)

कृ.पृ.उ./P.T.O.

प्र. 3. प्रेक्षाध्यान के अंगों पर विस्तार से प्रकाश डालिये।

Throw light on parts of Preksha meditation in detail.

**अथवा / OR**

आध्यात्मिक दृष्टि से श्वास-प्रेक्षा के महत्त्व को समझाइये।

Explain the importance of Shwas-Preksha (Perception of Breathing) according to spiritual aspect.

प्र. 4. आध्यात्मिक दृष्टि से चैतन्य केन्द्र प्रेक्षा के महत्त्व को समझाइये।

Explain the importance of Chaitanya Kendra Preksha according to spiritual aspect.

**अथवा / OR**

अनुप्रेक्षा की निष्पत्तियों को समझाइये।

Explain the results of Anupreksha.

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

Write short notes on any three-

(i) प्रामाणिकता / Authenticity

(ii) आत्म सयंम/ Self control

(iii) अहिंसा / Non-violence

(iv) सत्य / Truth

(v) अपरिग्रह / Imperfection (Aparigrah)



(ii)

10

Q. Paper Code : MAYD102

**JAIN VISHVA BHARATI INSTITUTE, LADNUN**

**DISTANCE EDUCATION EXAMINATION - 2023**

**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 के मूल तत्त्वों को समझाइये।

Explain the basic elements of Science of Living.

**अथवा / OR**

जीवन विज्ञान के स्वरूप को बताइये।

Explain the nature of Science of Living.

प्र. 2. अणुव्रत आन्दोलन के वर्तमान स्वरूप को समझाइये।

Explain the current nature of Anuvart movement.

**अथवा / OR**

“जीवन विज्ञान एक सन्तुलित शिक्षा प्रणाली है”। समझाइये।

"Science of Living is a balanced education system". Explain it.

(i)

कृ.पृ.उ./P.T.O.

अथवा / OR

तंत्रिका आवेग संप्रसरण पर एक लेख लिखें।

Write an essay on Nerve Impulse Conduction.

- प्र. 3. स्वनियन्त्रित तंत्रिका तन्त्र पर प्रेक्षाध्यान के प्रभाव को समझाइये।

Explain the effect of Preksha Meditation on Autonomic Nervous System.

अथवा / OR

तनाव मुक्ति की प्रक्रिया में प्रेक्षाध्यान की भूमिका का वर्णन करें।

Explain the process and effect of Preksha Meditation in the modulation of stress response.

- प्र. 4. पाचन तंत्र की संरचना एवं कार्य प्रणाली पर एक सारगर्भित लेख लिखें।

Write an meaningful essay on structure and functions of digestive system.

अथवा / OR

हृदय के कार्यों एवं रक्तचाप पर प्रेक्षाध्यान के प्रभाव को स्पष्ट करें।

Clarify the effect of Preksha meditation on blood pressure and heart functions.

- प्र. 5. निम्न में से किन्हीं दो पर टिप्पणी करें-

Write a short note on any two-

- (a) उपवास और स्वास्थ्य / Fasting and health  
(b) संतुलित आहार / Balance diet  
(c) स्मृति एनग्राम / Memory angram



(ii)

11

Q. Paper Code : MAYD103

**JAIN VISHVA BHARATI INSTITUTE, LADNUN**

**DISTANCE EDUCATION EXAMINATION - 2023**

**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. उत्तकों की संरचना एवं कार्यों को समझाइये।

Explain the structure and functions of tissues.

अथवा / OR

मांसपेशी तन्त्र के प्रकार, क्रियाविधि और इसके अन्तःस्त्रावी तंत्रिकीय नियन्त्रण को समझाइये। / Explain the types, functional mechanism and their neuroendocrine control of muscles.

- प्र. 2. न्यूरॉन की संरचना, संरचनात्मक विभेद एवं कार्यों का वर्णन करें।

Describe the structure, structural differentiation and functions of neuron.

(i)

कृ.पृ.उ./P.T.O.

प्र. 3. विभिन्न प्रकार की मानवीय क्षमताओं को स्पष्ट करें तथा इनके विकास में जीवन विज्ञान की उपयोगिता को स्पष्ट करें।

Define different types of human capacities and explain the utility of Science of Living in their development.

**अथवा / OR**

बिने, थार्नडाइक एवं थर्स्टन के बुद्धि सिद्धान्तों को सचित्र समझाइये।

Enumerate intelligence theories of Binet, Thordike & Thurston with the help of diagram.

प्र. 4. कार्मिक चुनाव प्रक्रिया पर विस्तृत लेख लिखिए।

Write detailed note on Personnel selection.

**अथवा / OR**

परामर्श की प्रक्रिया को समझाइये तथा परामर्शदाता के गुणों एवं कार्यों का वर्णन कीजिए।

Clarify techniques of counselling and write qualities and role of counsellor.

प्र. 5. मनोबल को प्रभावित करने वाले कारक एवं निर्धारकों को समझाइये एवं औद्योगिक मनोबल में वृद्धि की पद्धतियों का वर्णन करें।

Define influencing factors and determinants of morale and enumerate methods of increasing industrial morale.

**अथवा / OR**

कर्मचारी की समस्याओं पर प्रकाश डालें तथा जीवन विज्ञान के द्वारा उनका निदान कैसे किया जा सकता है?

Throw light on employees problem and how they can resolve by Science of Living.



(ii)

12

Q. Paper Code : MAYD104

**JAIN VISHVA BHARATI INSTITUTE, LADNUN**

**DISTANCE EDUCATION EXAMINATION - 2023**

**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. व्यावहारिक मनोविज्ञान को परिभाषित कर इसके विकास क्रम को स्पष्ट करें। क्रेत्समर के व्यक्तित्व वर्गीकरण को समझाइये।

While defining Applied Psychology explain its development. Also explain Krets-Chmer's classification of Personality.

**अथवा / OR**

व्यक्तित्व विकास के सन्दर्भ में आचार्य महाप्रज्ञ के लेश्या सिद्धान्त को व्याख्यायित करें। / Explain Acharya Mahaprajna's principle of Leshya in reference to Personality Development.

प्र. 2. एडलर के वैयक्तिक मनोविज्ञान को स्पष्ट कीजिए तथा उनके द्वारा निर्दिष्ट निर्धारकों का वर्णन कीजिए। / Elucidate Alfred Adler's Individual Psychology and write determinants of Personality mentioned by him.

**अथवा / OR**

मरे के व्यक्तित्व सिद्धान्त पर प्रकाश डालिये तथा आवश्यकताओं के प्रकारों एवं दबाव सूची को स्पष्ट करें। / Throw light on Murray's theory of Personality and explain types of needs & list of pressesses.

(i)

कृ.पृ.उ./P.T.O.