



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

Paper Code  
MS-CT-202

पतंजलि विश्वविद्यालय  
**University of Patanjali**  
Reappear Examination May-June-2023

**M.Sc. Yoga Science, Semester-II**  
**Physiological Effect of Yogic Practices**

**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 of each 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. समस्थिति को परिभाषित करें और मन शरीर के इंटरवेंशन के तरीकों को विस्तार से समझाइये।

Define Homeostasis and explain the approaches of mind body intervention in detail.

2. ज्ञान, अपान और प्राण मुद्रा के शारीरिक और मनोवैज्ञानिक प्रभाव तथा लाभ लिखिए।

Write Physiological and Psychological impact with benefits of Jana, Apana & Prana mudra.

3. मन और शरीर पर प्राणायाम के प्रभाव को समझाइये।

Explain the effect of Pranayama on mind and body.

4. केवली, अन्तर और बहिर, कुम्भक के न्यूरोफिजियोलॉजिकल मैकेनिज्म की व्याख्या करें।

Explain the neurophysiological mechanism of Kevala, Antar and Bahirkumbyhaka.

5. छह प्रकार के आसनों की क्रिया विधि को समझाइये।

Explain the mechanism of six types of Asanas.

**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. प्रोप्रियोसेप्शन क्या है?

What is proprioception.

7. उड्डायन बंध की क्रिया विज्ञान क्या है? यह गैस्ट्रिक ए्रावण में सुधार कैसे करती है?

What is the physiology of uddyan Bandha. How it improve gastric decoration.

8. प्राणायाम का अभ्यास फुफ्फुसीय क्षमता को कैसे बढ़ाता है?

How pranayama practices enhance the vital capacity of lungs?

9. ऑस्मोसिस (परासरण) और बहिः परासरण के बीच अन्तर को समझाइये।

Differentiate between Osmosis and Exosmosis.

10. योगाभ्यास आपके शरीर के ह्यूमरल क्रियाविधि को कैसे बढ़ाता है?

How yogic practices enhance your Humoral mechanism of the body.

11. पाचन तंत्र के गैस्ट्रिक म्यूकोसा पर क्रियाओं के प्रभाव लिखिए।

Write the effect of Kriyas on gastric mucosa of digestive system.

12. गैस विनियम की क्रियाविधि का संक्षेप में वर्णन कीजिए।

Brief the mechanism of gas exchange.

-----X-----