



Roll No.
Signature of Invigilator

Paper Code
MSY-CT-201

पतंजलि विश्वविद्यालय
University of Patanjali
Examination May-June –2024

M.Sc. Yoga Science, Semester: 2nd

Application of Yoga in Bhagadgita and Yoga Vashistha

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. श्रद्धात्रय विभाग योग पर एक निबन्ध लिखिये?

Write an essay on the SHRADDHATRIVIBHAG yoga.

2. श्रीमद्भगवद्गीता के अनुसार भक्ति की संकल्पना की विवेचना कीजिये?

Discuss the concept of Bhakti according to Shrimad Bhagavad Gita.

3. तनाव के प्रमुख कारण क्या है? तनाव प्रबंधन में श्रीमद्भगवद्गीता की भूमिका पर प्रकाश डालिये?

What are the main causes of stress throw light on the role of Shrimadbhagavadgita in stress management?

4. श्रीमद्भगवद्गीता के अनुसार व्यक्तित्व के प्रकारों को लिखिये?

Write the types of personalities according to Shrimadbhagavadgita.

5. योग वशिष्ठ में मनोलाय के सिद्धांत को स्पष्ट कीजिये?

Clarify the theory of MANOLAYA in Yoga Vashishtha.

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. स्थित प्रज्ञ पर एक संक्षिप्त नोट लिखिये?

Write a short note on Sthitiprajna.

7. भक्तों के प्रकारों को संक्षिप्त में विवेचित कीजिये?

Elucidate of devotees in short.

8. श्रीमद्भगवद्गीता के अनुसार कर्मयोग के चार नियमों की विवेचना कीजिये?

Discuss the four rules of Karma Yoga according to Shrimadbhagavad Gita.

9. श्रीमद्भगवद्गीता की शिक्षाओं का खिलाड़ी के लिये क्या महत्व है?

What are the importance of Shrimadbhagawad Gita teaching for a sportsman.

10. योगवशिष्ठ में वर्णित वासनोपशम पर टिप्पणी लिखिये।

Write a short note on "वासनोपशम" as described in Yoga Vasistha.

11. योग वशिष्ठ में वर्णित रामजी के वैराग्य की चर्चा कीजिये?

Highlight the concept of Mana according to "Yoga Vashishtha".

12. योग वशिष्ठ के अनुसार अभ्यास और वैराग्य के महत्व पर चर्चा कीजिये?

Discuss the importance of Abhyas and Vairagya as per yoga Vashishtha.

-----X-----



Roll No.
Signature of Invigilator

Paper Code
MSY-CT-202

पतंजलि विश्वविद्यालय
University of Patanjali
Examination May-June -2024

M.Sc. Yoga Science, Semester: 2nd
Physiological Effects of Yoga 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 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. मानव शरीर पर योग के प्रभाव को स्पष्ट कीजिए।

Explain the effect of Yoga on the Human body.

2. श्वसन तंत्र पर प्राणायाम के प्रभावों का विस्तारपूर्वक वर्णन कीजिए।

Describe in detail the effects of Pranayama on the respiratory system.

3. शरीर को लचीला बनाने हेतु विभिन्न यौगिक क्रियाओं का वर्णन कीजिए।

Describe the various yogic kriyas to make the body flexible.

4. तंत्रिका तंत्र पर यौगिक मुद्राओं एवं बन्धों के प्रभाव का विस्तृत वर्णन कीजिए।

Describe in detail the effect of yogic mudras and bandhas on the nervous system.

5. गर्दन व रीढ़ के सम्बन्धित जटिल रोगों पर बन्धों के प्रभावों की विवेचना करें।

Discuss the effects of bandhas (Jalandhara, Uddiyan, Moola) on the joint complexes diseases to neck and spine (cervical, lumbar sacral).

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. मांसपेशी व कंकाल प्रणाली पर आसन के प्रभावों का वर्णन कीजिये।

Describe the effect of Asana on the muscular and skeletal system.

7. शरीर के आन्तरिक वातावरण पर योगाभ्यास के प्रभावों का विस्तार से वर्णन करें।

Describe in details effects of yoga practice on the internal environment of the body.

8. उड्डीयान बन्ध से आप क्या समझते हैं?

What do you understand by Uddiyan Bandha?

9. पाचन तंत्र पर यौगिक क्रियाओं के प्रभाव की विवेचना कीजिए।

Discuss the effect of yogic kriyas on the digestive system.

10. अन्तःकुम्भक एवं बाह्य कुम्भक को स्पष्ट कीजिए।

Explain inner and outer kumbhaka.

11. आसनों के शरीर पर पड़ने वाले प्रभावों पर प्रकाश डालिए।

Throw light on the effects of asanas in the body.

12. मुद्रा के मनोदैहिक प्रभावों को स्पष्ट कीजिए।

Explain the psychosomatic effect of mudras.

-----X-----



Paper Code
MSY-CT-203

Roll No.
Signature of Invigilator

पतंजलि विश्वविद्यालय
University of Patanjali
Examination May-June -2024

M.Sc. Yoga Science, Semester: 2nd
Yoga, Dietetics & Nutrition

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. पोषण से आप क्या समझते हैं? पोषक तत्वों का वर्णन कीजिए।

What do you understand by Nutrition? Describe Nutrients.

2. मिलेट क्या होता है? इन्हें सुपरफूड क्यों कहा जाता है?

What are Millets? Why are they called Super Foods?

3. प्रोटीन का विस्तार से वर्णन करते हुए इसके प्राप्ति के शाकाहारी स्रोत लिखिए।

Describe protein in detail and write its vegetarian sources.

4. पारंपरिक योग ग्रंथों के अनुसार आहार का विस्तार से वर्णन कीजिए।

Describe in detail the diet as per traditional Yoga Texts.

5. मिताहार, पथ्य और अपथ्य का विस्तार से वर्णन कीजिए।

Describe Mitahara, Pathya and Apathya in detail.

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. मानव शरीर में भोजन के प्रमुख कार्य लिखिए।

Write the main functions of food in Human body.

7. सरसों और तिल के तेल के आंतरिक और बाह्य प्रयोग लिखिए।

Write the internal and external uses of mustard and sesame oil.

8. वसा में घुलनशील विटामिन का विस्तार से वर्णन कीजिए।

Describe Fat soluble vitamins in detail.

9. स्वस्थ जीवन में आहार का महत्व लिखिए।

Write the importance of Diet in Healthy Life.

10. हितकर और अहितकर आहार का वर्णन कीजिए।

Describe Hitkar and Ahitkar Ahara.

11. वात प्रकृति के अनुसार आहार का वर्णन कीजिए।

Describe the diet according to Vata Prakriti.

12. संतुलित आहार की परिभाषा और महत्व लिखिए।

Write the definition & importance of balance Diet.

-----X-----



Roll No.
Signature of Invigilator

Paper Code
MSY-CT-204

पतंजलि विश्वविद्यालय
University of Patanjali
Examination May-June -2024

M.Sc. Yoga Science, Semester: 2nd
Applied Psychology and Yogic Counselling

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. असामान्य व्यवहार के व्यवहारात्मक विचारधारा की विवेचना करें।

Discuss the behavioral viewpoints of abnormal behavior.

2. मनोविदिलता किसे कहते हैं? मनोविदिलता के लक्षणों एवं कारणों का वर्णन करें।

What is Schizophrenia? Describe the symptoms and causes of Schizophrenia.

3. अधिगम अक्षमता से आप क्या समझते हो? अधिगम अक्षमता के उपचार हेतु मनो-यौगिक उपचार योजना तैयार करें।

What do you mean by learning disability? Prepare a psycho-yogic treatment plan for treating learning disabilities.

4. षट कर्म किसे कहते हैं? षट कर्म के मनो-शारीरिक प्रभावों का विस्तार से वर्णन करें।

What is Shat Karma? Describe the psycho-physiological effects of Shat Karma in detail.

5. यौगिक परामर्श से आप क्या समझते हो? वर्तमान युग में यौगिक परामर्श के प्रासंगिता पर प्रकाश डालें।

What do you mean by yogic counselling? Through light upon the relevance of yogic counseling in present Era.

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. मानसिक मंदता से आप क्या समझते हो? मानसिक मंदता के प्रकारों का वर्णन करें।

What do you mean by Mental retardation? Describe the types of Mental retardation?

7. असामान्य व्यवहार के लक्षणों एवं कसौटियों का वर्णन करें।

Describe the symptoms and criteria of abnormal behavior.

8. व्यक्ति इतिहास लेने के प्रमुख बिन्दुओं का वर्णन करें।

Describe the key points of Case History Taking.

9. आचरण विकार किसे कहते हैं? आचरण विकार के यौगिक प्रबंधन का वर्णन करें।

What do you mean by conduct disorders? Describe the yogic ways of managing conduct disorder?

10. डीएसएम क्या है? डीएसएम के प्रमुख विशेषताओं का वर्णन करें।

What is DSM? Describe the key features of DSM?

11. अंतर्द्वंद्व किसे कहते हैं? अंतर्द्वंद्व समाधान की यौगिक विधियों का वर्णन करें।

What is conflict? Describe the yogic method of tackling conflict.

12. मुद्रा से आप क्या समझते हैं? मुद्रा के मनो-शारीरिक प्रभावों एवं लाभों का वर्णन करें।

What do you understand by Mudra? Describe the psycho-physiological effects and benefits of Mudra.

-----X-----



Paper Code
MSY-CT-205

Roll No.
Signature of Invigilator

पतंजलि विश्वविद्यालय
University of Patanjali
Examination May-June -2024

M.Sc. Yoga Science, Semester: 2nd
Research Methodology and Statistics

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. (Non-programmable calculators are allowed).

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। (नॉन-प्रोग्रामेबल कैलकुलेटर प्रयोग किये जा सकते हैं)।

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. शोध क्या है? शोध का महत्व, लाभ व सीमाएं लिखें।

What is Research? Write the importance, advantages and limitations of Research.

2. वैधता का अर्थ तथा प्रकार उदाहरण सहित लिखें।

Write the meaning and types of validity with example.

3. सामान्य वितरण वक्र की विशेषताएं लिखें। कुर्टोसिस तथा विषमता क्या है?

Write the characteristics of normal distribution curve. What are the Kurtosis & Skewness?

4. निम्नलिखित डेटा के सहसंबंध का गुणांक ज्ञात करें।

X	100	200	300	400	500	600	700
Y	30	50	60	80	100	110	130

Find coefficient of correlation of the following Data.

X	100	200	300	400	500	600	700
Y	30	50	60	80	100	110	130

5. नीचे दिये गये डेटा के लिये t- परीक्षण की गणना करें।

Group 1	10	4	3	2	4	2	5	10	5	5
Group 2	4	6	8	2	9	1	12	13	10	10

Compute t-test for the data given below same.

Group 1	10	4	3	2	4	2	5	10	5	5
Group 2	4	6	8	2	9	1	12	13	10	10

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. आवृत्ति वितरण को वर्गीकृत करें।

Classified the frequency distribution.

7. प्रकार-I तथा प्रकार-II त्रुटि में अन्तर करें।

Differentiate type-I and type-II Error.

8. विश्वसनीयता पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखें।

Write the short note on Reliability.

9. सांख्यिकी तथा पैरामीटर के बीच अंतर करें।

Differentiate between statistic & parameter.

10. P-मान तथा प्रभाव आकार क्या है?

What are P-value and effect size?

11. नमूनाकरण पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए।

Write the short note on sampling.

12. नैतिक निकायों पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखें।

Write the short note on ethical bodies.

-----X-----