



## ED-1013

P.G. Diploma in Yoga Education and Philosophy  
1st Semester Examination, March-April 2021

Paper - II

Applied Yoga Vijnan

*Time* : Three Hours] [Maximum Marks : 50

**नोट** : सभी प्रश्नों के उत्तर दीजिए। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

**Note** : Answer **all** questions. All questions carry equal marks.

### इकाई / Unit-I

1. स्वास्थ्य सम्बन्धी विभिन्न सिद्धान्तों की व्याख्या कीजिए।

Explain different theories related to health.

### अथवा / OR

पवनमुक्तासन में किए जाने वाले आसनों के लाभ बताइए।

Describe the benefits of Pawanmuktasana.

DRG\_83\_(3)

(Turn Over)

( 2 )

**इकाई / Unit-II**

2. योग तथा जलवायु परिवर्तन की व्याख्या कीजिए।  
Explain yoga and climatic changes.

**अथवा / OR**

- व्रतों के यौगिक प्रत्यय को स्पष्ट कीजिए।  
Discuss yogic concept of vratas.

**इकाई / Unit-III**

3. शरीर की कार्यप्रणाली पर योग का प्रभाव स्पष्ट कीजिए।  
Discuss the effect of yoga on bodily functions.

**अथवा / OR**

- आधुनिक जीवन शैली की समस्याएँ क्या हैं? क्या योग उनका समाधान है?  
What is the problems of modern life style?  
Is yoga their solution?

**इकाई / Unit-IV**

4. तन्त्रिका तंत्र की संरचना का सचित्र वर्णन कीजिए।  
Describe nervous system with diagram.

**अथवा / OR**

---

DRG\_83\_(3)

(Continued)

( 3 )

अन्तःस्रावी ग्रन्थियों का सचित्र वर्णन कीजिए।

Describe Endocrine glands with diagram.

**इकाई / Unit-V**

5. इदम, अहम, पराहम की व्याख्या कीजिए।

Explain Id, Ego and Super Ego.

**अथवा / OR**

मस्तिष्क एवं योग के सम्बन्ध की विवेचना कीजिए।

Define relation between yoga and mind.