

नोट :- प्रत्येक खण्ड से पूछे गये प्रश्नों के अंक समान है। प्रत्येक खण्ड का उत्तर नवीन पृष्ठ से प्रारम्भ करें। समस्त प्रश्नों को अनिवार्यतः हल करें। उत्तर पुस्तिका की संख्या सामान्यतः 16 पृष्ठ से अधिक न हो। विद्यार्थी द्वारा स्वयं की हस्तलिपि में उत्तर लिखना अनिवार्य है। विद्यार्थी उत्तर पुस्तिका का प्रथम पृष्ठ विश्वविद्यालय की वेबसाइट www.bubhopal.ac.in से प्राप्त करें। (प्रत्येक प्रश्न का उत्तर सामान्यतः 250 शब्दों से अधिक न हों।)

Note :- All questions from each section carry equal marks. All questions are compulsory and answer limit are approximately 250 words. Start the answer of each section from new page. Maximum limit of pages of answer booklet are approximately 16 pages. Answer should be written by the student in his/her own handwriting mandatory. The first page of answersheet should be download by the student from university website www.bubhopal.ac.in is mandatory.

1. 'चित्त' 'वृत्ति' एवं 'अभ्यास-वैराग्य' का वर्णन कीजिये।
Describe 'Chitta' Vrittie' and 'Abhyas-Vairagya'.
2. महर्षि पतंजलि के अनुसार 'ईश्वर' का स्वरूप क्या है उसके क्या लाभ है? वर्णन कीजिये।
According to Maharshi Patanjali describe nature of 'God' and its benifits.
3. आँखों की रोशनी एवं एकाग्रता वृद्धि के लिये उपयोगी शुद्धि क्रिया का वर्णन कीजिये।
Describe the Shudhi Kriya. Which is useful for increasing Concentration & Eye Power.
4. तनाव प्रबंधन में प्राणायामिक श्वसन का वैज्ञानिक आधार क्या है लिखें।
Write down what are the scientific basis of Pranayamic Breathing in stress Management.
5. 'स्वाध्याय' से आप क्या समझते है विचार परिवर्तन (शोधन) में इसकी भूमिका समझायें।
What do you understand by swadhyay. Explain its role in thought conversion (Purification).