

**Section - C**

2 x 20 = 40

(Long Answer Questions)

**Note :** Answer any two questions. You have to delimit your each answer maximum up to 500 words. Each question carries 20 marks.

(खण्ड - स)

(दीर्घ उत्तर वाले प्रश्न)

**नोट :** किन्हीं दो प्रश्नों के उत्तर दीजिए। आपको अपने प्रत्येक उत्तर को अधिकतम 500 शब्दों में परिसीमित करना है। प्रत्येक प्रश्न 20 अंकों का है।

- 10) Write in detail about the indication/features/signs of Addiction.  
विस्तार से व्यसन के लक्षणों के बारे में लिखिए।
- 11) 'Women Rights' is actually a matter of 'Human Rights'. How ?  
'महिला अधिकारों' का मामला अंततः मानवाधिकार का ही मामला है, क्यों ?
- 12) Write in detail about the relationship between self respect and positive thinking.  
आत्मसम्मान और सकारात्मक चिंतन के मध्य सम्बंध को विस्तार से लिखिए ।
- 13) Write about the obstacles on the path of Emotional Maturity ?  
भावनात्मक परिपक्वता के मार्ग की बाधाओं के बारे में लिखिए।

**PGDVES - 04**

December - Examination 2015

**PGDVES Examination****Meditation and Values in Society**

योग और समाज में मूल्य

**Paper - PGDVES - 04****Time : 3 Hours ]****[ Max. Marks :- 100**

**Note :** The Question paper is divided into three sections A, B and C. Write Answer as per the given instruction.

**नोट :** यह प्रश्न पत्र अ, ब और स तीन खण्डों में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड के निर्देशानुसार प्रश्नों का उत्तर दीजिए।

**Section - A**

10 x 2 = 20

(Very Short Answer Questions)

**Note :** Answer **all** questions. As per the nature of the question you delimit your answer in one word, one sentence or maximum up to 30 words. Each question carries 2 marks.

**खण्ड - 'अ'**

(अति लघु उत्तर वाले प्रश्न) (अनिवार्य)

**नोट :** सभी प्रश्नों के उत्तर दीजिए। आप अपने उत्तर को प्रश्नानुसार एक शब्द, एक वाक्य या अधिकतम 30 शब्दों में परिसीमित कीजिये। प्रत्येक प्रश्न 2 अंक का है।

- 1) (i) Write in two causes of noise pollution.  
ध्वनि प्रदूषण के कोई दो कारण लिखिए।
- (ii) What is 'Act out' ?  
'एक्ट आऊट' किसे कहते हैं ?
- (iii) What is 'Enabling' ?  
'एनेबलिंग' क्या है ?
- (iv) Write any two causes of addiction ?  
व्यसन के कोई दो कारण लिखिए।
- (v) Define violence against women.  
महिलाओं के खिलाफ हिंसा को परिभाषित कीजिए।
- (vi) What are the signs of emotional immaturity ?  
भावनात्मक अपरिपक्वता के चिन्ह क्या हैं ?
- (vii) What are the benefits of positive thought ?  
सकारात्मक चिंतन के क्या लाभ होते हैं ?
- (viii) Write two objectives of Dhyaan-Abhyaas.  
ध्यानाभ्यास के दो उद्देश्य लिखिए।
- (ix) What is Yoga ?  
योग क्या है ?
- (x) Define Anubhuti ?  
अनुभूति को परिभाषित कीजिए।

**Section - B**

4 x 10 = 40

(Short Answer Questions)

**Note :** Answer any 4 questions. Each answer should not exceed 200 words. Each question carries 10 marks.

(खण्ड - ब)

(लघु उत्तर वाले प्रश्न)

**नोट :** किन्हीं चार प्रश्नों के उत्तर दीजिए। आप अपने उत्तर को अधिकतम 200 शब्दों में परिसीमित कीजिये। प्रत्येक प्रश्न 10 अंकों का है।

- 2) What alcohol is easily available ?  
शराब इतनी आसानी से क्यों उपलब्ध है ?
- 3) How addiction affects at workplace ?  
व्यसन किस प्रकार से कार्यस्थल को प्रभावित करता है ?
- 4) Write a brief note on 'Domestic Violence'.  
घरेलू हिंसा पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए।
- 5) Write the elements of Empowerment.  
सशक्तिकरण के तत्वों के बारे में लिखिए।
- 6) What are the different types of thoughts ?  
विचारों के भिन्न-भिन्न प्रकार कौन से हैं ?
- 7) What are the harms of negative thoughts ?  
नकारात्मक विचारों की क्या हानियाँ होती हैं ?
- 8) Write about any three forms of Dhyaan-Abhyaas.  
ध्यानाभ्यास की किन्हीं तीन विधियों के बारे में लिखिए।
- 9) How yoga is necessary for good health ?  
अच्छे स्वास्थ्य के लिए योग किस तरह से आवश्यक है ?