

[This question paper contains 3 printed pages]

**Your Roll No.** : .....

**Sl. No. of Q. Paper** : **4175** **I**

**Unique Paper Code** : **6967000013**

**Name of the Paper** : **Panchkosha : Holistic  
Development of Personality**

**Name of the Course** : **VAC**

**Semester** : **I**

**Time : 1 Hour**

**Maximum Marks : 30**

**Instructions for Candidates :**

परीक्षार्थियों के लिए निर्देश :

- (a) Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.

इस प्रश्न-पत्र के प्राप्त होने पर तुरंत शीर्ष पर अपना रोल नंबर लिखें।

- (b) Question No. **One** is Compulsory.

प्रथम प्रश्न अनिवार्य है।

- (c) Answer **any two** questions from question nos. **2 to 4**.

प्रश्न संख्या **2** से **4** तक किन्हीं **2** प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

P.T.O.

(d) **All** question carry equal marks.

सभी प्रश्नों के अंक समान है।

(e) Answer may be written either in **English** or **Hindi** but the same medium should be used throughout the paper.

उत्तर अंग्रेजी या हिंदी में लिखे जा सकते हैं, लेकिन पूरे पेपर में एक ही माध्यम का उपयोग करें।

1. Write short notes on **any two** of the following :

10

निम्नलिखित में से किन्हीं दो पर संक्षिप्त टिप्पणी करें :

(1) Sat-Cit-Anand

5

‘सत्-चित्-आनन्द

(b) Prāṇameya Kosha

5

प्राणमय कोष

(c) Antahkaran

5

अंतःकरण

2. What is the importance of a controlled mind ?

Discuss.

10

संतुलित मस्तिष्क का क्या महत्व है ? चर्चा कीजिए।

3. Is 'Dhyāna' helpful in understanding our own mind ? Comment. 10

क्या 'ध्यान' मस्तिष्क को समझने में सहायक है ? टिप्पणी कीजिए।

4. 'A balanced diet is needed for development of human personality'. Comment. 10

'संतुलित आहार मानव व्यक्तित्व के विकास के लिए आवश्यक है'। टिप्पणी कीजिए।

\*\*\*