रोल नं. – .....

पत्रोपाधि वार्षिक नियमित परीक्षा 2020–21

कूट क्र.– यश–399

विषय – योग एवं प्राकृतिक चिकित्सा

प्रश्नपत्र – पातंजल योग सूत्र

अधिकतम समय–3 घण्टे **अधिकतम अंक– 70**

उत्तीर्णांक– 28

आवश्यक निर्देशः–
1. प्रश्न पत्र तीन खण्डों में विभक्त है।
2. प्रत्येक खण्ड का प्रत्येक प्रश्न अनिवार्य है।
3. प्रत्येक खण्ड के सामने प्रश्नों के अंक दर्शाये गए हैं।
4. खण्ड ''ब'' एवं ''स'' में प्रश्नों के आंतरिक विकल्प दिए गए हैं।

खण्ड–अ

(वस्तुनिष्ठ प्रश्न) **कुल अंक** 10x1=10

प्रश्न–1 दिये गये विकल्पों में से सही विकल्प का चयन कर लिखें –

i. चित्त की भूमियां होती हैं –

(अ) चार

(ब) पांच

(स) छः

(द) सात

ii. चित्त की वृत्तियाँ होती हैं –

(अ) पांच

(ब) छः

(स) सात

(द) आठ

iii. योग अन्तराय होते हैं –

(अ) आठ

(ब) नौ

(स) दस

(द) चौदह

iv. क्लेशों की संख्या है –

(अ) तीन (ब) चार

(स) पांच (द) छः

v. यमों में सम्मिलित नहीं है –

(अ) अहिंसा (ब) सत्य

(स) तप (द) अपरिग्रह

vi. नियमों में सम्मिलित नहीं है –

(अ) तप

(ब) स्वाध्याय

(स) ब्रह्मचर्य

(द) संतोष

vii. प्रत्याहार अष्टांग का कौन सा अंग है –

(अ) चौथा (ब) पांचवा

(स) छठवां (द) सातवा

viii. सिद्धियों के स्त्रोत कितने हैं –

(अ) पांच (ब) छः

(स) सात (द) आठ

ix. पातंजल सूत्र का अंतिम लक्ष्य है –

(अ) सम्प्रशात समाधि (ब) असंप्रशात समाधि

(स) निर्बीज समाधि (द) कैवल्य

x. महर्षि पतंजलि के अनुसार दुःख का प्रकार नहीं है–

(अ) परिणाम दुःख (ब) संस्कार दुःख

(स) ताप दुःख (द) प्रज्ञा दुःख

खण्ड–ब

(लघु उत्तरीय प्रश्न) कुल अंक 5x3=15

निम्नलिखित लघु उत्तरीय प्रश्नों के उत्तर लगभग 50 शब्दों में दीजिए –

प्रश्न–2 चित्त वृत्तियों का संक्षिप्त परिचय दीजिये।

अथवा

योग का दार्शनिक स्वरूप क्या है ?

प्रश्न–3 सहभुव क्या है ? समझाइये।

अथवा

योग अन्तरायों का विवरण दीजिये।

प्रश्न–4 आसन का संक्षिप्त परिचय दीजिये।

अथवा

प्राणायाम को संक्षेप में समझाइये।

प्रश्न–5 धारणा को समझाइये।

अथवा

ध्यान को समझाइये।

प्रश्न–6 अष्ट सिद्धियां क्या हैं ? समझाइये।

अथवा

ईश्वर को संक्षेप में समझाइये।

खण्ड–स

(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न) **कुल अंक** 5x9=45

निम्नलिखित दीर्घ उत्तरीय प्रश्नों के उत्तर लगभग 400 शब्दों में दीजिए –

प्रश्न–7 चित्त वृत्तियों के निरोध के उपाय की व्याख्या करें।

अथवा

क्रियायोग की विस्तृत व्याख्या करें।

प्रश्न–8 चित्त प्रसादन के उपाय की व्याख्या करें।

अथवा

अष्टांग योग की व्याख्या करें।

प्रश्न–9 योग के अतरंग भागों की व्याख्या करें।

अथवा

ऋतम्भरा प्रज्ञा एवं विवक ख्याति की व्याख्या करें।

प्रश्न–10 संयम जन्य एवं सदाचार जन्य सिद्धियों की व्याख्या करें।

अथवा

असंप्रशात समाधि की व्याख्या करें।

प्रश्न–11 पुरूष एवं प्रकृति की व्याख्या करें।

अथवा

कैवल्य की विस्तृत व्याख्या करें।

––00––