

पूर्वमध्यमा द्वितीयखण्ड वार्षिक परीक्षा 2022-23

विषय कोड : 1016

योगविज्ञानम्

समय : 3 घण्टे

पूर्णांक : 100

निर्देश:— सर्वे प्रश्नाः समाधेयाः।

1. वस्तुनिष्ठाः प्रश्नाः समाधेयाः —

6

(1) योगदर्शनस्य संबंधः अस्ति —

(अ) दधीचिः

(ब) पतंजलिः

(स) वशिष्ठः

(द) पाणिनीयः

(2) बुद्धेः अपरं नाम किम् ?

(अ) विद्या

(ब) महाविद्या

(स) ऋतुम्भरा

(द) शक्तिः

(3) योगस्य जन्मदाता देशः अस्ति ?

(अ) अमेरिका

(ब) चीनः

(स) भारतः

(द) इंग्लैडः

(4) सूर्यनमस्कारे कति आसनानि भवन्ति ?

(अ) 7

(ब) 12

(स) 13

(द) 10

(5) अन्तर्राष्ट्रीयः योगदिवसः मन्यते ?

(अ) 27 फरवरी

(ब) 13 जनवरी

(स) 5 जुलाई

(द) 21 जून

(6) योगात् निरोधः भवति —

(अ) वृत्ति निरोधः

(ब) चित्तवृत्ति निरोधः

(स) कृत निरोधः

(द) सुचित निरोधः

2. युग्ममेलनं कुरु —

6

(1) पतञ्जलिः

वैशेषिक दर्शनम्

(2) पाणिनिः

रामायणम्

(3) कपिल मुनि

व्याकरणम्

(4) कणादः

महाभारतम्

(5) वेदव्यासः

योगदर्शनम्

(6) वाल्मीकिः

सांख्ययोगः

3. उचित शब्देन रिक्तस्थानं पूरयेत् —

6

(युज्, विज्ञानभिक्षु, भारते, प्राणायाम्, ज्ञानम्, पतञ्जलिः)

(1) योगदर्शन पुस्तकस्य लेखकः अस्ति।

(2) वेदस्य अर्थः अस्ति।

(3) प्राणेषु नियंत्रणम् कथ्यते।

(4) शून्यस्य आविष्कारः अभवत्।

(5) योगभास्ये वार्तिकं लिखितवान्।

(6) योग शब्दः धातोः निर्मितवान्।

4. सत्यं/असत्यं चिनोतु -

7

- (1) योगसाधनायाः प्रधान उपायं वैराग्यं अभ्यासं च वर्तते।
- (2) वेदशब्दस्य अर्थः अज्ञानम्।
- (3) गरुडासनम् पाद-आधारितः।
- (4) सूर्यनमस्कारः नमस्कार-आसनं नास्ति।
- (5) योगस्य पञ्च अंगानि सन्ति।
- (6) योगशास्त्रे षट्विधा शुद्धि-क्रियाः सन्ति।
- (7) मयूरासनं मयूरः इव वर्तते।

5. एकवाक्येन उत्तरं ददातु -

14

- (1) यमस्य अर्थः किम् ?
- (2) अहिंसा किं अस्ति ?
- (3) अस्तेयः किं अस्ति ?
- (4) ब्रह्मचर्यं किं अस्ति ?
- (5) 'नेति' इत्यस्य कति प्रकारः ?
- (6) पद्मासनं किं अस्ति ?
- (7) कपालभाति का अस्ति ?

6. लघूत्तरीयाः प्रश्नाः समाधेयाः —

21

- (1) प्राणायाम् किं अस्ति ?
- (2) संयम् किं अस्ति ?
- (3) योगाभ्यासं किमर्थं ?
- (4) त्रयानां योगगुरुणां नामानि लिखत्।
- (5) त्रयानां आसनानां नामानि लिखत्।
- (6) सम्प्रति विश्वे योगगुरुः कः अस्ति ?
- (7) हरिद्वारे योगस्य कः संस्थानं कार्यरतः ?

7. दीर्घ उत्तरीयाः प्रश्नाः समाधेयाः —

20

- (1) स्वस्तिकासनस्य परिचयः सह लाभद्वयं लिखेत।
- (2) योगमुद्रासनस्य परिचयः सह लाभद्वयं लिखेत्।
- (3) हस्तकन्दुक्रीडातः के के लाभाः प्राप्नुवन्ति।
- (4) त्रिदण्डकन्दुक्रीडा (क्रिकेट) तः के के लाभाः सन्ति ?
- (5) रस्सीकरणं किं अस्ति ? के के लाभाः सन्ति ?

8. विश्लेषणात्मकाः प्रश्नाः समाधेयाः —

20

- (1) 'योगश्चित्तवृत्ति, निरोधः इति योगसूत्रस्य व्याख्या कुर्वन्तु।
- (2) योगः समाधिः स च सार्वभौमः चित्तस्य धर्मः इति योगसूत्रस्य व्याख्या कुर्वन्तु।
- (3) योगस्य महत्त्वं विषये लिख्यताम्।
- (4) जीवने क्रीडायाः महत्त्वं विषये लिख्यताम्।