

A-0237

No. of Pages: 40

GEYS-01

योग परिचय

Examination, 2026 (Feb.)

Time: 2 Hours

Max Mark: 100

Roll No. (In figures):-----

अनुक्रमांक अंकों में

Roll No. (in words) :-----

अनुक्रमांक शब्दों में

Examination Centre: -----

परीक्षा केन्द्र

Invigilator's Signature

DO NOT OPEN THE BOOKLET UNTIL YOU ARE ASKED TO DO SO.

जब तक कहा न जाये, पुस्तिका न खोलें।

FIRST READ ALL THE INSTRUCTIONS / पहले सभी निर्देशों को पढ़ लें।

Important Instructions / महत्वपूर्ण निर्देश

1. This paper consists of 100 multiple choice questions (M.C.Q.). All questions are Compulsory and carry 01 mark each. There is no negative marking.
इस प्रश्न पत्र में 100 बहुविकल्पीय प्रश्न हैं। सभी प्रश्न अनिवार्य हैं व प्रत्येक प्रश्न 01 अंक का है। गलत उत्तर के लिए अंक नहीं काटे जायेंगे।
2. Each question has four alternative responses marked (A), (B), (C) and (D). You have to choose an appropriate answer option and mark it on the OMR sheet.
प्रत्येक प्रश्न के चार उत्तर विकल्प (A), (B), (C) एवं (D) दिए गए हैं। आपको उपयुक्त उत्तर विकल्प का चुनाव कर उत्तर ओ.एम.आर प्रपत्र पर अंकित करना है।
3. For marking answers on OMR sheet, follow the detailed instructions given on the OMR Sheet.
ओ0एम0आर0 प्रपत्र पर अपने सही उत्तर को चिन्हित करने के लिए प्रपत्र पर अंकित निर्देशों का पालन कीजिए।
4. Use only Blue or Black ball point pen for marking on OMR.
ओ0एम0आर0 पर चिन्ह लगाने के लिए केवल नीली या काली बॉल प्वाइन्ट पेन का ही इस्तेमाल कीजिए।

1. How many types of karmas are mentioned in Bhagavad Gita.

- A. 2
- B. 3
- C. 5
- D. 7

भगवद्गीता में कर्म के कितने प्रकार बताए गए हैं।

- A. 2
- B. 3
- C. 5
- D. 7

2. Who is the founder of Yoga according to Mahabharatha.

- A. Maharshi Patanjali
- B. Lord Shiva
- C. Hiranyagarbh
- D. All of the above

महाभारत के अनुसार योग के आदिवक्ता कौन हैं।

- A. महर्षि पतंजलि
- B. भगवान शिव
- C. हिरण्यगर्भ
- D. उपरोक्त सभी

3. In which scripture, four types of devotees are described as Aarta, Jigyasu, Artharathi and Gyani?

- A. Veda
- B. Hatha yoga
- C. Yoga darshan
- D. Bhagavad Gita

किस ग्रंथ में आर्त, जिज्ञासु, अर्थार्थी और ज्ञानी के रूप में भक्त के चार प्रकार का वर्णन मिलता है?

- A. वेद

- B. हठ योग
- C. योग दर्शन
- D. भगवद्गीता

4. Who is the author of Yogasutra.

- A. Maharishi Patanjali
- B. Matshyendranath
- C. Swatmarama
- D. Gorakshanatha

योग सूत्र के रचयिता कौन हैं।

- A. महर्षि पतंजलि
- B. मत्स्येन्द्रनाथ
- C. स्वात्माराम
- D. गोरक्षनाथ

5. Which is the last chapter of yogasutra.

- A. Samadhipada
- B. Vibhutipada
- C. Sadhanpada
- D. Kaivalyapada

योग सूत्र का अन्तिम पाद कौन सा है?

- A. समाधिपाद
- B. विभूतिपाद
- C. साधनपाद
- D. कैवल्यपाद

6. Sadhanpada begins with which yoga practice?

- A. Abhyasa- Vairagya

- B. Kriya Yoga
- C. Ashtangyoga
- D. Sanyama

साधनपाद का प्रारम्भ किस योग साधना से होता है?

- A. अभ्यास-वैराग्य
- B. क्रिया योग
- C. अष्टांगयोग
- D. संयम

7. 'Yogaha karmashu kaushalam' is found in which scripture.

- A. Veda
- B. Upanishad
- C. Yoga darshan
- D. Bhagavad Gita

"योगकर्मसु कौशलमः" का वर्णन किस ग्रंथ में मिलता है।

- A. वेद
- B. उपनिषद
- C. योग दर्शन
- D. भगवद्गीता

8. Who has called Yoga as the cessation of the fluctuations of the chitta.

- A. Maharishi Patanjali
- B. Matshyendranath
- C. Lord Shiva
- D. Gorakshanatha

किसने योग को चित्त वृत्तियों का निरोध कहा है।

- A. महर्षि पतंजलि
- B. मत्स्येन्द्रनाथ

C. भगवान शिव

D. गोरक्षनाथ

9. How many vrittis of chitta have been described by Maharishi Patanjali?

A. 5

B. 7

C. 10

D. 12

महर्षि पतंजलि ने चित्त की कितनी वृत्तियाँ बताई हैं?

A. 5

B. 7

C. 10

D. 12

10. How many stages of chitta are described in Yoga Darshan.

A. 4

B. 5

C. 3

D. 2

योग दर्शन में चित्त की कितनी अवस्थाओं का वर्णन मिलता है।

A. 4

B. 5

C. 3

D. 2

11. According to Sankhyadarshan which is not included in the antahkaran?

A. mind and intellect

B. Chitta

C. Panchmahabhuta

D. Ego

सांख्यदर्शन के अनुसार अन्तःकरण में कौन सा तत्व शामिल नहीं है।

A. मन व बुद्धि

B. चित्त

C. पंचमहाभूत

D. अहंकार

12. How many types of Vrittis are there according to Yoga Sutra?

A. Klishta

B. Aklishta

C. Both A and B

D. None of these

योग सूत्र के अनुसार वृत्तियों के कितने भेद हैं।

A. क्लिष्ट

B. अक्लिष्ट

C. A व B दोनों

D. इनमें से कोई नहीं

13. Which is the chapter called Karmayoga in Bhagavad Gita?

A. 2

B. 3

C. 4

D. 5

भगवद्गीता में कर्मयोग नामक अध्याय कौन सा है।

A. 2

B. 3

C. 4

D. 5

14. How many categories of yoga practitioners has been defined by Maharishi Patanjali ?

- A. 3
- B. 2
- C. 4
- D. 5

महर्षि पतंजलि ने योग साधकों की कितनी श्रेणियों बतायी है।

- A. 3
- B. 2
- C. 4
- D. 5

15. What is the way suggested by Maharishi Patanjali to purify the chitta?

- A. Abhyasa
- B. Vairagya
- C. Ishwar Pranidhan
- D. All above

महर्षि पतंजलि ने चित्त को निर्मल करने का क्या उपाय बताया है।

- A. अभ्यास
- B. वैराग्य
- C. ईश्वर प्राणिधान
- D. उपरोक्त सभी

16. According to Maharishi Patanjali, who is beyond klesha, karma, vipaka and asaya?

- A. Prakriti
- B. Purush
- C. Ishwar
- D. All of these

महर्षि पतंजलि के अनुसार क्लेश, कर्म, विपाक एवं आशय से परे कौन है।

- A. प्रकृति

- B. पुरुष
- C. ईश्वर
- D. सभी

17. Which is the first limb of Ashtanga Yoga.

- A. Yama
- B. Niyama
- C. Asana
- D. Pranayama

अष्टांग योग का प्रथम अंग कौन सा है।

- A. यम
- B. नियम
- C. आसन
- D. प्राणायाम

18. How many types of pranayama are mentioned in Ashtanga Yoga.

- A. 2
- B. 3
- C. 4
- D. 6

अष्टांग योग में प्राणायाम के कितने प्रकार बताए गए हैं।

- A. 2
- B. 3
- C. 4
- D. 6

19. To hold the breathe is called,

- A. Puraka
- B. Rechaka

- C. Kumbhaka
- D. None of the above

श्वास को रोकना कहलाता है।

- A. पूरक
- B. रेचक
- C. कुंभक
- D. इनमे से कोई नहीं

20. Who is the author of Hatha pradipika.

- A. Swatmarama
- B. Matshyendranath
- C. Srinivasa Yogi
- D. Gorakshanatha

हठ प्रदीपिका के रचयिता कौन हैं?

- A. स्वात्माराम
- B. मत्स्येन्द्रनाथ
- C. श्रीनिवास योगी
- D. गोरक्षनाथ

21. Which of the following meditation technique are described in Gheranda Samhita.

- A. Sthool Dhyana
- B. Shukshma Dhyana
- C. Jyoti Dhyana
- D. All above

निम्नलिखित में से कौन सा ध्यान घेरण्ड संहिता में वर्णित ध्यान है।

- A. स्थूल ध्यान
- B. सूक्ष्म ध्यान
- C. ज्योति ध्यान

D. उपरोक्त सभी

22. Which part of Ashtanga Yoga Sadhana involves the observance of Santosha

A. Yama

B. Niyama

C. Pranayama

D. Dhyana

अष्टांग योग साधना में किस अंग के अंतर्गत संतोष का पालन शामिल है।

A. यम

B. नियम

C. प्राणायाम

D. ध्यान

23. How many Parts are in Kriya yoga.

A. 5

B. 4

C. 3

D. 1

क्रिया योग के अंतर्गत कितने अंग हैं।

A. 5

B. 4

C. 3

D. 1

24. How many types of niyamas are there in Ashtanga Yoga.

A. 1

B. 3

C. 4

D. 5

अष्टांग योग में नियम के कितने प्रकार हैं।

- A. 1
- B. 3
- C. 4
- D. 5

25. What is the sense of not stealing in any way.

- A. Satya
- B. Asteya
- C. Brahmacharya
- D. Aparigraha

किसी भी प्रकार से चोरी न करने का भाव क्या कहलाता है।

- A. सत्य
- B. अस्तेय
- C. ब्रह्मचर्य
- D. अपरिग्रह

26. The practice to stable the chitta in one region is,

- A. Pratyahara
- B. Dhyana
- C. Dharana
- D. Samadhi

चित्त को किसी एक देश में स्थिर करने का अभ्यास है।

- A. प्रत्याहार
- B. ध्यान
- C. धारणा
- D. समाधि

27. Which part of Ashtanga Yoga is related to withdrawal of the senses.

- A. Yama
- B. Niyama
- C. Asana
- D. Pratyahar

अष्टांग योग का निम्न में से कौन सा अंग इन्द्रिय निग्रह से संबंधित है।

- A. यम
- B. नियम
- C. आसन
- D. प्रत्याहार

28. Which of the following is a practice that is also included in the Kriya Yoga Sadhana and Niyama of Ashtanga Yoga?

- A. Tapa
- B. Swadhyaya
- C. Ishwar Pranidhana
- D. All above

निम्न में से ऐसा कौन सा अभ्यास है जो क्रियायोग तथा अष्टांग योग के नियम में भी सम्मिलित है।

- A. तप
- B. स्वाध्याय
- C. ईश्वर प्राणिधान
- D. उपरोक्त सभी

29. What is the total number of sutras in Samadhipada of Yoga Darshan?

- A. 34
- B. 55
- C. 51
- D. 52

योग दर्शन के समाधिपाद में सूत्रों की कुल संख्या कितनी है।

- A. 34
- B. 55
- C. 51
- D. 52

30. In which pada of Yogasutra vibhutis are described.

- A. Sadhanpada
- B. Samadhipada
- C. Vibhutipada
- D. Kaivalyapada

विभूतियों का वर्णन योगसूत्र के किस पाद में मिलता है।

- A. साधनपाद
- B. समाधिपाद
- C. विभूतिपाद
- D. कैवल्यपाद

31. What is the power to make your body like a mountain.

- A. Dhyana
- B. Mahima
- C. Anima
- D. Laghima

अपने शरीर को पहाड़ के समान बना लेने की शक्ति है।

- A. ध्यान
- B. महिमा
- C. अणिमा
- D. लधिमा

32. Under which of the following option panchkarmendriya and panchgyanendriya are included.

- A. Mana
- B. Indriya
- C. Budhhi
- D. None of these

पंच ज्ञानेन्द्रियां व पंच कर्मेन्द्रियां निम्न में से किस विकल्प के अंतर्गत सम्मिलित है।

- A. मन
- B. इन्द्रिय
- C. बुद्धि
- D. इनमें से कोई नहीं

33. Which sadhana is surrender to God?

- A. Dharana
- B. Dhyana
- C. Swadhyaya
- D. Ishwar Pranidhana

ईश्वर की शरणागति कौन सी साधना है।

- A. धारणा
- B. ध्यान
- C. स्वाध्याय
- D. ईश्वर प्राणिधान

34. Which is not included in chitta vikshepa.

- A. Dukha
- B. Avidya
- C. Shivering in the body parts
- D. Shvasa-Prashvasa

चित्त के विकषेपों में शामिल नहीं है।

- A. दुख
- B. अविद्या
- C. शरीर के अंगों में कंपन
- D. श्वास-प्रश्वास

35. What does the mean of Moksha in Yoga Darshana.

- A. Samadhi
- B. Sanyama
- C. Sidhhi
- D. Kaivalya

योग दर्शन में मोक्ष का अर्थ है।

- A. समाधि
- B. संयम
- C. सिद्धि
- D. कैवल्य

36. The sorrow arising from external physical causes is called.

- A. Adhyatmik Dukha
- B. Aadhibhautik Dukha
- C. Aadhidaivik Dukha
- D. None of the above

बाह्य भौतिक कारणों से उत्पन्न होने वाला दुख कहलाता है।

- A. आध्यात्मिक दुख
- B. आधिभौतिक दुख
- C. आधिदैविक दुख
- D. इनमें से कोई नहीं

37. What condition of sadhaka is when "the drista becomes stable in his own form".

- A. Kaivalya
- B. Pratyahar
- C. Sidhhi
- D. Dhyana

दृष्टा का अपने स्वरूप में स्थित हो जाना साधक की किस स्थिति को दर्शाता है?

- A. कैवल्य
- B. प्रत्याहार
- C. सिद्धि
- D. ध्यान

38. The control of pranavayu is called.

- A. Shvasha-Prashvasha
- B. Svadhyaya
- C. Pratyahara
- D. Praranayama

प्राणवायु का संयम कहलाता है।

- A. श्वास-प्रश्वास
- B. स्वाधाय
- C. प्रत्याहार
- D. प्राणायाम

39. The true nature of the chitta is.

- A. Chetan
- B. Jada and Chetana
- C. Jada
- D. None of the above

चित्त का वास्तविक स्वरूप होता है।

- A. चेतन
- B. जड़ व चेतन
- C. जड़
- D. इनमें से कोई नहीं

40. According to Maharshi Patanjali, which sorrow is possible to destroy.

- A. Past
- B. Present
- C. Future
- D. All

महर्षि पतंजलि के अनुसार किस दुःख का नाश किया जाना संभव है।

- A. भूतकाल
- B. वर्तमानकाल
- C. भविष्य काल
- D. सभी

41. Under which Smriti is kept.

- A. Panchklesha
- B. Panchvrittiya
- C. Panchmahabhuta
- D. All

स्मृति को कितके अंतर्गत रखा गया है।

- A. पंचक्लेश
- B. पंचवृत्तियों
- C. पंचमहाभूत
- D. सभी

42. What is the main characteristic of the Hathyoga practice by Guru Gorakshanath.

- A. Samadhi
- B. Kundalini Jagaran
- C. Shunya Sthiti
- D. Pran Niyantaran

गुरू गोरक्षनाथ द्वारा हठयोग साधना का मुख्य लक्षण क्या बताया है।

- A. समाधि
- B. कुण्डलिनी जागरण
- C. शून्य स्थिति
- D. प्राण नियंत्रण

43. According to Yogadarshana how many types of Karmas are described?

- A. 6
- B. 2
- C. 4
- D. 8

योगदर्शन में कितने प्रकार के कर्म बताये गये हैं।

- A. 6
- B. 2
- C. 4
- D. 8

44. Which of the following devotees calls out to God when surrounded by troubles?

- A. Artharthi Bhakt
- B. Aarta Bhakt
- C. Gyani Bhakt
- D. Jigyasu Bhakt

निम्न में से कौन सा भक्त कष्टों से घिर कर ईश्वर को पुकारता है।

- A. अर्थार्थी भक्त

- B. आर्त भक्त
- C. ज्ञानी भक्त
- D. जिज्ञासु भक्त

45. Who said that skill in action is yoga?

- A. Maharshi Patanjali
- B. Sri Krishna
- C. Maharshi Gheranda
- D. Lord Shiva

कर्मों में कुशलता ही योग है, यह किसने कहा है?

- A. महर्षि पतंजलि
- B. श्री कृष्ण
- C. महर्षि घेरण्ड
- D. भगवान शिव

46. Which is the fourth limb of Ashanga yoga.

- A. Asana
- B. Pranayama
- C. Dhyana
- D. Dharana

अष्टांग योग के अंतर्गत चौथा अंग कौन सा है।

- A. आसन
- B. प्राणायाम
- C. ध्यान
- D. धारणा

47. The first chapter of Bhagavad Geeta is.

- A. Sankhyayoga

- B. Karmayoga
- C. Arjun-Vishad Yoga
- D. Karma Sanyasa Yoga

भगवद्गीता का प्रथम अध्याय है।

- A. सांख्ययोग
- B. कर्मयोग
- C. अर्जुन विषाद योग
- D. कर्म सन्यास योग

48. What are the total numbers of chapters in Bhagavad Geeta.

- A. Five
- B. Ten
- C. Twelve
- D. Eighteen

भगवद्गीता में अध्यायों की कुल संख्या कितनी है।

- A. पाँच
- B. दस
- C. बारह
- D. अठारह

49. What is the main sadhana method of the natha tradition.

- A. Hathyoga
- B. Gyanayoga
- C. Bhaktiyoga
- D. Karmayoga

नाथ सम्प्रदाय की प्रमुख साधना पद्धति है।

- A. हठयोग
- B. ज्ञानयोग

C. भक्तियोग

D. कर्मयोग

50. The total chapters in Hathpradeepika are?

A. 4

B. 6

C. 7

D. 8

हठप्रदीपिका में कुल अध्याय है?

A. 4

B. 6

C. 7

D. 8

51. The Sadhak tattva mentioned in hathpradeepika includes.

A. Utsaha

B. Atyahara

C. Niyamagraha

D. Hard Work

हठप्रदीपिका में वर्णित साधक तत्त्व में शामिल है।

A. उत्साह

B. अत्याहार

C. नियमाग्रह

D. अधिक श्रम

52. How many stages of Nadanusandhana have been described by Swatmarama in Hatha Pradipika?

A. 10

B. 8

C. 6

D. 4

स्वात्माराम ने हठ प्रदीपिका में नादानुसन्धान की कितनी अवस्थाओं का वर्णन किया है?

A. 10

B. 8

C. 6

D. 4

53. How many asanas are described by Swatmarama in Hath pradipika?

A. 10

B. 15

C. 20

D. 32

हठप्रदीपिका में स्वात्माराम ने कितने आसनों का वर्णन किया है?

A. 10

B. 15

C. 20

D. 32

54. What is the main topic of the first chapter of Gherand Samhita.

A. Purification

B. Firmness

C. Concentration

D. Stability

घेरण्ड संहिता के प्रथम अध्याय का प्रमुख विषय है।

A. शोधन

B. दृढता

C. एकाग्रता

D. स्थिरता

55. The total number of yogasana in Gherand Samhita are.

- A. 15
- B. 30
- C. 32
- D. 80

घेरण्ड संहिता में कुल आसनों की संख्या है।

- A. 15
- B. 30
- C. 32
- D. 80

56. What does Maharishi Gheranda call the human body.

- A. Water
- B. Soil
- C. Pot
- D. Fire

महर्षि घेरण्ड मानव शरीर को किसकी संज्ञा देते हैं।

- A. जल
- B. मिट्टी
- C. घड़े
- D. अग्नि

57. How many types of meditation are described in Gherand Samhita?

- A. 2
- B. 3
- C. 5
- D. 32

घेरण्ड संहिता में ध्यान के कितने प्रकार बताए गये हैं?

- A. 2

- B. 3
- C. 5
- D. 32

58. Which is the first part of Saptanga Yoga?

- A. Shatkarma
- B. Asana
- C. Pranayama
- D. Mudra and Bandha

सप्तांग योग में प्रथम अंग कौन सा है?

- A. षटकर्म
- B. आसन
- C. प्राणायाम
- D. मुद्रा व बंध

59. What are the numbers of Mudra and Bandha described in Gherand Samhita.

- A. 10
- B. 20
- C. 25
- D. 30

घेरण्ड संहिता में वर्णित मुद्राओं व बंधों की संख्या है।

- A. 10
- B. 20
- C. 25
- D. 30

60. By which practice does the ability to endure dvanda come.

- A. Shatkarma
- B. Asana

C. Pranayama

D. Pratyahara

द्वंदो को सहने की क्षमता किस अभ्यास से आती है।

A. षट्कर्म

B. आसन

C. प्राणायाम

D. प्रत्याहार

61. Bhakti, which has a sense of friendship towards God, is called?

A. Archan Bhakti

B. Sakhya Bhakti

C. Dasya Bhakti

D. Vandan Bhakti

भगवान के प्रति मित्रता का भाव रखने वाली भक्ति क्या कहलाती है ?

A. अर्चन भक्ति

B. साख्य भक्ति

C. दास्य भक्ति

D. वन्दन भक्ति

62. What is the absolute state of Dhyana.

A. Dharana

B. Ritambhara Pragya

C. Samadhi

D. None of these

ध्यान की परिपक्व अवस्था है।

A. धारणा

B. ऋतम्भरा प्रज्ञा

C. समाधि

D. इनमें से कोई नहीं

63. The vritti that gives grief is called.

A. Aklishta Vritti

B. Klishtha Vritti

C. Both A & B

D. None of these

दुख देने वाली वृत्ति कहलाती है।

A. अक्लिष्ट वृत्तियां

B. क्लिष्ट वृत्तियां

C. उपरोक्त A व B

D. इनमें से कोई नहीं

64. Which organization was founded by Swami Vivekananda?

A. Arya Samaj

B. Ramkrishna Mission

C. Brahma Samaj

D. Satya Shodhak Samaj

स्वामी विवेकानन्द ने किस संस्था की स्थापना की थी ?

A. आर्य समाज

B. रामकृष्ण मिशन

C. ब्रह्म समाज

D. सत्य शोधक समाज

65. Who was given the Knowledge of yoga by Maharishi Gherand in Gherand Samhita.

A. Raja Chand kapali

B. Gorakhnath

C. Manu

D. None of these

घेरण्ड संहिता में महर्षि घेरण्ड द्वारा किसको योग का ज्ञान दिया गया था।

A. राजा चण्ड कपालि

B. गोरखनाथ

C. मनु

D. इनमें से कोई नहीं

66. What was the childhood name of Dayananda Saraswati.

A. Narendra

B. Umashankar

C. Siddhartha

D. Moolshankar

दयानंद सरस्वती के बचपन का नाम क्या था ?

A. नरेंद्र

B. उमाशंकर

C. सिद्धार्थ

D. मूलशंकर

67. Originally Dayananda Saraswati was the seeker of which Philosophy.

A. Sankhya Darshan

B. Nyaya Darshan

C. Vedant Darshan

D. Yoga Drahana

मौलिक रूप से दयानंद सरस्वती किस दर्शन के साधक थे।

A. सांख्य दर्शन

B. न्याय दर्शन

C. वेदान्त दर्शन

D. योग दर्शन

68. Who is the author of Yogasutra.

- A. Aadi Shankaracharya
- B. Maharishi Patanjali
- C. Gorakshanath
- D. Swatmaram

योगसूत्र के रचयिता कौन है ?

- A. आदि शंकराचार्य
- B. महर्षि पतंजलि
- C. गोरक्षनाथ
- D. स्वात्माराम

69. Who was the guru of Gorakshnath.

- A. Chauranginath
- B. Aadinath
- C. Jalandharnath
- D. Matsyendranath

गोरक्षनाथ के गुरु कौन थे।

- A. चौरंगीनाथ
- B. आदिनाथ
- C. जालन्धरनाथ
- D. मत्स्येन्द्रनाथ

70. Who is the first in the order of natha tradition.

- A. Matsyendranath
- B. Aadinath
- C. Jalandharnath
- D. Gorakshanath

नाथ परंपरा के क्रम में सबसे पहले कौन है।

- A. मत्स्येन्द्रनाथ
- B. आदिनाथ
- C. जालन्धरनाथ
- D. गोरक्षनाथ

71. Swami Dayananda was born in which state.

- A. Gujrat
- B. Tamilnadu
- C. Uttar Pradesh
- D. Madhya Pradesh

स्वामी दयानंद का जन्म किस प्रदेश में हुआ था।

- A. गुजरात
- B. तमिलनाडु
- C. उत्तर प्रदेश
- D. मध्य प्रदेश

72. What was the childhood name of Swami Vivekananda.

- A. Narendra
- B. Aaditya
- C. Naitik
- D. Dayashankar

स्वामी विवेकानन्द के बचपन का नाम क्या था।

- A. नरेन्द्र
- B. आदित्य
- C. नैतिक
- D. दयाशंकर

73. The name of Swami Vivekananda's guru was.

- A. Swami Dayanand
- B. Shri Arvinda
- C. Swami Niranjanananda
- D. Shri Ramakrishna Paramhansa

स्वामी विवेकानन्द के गुरु का नाम था।

- A. स्वामी दयानन्द सरस्वती
- B. श्री अरविन्द
- C. स्वामी निरंजनानन्द
- D. श्री रामकृष्ण परमहंस

74. Which yoga technique was practiced for five hours by Sri Arvinda.

- A. Asana
- B. Pranayama
- C. Shatkarma
- D. Dharana

श्री अरविन्द द्वारा किस योग पद्धति का अभ्यास पाँच घण्टे तक किया जाता था।

- A. आसन
- B. प्राणायाम
- C. षट्कर्म
- D. धारणा

75. Which institute was established by Swami Kuvalyanand.

- A. Ramkrishna Mission
- B. Kaivalyadham
- C. Divine Life Society
- D. None of these

स्वामी कुवल्यानंद जी द्वारा किस संस्थान की स्थापना की गयी थी।

- A. रामकृष्ण मिशन
- B. कैवल्यधाम
- C. दिव्य जीवन संघ
- D. इनमें से कोई नहीं

76. What is the reason for the connection of prakriti- purush.

- A. Asmita
- B. Raga
- C. Dvesh
- D. Avidya

प्रकृति पुरुष के संयोग का कारण क्या है।

- A. अस्मिता
- B. राग
- C. द्वेष
- D. अविद्या

77. How many types of vrittis have been described by Maharishi Patanjali?.

- A. Four
- B. Three
- C. Five
- D. Eight

महर्षि पतंजलि द्वारा वृत्तियों के कितने प्रकार बताये है।

- A. चार
- B. तीन
- C. पाँच
- D. आठ

78. What is the number of badhak tatvas according to Hathpradeepika.

- A. 10
- B. 6
- C. 3
- D. 2

हठप्रदीपिका के अनुसार बाधक तत्वों की संख्या कितनी है।

- A. 10
- B. 6
- C. 3
- D. 2

79. Ways to purify the chitta include.

- A. Ek tattva abhyasa
- B. Chitta prasadana
- C. Pranayama
- D. All above

चित्त शुद्धि के उपाय में शामिल है।

- A. एक तत्व का अभ्यास
- B. चित्त प्रसादन
- C. प्राणायाम
- D. उपरोक्त सभी

80. In which year did Swami Vivekananda attend the Dharma Mahasabha Conference?

- A. 1888
- B. 1893
- C. 1894
- D. 1889

स्वामी विवेकानन्द धर्म महासभा सम्मेलन में किस वर्ष शामिल हुए थे ?

- A. 1888

- B. 1893
- C. 1894
- D. 1889

81. What is the meaning of hakar word in Hathyoga?

- A. Ida Nadi
- B. Pingala Nadi
- C. Sushumna Nadi
- D. All above

हठयोग में हकार शब्द का क्या अर्थ है ?

- A. इडा नाड़ी
- B. पिंगला नाड़ी
- C. सुषुम्ना नाड़ी
- D. उपरोक्त सभी

82. Which of the following is the scripture of Hathyoga?

- A. Geeta
- B. Gherand Samhita
- C. Patanjali Yogasutra
- D. All above

निम्न में से हठयोग का ग्रंथ कौन सा है?

- A. गीता
- B. घेरण्ड संहिता
- C. पातंजल योगसूत्र
- D. उपरोक्त सभी

83. How many types of Shatkarma are mentioned in Gherand Samhita?

- A. 32

B. 16

C. 8

D. 6

घेरण्ड संहिता में षट्कर्म के कितने प्रकार बताए हैं?

A. 32

B. 16

C. 8

D. 6

84. What is the first part of Hathyoga according to Hathpradeepika?

A. Shatkarma

B. Asana

C. Pranayama

D. Mudra & Bandha

हठप्रदीपिका के अनुसार हठयोग का पहला अंग कौन सा है?

A. षट्कर्म

B. आसन

C. प्राणायाम

D. मुद्रा व बंध

85. Ida nadi is related to.

A. Left nostril

B. Right nostril

C. Both A and B

D. None of the above

इड़ा नाड़ी का संबंध किससे है।

A. बाई नासिका

B. दाई नासिका

C. A व B दोनों

D. उपर्युक्त में से कोई नहीं

86. Lauliki kriya is called.

- A. Neti
- B. Nauli
- C. Trataka
- D. Kapalbhata

लौलिकी क्रिया को कहा जाता है।

- A. नेति
- B. नौलि
- C. त्राटक
- D. कपालभति

87. What is the main objective of Hathyoga?

- A. Layayoga
- B. Gyanyoga
- C. Rajyoga
- D. Mantrayoga

हठयोग का मुख्य उद्देश्य किसकी प्राप्ति है ?

- A. लययोग
- B. ज्ञानयोग
- C. राजयोग
- D. मंत्रयोग

88. Which of the following is an example of devotion of Sri Ram and Hanuman.

- A. Dasya Bhakti
- B. Sakhya Bhakti
- C. Smaran Bhakti

D. Sravan Bhakti

निम्नलिखित में से कौन सी भक्ति श्री राम हनुमान का उदाहरण है।

A. दास्य भक्ति

B. साख्य भक्ति

C. स्मरण भक्ति

D. श्रवण भक्ति

89. When was Swami Vivekananda born.

A. 12 January 1963

B. 12 January 1863

C. 12 February 1860

D. 13 February 1863

स्वामी विवेकानन्द जी का जन्म कब हुआ।

A. 12 जनवरी 1963

B. 12 जनवरी 1863

C. 12 फरवरी 1860

D. 13 फरवरी 1863

90. Where Swami Vivekananda joined religion assembly?

A. America

B. Italy

C. England

D. Newyork

स्वामी विवेकानन्द धर्मसभा में कहाँ शामिल हुए ?

A. अमेरिका

B. इटली

C. इंग्लैण्ड

D. न्यूयार्क

91. What is the number of Sadhak tatvas mentioned in Hathapradipika?

- A. 6
- B. 10
- C. 15
- D. 20

हठप्रदीपिका में साधक तत्वों की संख्या कितनी बताई है।

- A. 6
- B. 10
- C. 15
- D. 20

92. According to Yogadarshan, Which of the following upaya is for chittaprasadan.

- A. Courage
- B. Patience
- C. Compassion
- D. Tatvagyana

योगदर्शन के अनुसार, निम्नलिखित में से कौन सा उपाय चित्तप्रसादन का है।

- A. साहस
- B. धैर्य
- C. करुणा
- D. तत्वज्ञान

93. The union of Surya and Chandra is called.

- A. Bhaktiyoga
- B. Tantrayoga
- C. Rajyoga
- D. Hathyoga

सूर्य व चंद्र के संयोग को कहते हैं।

- A. भक्तियोग
- B. तंत्रयोग
- C. राजयोग
- D. हठयोग

94. Which of the following is the text of hathyoga.

- A. Hathpradeepika
- B. Gheranda samhita
- C. Both A and B
- D. None of the above

निम्नलिखित में से कौन सा ग्रंथ हठयोग का ग्रंथ है।

- A. हठप्रदीपिका
- B. घेरण्ड संहिता
- C. A व B दोनों
- D. उपर्युक्त में से कोई नहीं

95. Where is the first yogic hospital established By Swami Kuvalyananda?

- A. Haridwar
- B. Delhi
- C. Lonavala
- D. Munger

स्वामी कुवलयाणंद द्वारा प्रथम यौगिक अस्पताल की स्थापना कहाँ पर की गई?

- A. हरिद्वार
- B. दिल्ली
- C. लोनावाला
- D. मुंगेर

96. Which is the best devotee in the type of devotees mentioned in Srimadbhagvad Geeta?

- A. Arthathi Devotee
- B. Jigyasu devotee
- C. Arta devotee
- D. Gyani Bhakt

श्रीमद्भगवत् गीता में वर्णित भक्तों के प्रकार में सबसे श्रेष्ठ भक्त कौन सा है?

- A. अर्थार्थी भक्त
- B. जिज्ञासु भक्त
- C. आर्त भक्त
- D. ज्ञानी भक्त

97. Which practice has been described by Maharishi Patanjali for high level practitioners?

- A. Abhyas-vairagya
- B. Kriya yoga
- C. Ashtanga Yoga
- D. Samadhi

महर्षि पतंजलि द्वारा उच्चकोटी के साधकों के लिए कौन सी साधना बताई गई है?

- A. अभ्यास-वैराग्य
- B. क्रिया योग
- C. अष्टांग योग
- D. समाधि

98. How many total sutras are there under kaivalyapada of Yogasutra?

- A. 55
- B. 35
- C. 34
- D. 51

योगसूत्र में कैवल्यपाद के अंतर्गत कुल कितने सूत्र हैं?

- A. 55
- B. 35
- C. 34
- D. 51

99. By which Guru did Yogi Gorakshanath acquire the knowledge of Hathyoga?

- A. Shiva
- B. Parvati
- C. Hiranyagarbha
- D. Matsyendranatha

योगी गोरक्षनाथ ने हठयोग की विद्या किन गुरु से प्राप्त की?

- A. शिव
- B. पार्वती
- C. हिरण्यगर्भ
- D. मत्स्येन्द्रनाथ

100. What is the fifth limb in the sequence of Ashtanga Yoga?

- A. Asana
- B. Pranayama
- C. Pratyahara
- D. Dhyana

अष्टांग योग के क्रम में पाँचवा अंग कौन सा है?

- A. आसन
- B. प्राणायाम
- C. प्रत्याहार
- D. ध्यान
