

**MY-07/201****Patanjal Yoga Sutra**

(पातंजल योग सूत्र)

M. Sc./M. A. Yoga (MSY-11/MAY-11/12/13/16)

Second Year, Examination, 2017

**Time : 3 Hours****Max. Marks : 80**

**Note :** This paper is of **eighty (80)** marks containing **three (03)** Sections A, B and C. Learners are required to attempt the questions contained in these Sections according to the detailed instructions given therein.

नोट : यह प्रश्न पत्र अस्सी (80) अंकों का है जो तीन (03) खण्डों 'क', 'ख' तथा 'ग' में विभाजित है। शिक्षार्थियों को इन खण्डों में दिए गए विस्तृत निर्देशों के अनुसार ही प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

**Section-A / खण्ड-क****(Long Answer Type Questions) / (दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)**

**Note :** Section 'A' contains four (04) long answer type questions of nineteen (19) marks each. Learners are required to answer *two* (02) questions only.

नोट : खण्ड 'क' में चार (04) दीर्घ उत्तरीय प्रश्न दिये गये हैं।  
प्रत्येक प्रश्न के लिए उन्नीस (19) अंक निर्धारित हैं।  
शिक्षार्थियों को इनमें से केवल दो (02) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

1. Discuss about Chittavrittis. Describe the methods for Chittavritti Nirodha.

चित्तवृत्तियों को समझाइये। चित्तवृत्ति निरोध के उपायों का वर्णन कीजिए।

2. Describe in detail about Astanga Yoga.

अष्टांग योग का विस्तारपूर्वक वर्णन कीजिए।

3. What is Sanyama ? Describe in detail the gyanatmka and kriyatmka vibhuties achieved by Sanyama.

संयम क्या है ? इससे प्राप्त ज्ञानात्मक और क्रियात्मक विभूतियों को विस्तार से समझाइये।

4. What is Samadhi ? Elaborate the types of Samadhi.

समाधि क्या है ? समाधि के प्रकारों की विस्तार से व्याख्या कीजिए।

### Section-B / खण्ड-ख

**(Short Answer Type Questions) / (लघु उत्तरीय प्रश्न)**

**Note :** Section 'B' contains eight (08) short answer type questions of eight (08) marks each. Learners are required to answer *four* (04) questions only.

नोट : खण्ड 'ख' में आठ (08) लघु उत्तरीय प्रश्न दिये गये हैं।  
प्रत्येक प्रश्न के लिए आठ (08) अंक निर्धारित हैं।  
शिक्षार्थियों को इनमें से केवल चार (04) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

1. What is the meaning of Vairagya ? Discuss its types.  
वैराग्य का तात्पर्य क्या है ? इसके प्रकारों को समझाइये।
2. What do you mean by Avirati and Bhrantidarshan ?  
अविरति एवं भ्रान्तिदर्शन से आप क्या समझते हैं ?
3. What do you understand by Ishawar Pranidhan ? Write its technique.  
ईश्वर प्रणिधान से आप क्या समझते हैं ? इसकी तकनीक को लिखिये।
4. Define Dharna and Dhyan.  
धारणा व ध्यान को परिभाषित कीजिए।
5. What do you understand by truth and no stealing ?  
What are the benefits to practice of these ?  
सत्य व अस्तेय से आप क्या समझते हैं ? इनसे प्राप्त होने वाले फल क्या हैं ?
6. Discuss about Bhavpratyaya and Upaypratyaya.  
भवप्रत्यय और उपायप्रत्यय को समझाइये।
7. Discuss *four* spirits (bhawnayein) for Chitta Prasadana.  
चित्त प्रसादन की चार भावनाओं को समझाइये।
8. Define Pranayama. Discuss its benefit of practice.  
प्राणायाम को परिभाषित कीजिए। इसके अभ्यास के परिणाम को बताइये।

**Section-C / खण्ड-ग****(Objective Type Questions) / (वस्तुनिष्ठ प्रश्न)**

**Note :** Section 'C' contains ten (10) objective type questions of one (01) mark each. All the questions of this Section are compulsory.

नोट : खण्ड 'ग' में दस (10) वस्तुनिष्ठ प्रश्न दिये गये हैं। प्रत्येक प्रश्न के लिए एक (01) अंक निर्धारित है। इस खण्ड के सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।

Choose the correct alternative :

सही विकल्प चुनिए :

1. Mahavrata is related with :

- (a) Yama-Niyama
- (b) Niyama
- (c) Yama
- (d) Siddhiyein

महाव्रत सम्बन्धित है :

- (अ) यम-नियम से
- (ब) नियम से
- (स) यम से
- (द) सिद्धियों से

2. One gets with the Practice of Ashtanga Yoga :

- (a) Vivek Khyati
- (b) Peace of mind
- (c) Stability of body
- (d) Siddhiyein

अष्टांग योग के अभ्यास से प्राप्त होती है :

- (अ) विवेक ख्याति
- (ब) मन को शांति
- (स) शरीर को स्थिरता
- (द) सिद्धियाँ

3. One gets the result with the practice of Truth :

- (a) Tyag
- (b) Vak Siddhi
- (c) Moah Tyag
- (d) Fearlessness

सत्य के प्रतिष्ठित होने पर प्राप्त होता है :

- (अ) त्याग
- (ब) वाक् सिद्धि
- (स) मोह त्याग
- (द) भयत्याग

4. Vikshep sahbhuv are :

- (a) 4
- (b) 5
- (c) 9
- (d) 7

विक्षेप सहभुव हैं :

- (अ) 4
- (ब) 5
- (स) 9
- (द) 7

5. Friendship should be with :

- (a) Sinner
- (b) Miserable people
- (c) Happy people
- (d) Saintly

मैत्री होना चाहिए :

- (अ) अपुण्यवान से
- (ब) दुःखी से
- (स) सुखी से
- (द) पुण्यवान से

6. Senses are under control :

- (a) Due to practice of Yama
- (b) Due to practice of Niyama
- (c) Due to practice of Prityahara
- (d) Due to practice of Asana

इन्द्रियाँ वश में होती हैं :

- (अ) यम के अभ्यास से
- (ब) नियम के अभ्यास से
- (स) प्रत्याहार के अभ्यास से
- (द) आसन के अभ्यास से

7. In which Samadhi state of Virampratyaya emerges ?

- (a) Vitarkanugat Samadhi
- (b) Vicharaanugat Samadhi
- (c) Ashmitaanugat Samadhi
- (d) Asampragyat Samadhi

किस समाधि में 'विरामप्रत्यय' की स्थिति आती है ?

- (अ) वितर्कानुगत समाधि में
- (ब) विचारानुगत समाधि में
- (स) अस्मितानुगत समाधि में
- (द) असम्प्रज्ञात समाधि में

8. Ritambhara Pragya is the result of the :

- (a) Vitarkanugat Samadhi
- (b) Ashmitaanguat Samadhi
- (c) Nirvicharaanugat Samadhi
- (d) Due to practice of meditation

ऋतम्भरा प्रज्ञा किस समाधि का परिणाम है :

- (अ) वितर्कानुगत समाधि का
- (ब) अस्मितानुगत समाधि का
- (स) निर्विचारानुगत समाधि का
- (द) ध्यान के अभ्यास का

9. From the practice of self-study one gains :

- (a) Energy in body
- (b) Concentration of mind
- (c) Lightness of body
- (d) Own deity

स्वाध्याय के अभ्यास से प्राप्त होता है :

- (अ) शरीर में बल प्राप्ति

- (ब) मन की एकाग्रता
- (स) शरीर का हल्कापन
- (द) इष्टदेवता का दर्शन

10. By perfection of Asana one gets :

- (a) Free from conflict
- (b) Concentration
- (c) Stability
- (d) None of the above

आसन सिद्धि से प्राप्त होता है :

- (अ) द्वन्द्वों से मुक्ति
- (ब) एकाग्रता
- (स) स्थिरता
- (द) उपर्युक्त में से कोई नहीं