

TILAK MAHARASHTRAVIDYAPEETH, PUNE

M.A. YOGA

EXAMINATION : APRIL/MAY - 2025

FOURTH SEMESTER

Sub. : Patanjali Yoga Sutra (402)

Date: 30/04/2025

Total marks: 60

Time: 2.00 pm to 4.30 pm

Instructions:

- 1) All questions are compulsory.
- 2) Figures to the right indicate full marks.

Q. 1. Multiple choice questions.

(10)

1. Outcome of Pratyahar practice is _____
 - a) Physical and Mental stability
 - b) Maitri and Mudita
 - c) Control over senses
 - d) None of these
2. Animosity is destroyed with _____
 - a) Satya
 - b) Brahmacharya
 - c) Karuna
 - d) Ahimsa
3. Cessation of the modifications of mind is possible due to _____
 - a) Mantra japa
 - b) Vibhuti
 - c) Abhyasa & Vairagya
 - d) Samapatti
4. _____ is one of the five states of mind.
 - a) Samatva
 - b) Ekagra
 - c) Nishchala
 - d) Pramad
5. 'Rutambhara Pradnya' is the state of _____
 - a) Abundant joy
 - b) Peacefulness
 - c) Prakruti Jay
 - d) Going beyond body & mind
6. Deshabandhaschittasya _____
 - a) titiksham
 - b) dharana
 - c) nirodham
 - d) dhyanam
7. Through the sustained and dedicated practice of Brahmacharya _____ is achieved over time.
 - a) balanced state of mind
 - b) kama jay
 - c) viryalabh
 - d) balance on prana
8. Tasminsati _____ gatirvicchedah pranayamah
 - a) Dirgha sukshma
 - b) Shvasprashvasayoho
 - c) kumbhakasya
 - d) Bahyabhyantarh
9. Types of 'Praman' are _____
 - a) 3
 - b) 4
 - c) 5
 - d) 2

६. देशबन्ध चित्तस्य ।
अ) तितिक्षाम् ब) धारणा
क) निरोधम् ड) ध्यानम्
७. ब्रह्मचर्याच्या नित्य व दीर्घ अभ्यासाद्वारे याची प्राप्ती होते.
अ) चित्ताची स्थिरता ब) काम जय
क) विर्यलाभ ड) प्राणाची स्थिरता
८. तस्मिन्सति गतिविच्छेदः प्राणायामः ।
अ) दीर्घसुक्ष्म ब) श्वासप्रश्वासयोः
क) कुंभकस्य ड) बाह्याभ्यंतरः
९. प्रमाणाचे प्रकार आहेत.
अ) ३ ब) ४
क) ५ ड) २
१०. बहिरंग योग यामध्ये चा समावेश आहे.
अ) यम, नियम ब) प्राणायाम, प्रत्याहार
क) आसन, प्राणायाम ड) यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार

प्र.२. टिपा लिहा (कोणतेही चार)

(२०)

- १) ईश्वरप्रणिधान
- २) प्रणव जप
- ३) क्लेश
- ४) यम - नियम
- ५) विभूतिपादामधिल सिध्दी
- ६) चित्तप्रसादन

प्र.३. सविस्तर उत्तरे लिहा. (कोणतेही दोन)

(३०)

- १) सविस्तर लिहा - 'चित्तवृत्ती'
- २) 'समाधी' अवस्थेचे वर्णन पुढील मुद्द्यांच्या आधारे करा.
अ) सवितर्क ब) सबीजं क) निर्वितर्क ड) धर्ममेघ
- ३) वर्णन करा - अष्टांग योग