

**JAIN VISHVA BHARATI INSTITUTE, LADNUN**  
(DEEMED UNIVERSITY)  
**RESEARCH ELIGIBILITY TEST (RET) - 2018**

**PAPER – II (CONCERN SUBJECT)**  
**YOGA AND SCIENCE OF LIVING**

**DATE OF EXAMINATION : AUGUST 02, 2018**

**ROLL NO. :**

**SIG. OF INVIGILATOR**

**TIME : 01.30 HOURS**

**MARKS : 50 X 3 = 150**

**NOTE :**

1. All questions are compulsory and of objective type. / सभी प्रश्न अनिवार्य एवं वस्तुनिष्ठ हैं।
2. All questions carry equal marks. / सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।
3. Only one answer is to be given for each question. / प्रत्येक प्रश्न का एक ही उत्तर देना है।
4. If more than one answer is marked, it would be treated as wrong answer. / एक से अधिक उत्तर देने की दशा में प्रश्न के उत्तर को गलत माना जायेगा।

1. 'तं विद्याद् दुःखसंयोगवियोग योग संज्ञितम्' का वर्णन है—  
Tam vidyad dukhsanyogaviyog yog sangiytam is described in -  
(अ) भगवद्गीता / Bhagvadgeeta 6/33  
(ब) भगवद्गीता / Bhagvadgeeta 6/23  
(स) हठप्रदीपिका / Hathpradipika 4/23  
(द) हठप्रदीपिका / Hathpradipika 3/23

( )

2. किस पातंजल योग सूत्र में कर्म के प्रकारों का वर्णन किया गया है?  
Types of the Karmas described in which patanjala yog sutra?  
(अ) पातंजल योग सूत्र 4/3 / Patanjala yog sutra 4/3  
(ब) पातंजल योग सूत्र 4/7 / Patanjala yog sutra 4/7  
(स) पातंजल योग सूत्र 4/12 / Patanjala yog sutra 4/12  
(द) पातंजल योग सूत्र 4/16 / Patanjala yog sutra 4/16

( )

3. विवेक वैराग्य प्रमुख साधन हैं —/Vivek-Vairagya are the Main means of -  
(अ) भक्तियोग के / Bhaktiyog  
(ब) ज्ञानयोग के / Gyanyog  
(स) राजयोग के / Rajyog  
(द) हठयोग के / Hathyog

( )

4. प्रेम का स्वरूप, "गूंगे के स्वाद के समान है" का वर्णन है –  
Form of the love, "taste without expression" is described in -  
(अ) शाडिण्य भक्तिसूत्र में / Sandilya Bhakti Sutra  
(ब) नारद भक्तिसूत्र में / Narad Bhakti Sutra  
(स) भक्तिसागर में / Bhakti Sagar  
(द) रामचरित्मानस में / Ramcharitmanas ( )
5. नादानुसंधान प्रक्रिया में विष्णु ग्रन्थि के भेदन से कौन सी ध्वनि सुनाई देती है?  
Which voice listen in the process of Nadaanusandhan after the penetration of  
Vishnu Knot?  
(अ) डमरू / Damru (ब) ढोल / Dhol  
(स) भेरी / Bheri (द) ढोलक / Dholak ( )
6. योगनिद्रा का अभ्यास है – / Practice of Yognidra is -  
(अ) ध्यान / Meditation (ब) प्रत्याहार / Pratyahar  
(स) प्राणायाम / Pranayam (द) विश्राम / Relaxation ( )
7. बुद्ध की ध्यान पद्धति है – / Meditation technique of Bhudha is -  
(अ) ज्ञेन / Zen (ब) प्रेक्षाध्यान / Preksha Meditation  
(स) सविता / Savita (द) पूर्णिमा / Purnima ( )
8. स्वामी कुवल्यानन्द के गुरु थे – / Guru of Swami Kuvalyananda was -  
(अ) मानिक राव / Manik Rao (ब) माधवदास / Madhavdas  
(स) शिवानन्द / Shivananda (द) सत्यानन्द / Saytananda ( )
9. भावातीत ध्यान पद्धति प्रतिपादित है –  
Bhawatit meditation is described by -  
(अ) महर्षि महेश योगी द्वारा / Mahrishi Mahesh Yogi  
(ब) महर्षि दयानन्द द्वारा / Mahrishi Dayananda  
(स) स्वामी शिवानन्द द्वारा / Swami Shivananda  
(द) स्वामी सत्यानन्द द्वारा / Swami Satyananda ( )
10. कृष्णाचार्य गुरु थे – / Krishnacharya was the Guru of -  
(अ) पट्टाभि जोइस के / Pattabhi Jois  
(ब) बी. के. एस. अयंगर के / B.K.S. lynger  
(स) अ और ब दोनों के / Both A & B  
(द) उपरोक्त में से कोई नहीं / None of above ( )

11. भावक्रिया एवं प्रतिक्रिया विरति अंग हैं –/ Bahwkriya and Prtikriya Virati are the part of -  
 (अ) लेश्याध्यान का / Leshya Meditation  
 (ब) प्रेक्षाध्यान का / Preksha Meditation  
 (स) विपश्यना ध्यान का / Vipasyana Miditation  
 (द) ज्ञेन ध्यान का / Zen Meditation ( )
12. प्रेक्षाध्यान के सहायक अंग हैं – / Associate part of Preksha Meditation are -  
 (अ) प्राणायाम, मुद्रा, ध्वनि / Paranyama, Mudra, Sound  
 (ब) आसन, प्राणायाम, मुद्रा, ध्वनि / Asana, Paranyama, Mudra, Sound  
 (स) आसन, षट्कर्म, मुद्रा, ध्वनि / Asana, Satkarma, Mudra, Sound  
 (द) आसन, प्राणायाम, ध्वनि / Asana, Paranyama, Sound ( )
13. लेश्या ध्यान सम्बन्धित है –/ Leshya Miditation is correlated to-  
 (अ) जीवन से / Life  
 (ब) श्वास-प्रश्वास से / Respiration  
 (स) अन्तर्यात्रा से / Intro-inspection  
 (द) विशिष्ट रंग वाले पुद्गल द्रव्य से / Pudgal Matter of special color ( )
14. अनिद्रा में उपयोगी है –/ Useful for insomnia is -  
 (अ) श्वास प्रेक्षा / Swas Preksha  
 (ब) ज्योति केन्द्र प्रेक्षा / Jyoti Kendra Preksha  
 (स) अ और ब दोनों / Both A and B  
 (द) उपरोक्त में से कोई नहीं / None of above ( )
15. स्नायु दुर्बलता रोग उपचार हेतु कायोत्सर्ग में कौन से रंग प्रवाह की अवधारणा करनी चाहिए?  
 For the treatment of nervous weakness in Kayotsarga which color should be meditate?  
 (अ) नीला / Blue (ब) पीला / Yellow  
 (स) लाल / Red (द) हरा / Green ( )
16. विशुद्धि चक्र केन्द्र पर नीले रंग का ध्यान किस समस्या के लिये लाभकारी है?  
 For which problem meditation of blue color on Vishudhi Chakra is beneficial?  
 (अ) मोटापे के लिए / Obesity  
 (ब) नशामुक्ति के लिये / For the relief of Drug Addiction  
 (स) गूंगेपन के लिये / Dumb  
 (द) थायरॉयड के लिये / Thyroid ( )

17. परिधीय संवेग के सिद्धान्त के जनक हैं –  
The Peripheral theory of emotion is derived by -  
(अ) जेम्स लॉगे / James Longe (ब) एडलर / Adler  
(स) फ्रायड / Freud (द) मैस्लो / Maslow ( )
18. आर.एन.ए. उपस्थित होता है – / R.N.A. is present in -  
(अ) रक्त में / Blood (ब) कोशिका में / Cell  
(स) केन्द्रक में / Nucleus (द) हृदय में / Heart ( )
19. इन्द्रियाँ वश में होती हैं – / Senses are under controlled by -  
(अ) यम के अभ्यास से / Practice of Yama  
(ब) नियम के अभ्यास से / Practice of Niyama  
(स) प्रत्याहार के अभ्यास से / Practice of Prtyahara  
(द) आसन के अभ्यास से / Practice of Asana ( )
20. किस समाधि में 'विरामप्रत्यय' की स्थिति आती है?  
In which Samadhi state of Virampratya emerges?  
(अ) वितर्कानुगत समाधि / Vitarkanugat Samadhi  
(ब) विचारानुगत समाधि / Vicharaanugat Samadhi  
(स) अस्मितानुगत समाधि / Ashmitaanugat Samadhi  
(द) असंप्रज्ञात समाधि / Asamprajat Samadhi ( )
21. अस्थिमज्जा उपस्थित होती है – / Bone marrow are present in -  
(अ) चपटी अस्थि में / Flat Bone (ब) लम्बी अस्थि में / Long Bone  
(स) उपरोक्त दोनों में / Both above (द) किसी में भी नहीं / None ( )
22. उपप्राण होते हैं – / Upprana are -  
(अ) चार / Four (ब) पाँच / Five  
(स) छः / Six (द) दस / Ten ( )
23. अनेकान्त सिद्धान्त सम्बन्धित हैं – / Anekant theory is related with -  
(अ) जैन दर्शन / Jain Philosophy  
(ब) बौद्ध दर्शन / Bauddha Philosophy  
(स) सांख्य दर्शन / Sankhya Philosophy  
(द) योग दर्शन / Yog Philosophy ( )
24. अणुव्रत लाभकारी हैं – / Anuvrata are beneficial for -  
(अ) शारीरिक स्वास्थ्य में / Physical Health  
(ब) मानसिक स्वास्थ्य में / Mental Health  
(स) आध्यात्मिक स्वास्थ्य में / Spiritual Health  
(द) उपरोक्त सभी में / All above ( )

25. प्रत्यक्ष का प्रत्यक्ष सिद्धान्त प्रतिपादित है – / Direct Theory of perception is given by -  
 (अ) गिबसन द्वारा / Gibson (ब) मैस्लौ द्वारा / Maslow  
 (स) फ्रायड द्वारा / Freud (द) एडलर द्वारा / Adler ( )
26. स्टैनफोर्ड-बिने की बुद्धि मापनी में कुल कितने अनुच्छेद हैं?  
 How many sections are in the test of Stanford Bine intelligence scale?  
 (अ) बारह / Twelve (ब) पन्द्रह / Fifteen  
 (स) आठ / Eight (द) सात / Seven ( )
27. कारकीय सिद्धान्त सम्बन्धित है— / Factorial theory is related with -  
 (अ) आवेग के सिद्धान्त से / Theory of Impulsion  
 (ब) स्मृति के सिद्धान्त से / Theory of Memory  
 (स) संवेग के सिद्धान्त से / Theory of Emotion  
 (द) बुद्धि के सिद्धान्त से / Theory of Intelligence ( )
28. किसने कहा कि "तरल बुद्धि और ठोस बुद्धि; बुद्धि के दो महत्वपूर्ण तत्त्व होते हैं"?  
 Who said that "Fluid intelligence and crystallized intelligence are the two important elements of intelligence"?  
 (अ) गिलफोर्ड ने / Gilford (ब) बिने / Bine  
 (स) कैटेल / Catele (द) थर्स्टन / Thurston ( )
29. ग्लूकोज इन्सुलिन की सहायता से ग्लायकोजिन में परिवर्तित होता है, परन्तु किसकी सहायता से ग्लायकोजिन, ग्लूकोज में परिवर्तित होता है?  
 Glucose change in glycozin with the help of insulin but glycozin change in glucose with help of?  
 (अ) प्रोटीन / Protein (ब) वसा / Fat  
 (स) यकृत / Liver (द) ग्लूकेगोन / Glucagon ( )
30. गुर्दों की आधारभूत क्रियाशील इकाई है –  
 The basic functional unit of kidney is -  
 (अ) मूत्राशय / Bladdor (ब) नेफ्रान / Nephron  
 (स) उपरोक्त दोनों / Both (द) उपरोक्त में से कोई नहीं / None ( )
31. हिमोग्लोबिन बना होता है –  
 Hemoglobin is made up of -  
 (अ) प्रोटीन-आयरन / Protein -Iron  
 (ब) आयरन-वसा / Iron-Fat  
 (स) वसा-प्रोटीन / Fat-Protein  
 (द) लाल रक्त कण-प्रोटीन / Red blood cell-Protein ( )

32. मस्तिष्क आता है – / Brain is the part of -  
 (अ) सी.एन.एस./C.N.S. (ब) पी.एन.एस./P.N.S.  
 (स) रीढ़ की हड्डी/Vertibral Column (द) ए.एन.एस./A.N.S. ( )
33. एन्टीरियर पिच्यूटरी कहलाती है –  
 Anterior pituitary is called -  
 (अ) एडीनोहाइपोफिसिस/Adenohypophysis  
 (ब) मुख्य ग्रन्थि/Master gland  
 (स) पिच्यूटरी/Pituitary  
 (द) बड़ी ग्रन्थि/Large gland ( )
34. अस्थमा का कारण होता है – / Cause of the Asthma is -  
 (अ) ठण्डे स्थानों पर रहना/Live in cold places  
 (ब) कफकारी पदार्थों का अधिक सेवन / Much eating of cough producing eatables  
 (स) आनुवांशिक/ Hereditary  
 (द) ठण्डे पेय पदार्थ/Cold drinks ( )
35. पानी में फ्लोरायड की मात्रा सामान्य से कम होने पर होता है –  
 Less quantity of fluoride in the water from the normal level causes -  
 (अ) आतों में संक्रमण/Infection in intestine  
 (ब) दिमागी कमजोरी / Weakness of brain  
 (स) दन्तक्षरण/Dental deficiency  
 (द) मोटापा/Obesity ( )
36. लैंगरहैन्स की द्वीपिकाओं में बीटा कोशिकाओं का प्रतिशत होता है –  
 Percentage of beta cells in islets of the Langerhans -  
 (अ) दस प्रतिशत/10% (ब) तीस प्रतिशत/30%  
 (स) सत्तर प्रतिशत/70% (द) अस्सी प्रतिशत /80% ( )
37. हृदय रोग में लाभकारी कौन सा प्रेक्षाध्यान है?  
 Which Preksha Meditation is beneficial for heart disease?  
 (अ) सकारात्मक चिंतन/Positive thinking  
 (ब) आत्म चिंतन/Self thinking  
 (स) जीवन चिंतन/Life thinking  
 (द) उपरोक्त में से कोई नहीं /None of above
38. प्रेक्षाध्यान लाभकारी है – / Preksha meditation is good for -  
 (अ) शारीरिक स्वास्थ्य/Physical health (ब) मानसिक स्वास्थ्य/Mental health  
 (स) उपरोक्त दोनों/Both (द) उपरोक्त में से कोई नहीं /None of above ( )

39. गठिया से प्रभावित होता है – / Arthritis affects -  
 (अ) फाइब्रस जोड़ / Fibrous joint  
 (ब) साइनोवियल फ्लूइड / Synovial fluid  
 (स) उपरोक्त दोनों / Both  
 (द) उपरोक्त में से कोई नहीं / None of above  
 ( )
40. कमर दर्द के लिये लाभकारी आसन है –  
 Most suitable asana for relieve the backache -  
 (अ) पादहस्तासन / Padhastasana (ब) हलासन / Halasana  
 (स) भुजंगासन / Bhujangasana (द) उपरोक्त सभी / All  
 ( )
41. योगासन से बढ़ता है – / Yogasana increase -  
 (अ) रक्त संचार / Blood circulation (ब) मजबूत मांसपेशियां / Muscle strength  
 (स) जीवनी शक्ति / Vitality (द) उपरोक्त सभी / All  
 ( )
42. डायबिटीज मैलायटिस एक चयापचय रोग है जिसमें होता है –  
 Diabetes mellitus is a metabolic disease in which -  
 (अ) प्रोटीन का दोषपूर्ण उपयोग / Defected utilization of protein  
 (ब) लिपिड का दोषपूर्ण उपयोग / Defected utilization of lipids  
 (स) शर्करा का दोषपूर्ण उपयोग / Defected utilization of sugar  
 (द) उपरोक्त में से कोई नहीं / None of above  
 ( )
43. अर्धमत्स्येन्द्रासन किस रोग के प्रबन्धन के लिये सर्वश्रेष्ठ अभ्यास है –  
 Ardha Matsendrasana is best suitable posture for the management of -  
 (अ) अस्थमा / Asthma (ब) मोटापा / Obesity  
 (स) मधुमेह / Diabetes (द) उपरोक्त में से कोई नहीं / None of above  
 ( )
44. मोटापे के कारण होता है – / Obesity develops -  
 (अ) गठिया / Arthritis (ब) तनाव / Hypertension  
 (स) मधुमेह / Diabetes (द) सभी / All  
 ( )
45. हैपाटाइटिस के सामान्य लक्षण हैं –  
 Common symptoms of hepatitis are -  
 (अ) भूख न लगना / Loss of appetite (ब) कमजोरी / Weakness  
 (स) उल्टी आना / Nausea (द) सभी / All  
 ( )

46. जालंधर बन्ध से दबाव पड़ता है –  
Jalandhara bandha applies pressure to -  
(अ) हाइपोथैलेमस / Hypothalamus  
(ब) थायरॉयड ग्रन्थि / Thyroid gland  
(स) एड्रीनल ग्रन्थि / Adrenal glands  
(द) अग्नाशय / Pancreases ( )
47. हठप्रदीपिका में वर्णित कुंभकों की संख्या है –  
No. of Khumbhkas described in Hathpradipika -  
(अ) छः / Six (ब) नौ / Nine  
(स) आठ / Eight (द) चार / Four ( )
48. आत्मा पाँच स्कन्धों का संघात है – / Soul is the collision of five elements -  
(अ) बौद्ध दर्शन / Bauddha Philosophy  
(ब) जैन दर्शन / Jain Philosophy  
(स) योग दर्शन / Yog Philosophy  
(द) सांख्य दर्शन / Sankhya Philosophy ( )
49. स्थानयोग को कहते हैं – / Shathan Yog is known as -  
(अ) आसन / Asana (ब) प्राणायाम / Pranayama  
(स) मुद्रा / Mudra (द) ध्यान / Meditation ( )
50. वैशेषिक दर्शन के अनुसार द्रव्यों की संख्या है –  
No. of Dravyas according to Vasheshik Philosophy -  
(अ) नौ / Nine (ब) आठ / Eight  
(स) छः / Six (द) पाँच / Five ( )

•••