

1. लाइट ऑन योगा - पुस्तक के लेखक कौन हैं?
(अ) बी.के.एस अयंगर (ब) टी. कृष्णामाचार्य
(स) स्वामी विवेकानंद (द) अरविंद घोष
2. राज-मार्तण्ड के रचयिता कौन हैं?
(अ) वशिष्ठ (ब) राजा भोज
(स) राजा जनक (द) वेदव्यास
3. योग-मार्तण्ड के रचयिता कौन हैं?
(अ) चौरगीनाथ (ब) गौरक्षनाथ
(स) शंकराचार्य (द) माध्वाचार्य
4. योग-वार्तिक के रचयिता कौन हैं?
(अ) विज्ञानभिक्षु (ब) वेदव्यास
(स) वशिष्ठ ऋषि (द) जैमिनी ऋषि
5. हठतत्व कौमुदी के रचयिता श्री सुंदरदेव जी कहाँ के निवासी थे?
(अ) काशी (ब) हरिद्वार
(स) पटना (द) बंगाल
6. स्वामी कुव्लयानंद के पहले गुरु कौन थे?
(अ) रामकृष्ण (ब) कृष्णामाचार्य
(स) शिवानंद (द) माणिकराव
7. स्वामी कुवलयानंद ने किन दो योगिक क्रियाओं पर अधिक प्रयोग किये?
(अ) कुंजल नेती (ब) उड्डियानबंध, नेति
(स) मूलबंध, धौती (द) धौती, त्राटक
8. 'द सिक्रेट ऑफ वेदा' के लेखक कौन हैं?
(अ) श्री अरविंद (ब) स्वामी विवेकानंद
(स) स्वामी दयानंद (द) स्वामी शिवानंद

9. स्वामी योगानन्द जी का जन्म कहाँ हुआ?
 (अ) बंगाल (ब) गया
 (स) गोरखपुर (द) वाराणसी
10. स्वामी कुव्लयानंद जी को मानव शरीर पर योगिक प्रभावों का वैज्ञानिक अध्ययन करने के लिए किसने प्रेरित किया?
 (अ) माधवदास (ब) शिवानंद
 (स) अरविन्द (द) विर्जानंद
11. श्रीमद्भगवद्गीता के अनुसार निम्न में से कौन भगवान विष्णु के पंचम अवतार हैं?
 (अ) महर्षि कपिल (ब) महर्षि जैमिनी
 (स) महर्षि पतंजलि (द) महर्षि नारद
12. ऋग्वेद के सातवें मंडल में किस ऋषि का अधिक उल्लेख किया गया है?
 (अ) जैमिनी (ब) वशिष्ठ
 (स) कपिल (द) अंगिरा
13. निम्न में से किसे 'नागनाथ' के नाम से भी जाना जाता है?
 (अ) गौरक्षनाथ (ब) मत्स्येन्द्रनाथ
 (स) महर्षि पतंजलि (द) श्रीकृष्ण
14. 'एट्रेसिस ऑन भक्ति योगा' के लेखक कौन है?
 (अ) ऐनी बेंसट (ब) श्री अरविंद
 (स) स्वामी विवेकानंद (द) स्वामी शिवानंद
15. 'माण्डूक्यकारिका' ग्रन्थ की रचना किसने की?
 (अ) गौडपादाचार्य (ब) मत्स्येन्द्रनाथ
 (स) वेदव्यास (द) बृहस्पति
16. धन्वंतरि निम्न में से किसके शिष्य थे?
 (अ) सुश्रुत (ब) भारद्वाज
 (स) चरक (द) अंगिरा
17. कपिल मुनि ने वेदों के किस भाग को अधिक महत्वपूर्ण माना है?
 (अ) उपासनाकांड (ब) कर्मकांड
 (स) ज्ञानकांड (द) मर्मकांड

18. स्वामी विवेकानंद जी का जन्म कब और कहाँ हुआ ?
 (अ) 12 जनवरी, 1863 - कोलकत्ता
 (ब) 16 जनवरी, 1763 - कोलकत्ता
 (स) 12 जनवरी, 1863 - बनारस
 (द) 16 जनवरी, 1763 - काशी
19. परिणामवाद का प्रवर्तक कौन-सा दर्शन रहा है ?
 (अ) सांख्य दर्शन (ब) वेदांत दर्शन
 (स) न्याय दर्शन (द) वैशेषिक दर्शन
20. 'वैराग्य संदीपन' के रचयिता कौन हैं ?
 (अ) कबीरदास (ब) रामानुजाचार्य
 (स) गौरक्षनाथ (द) तुलसीदास
21. इक्ष्वाकु कुल के राजगुरु कौन-से ऋषि थे ?
 (अ) व्यास (ब) वशिष्ठ
 (स) वाल्मिकी (द) विश्वामित्र
22. स्वामी कुवलयानंद जी ने पहले यौगिक अस्पताल की स्थापना कहाँ की ?
 (अ) लोनावाला (ब) पोरबन्दर
 (स) मुंबई (द) राजकोट
23. 'भास्कर संहिता' के रचयिता कौन हैं ?
 (अ) महर्षि च्यवन (ब) महर्षि वशिष्ठ
 (स) महर्षि सुश्रुत (द) महर्षि व्यास
24. सिद्ध सिद्धांत पद्धति ग्रन्थ में कितनी नाड़ियों को महत्त्वपूर्ण माना गया है ?
 (अ) 7 (ब) 10
 (स) 12 (द) 16
25. निम्न में से किस महर्षि को कृष्णद्वैपायन के नाम से भी जाना जाता है ?
 (अ) वाल्मिकी (ब) वेदव्यास
 (स) नारद (द) वशिष्ठ
26. गुरु पूर्णिमा का पर्व किस महर्षि के जन्मदिन के अवसर पर मनाया जाता है ?
 (अ) वेदव्यास (ब) वाल्मिकी
 (स) गौरक्षनाथ (द) विश्वामित्र

27. निम्न में से किस ग्रन्थ को महारामायण भी कहा जाता है?
 (अ) योग वशिष्ठ (ब) शिव संहिता
 (स) हठरत्नावली (द) योगमार्तण्ड
28. वेदांत सूत्रों पर रचित 'श्रीभाष्य' के रचयिता कौन हैं?
 (अ) रामानुजाचार्य (ब) शंकराचार्य
 (स) नारदमुनि (द) वेदव्यास
29. सिद्ध सिद्धांत पद्धति ग्रन्थ कितने अध्यायों में विभक्त है?
 (अ) 4 (ब) 6
 (स) 8 (द) 10
30. निम्न में से कौन महर्षि व्यास के शिष्य थे?
 (अ) जैमिन (ब) वैशम्पायन
 (स) पैल (द) उपरोक्त सभी
31. पाँच तत्वों और पच्चीस गुणों का उल्लेख सिद्ध सिद्धांत पद्धति ग्रन्थ के किस अध्याय में किया गया है?
 (अ) प्रथम (ब) द्वितीय
 (स) तृतीय (द) चतुर्थ
32. सिद्ध सिद्धांत पद्धति ग्रन्थ में चक्रों,आधार एवंलक्ष्यों का उल्लेख मिलता है ।
 (अ) 6-12-3 (ब) 7-12-3
 (स) 8-16-7 (द) 9-16-3
33. श्रीनिवासभट्ट द्वारा रचित हठरत्नावली का रचनाकाल निम्न में से कौन-सा माना गया है?
 (अ) 1425 ई.- 1525 ई. (ब) 1525 ई. - 1600 ई.
 (स) 1625 ई.-1690 ई. (द) 1725 ई. - 1790 ई.
34. सिद्ध सिद्धांत पद्धति का चतुर्थ उपदेश है -
 (अ) पिण्ड विचार (ब) पिण्डाधार
 (स) पिण्डज्ञान (द) समरसता

35. निम्न में से किस लक्ष्य का वर्णन सिद्ध सिद्धांत पद्धति में नहीं किया गया है?
 (अ) मध्यमलक्ष्य (ब) परमलक्ष्य
 (स) अन्तर्लक्ष्य (द) बहिर्लक्ष्य
36. सिद्ध सिद्धांत पद्धति के लेखक कौन हैं?
 (अ) रामानुजाचार्य (ब) शंकराचार्य
 (स) गौरक्षनाथ (द) चौंरगीनाथ
37. 'रिबर्थ एण्ड कर्मा' पुस्तक के लेखक कौन हैं?
 (अ) श्री अरविन्द घोष (ब) ऐनी बेंसट
 (स) स्वामी विवेकानन्द (द) डा. डेविड फ्राले
38. सौंदर्यलहरी के रचयिता कौन हैं?
 (अ) रामानुजाचार्य (ब) आदिशंकराचार्य
 (स) माध्वाचार्य (द) गौरक्षनाथ
39. महर्षि घेरण्ड, का जीवन काल निम्न में से कौन-सा माना जाता है?
 (अ) 1450-1550 ई. (ब) 1550 ई.- 1650 ई.
 (स) 1650 -1750 ई. (द) 1150- 1250 ई.
40. स्वामी स्वात्माराम का जीवनकाल निम्न में से कौन-सी शताब्दी करे माना जाता है?
 (अ) 12वीं शताब्दी (ब) 13वीं शताब्दी
 (स) 14वीं शताब्दी (द) 15वीं शताब्दी
41. हठरत्नावली के लेखक कौन हैं?
 (अ) शंकराचार्य (ब) स्वामी दयानंद
 (स) स्वामी शिवानंद (द) श्रीनिवास भट्ट
42. योग सुधाकर के लेखक कौन हैं?
 (अ) वाचस्पति मिश्र (ब) सदाशिव सरस्वती
 (स) रामानंद यति (द) अनंत पंडित
43. 'तंत्र-सार' पुस्तक के रचयिता कौन हैं?
 (अ) गौरक्षनाथ (ब) अभिनव
 (स) चौंरगीनाथ (द) आचार्य शंकर
44. अद्वैतवाद के प्रणेता कौन हैं?
 (अ) माध्वाचार्य (ब) शंकराचार्य
 (स) रामानुजाचार्य (द) निम्बाकाचार्य

45. 'द फादर ऑफ योगा' के रूप में कौन जाते हैं?
 (अ) मत्स्येन्द्रनाथ (ब) शिव
 (स) महर्षि पतंजलि (द) महर्षि घेरण्ड
46. 'द फादर ऑफ मॉडर्न योगा' के रूप में कौन जाते हैं?
 (अ) टी. कृष्णामाचार्य (ब) के. पट्टाभी जोईस
 (स) स्वामी कुव्लयांनद (द) श्री रवि शंकर
47. निम्न में से कौन-सी रचना आदि शंकराचार्य द्वारा रचित है?
 (अ) विवेकचूड़ामणि (ब) पंजरिकास्त्रोत
 (स) आनंदलहरी (द) उपरोक्त सभी
48. निम्न में से कौन-सी रचनाएँ गौरक्षनाथ द्वारा रचित हैं?
 (अ) योग चिंतामणि, योग मार्तण्ड, योगबीज, हठयोग
 (ब) हठसंहिता, सिद्ध सिद्धांत पद्धति, अमरौंध, ज्ञानमृत योग
 (स) नाडीज्ञान, विवेक मार्तण्ड, श्रीनाथ सूत्र, ज्ञान प्रकाश
 (द) उपरोक्त सभी
49. निम्न में से कौन-सा योग हठरत्नावली में वर्णित 'महायोग' का अंग नहीं है?
 (अ) मंत्रयोग (ब) लययोग
 (स) नादयोग (द) राजयोग
50. हठयोग प्रदीपिका के रचयिता कौन हैं?
 (अ) महर्षि घेरण्ड (ब) स्वामी स्वात्माराम
 (स) महर्षि पतंजलि (द) इनमें से कोई नहीं
51. पातंजलि रहस्य के रचयिता कौन हैं?
 (अ) स्वामी शिवानंद (ब) स्वामी विवेकानंद
 (स) राघवानन्द सरस्वती (द) आचार्य शंकर
52. निम्न में से कौन-सी पुस्तक श्री अरविंद घोष द्वारा लिखित है?
 (अ) द सीक्रेट ऑफ वेदा (ब) लाईफ डिवाईन
 (स) द सिन्थेसिस ऑफ योगा (द) उपरोक्त सभी
53. श्री अरविंद घोष ने मुख्य रूप से किस योग का प्रचार किया?
 (अ) सम्पूर्ण योग (ब) अष्टांग योग
 (स) राज योग (द) भक्ति योग

54. स्वामी दयानंद के गुरु कौन थे?
 (अ) विर्जानंद (ब) श्यामाचरण
 (स) शिवानंद (द) रामकृष्ण परमहंस
55. श्री अरविंद घोष का जन्म कब और कहाँ हुआ?
 (अ) 15 अगस्त, 1872 - कलकत्ता
 (ब) 15 अगस्त, 1872 - पांडिच्चेरी
 (स) 15 अगस्त, 1882 - मुंबई
 (द) 15 अगस्त, 1882 - अलाहाबाद
56. योगीराज एवं काशीबाबा के नाम से कौन जाने जाते हैं?
 (अ) स्वामी शिवानंद (ब) श्री श्यामाचरणलहिरी
 (स) गौरक्षनाथ (द) चौरगीनाथ
57. योग का सबसे प्राचीन व्यवस्थित ग्रन्थ कौन-सा है?
 (अ) पतंजलि योगसूत्र (ब) श्रीमद्भगवद्गीता
 (स) शिव संहिता (द) हठयोग प्रदीपिका
58. मणिप्रभा के लेखक कौन हैं?
 (अ) गौरक्षनाथ (ब) वेदव्यास
 (स) रामानंद यति (द) शंकराचार्य
59. निम्न में से कौन मत्स्येन्द्रनाथ के शिष्य थे?
 (अ) चौरगीनाथ (ब) गौरक्षनाथ
 (स) बालकनाथ (द) गौलकनाथ
60. गौरक्षनाथ ने किस काल में योग का प्रचार किया?
 (अ) 10वीं-11 वीं शताब्दी (ब) 12वीं- 13वीं शताब्दी
 (स) 14वीं- 15वीं शताब्दी (द) 16वीं- 17वीं शताब्दी
61. निम्न में से कौन-सी रचना स्वामी विवेकानन्द की है?
 (अ) कर्मयोग (ब) राजयोग
 (स) वेदांत दर्शन (द) उपरोक्त सभी
62. गुरु गोविंद सिंह जी ने कौन-से ऋषि को ब्रह्मा का अवतार बतलाया?
 (अ) महर्षि व्यास (ब) महर्षि कणाद
 (स) महर्षि पतंजलि (द) कपिल मुनि

63. शंकराचार्यजी का जन्म कहाँ हुआ?
 (अ) बिहार (ब) उत्तर प्रदेश
 (स) केरल (द) गुजरात
64. श्री श्यामाचरणलहिरी ने किस योग पर अधिक बल दिया?
 (अ) राज योग (ब) क्रिया योग
 (स) भक्ति योग (द) ज्ञान योग
65. 'सप्त चतुष्टाया' से सम्बन्धित निम्न में से कौन है?
 (अ) स्वामी चरणदास (ब) अरविंद घोष
 (स) स्वामी शिवानंद (द) इनमें से कोई नहीं
66. घेरण्ड संहिता में कुल कितने श्लोक हैं?
 (अ) 351 (ब) 451
 (स) 371 (द) 471
67. शंकराचार्य जी का जीवनकाल किस शताब्दी को माना जाता है?
 (अ) 7वीं (ब) 8 वीं
 (स) 9वीं (द) 10वीं
68. मध्यकाल में निम्न में से कौन-सी हठयोग साधना की परम्परा रही है?
 (अ) नाथ धारा (ब) तन्त्र धारा
 (स) भक्ति धारा (द) उपरोक्त सभी
69. विशिष्ट-द्वैतवाद के प्रणेता कौन हैं?
 (अ) रामानुजाचार्य (ब) शंकराचार्य
 (स) माध्वाचार्य (द) निम्बाकाचार्य
70. निम्न में से कौन-सा दर्शन अवैदिक है?
 (अ) चार्वाक दर्शन (ब) बौद्ध दर्शन
 (स) जैन दर्शन (द) उपरोक्त सभी
71. आदि शंकराचार्य के गुरु कौन थे?
 (अ) स्वामी गोविंद (ब) रामानुजाचार्य
 (स) गौरक्षनाथ (द) कणाद ऋषि
72. स्वामी विवेकानन्द के गुरु कौन थे?
 (अ) रामकृष्ण परमहंस (ब) श्री अरविन्द
 (स) स्वामी शिवानंद (द) स्वामी ब्रह्मानंद

73. 'अन्तर्राष्ट्रीय योग मित्र मण्डल' की स्थापना किसने की ?
 (अ) स्वामी कुवलयानंद (ब) महर्षि महेश योगी
 (स) स्वामी शिवानन्द सरस्वती (द) स्वामी सत्यानन्द
74. शिव संहिता के रचयिता कौन हैं ?
 (अ) गौरक्षनाथ (ब) मत्स्येन्द्रनाथ
 (स) शिवानंद (द) उपरोक्त में से कोई नहीं
75. 'द फादर ऑफ इंडियन मेडिशन' के रूप में कौन जाने जाते हैं ?
 (अ) आचार्य चरक (ब) महर्षि सुश्रुत
 (स) महर्षि पतंजलि (द) वाग्भट्ट
76. आचार्य चरक कहाँ के निवासी थे ?
 (अ) पटना (ब) कश्मीर
 (स) ऋषिकेश (द) वाराणसी
77. स्वामी शिवानंद का जन्म कब और कहाँ हुआ ?
 (अ) 8 सितम्बर, 1887 - तमिलनाडु
 (ब) 8 सितम्बर, 1887 - केरल
 (स) 8 दिसम्बर, 1887 - महाराष्ट्र
 (द) 8 दिसम्बर, 1887 - उत्तर प्रदेश
78. योग वशिष्ठ के रचयिता हैं-
 (अ) महर्षि वेदव्यास (ब) महर्षि वशिष्ठ
 (स) महर्षि नारद (द) महर्षि वाल्मिकी
79. योग वशिष्ठ को किस अन्य नाम से भी जाना जाता है ?
 (अ) महा-रामायण (ब) अर्श-रामायण
 (स) जन-वशिष्ठ (द) उपरोक्त सभी
80. वशिष्ठ ऋषि ने किस राजा को अध्यात्मिक ज्ञान दिया ?
 (अ) श्रीकृष्ण (ब) श्रीराम
 (स) शान्तनु (द) जयबलि
81. 'भज-गोविन्दम' के लेखक कौन हैं ?
 (अ) शंकराचार्य (ब) माध्वाचार्य
 (स) विवेकानंद (द) दयानंद