

1. योग में अभीष्ट विषय का निरन्तर अनुशीलन क्या कहलाता है?

Ans. ध्यान

2. किस योगांग में पहले विषयों का ज्ञान होता है फिर सम्पूर्ण विषय का स्पष्ट ज्ञान हो जाता है?

Ans. ध्यान

3. योग के किस अवस्था में मन अपने द्येय विषय में पूर्णतः लीन हो जाता है और उसे अपना कुछ भी ज्ञान नहीं रखा

Ans. समाधि

4. योग के किस अवस्था में चित्रवृत्तियों का पूर्णतः निरोध हो जाता है?

Ans. समाधि

5. योग दर्शन के अष्टांग-योग में प्रथमतः पाँच अंग को क्या कहा जाता है?

Ans. बहिर्ग शासन

6. योग दर्शन के अष्टांग-योग में अंतिम तीन अंग को क्या कहा जाता है?

Ans. अन्तर्ग शासन

7. योग में समाधि के प्रकार हैं?

Ans. साम्प्रज्ञात, असाम्प्रज्ञात

8. योग के अठारह साम्प्रज्ञात समाधि के प्रकार हैं?

Ans. सवितर्क, सविचार, सानन्द

9. योग में असाम्प्रज्ञात समाधि के प्रकार कौन-कौन हैं?

Ans. भाव प्रत्यय, उपाधिप्रत्यय

10. योग में असाम्प्रज्ञात समाधि को क्या कहा जाता है?

Ans. निर्वीज