

अध्याय – 4 | अहं प्रातः उत्तिष्ठामि

QUIZ-01

1. अहं प्रतिदिनं प्रातः कति वादने उत्तिष्ठामि?

- A. षड्वादने
B. पञ्चवादने
C. सप्तवादने
D. अष्टवादने (B)

व्याख्या: पाठे स्पष्टम् — “अहं प्रतिदिनं प्रातः पञ्चवादने (5:00) उत्तिष्ठामि” इति।

2. सपाद-पञ्चवादने (5:15) किं करोमि?

- A. स्नानं करोमि
B. स्वाध्यायं करोमि
C. शौचं करोमि
D. प्रार्थनां करोमि (C)

व्याख्या: पाठे उक्तम् — “सपाद-पञ्चवादने (5:15) शौचं करोमि” इति।

3. सार्ध-पञ्चवादने (5:30) किं करोमि?

- A. प्रातराशं करोमि
B. सूर्य-नमस्कारं योगासनं च करोमि
C. विद्यालयं गच्छामि
D. स्नानं करोमि (B)

व्याख्या: पाठे — “सार्ध-पञ्चवादने (5:30) सूर्य-नमस्कारं योगासनं च करोमि” इति।

4. षड्वादने (6:00) किं करोमि?

- A. स्वाध्यायं करोमि
B. स्नानं करोमि
C. प्रातराशं करोमि
D. प्रार्थनां करोमि (A)

व्याख्या: स्पष्टम् — “षड्वादने (6:00) स्वाध्यायं करोमि” इति।

5. पादोन-सप्तवादने (6:45) किं करोमि?

- A. प्रार्थनां करोमि
B. स्नानं करोमि
C. विद्यालयं गच्छामि
D. गीतापाठं करोमि (B)

व्याख्या: पाठे — “पादोन-सप्तवादने (6:45) स्नानं करोमि” इति।

6. सप्तवादने (7:00) किं करोमि?

- A. प्रातराशं करोमि
B. स्वाध्यायं करोमि
C. प्रार्थनां गीतापाठं च करोमि
D. परिसरं स्वच्छं करोमि (C)

व्याख्या: पाठे स्पष्टम् — “सप्तवादने (7:00) प्रार्थनां करोमि, गीतापाठं च करोमि” इति।

7. सार्ध-सप्तवादने (7:30) किं करोमि?

- A. विद्यालयं गच्छामि
B. प्रातराशं करोमि
C. स्वाध्यायं करोमि
D. श्लोकान् पठामि (B)

व्याख्या: पाठे — “सार्ध-सप्तवादने (7:30) प्रातराशं करोमि” इति।

8. अष्टवादने (8:00) कुत्र गच्छामि?

- A. मन्दिरम्
B. गृहं
C. विद्यालयम्
D. उद्यानम् (C)

व्याख्या: पाठे — “अष्टवादने (8:00) विद्यालयं गच्छामि” इति।

9. उषःपानम् किम् अस्ति?

- A. स्नानम्
B. दन्तधावनम्
C. प्रातः कष्ण-जलस्य पानम्
D. योगासनम् (C)

व्याख्या: शब्दार्थे निर्दिष्टम् — “उषःपानम् – प्रातः कष्ण-जलस्य पानम्” इति।

10. ‘उत्तिष्ठामि’ इत्यस्य अर्थः कः?

- A. गच्छामि
B. पठामि
C. जागर्मि
D. पिबामि (C)

व्याख्या: शब्दार्थे — “उत्तिष्ठामि = जागर्मि (I wake up/get up)” इति।