

2025

YOGA EDUCATION

(Optional)

Course : 1.4.11

Full Marks : 35

*Candidates are required to give their answers in their own words
as far as practicable.*

প্রাপ্তলিখিত সংখ্যাগুলি পূর্ণমান নির্দেশক।

- ১। 'যোগ' বলতে কী বোঝেন? 'অষ্টাঙ্গিক যোগ' সম্বন্ধে আলোচনা করুন। ২+৫
অথবা,
'বন্ধ' কী? যোগসাধনায় 'মুদ্রা' ও 'ধ্যানের' গুরুত্ব আলোচনা করুন। ২+৫
- ২। প্রাচীন ভারতীয় দর্শন সম্পর্কে সংক্ষিপ্ত আলোচনা করুন। ৭
অথবা,
'যোগ' ও 'সাংখ্য' দর্শনের মধ্যে সাদৃশ্য ও বৈসাদৃশ্য আলোচনা করুন। ৭
- ৩। ভারতীয় সংস্কৃতিতে যোগদর্শনের গুরুত্ব আলোচনা করুন। ৭
অথবা,
ভগবত গীতায় প্রতিফলিত 'কর্মযোগ' ও 'ভক্তিযোগ' নিয়ে আলোচনা করুন। ৪+৩
- ৪। 'হঠযোগ' কেন্দ্রিক দুটো গ্রন্থের নাম লিখুন। 'রাজযোগ' ও 'হঠযোগ'-এর মধ্যে পার্থক্য আলোচনা করুন। ২+৫
অথবা,
ঋষি পতঞ্জলির 'যোগসূত্র' গ্রন্থটি সংক্ষেপে আলোচনা করুন। ৭
- ৫। আধুনিক যুগে স্বাস্থ্যকর জীবনযাপনের উপায় হিসেবে 'যোগ'-এর ভূমিকা আলোচনা করুন। ৭
অথবা,
'পঞ্চকোষ' বলতে কী বোঝায়? সুন্দর জীবনযাপনে 'পঞ্চকোষ'-এর ভূমিকা আলোচনা করুন। ২+৫

Please Turn Over

(1066)

[English Version]

The figures in the margin indicate full marks.

1. What do you mean by 'Yoga'? Discuss about 'Ashtanga Yoga'. 2+5

Or,

What is 'Bandha'? Discuss the importance of 'Mudras' and 'Meditation' in yoga practice. 2+5

2. Briefly discuss about ancient Indian philosophy. 7

Or,

Discuss the similarities and differences between 'Yoga' and 'Sankhya' philosophies. 7

3. Discuss the importance of yoga philosophy in Indian culture. 7

Or,

Discuss the 'Karmayoga' and 'Bhaktiyoga' as reflected in Bhagavad Gita. 4+3

4. Write the names of two books focusing on 'HathaYoga'. Discuss the differences between 'Rajyoga' and 'HathaYoga'. 2+5

Or,

Briefly discuss the book 'Yoga Sutra' by Sage Patanjali. 7

5. Discuss the role of 'yoga' as a way to live a healthy life in the modern era. 7

Or,

What does 'Panchakosha' mean? Discuss the role of the 'Panchakosha' in leading a beautiful life. 2+5