

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.*

প্রাত্তিলিপিত 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। ১

অথবা,

'যোগ' ও 'সাংখ্য' দর্শনের মধ্যে সাদৃশ্য ও বৈসাদৃশ্য আলোচনা করুন। ১

৩। ভারতীয় সংস্কৃতিতে যোগদর্শনের গুরুত্ব আলোচনা করুন। ১

অথবা,

ভগবত শীতায় প্রতিফলিত 'কর্মযোগ' ও 'ভক্তিযোগ' নিয়ে আলোচনা করুন। ৮+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। ১

৫। আধুনিক যুগে স্বাস্থ্যকর জীবনযাপনের উপায় হিসেবে 'যোগ'-এর ভূমিকা আলোচনা করুন। ১

অথবা,

'পঞ্চকোষ' বলতে কী বোঝায়? সুন্দর জীবনযাপনে 'পঞ্চকোষ'-এর ভূমিকা আলোচনা করুন। ২+৫

Please Turn Over

**[ 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

---