

B.A. 5th Semester (Honours) Examination, 2022 (CBCS)

Subject : Education

Course : DSE-1 (OR)

(Yoga Education)

Time: 3 Hours

Full Marks: 60

The figures in the margin indicate full marks.

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

*দক্ষিণ প্রান্তস্থ সংখ্যাগুলি প্রশ্নের পূর্ণমান নির্দেশক।
পরীক্ষার্থীদের যথাসম্ভব নিজের ভাষায় উত্তর দিতে হবে।*

1. Answer *any ten* of the following questions:

2×10=20

যে কোনো দশটি প্রশ্নের উত্তর দাও :

(a) What do you mean by 'Dhana Yoga'?

ধ্যানযোগ বলতে কী বোঝো?

(b) Define Yoga.

যোগের সংজ্ঞা দাও।

(c) Write Physiological benefits of Asanas.

আসনের শারীরবৃত্তীয় উপকারিতা লেখো।

(d) What is Vaman Dharti?

বমনধৌতি কী?

(e) What is Sutra?

সূত্র কী?

(f) What is the need of Yoga awareness?

যোগ সচেতনতার প্রয়োজন কেন?

(g) Define Dhana Yoga.

ধ্যানযোগের সংজ্ঞা দাও।

(h) What is Sudhi Kriya?

শুদ্ধিক্রিয়া কী?

(i) What is Anand Mimansa?

আনন্দ মীমাংসা কী?

(j) Define Shat Karma.

ষট্‌কর্মের সংজ্ঞা দাও।

(k) What is 'Hath Yoga'?

'হঠ-যোগ' কী?

(l) What is Yoga Pradipika?

যোগ প্রদীপিকা কী?

(m) Define Karma Yoga.

কর্মযোগের সংজ্ঞা দাও।

(n) Write the origin of Yoga.

যোগের উৎস লেখো।

(o) Define Yoga Practice.

যোগ অনুশীলনের সংজ্ঞা লেখো।

2. Answer any four of the following:

5×4=20

যে কোনো চারটি প্রশ্নের উত্তর দাও :

(a) Difference between Yoga and Practice.

যোগ এবং অনুশীলনের পার্থক্য লেখো।

(b) Describe the concept of Astanga Yoga.

অষ্টাঙ্গ যোগের ধারণা বর্ণনা করো।

(c) Write the quality of a Yoga Teacher.

যোগ শিক্ষকের গুণাবলিগুলি লেখো।

(d) State misconception of Yoga.

যোগের ভ্রান্ত ধারণাগুলি লেখো।

(e) Difference between Asana and Pranayama.

আসন ও প্রাণায়ামের পার্থক্য লেখো।

(f) Write note on Anand Mimansa.

আনন্দ মীমাংসা নিয়ে টীকা লেখো।

3. Answer any two questions:

10×2=20

যে কোনো দুটি প্রশ্নের উত্তর দাও :

(a) Write the third and fourth steps of Ashtanga Yoga according to Maharshi Patanjali.

মহর্ষি পতঞ্জলি বর্ণিত অষ্টাঙ্গ যোগের তৃতীয় এবং চতুর্থ ধাপ লেখো।

(b) Write any four Asana with benefits according to Hatha Yoga Pradipika.

হঠযোগ প্রদীপিকা অনুসারে যে কোনো চারটি আসনের উপকারগুলি লেখো।

(c) What do you mean by Shat Karma (Kriya)? Write any two Shat Kriya with benefit and limitation.

ষট্‌কর্ম (ক্রিয়া) বলতে কী বোঝো? যে কোনো দুটি ষটক্রিয়ার উপকারিতা ও সীমাবদ্ধতা লেখো।

(d) Define Karma Yoga. Explain personality development through Karma Yoga.

কর্মযোগের সংজ্ঞা লেখো। কর্মযোগের মাধ্যমে কীভাবে ব্যক্তিত্বের উন্নতি করা যায় বর্ণনা করো।