

যোগৰ পৰিচয়
Introduction to Yoga
Full Marks: 40
Time: 2 Hours

তলৰ প্ৰশ্নবোৰৰ উত্তৰ দিয়া:

1×6=6

Answer the following questions:

1. যোগসূত্ৰৰ ৰচক কোন?

Who is the author of the Yoga Sutras?

2. যোগৰ চূড়ান্ত লক্ষ্য কি?

What is the ultimate goal of Yoga?

3. ষট্‌কৰ্মৰ অধীনত কিমান বিধ অভ্যাস অন্তৰ্ভুক্ত কৰা হৈছে?

How many practices are included under Shatkarma?

4. যোগত কিমান বিধ বন্ধ (Bandha) আছে?

How many bandhas are there?

5. মানৱ শৰীৰৰ গঠনমূলক আৰু কাৰ্য্যকৰী একক কি?

What is the structural and functional unit of the human body?

A. কলা - Tissue

B. অংগ - Organ

C. কোষ - Cell

D. অস্থি - Bone

6. পাচন প্ৰক্ৰিয়াত মুখ্যভাৱে জড়িত অংগ কোনটো?

Which organ is mainly involved in digestion?

A. হৃদযন্ত্ৰ - Heart

B. পাকস্থলী - Stomach

C. বৃক্ক - Kidney

D. হাওঁফাওঁ - Lung

তলৰ প্ৰশ্নবোৰৰ উত্তৰ দিয়া (যিকোনো চাৰিটা):

6×4=24

Answer the following questions (any four):

7. ভক্তি যোগৰ ওপৰত এটি চমু টোকা লিখা।

Write a brief note on Bhakti Yoga.

8. স্বাস্থ্যৰ যোগিক ধাৰণাটো আলোচনা কৰা।

Discuss the Yogic concept of swasthya (health).

9. আসন আৰু ব্যায়ামৰ মাজত থকা অমিল বা পাৰ্থক্যসমূহ কি কি?

What are the dissimilarities between asanas and exercises?

10. যোগত মুদ্ৰাৰ বিষয়ে এটি চমু টোকা লিখা।

Write a brief note on Mudras in Yoga.

11. মানৱ কোষৰ ওপৰত এটি চমু টোকা লিখা।

Write a short note on Human Cell.

12. শ্বাস-প্ৰশ্বাস তন্ত্ৰৰ ওপৰত এটি চমু টোকা লিখা।

Write a short note on Respiratory System.

তলৰ প্ৰশ্নবোৰৰ উত্তৰ দিয়া (যিকোনো এটা):

10×1=10

Answer the following questions (any one):

13. সংজ্ঞাৰ সৈতে ষট্‌কৰ্মৰ বিষয়ে বৰ্ণনা কৰা।

Describe the Shatkarma, with definitions.

14. যোগৰ অৰ্থ আৰু সংজ্ঞা উল্লেখ কৰি অষ্টাংগ যোগৰ বিষয়ে বৰ্ণনা কৰা।

Describe Ashtanga Yoga, providing the meaning and definition of Yoga.

15. চিত্ৰৰ সহায়ত পাচন তন্ত্ৰৰ গঠন আৰু কাৰ্য্যাবলী ব্যাখ্যা কৰা।

Explain the structure and functions of the Digestive System with diagram.

যোগৰ পৰিচয়
Introduction to Yoga
Full Marks: 40
Time: 2 Hours

তলৰ প্ৰশ্নবোৰৰ উত্তৰ দিয়া:

1×6=6

Answer the following questions:

1. যোগসূত্ৰৰ ৰচক কোন?

Who is the author of the Yoga Sutras?

2. যোগৰ চূড়ান্ত লক্ষ্য কি?

What is the ultimate goal of Yoga?

3. ষট্‌কৰ্মৰ অধীনত কিমান বিধ অভ্যাস অন্তৰ্ভুক্ত কৰা হৈছে?

How many practices are included under Shatkarma?

4. যোগত কিমান বিধ বন্ধ (Bandha) আছে?

How many bandhas are there?

5. মানৱ শৰীৰৰ গঠনমূলক আৰু কাৰ্য্যকৰী একক কি?

What is the structural and functional unit of the human body?

A. কলা - Tissue

B. অংগ - Organ

C. কোষ - Cell

D. অস্থি - Bone

6. পাচন প্ৰক্ৰিয়াত মুখ্যভাৱে জড়িত অংগ কোনটো?

Which organ is mainly involved in digestion?

A. হৃদযন্ত্ৰ - Heart

B. পাকস্থলী - Stomach

C. বৃক্ক - Kidney

D. হাওঁফাওঁ - Lung

তলৰ প্ৰশ্নবোৰৰ উত্তৰ দিয়া (যিকোনো চাৰিটা):

6×4=24

Answer the following questions (any four):

7. ভক্তি যোগৰ ওপৰত এটি চমু টোকা লিখা।

Write a brief note on Bhakti Yoga.

8. স্বাস্থ্যৰ যোগিক ধাৰণাটো আলোচনা কৰা।

Discuss the Yogic concept of swasthya (health).

9. আসন আৰু ব্যায়ামৰ মাজত থকা অমিল বা পাৰ্থক্যসমূহ কি কি?

What are the dissimilarities between asanas and exercises?

10. যোগত মুদ্ৰাৰ বিষয়ে এটি চমু টোকা লিখা।

Write a brief note on Mudras in Yoga.

11. মানৱ কোষৰ ওপৰত এটি চমু টোকা লিখা।

Write a short note on Human Cell.

12. শ্বাস-প্ৰশ্বাস তন্ত্ৰৰ ওপৰত এটি চমু টোকা লিখা।

Write a short note on Respiratory System.

তলৰ প্ৰশ্নবোৰৰ উত্তৰ দিয়া (যিকোনো এটা):

10×1=10

Answer the following questions (any one):

13. সংজ্ঞাৰ সৈতে ষট্কৰ্মৰ বিষয়ে বৰ্ণনা কৰা।

Describe the Shatkarma, with definitions.

14. যোগৰ অৰ্থ আৰু সংজ্ঞা উল্লেখ কৰি অষ্টাংগ যোগৰ বিষয়ে বৰ্ণনা কৰা।

Describe Ashtanga Yoga, providing the meaning and definition of Yoga.

15. চিত্ৰৰ সহায়ত পাচন তন্ত্ৰৰ গঠন আৰু কাৰ্য্যবলী ব্যাখ্যা কৰা।

Explain the structure and functions of the Digestive System with diagram.