2025

Yoga Vigyan

MA/MSCYTC101

যোগৰ মৌলিক কথা

(Fundamentals of Yoga)

Full Marks : 80 Time : 3 hours

(*The figures in the margin indicate full mark for the questions.*)

তলত দিয়া প্ৰশ্নসমূহৰ চমু উত্তৰ লিখা।

Answer the following questions : 1x10=10

1. আদিযোগী কোন ?
   Who is Adiyogi ?
2. প্ৰথমবাৰৰ বাবে কোনে ব্যৱস্থাবদ্ধ ৰূপত যোগৰ সংজ্ঞা দিছিল?
   Who define yoga in a systematic way for the first time?
3. সকলোবোৰ যোগৰ ভিতৰত কোনটো শাখাক সৰ্বশ্ৰেষ্ঠ বুলি গণ্য কৰা হয় ?
   Which branch of yoga is considered as the foremost of 6 all yoga's?
4. মন্ত্ৰ যোগত "বৈখাৰী" বুলিলে কি বুজা ?
   What do you mean by "Boikhari" in Mantra yoga?
5. ভক্তি যোগত "পৰাভক্তি" বুলিলে কি বুজায়?
   What is Para Bhakti in Bhakti Yoga?
6. "*যোগঃ কর্মসু কৌশলম্*" শ্লোকটো কোনখন পুথিৰ পৰা লোৱা হৈছে?
   From where the shloka "Yoga karmashukoushalam" has been taken?
   a) ভাগৱত গীতা
      Bhagawat Gita
   b) কথোপনিষদ
      Katha Upanishad
   c) প্ৰশ্নোপনিষদ
      Prashna Upanishad

d) ঈশোপনিষদ
Isha Upanishad

7. শব্দটো কোন ভাষাৰ পৰা আহিছে?
The word Philosophy comes from Philosophy
a) লেটিন শব্দ
Latin word
b) গ্ৰীক শব্দ
Greek word
c) উৰ্দু শব্দ
Urdu word
d) সংস্কৃত শব্দ
Sanskrit word

8. তলৰ কোনটো দৰ্শন আস্তিক দৰ্শন নহয় ?
Which one of the following is not an orthodox Philosophy
a) সাঙ্খ্য
Sankhya
b) পূৰ্ব মীমাংসা
Purva Mimamsa
c) ন্যায়
Nyaya
d) বৌদ্ধদৰ্শন
Buddhisim

9. কোনবিধ যোগে কোনো দেৱতাৰ প্ৰতি ভক্তিৰ ওপৰত গুৰুত্ব আৰোপ কৰে?
Which type of Yoga emphasizes devotion to a deity?
a) কৰ্ম যোগ
Karma Yoga

b) ভক্তি যোগ
Bhakti Yoga
c) মন্ত্র যোগ
Mantra Yoga
d) ধ্যান যোগ
Dhyana Yoga

10. মহাভাৰতৰ কোনটো পৰ্বত (অধ্যায়) যোগৰ বিষয়ে আলোচনা কৰা হৈছে ?
In which Parva (chapter) of the Mahabharata is Yoga discussed?
a) আদিপৰ্ব
Adi Parva
b) অৰ্জুন বিষাদ পৰ্ব
Arjun Vishad Parva
c) ভীষ্ম পৰ্ব
Vishma Parva
d) কৰ্ণ পৰ্ব
Karna Parva

তলত দিয়া প্ৰশ্নসমূহৰ উত্তৰ লিখা। (যিকোনো পাঁচটা)
Answer the following questions : (Any Five) 6x5=30

11. যোগৰ অভ্যাসত মুদ্রা আৰু বন্ধাৰ গুৰুত্ব আলোচনা কৰা।
Discuss the significance of Mudras and Bandhas in the practice of Yoga.
12. যোগ সম্পৰ্কে থকা ছয়টা ভ্ৰান্ত ধাৰণা আলোচনা কৰা।
Discuss any six misconceptions of Yoga.
13. জ্ঞান যোগৰ ওপৰত এটা সংক্ষিপ্ত টোকা লিখা।
Write a short note on Gnana Yoga.

14. ভাৰতীয় দৰ্শন শাস্ত্ৰৰ শ্ৰেণীবিভাজন সংক্ষেপে আলোচনা কৰা।
Discuss the classification of Indian Schools of Philosophy in brief.

15. যোগৰ শাস্ত্ৰীয় যুগ সম্পৰ্কে সংক্ষেপে লিখক।
Write in brief about classical period of Yoga..

16. ভক্তি যোগত ভক্তিৰ প্ৰকাৰসমূহৰ ওপৰত এটা সংক্ষিপ্ত টোকা লিখক।
Write a short note on types of Bhakti in Bhakti Yoga.

17. আসন আৰু ব্যায়ামৰ মাজত ছয়টা পাৰ্থক্য লিখা
Write six differences between Asana & Exercise

তলত দিয়া প্ৰশ্নসমূহৰ উত্তৰ লিখা। (যিকোনো চাৰিটা)

Answer the following questions : (Any four) 10x4=40

18. প্ৰাণায়ামৰ ধাৰণাটো বিস্তাৰিতভাৱে লিখা।
Write the concept of Pranayama in detail

19. ৰামায়ণত (অৰণ্যকাণ্ড) যোগৰ ধাৰণা সম্পৰ্কে আলোচনা কৰা।
Discuss the concept of yoga in the Ramayana (Aranyakanda).

20. কৰ্ম যোগৰ বিষয়ে বিস্তাৰিতভাবে আলোচনা কৰা।
Discuss Karma Yoga in detail.

21. মন্ত্ৰ যোগ কি?মন্ত্ৰযোগৰ ব্যাখ্যা দিয়া।
What is Mantra Yoga? Explain Mantra Yoga.

22. আসনৰ শ্ৰেণীবিভাজন বিস্তাৰিতভাবে বৰ্ণনা কৰা।
Explain the classification of Asanas in detail.

23. ষটকৰ্ম সম্পাদনৰ পূৰ্বচৰ্তসমূহ লিখা।
Write the Prerequisites of Shatkarma.

x