

SEWNARAYAN RAMESWAR FATEPURIA COLLEGE

Add on Course on Yoga & Meditation

Students Admitted and enrolled for the Session Feb 2022 – June 2022

SL.NO	NAME OF THE STUDENTS	SEMESTER	SIGNATURE OF THE STUDENT
01	ABHJIT GHOSH	2 ND	Abhjit Ghosh
02	ABIR HAZRA	2 ND	Abir Hazra
03	ALI MORTAJA	2 ND	Ali Mortaja
04	ASIA KHATUN	2 ND	Asia Khatun
05	JULEKHA KHATUN	2 ND	Julekha Khatun
06	MST SABANA YEASMIN	2 ND	Mst Sabana Yeasmin
07	MST SHEFALI KHATUN	2 ND	Mst. Shefali Khatun.
08	RIJIA KHATUN	2 ND	Rijia Khatun
09	BISWAJI MONDAL	2 ND	Biswaji Mondal.
10	BISWARUP GHOSH	2 ND	Biswarup Ghosh
11	DILUAR HOSSAIN	2 ND	Diluar Hossain
12	JALALUDDIN SK	2 ND	Jalaluddin SK
13	JAYANTA GHOSH	2 ND	Jayanta Ghosh
14	RAHUL SK	2 ND	Rahul SK
15	SAYAN ROY	2 ND	Sayan Roy.
16	SOURAV PRAMANIK	2 ND	Sourav Pramanik
17	NIJAM HOSSAIN	2 ND	Nizam Hossain
18	ANTARUL HOQUE	2 ND	Antarul Hoque
19	SOHEL SK	2 ND	Sohel SK
20	MD KHURSHID ALAM	4 TH	Md. Khurshid Alam
21	AJIJUL MONDAL	4 TH	Ajijul Mondal
22	MD RAJIBUL SK	4 TH	Md. Rajibul SK
23	ISMAIL SK	4 TH	Ismail SK
24	MOHAIMENUL HOQUE	4 TH	Mohaimenul Hoque
25	SAJID ALI	4 TH	Sajid Ali
26	SABIR SK	4 TH	Sabir SK
27	SABNUR KHATUN	4 TH	Sabnur Khatun
28	ALIM SK	4 TH	Alim SK
29	SATTAR SK	4 TH	Sattar SK
30	SAHA ALAM	4 TH	Saha Alam
31	ABDULLAH SK	4 TH	Abdullah SK

Signature of the Co-ordinator
S.R. Fatepuria College

Signature of the Principal
S.R. Fatepuria College

Principal
S.R. Fatepuria College
P.O.-Beldanga Dt. Murshidabad

Attendance Sheet

17	PRAMANIK NIJAM HOSSAIN	P	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.					
18	ANTARUL HOQUE	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.		
19	SOHEL SK	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	
20	MD KHURSHID ALAM	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.		
21	AJUUL MONDAL	P	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.			
22	MD RAJBUL SK	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.			
23	ISMAL SK	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.		
24	MOHAIMENUL HOQUE	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.			
25	SAID ALI	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.		
26	SABIR SK	P	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	
27	SABNUR KHATUN	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	
28	ALIM SK	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.
29	SATTAR SK	P	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	
30	SAHA ALAM	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	
31	ABDULLAH SK	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.	P	.

Signature of the Co-ordinator

Signature of the Principal

S.R. Fatepuria College
P.O.-Beldanga, Dt.-Murshidabad



S.R. FATEPURIA COLLEGE

Beldanga, Murshidabad

Estab - 1965

[Affiliated to the University of Kalyani]

CERTIFICATE OF APPRECIATION

This is to certify that *Mohaimemul Haque*
.....son/daughter of *Md. Tufarjul Islam*. Has
participated in the Certificate / Add on course on *Yoga and
Meditation*.....Started on and from
15-02-2022 and ended on *30-06-2022* he/ she has passed the internal
examination with grade

Controller of Examination
University of Kalyani

Principal
S.R. Fatepuria College
Beldanga, Murshidabad

S.R. Fatepuria College
P.O.-Beldanga, Dt.-Murshidabad

Course Coordinator
Course Code No.....



S.R. FATEPURIA COLLEGE

Beldanga, Murshidabad
Estd.- 1965

[Affiliated to the University of Kalyani]

CERTIFICATE OF APPRECIATION

This is to certify that... *M.d. Ismaeil... Mollick*
.....son/daughter of *Fikarul... Mollick* Has
participated in the Certificate / Add on course on *Yoga... and*
Meditation Started on and from
15-02-2022 and ended on *30-06-2022*... he/ she has passed the internal
examination with grade

Controller of Examination
University of Kalyani

[Signature]

Principal
S.R. Fatepuria College
Beldanga, Murshidabad
S.R. Fatepuria College
P.O.-Beldanga, Murshidabad

[Signature]

Course Coordinator
Course Code No.....



S.R. FATEPURIA COLLEGE

Beldanga, Murshidabad
Estd.- 1965

[Affiliated to the University of Kalyani]

CERTIFICATE OF APPRECIATION

This is to certify that... *Asia Khalun*
.....son/daughter of *Daud Mondal*... Has
participated in the Certificate / Add on course on *Yoga and*
Meditation Started on and from
15-02-2022 and ended on *30-06-2022* he/ she has passed the internal
examination with grade

Controller of Examination
University of Kalyani

R

Principal
S.R. Fatepuria College
Beldanga, Murshidabad
S.R. Fatepuria College
P.O.-Beldanga, Murshidabad

JP

Course Coordinator
Course Code No.....



S.R. FATEPURIA COLLEGE

Beldanga, Murshidabad
Estd.- 1965
[Affiliated to the University of Kalyani]

CERTIFICATE OF APPRECIATION

This is to certify that.....*Abir Hazra*.....
.....son/daughter of *Adhir Hazra*..... Has
participated in the Certificate / Add on course on *Yoga and*
Meditation..... Started on and from
15-02-2022 and ended on *30-06-2022* he/she has passed the internal
examination with grade

Controller of Examination
University of Kalyani

2

Principal
S.R. Fatepuria College
Beldanga, Murshidabad
S.R. Fatepuria College
P.O.-Beldanga, Murshidabad

BP

Course Coordinator
Course Code No.....



S.R. FATEPURIYA COLLEGE

Beldanga, Murshidabad
Estd.- 1965
[Affiliated to the University of Kalyani]

CERTIFICATE OF APPRECIATION

This is to certify that..Md. Golam..Murtuza.....
.....son/daughter of Sarjul Sik..... Has
participated in the Certificate / Add on course on Yoga and
Meditation.....Started on and from
15-02-2022 and ended on 30-06-2022..... he/she has passed the internal
examination with grade.....

Controller of Examination
University of Kalyani

Principal
S.R. Fatepuria College
Beldanga, Murshidabad
S.R. Fatepuria College
P.O.-Beldanga, Dt.-Murshidabad

Course Coordinator
Course Code No.....

No - 112022 8

Examination 201 99 - 23

Add on course
Subject: On Yoga and Meditation
Paper

Half Group

(DO NOT WRITE YOUR ROLL NO. HERE, OTHERWISE YOUR SCRIPT WILL BE CANCELLED)

36
- 40

Subject Paper Half / Group

(DO NOT WRITE YOUR ROLL NO. HERE, OTHERWISE YOUR SCRIPT WILL BE CANCELLED)

ପ୍ରଶ୍ନ ୧୦ ରେ ବିବିଧତର ବ୍ୟାପକ - ମଧ୍ୟ-ସମ୍ବନ୍ଧ /
 ନୀତି ଦ୍ୱାରା ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଏହା ସମସ୍ତ
 ସମ୍ବନ୍ଧମାନଙ୍କୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ ଏବଂ ଏହା ସମସ୍ତ
 ସମ୍ବନ୍ଧମାନଙ୍କୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ ।

* ସ୍ୱାଧୀନତା ସମ୍ବନ୍ଧ

① ସ୍ୱାଧୀନତା ସମ୍ବନ୍ଧର ସମସ୍ତ ସମ୍ବନ୍ଧ ନୀତି ଦ୍ୱାରା ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ଏବଂ ଏହା ସମସ୍ତ
 ସମ୍ବନ୍ଧମାନଙ୍କୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ ।

② ସ୍ୱାଧୀନତା ସମ୍ବନ୍ଧର ସମସ୍ତ ସମ୍ବନ୍ଧ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଏହା ସମସ୍ତ
 ସମ୍ବନ୍ଧମାନଙ୍କୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ ଏବଂ ଏହା ସମସ୍ତ ସମ୍ବନ୍ଧମାନଙ୍କୁ
 ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ ।

③ ସ୍ୱାଧୀନତା ସମ୍ବନ୍ଧର ସମସ୍ତ ସମ୍ବନ୍ଧ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଏହା ସମସ୍ତ
 ସମ୍ବନ୍ଧମାନଙ୍କୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ ଏବଂ ଏହା ସମସ୍ତ ସମ୍ବନ୍ଧମାନଙ୍କୁ
 ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ ଏବଂ ଏହା ସମସ୍ତ ସମ୍ବନ୍ଧମାନଙ୍କୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ ।

Roll-3316245 no-2188225 Reg-088465 Examination. 2022-23

Subject Add on Course Paper Half/Group

yoga & Meditation
(DO NOT WRITE YOUR ROLL NO. HERE, OTHERWISE YOUR SCRIPT WILL BE CANCELLED)

35
40

(DO NOT WRITE YOUR ROLL NO. HERE, OTHERWISE YOUR SCRIPT WILL BE CANCELLED)

৬
১০

প্রবাস্যম :- (সংস্কৃত "প্রবাস্যম" হল বিঃস্বাসের উপর
 লোকের করায় যেমনি অসুখীলন। যোগ্যতামানে,
 স্বাস্থ্য প্রাপ্তির জন্য যুগে যুগে অসুখীলন উপর করায়
 একটি বিদ্যা। প্রবাস্যমতে হিন্দুসম্প্রদায় বর্ষা ঋতু
 সময়ে যেমন উৎসবমূলক এবং প্রতীকগুলির যোগে সুখী

প্রবাস্যম মোতাবেক একটি চক্রে তিনটি পদার্থ

- স্বাস্থ্য রয়েছে। যথা -
- (i) পান (পান)
 - (ii) সূর্য (স্বাস্থ্য)
 - (iii) বিঃস্বাস (বিঃস্বাস)

প্রবাস্যম গায় প্রকার সমা -

- (i) প্রাকৃতিক প্রবাস্যম।
- (ii) ফলসহকারী প্রবাস্যম।
- (iii) গোপনীয় প্রবাস্যম।
- (iv) বর্ষা মোতাবেক প্রবাস্যম।

Roll-3316245 No-2072909 Reg No-073271 Examination 201 2023-24

All on Charge on

Subject/Type of Medication Paper

Half/Group

(DO NOT WRITE YOUR ROLL NO. HERE, OTHERWISE YOUR SCRIPT WILL BE CANCELLED)

32
40

NOT WRITE YOUR ROLL NO. HERE, OTHERWISE YOUR SCRIPT WILL BE CANCELLED

প্রাণস্নান :- প্রাণস্নান হল নিঃশ্বাসের উপর-শোষণ করার শোষণিক অনুকূলন। যোগব্যায়ামে শ্বাস প্রাণের সাথে যুক্ত শোষণের মাধ্যমে শ্বাস যুক্ত এই প্রাণস্নান হল শ্বাস-শক্তি বা জীবন শক্তিকে উন্নত করার একমাত্র উপায়। প্রাণস্নানকে হিন্দু গ্রন্থে বর্ণনা করা হয়েছে যেমন-ভগবদ্গীতা এবং পদ্মপুরাণের মাধ্যমে।

১) প্রকার প্রাণস্নান : আপনার মন কার্যকলাপ সাথে buzzing ? - কেউ-আপনার অর্পকে কি বলেছে তা নিয়ে ভাবা-শ্যামতে-পারছেন না। একমাত্র-শক্তি-কোন ধুঁড়ুন এবং গুরুতর মনে বৈক-প্রয়োগ করার জন্য এই বিধানের প্রাণস্নান চেষ্টা করুন। এই শ্বাস-প্রশ্বাসের কৌশল উচ্চ-রক্তচাপের জন্য একমাত্র উপায়।

২) কমলাভাতি :- কমলাভাতি হল একমাত্র শোষণিক শ্বাস-প্রশ্বাসের ক্রম-স্বাভাবিক নাম অর্থাৎ কখনো কখনো থেকে হয়েছে যার অর্থ মাথায় ঘুলি এবং জাঁক-

Roll - 3316245 No - 2073994 Reg No - 074262 Examination 2012 - 23

Subject Add on course on Yoga and meditation

Paper

Half / Group

(DO NOT WRITE YOUR ROLL NO. HERE, OTHERWISE YOUR SCRIPT WILL BE CANCELLED)

31
40

ଆଦି ମନୁଷି କଳକ୍ରମିକ ମନୁଷ୍ୟମାତ୍ର "ମାତୁଃପାତ୍ୟ ମନୁଷ୍ୟାନ୍ତଃ
ଦି ହିତ ପଦ୍ୟାଃ ଅଭିଜାତଃ ଯାନି ଯାନ୍ତି" (1)

୧) କଞ୍ଚିତ୍ୟା ଚନ୍ଦ୍ର ମନୁଷି ଆଗତ ମୁନି ଯା ଯାହା ଧିତ
ମାତୁଃପାତ୍ୟ ମତ୍ସ୍ୟା । କ୍ରମେନାତଃ କାମାତ୍ୟାୟ ଯାଃ ଅଭିଜି
ଆକାଠେ ହ୍ୟାମା ଦିକ୍ଷାମା ମାତୁଃ ପଦ୍ୟାଃ କଞ୍ଚିତ୍ୟା ଜିତ
ଠି ମନୁ ଯା ଯାଃ ମାତୁଃ ମୁନା ଓ ତିକ୍ଷିତ ଅଭିଜି ଆଗତ
ଆଗତାନ୍ତ ମନୁଷ୍ୟା ମୁକ୍ତାନ୍ତଃ ସଦତ୍ୟାମା ମିତ୍ୟାଃ ପାମୟାନ୍ତଃ
ମନୁଷ୍ୟା କଞ୍ଚିତ୍ୟା ଅଂତ୍ୟ ମାନ ଯା ଯାଃ କ୍ରମେନାତଃ ମାନ
ପାନ୍ତ୍ୟା ମାତୁଃ ଅଭିଜି ଅଭିଜି କଞ୍ଚିତ୍ୟାମାତୁଃ ଅଭିଜି ଠିକ୍ଷାମାତୁଃ
(2)

୨) ଆତ୍ୟା ଓଠି ଦିନ ଆଗତ ମାତୁଃପାତ୍ୟ ଯାନ୍ତି ମତ୍ସ୍ୟା । ଓଠି
ପାତ୍ୟ ମୁକ୍ତା ଅଭିଜି ଓ ଅଭିଜିତ୍ୟା ମତୁଃପାତ୍ୟା ତେନାତ୍ୟା ମତୁଃପାତ୍ୟା
ମତୁଃପାତ୍ୟା ତେନାତ୍ୟା ଆଗତ୍ୟା ଯାଃ ମିତ୍ୟା ଅଭିଜି ଅଭିଜିତ୍ୟା ମତୁଃ
ତେନାତ୍ୟା ଯାଃ ଆଗତ୍ୟା ଯାଃ ଯାଃ । ଓଠି ଆଗତ୍ୟା ଠିକ୍ଷାମାତୁଃ
ଅଭିଜିତ୍ୟା ମତୁଃପାତ୍ୟା ଆଗତ୍ୟା ଯାଃ । ଆଗତ୍ୟା ଆଗତ୍ୟା ମତୁଃ
ପାତ୍ୟା ମତୁଃ ଆଗତ୍ୟା ମତୁଃ ମତୁଃ । ତେନାତ୍ୟା ଆଗତ୍ୟା ମତୁଃ
ଅଭିଜିତ୍ୟା ମତୁଃ ମତୁଃ । ଅଭିଜିତ୍ୟା ମତୁଃ ମତୁଃ ମତୁଃ ମତୁଃ ମତୁଃ
ଅଭିଜିତ୍ୟା ମତୁଃ ମତୁଃ ମତୁଃ ମତୁଃ ମତୁଃ । ଆଗତ୍ୟା ମତୁଃ
ଅଭିଜିତ୍ୟା ମତୁଃ ମତୁଃ ମତୁଃ ମତୁଃ ମତୁଃ ।
ଓଠି ଆଗତ୍ୟା ମତୁଃ ।
(2)

Roll-3311245 no-1969923 Reg-070575 Examination, 2022-23

Subject Add on Course Paper Half/Group

on yoga & meditation

(DO NOT WRITE YOUR ROLL NO. HERE, OTHERWISE YOUR SCRIPT WILL BE CANCELLED)

31
40

১) ~~বর্তমান~~ অর্থ অর্থ প্রবণ (১) বর্তমান অর্থ প্রবণ। অর্থ প্রবণ
 প্রকৃত অর্থ হল আত্মদেহ জগত বা দেহ নিয়ন্ত্রনকারী দুই প্রকার
 মিলন। একটি ঈশাত্মিক জগতি অপর ঈশাত্মিক জগতি। এই দুই
 উদ্দেশ্য হল দেহের মধ্যে আরাম আনা।

2

২) অর্থাৎ যোগ :- সাদৃশ্যের প্রবর্তক যিনি পতঞ্জলির মতে চিত্তকে
 মন্থন করে আত্মপলঙ্কিত বৃত্তি লাভের উপায় কিছু চিত্তকে অর্থাৎ
 চেতনার অস্তিত্ব আনা সহজ নয়। পতঞ্জলি এই চিত্তকে মন্থন করে
 স্থিতিস্থাপন করে।

অত্যাশঙ্কিত অস্তিত্বের অবস্থায় সৌন্দর্যের জন্য অর্থাৎ - সৌন্দর্যের বিধি
 দিয়েছেন। এই যোগ আর্থনার অস্তিত্বকে অর্থাৎ বলা হয়।

- ১) ইন্দ্রিয় ✓
- ২) নিয়ম ✓
- ৩) আয়ন ✓
- ৪) জানাম্যম ✓
- ৫) প্রত্যাহার ✓
- ৬) ধ্যান ✓
- ৭) অর্থাৎ ✓

১) ইন্দ্রিয় :- অর্থাৎ যোগের প্রথম অঙ্গ হল ইন্দ্রিয়। প্রধানত তত্ত্বি অর্থাৎ
 পশ্চিম অবস্থার সাথে চিরকাল আয়ন করতে হয় তাই তাত্কা করা হয়েছে।
 জন্য ইন্দ্রিয়কে তত্ত্বির আত্মজিক আয়নের অঙ্গ বলা হয়।

২) নিয়ম :- নিয়ম হল মন্থন আত্মপলঙ্কিত ও অনুশীলনের পুনর্নবন পার অর্থাৎ
 তত্ত্বি অর্ অস্তিত্ব জটিলতা ও দায়িত্বের চর্চা অর্থাৎ নিয়মিত আত্মপলঙ্কিত
 বলে।

৩) আয়ন :- আয়ন অর্থ হল দেহকে সজাগ। দেহকে সজাগ বলায় তোমাকে জগত
 ঈশানের জন্য দেহকে প্রস্তুত রাখা প্রধান আয়নদায়ক যেহেতু দেহকে সজাগ হলে
 যেখানে হেরুদন সোজা থাকবে ও দেহ স্থিতিস্থাপন থাকবে।

জানাম্যম :-
 প্রাণ, বলায়
 প্রবণ মন্থন।

৫) প্রত্যাহার :-
 নিজ মন্থন থেকে
 মন্থন অস্তিত্ব
 পায়ে।

৬) ধ্যান :-
 ইন্দ্রিয়ের চেতন
 ছাড়া অন্য

৭) অর্থাৎ :-
 কিছু মন্থন
 প্রক্রিয়া

৮) অর্থাৎ :-
 অর্থাৎ
 অর্থাৎ

৯) অর্থাৎ :-
 অর্থাৎ
 অর্থাৎ

১০) অর্থাৎ :-
 অর্থাৎ
 অর্থাৎ

১১) অর্থাৎ :-
 অর্থাৎ
 অর্থাৎ