**CENTRE FOR DISTANCE AND ONLINE EDUCATION**
**SRI SRI UNIVERSITY, KATAKA**

**MASTER OF ARTS (YOGA)**

**TUTOR MARKED ASSIGNMENT**

**Course Code: MSY-SCT304 DSTE - I** **Exam: January 2027**
**Course Name: DSTE - I (Yoga and Cultural Synthesis)** **Session: August 2025**
**Semester: Three (3)** **Total Marks: 100**

**A. Answer any eight questions (essay type). Answer in about 350-500 words each.**

**अ. निम्नलिखित प्रश्नों में से किन्हीं आठ प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रत्येक उत्तर लगभग 350–500 शब्दों में लिखिए।** **(10 X 8 = 80)**

**Q1.** Explain the meaning and essential features of religion and analyse its role in guiding human life, ethical conduct and spiritual development across different religious traditions.

धर्म के अर्थ एवं प्रमुख विशेषताओ की व्याख्या कीजिए तथा विभिन्न धार्मिक परंपराओं में मानव जीवन, नैतिक आचरण एवं आध्यात्मिक विकास के मार्गदर्शन में इसकी भूमिका का विश्लेषण कीजिए।

**Q2.** Discuss the Jain conception of the ultimate goal of human life and examine the role of self-discipline and spiritual practice in its attainment.

जैन धर्म में मानव जीवन के परम लक्ष्य की विवेचना कीजिए तथा उसकी प्राप्ति में आत्म-अनुशासन एवं आध्यात्मिक साधना की भूमिका का विश्लेषण कीजिए।

**Q3.** Explain Anekantavada and Syadvada in Jain philosophy and discuss their significance for developing tolerance, intellectual flexibility and cultural harmony.

जैन दर्शन में अनेकांतवाद एवं स्याद्वाद की व्याख्या कीजिए तथा सहिष्णुता, बौद्धिक लचीलेपन एवं सांस्कृतिक समन्वय के विकास में इनके महत्व की चर्चा कीजिए।

**Q4.** Describe the Jain concept of Tri-ratnas and examine their complementary role in the pursuit of spiritual liberation.

जैन धर्म में त्रिरत्न की अवधारणा का वर्णन कीजिए तथा आध्यात्मिक मुक्ति की प्राप्ति में उनकी परस्पर पूरक भूमिका का विवेचन कीजिए।

**Q5.** Explain the Buddhist understanding of human existence through Skandha-vada and analyse its relationship with suffering and liberation.

स्कन्धवाद के माध्यम से मानव अस्तित्व की बौद्ध अवधारणा को स्पष्ट कीजिए तथा दुख एवं मुक्ति के साथ इसके संबंध का विश्लेषण कीजिए।

**Q6.** Discuss the Four Noble Truths and the Noble Eightfold Path of Buddhism as a systematic approach to overcoming suffering and attaining liberation.

दुख के निवारण एवं मुक्ति की प्राप्ति के व्यवस्थित मार्ग के रूप में बौद्ध धर्म के चार आर्यसत्यों तथा आर्य अष्टांगिक मार्ग की विवेचना कीजिए।

**Q7.** Explain the goal of human life according to Islam and Christianity, highlighting their respective spiritual orientations and common ethical values.

इस्लाम एवं ईसाई धर्म के अनुसार मानव जीवन के लक्ष्य की व्याख्या कीजिए तथा उनकी आध्यात्मिक दृष्टियों एवं समान नैतिक मूल्यों पर प्रकाश डालिए।

**Q8.** Examine the essential principles of Sufism and discuss the role of devotion and inner transformation in its spiritual path.

सूफीवाद के मूल सिद्धांतों का विवेचन कीजिए तथा इसके आध्यात्मिक मार्ग में भक्ति एवं आंतरिक परिवर्तन की भूमिका स्पष्ट कीजिए।

**Q9.** Analyse the concept of Kayotsarga and its application in Preksha Dhyana, with reference to bodily awareness and meditative discipline.

कायोत्सर्ग की अवधारणा एवं प्रेक्षा ध्यान में इसके अनुप्रयोग का विश्लेषण कीजिए तथा शारीरिक जागरूकता एवं ध्यानात्मक अनुशासन के संदर्भ में इसकी भूमिका स्पष्ट कीजिए।

**Q10.** Compare Tai Chi-based meditation, Zen meditation, Qi-gong meditation and G-Tummo meditation with reference to their contemplative orientation and practices.

चिंतनात्मक दृष्टिकोण एवं साधना-पद्धतियों के संदर्भ में ताई ची आधारित ध्यान, ज़ेन ध्यान, चीगोंग ध्यान एवं जी-टुम्मो ध्यान की तुलनात्मक विवेचना कीजिए।

**B. Write short notes on any four. Answer in about 150–200 words each.**

**ब. निम्नलिखित में से किन्हीं चार विषयों पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए। प्रत्येक उत्तर लगभग 150–200 शब्दों में लिखिए।** **(5 × 4 = 20)**

**Q1.** Briefly explain the goal of human life according to Jainism.

जैन धर्म के अनुसार मानव जीवन के लक्ष्य को संक्षेप में स्पष्ट कीजिए।

**Q2.** Write a short note on the concept of Syadvada and its relationship with Anekantavada.

स्याद्वाद की अवधारणा तथा अनेकांतवाद के साथ इसके संबंध पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए।

**Q3.** Explain the significance of Kayotsarga in the practice of Preksha Dhyana.

प्रेक्षा ध्यान की साधना में कायोत्सर्ग के महत्व को स्पष्ट कीजिए।

**Q4.** Briefly describe Skandha-vada and its significance in Buddhist philosophy.

स्कन्धवाद तथा बौद्ध दर्शन में इसके महत्व का संक्षिप्त वर्णन कीजिए।

**Q5.** State the goal of human life in Buddhism and explain its connection with the Four Noble Truths.

बौद्ध धर्म में मानव जीवन का लक्ष्य बताइए तथा चार आर्यसत्यों के साथ इसके संबंध को स्पष्ट कीजिए।

**Q6.** Write a comparative note on the spiritual goals of Islam, Christianity and Sufism.

इस्लाम, ईसाई धर्म एवं सूफीवाद के आध्यात्मिक लक्ष्यों पर तुलनात्मक टिप्पणी लिखिए।