

DAILY MAINS ANSWER WRITING – 14 MAY

What teachings of Buddha are most relevant today and why? Discuss. (150 words)

The core aim of Buddhist philosophy is to end suffering and unhappiness. In a conflict-ridden and increasingly interdependent world, Buddha's teachings are becoming ever more relevant.

Relevant Teachings of Buddha in Contemporary Times

- **Four Noble Truths:** Offer a foundational understanding of suffering and the path to its cessation.
- **Eightfold Path:** Serves as a practical guide for ethical and moral living.
- **Non-violence:** Promotes compassion and empathy towards all beings.
- **Impermanence:** Encourages acceptance of change and detachment from materialism.
- **Mindfulness:** Stresses present-moment awareness and self-awareness.

Relevance in India

- Growing adoption of mindfulness and meditation in schools, workplaces, and communities.
- Constitutional and societal emphasis on non-violence and communal harmony.
- Support for sustainable development and social welfare reflects Buddhist values.

Buddha's teachings offer enduring solutions to modern challenges, guiding individuals and societies toward peace, compassion, and mindful living.

बुद्ध की कौन-सी शिक्षाएँ आज सर्वाधिक प्रासंगिक हैं और क्यों ? चर्चा करें। (150 शब्द)

बौद्ध दर्शन का मुख्य उद्देश्य दुख और संताप को समाप्त करना है। संघर्ष पूर्ण एवं एक-दूसरे पर निर्भर विश्व में, बुद्ध की शिक्षाएँ और भी अधिक प्रासंगिक होती जा रही हैं।

वर्तमान में बुद्ध की प्रासंगिक शिक्षाएँ

- **चार आर्य सत्य:** दुख की मूलभूत समझ और उसके निवारण का मार्ग प्रस्तुत करता है।
- **अष्टांगिक मार्ग:** नैतिक जीवन हेतु व्यावहारिक मार्गदर्शक के रूप में कार्य करता है।
- **अहिंसा:** सभी प्राणियों के प्रति करुणा और सहानुभूति को बढ़ावा देता है।
- **अस्थायित्व:** परिवर्तन को स्वीकार करने एवं भौतिकवाद से अलगाव को प्रोत्साहित करता है।
- **मनन (Mindfulness):** वर्तमान क्षण की जागरूकता और आत्म-जागरूकता पर जोर देता है।

भारत में प्रासंगिकता

- स्कूलों, कार्यस्थलों और समुदायों में माइंडफुलनेस और ध्यान में वृद्धि।
- अहिंसा एवं सांप्रदायिक सद्भाव पर संवैधानिक तथा सामाजिक जोर।
- सतत विकास तथा सामाजिक कल्याण हेतु समर्थन बौद्ध मूल्यों को दर्शाता है।

बुद्ध की शिक्षाएं आधुनिक चुनौतियों के लिए हेतु सतत समाधान प्रस्तुत करती हैं तथा व्यक्तियों और समाजों को शांति, करुणा और सचेतन जीवन जीने की दिशा में मार्गदर्शन प्रदान करती हैं।