1. 独立后印度教和伊斯兰教冲突的发生及其原因

尽管印度教和伊斯兰教有着密切而共同的习俗，但他们在背教，不忠，割礼，偶像崇拜，反常现象，社会分类，素食主义，非暴力等方面的看法却截然不同。

当然还有政治因素，

莫迪政府自2014年掌权以来，采取越来越大胆的举动，以印度民族意识形态推动政策，将该国2亿人口的穆斯林族群边缘化。《公民身份修正法案》是莫迪迄今为止最大规模的排斥穆斯林举措，将可能改变印度境内宗教和社会的组成结构，巩固印度教民族主义信仰。

1. 印度人如何通过瑜伽来获得人生最高解脱

瑜伽的英文名字为YOGA，由梵文YUG音译而来，其含义是「一致」、「和谐」，意思是指通过修链达到身体、精神、与大自然的和谐统一。

这种修炼方式起源于5000多年前，当时许多隐居山林的哲人、苦行者、祖师、先知努力思索天人合一的途径，探求摆脱肉身累赘、实现精神永恒的修身之道，他们经常面对山川、树木、动物打坐冥思，从日月星辰的运行规律和自然生物的生死枯荣中吸取生命的奥秘，并形成了一些固定的修炼姿势。

在古印度，人们相信通过瑜伽可以摆脱轮回的痛苦，内在的自我将与宇宙的无上我合上；通过瑜伽将产生轮回的种子烧毁，心在主体被顿悟，一切障碍都将不存在。