







# क्रियायोग सन्देश



प्रयागराज

सोमवार, 7 सितम्बर, 2020

## सच्चे राजनीतिज्ञ के लिए आहार ...



राष्ट्र निर्माण में लगे प्रत्येक व्यक्ति को क्रियायोग का पूरी भवित्व से अभ्यास करना चाहिए। इस स्थिति में राष्ट्र में शान्ति की स्थापना होगी और राष्ट्र का बहुमुखी विकास होगा।

### सच्चे राजनीतिज्ञ के लिए आहार का नियम

राजनीति में सक्रिय सभी लोग जिन्हें शान्ति और सम्पन्न राष्ट्र बनाने की इच्छा है उन्हें क्रियायोग सिद्धान्त के अनुरूप आहार-विहार पर ध्यान देना चाहिए। इस अंक में कुछ संक्षिप्त नियमों का वर्णन किया जा रहा है। आगे के अंकों में इस पर विस्तार से चर्चा होगी।

#### मानव का मुख्य आहार : परमात्मा का प्रकाश

“मनुश्य केवल अन्न से जीवित नहीं रहेगा, बल्कि ईश्वरीय के मुख से उच्चारित प्रत्येक शब्द से ही जीवन धारण करेगा।”

— मैथ्यू 4:4 (बाइबिल)

मानव का मुख्य आहार परमात्मा का प्रकाश है जो परमात्मा के मुख से प्रकट होता है। मानव स्वरूप में सिर के पिछले भाग में स्थित मेडुला परमात्मा का मुख है जहाँ

ईश्वरीय प्रकाश कूटस्थ के रूप में स्थित है और फिर यही प्रकाश 24 तत्त्वों (चित्त, अहंकार, बुद्धि, मन, 10 इन्द्रियाँ, 5 तन्मात्राएँ, 5 पैचीकृत स्थूल तत्त्व) के रूप में प्रकट होता है। सिर से पैर की अँगुली तक मनुश्य का दृश्य रूप 24 तत्त्वों का ही प्रकाश है। मानव का दृश्य अस्तित्व परब्रह्म के प्रकाश का घनीभूत रूप है। यह परब्रह्म की अलौकिक उपस्थिति है। मानव का मुख्य आहार बाह्य भोजन— अन्न, फल, जल, वायु आदि ही नहीं बल्कि परमात्मा का प्रकाश है।

परमात्मा के प्रकाश को शस्त्रों में परमात्मा का हुक्म, शब्द, आत्मधन, कस्तूरी, ब्रह्मनाद, ओम, सूर्य आदि रूपों में वर्णित किया गया है। परमात्मा का प्रकाश जिसे बाइबिल में शब्द कहा गया है, ही पैर की अँगुली से सिर तक स्वरूप के रूप में प्रकट हो रहा है।

“And the Word became flesh and dwelt among us, and we beheld His glory, the glory as of the only begotten of the Father, full of grace and truth.” - (John 1:14 Bible)

शब्द को ही बाइबिल में पवित्रात्मा (Holy Spirit) कहा गया है जो मानव स्वरूप में सर्वव्यापी परम प्रकाश (कूटस्थ) के रूप में विद्यमान है।

“In the beginning was the Word, and the Word was with God, and the Word was God. The same was in the beginning with God. All things were made by him; and without him was not any thing made that was made. In him was life; and the life was the light of men. And the light shineth in darkness; and the darkness comprehended it not.” - (John 1:1,2,3,4,5 Bible)

क्रियायोग साधना के द्वारा मेडुला में प्रवेश करने वाले दिव्य ईश्वरीय प्रकाश से संयुक्त होने पर साधक बिना बाह्य भोजन, पानी आदि के भी शरीर को पूर्ण चौतन्य, शक्तियुक्त अवस्था में बनाये रखने की क्षमता प्राप्त कर लेता है। वह ठोस आहार के सहारे कम बल्कि सूक्ष्म ईश्वरीय प्रकाश के सहारे जीवन व्यतीत करने का ज्ञान प्राप्त कर लेता है।

मनुश्य का शरीर केवल अन्न से ही नहीं, बल्कि ब्रह्माण्ड में व्याप्त स्पन्दनशील महाप्राण (ओम, ब्रह्मनाद, शब्द, कूटस्थ चौतन्य) से जीवित है। यह अदृश्य महाशक्ति परमात्मा के मुख अर्थात् सिर के पिछले भाग में स्थित मेडुला के द्वारा शरीर में प्रवेश करती है और सप्त ज्ञानकेन्द्रों में इकट्ठा होते हुए पूरी शरीर में प्रवाहित होती है।

मानव स्वरूप के सिर व रीढ़ में ईश्वरीय प्रकाश सूक्ष्म ज्ञान तरंगों के रूप में प्रवाहित होता रहता है तथा यही प्रकाश सिर व रीढ़ में सप्त ज्ञानकेन्द्रों के रूप में प्रकट होता है। सिर व रीढ़ में स्थित सप्त ज्ञानकेन्द्र परब्रह्म का अलौकिक प्रकाश है। सिर व रीढ़ में प्रवाहित होने वाली ज्ञानधाराएँ अन्तःकरण में गंगा, यमुना व सरस्वती का स्वरूप हैं। इन ज्ञानधाराओं में स्नान करने पर साधक परम निर्मल अवस्था (निर्विकार अवस्था) की प्राप्ति कर लेता है।

क्रियायोग साधना के द्वारा सिर व रीढ़ में प्रवाहित होने वाले सूक्ष्म ज्ञान प्रवाह से संपर्क स्थापित होने पर साधक परमात्मा के प्रकाश के सहारे जीवन व्यतीत करने का ज्ञान प्राप्त कर लेता है। सिर व रीढ़ में स्थित सप्त ज्ञानकेन्द्रों को बाइबिल में सात चर्च, सात दीपक और सात तारों के रूप में वर्णित किया गया है। सिर व रीढ़ में स्थित सप्त ज्ञान केन्द्रों का सुशुप्त रूप सात चर्च तथा इनका जागृत रूप सात दीपक है। सप्त ज्ञानकेन्द्रों के पूर्ण जागृत होने पर सूक्ष्म जगत की अनुभूति को सप्त तारों के रूप में वर्णित किया गया है।

## FOOD FOR TRUE POLITICIANS...

Each and every representative or leader should be true practitioner of Kriyayoga Meditation. In this condition alone, there will be a peaceful and prosperous nation.

All politicians who are having a real desire of peaceful and prosperous nation should follow the principles and philosophy of food habit based on Kriyayoga Science.

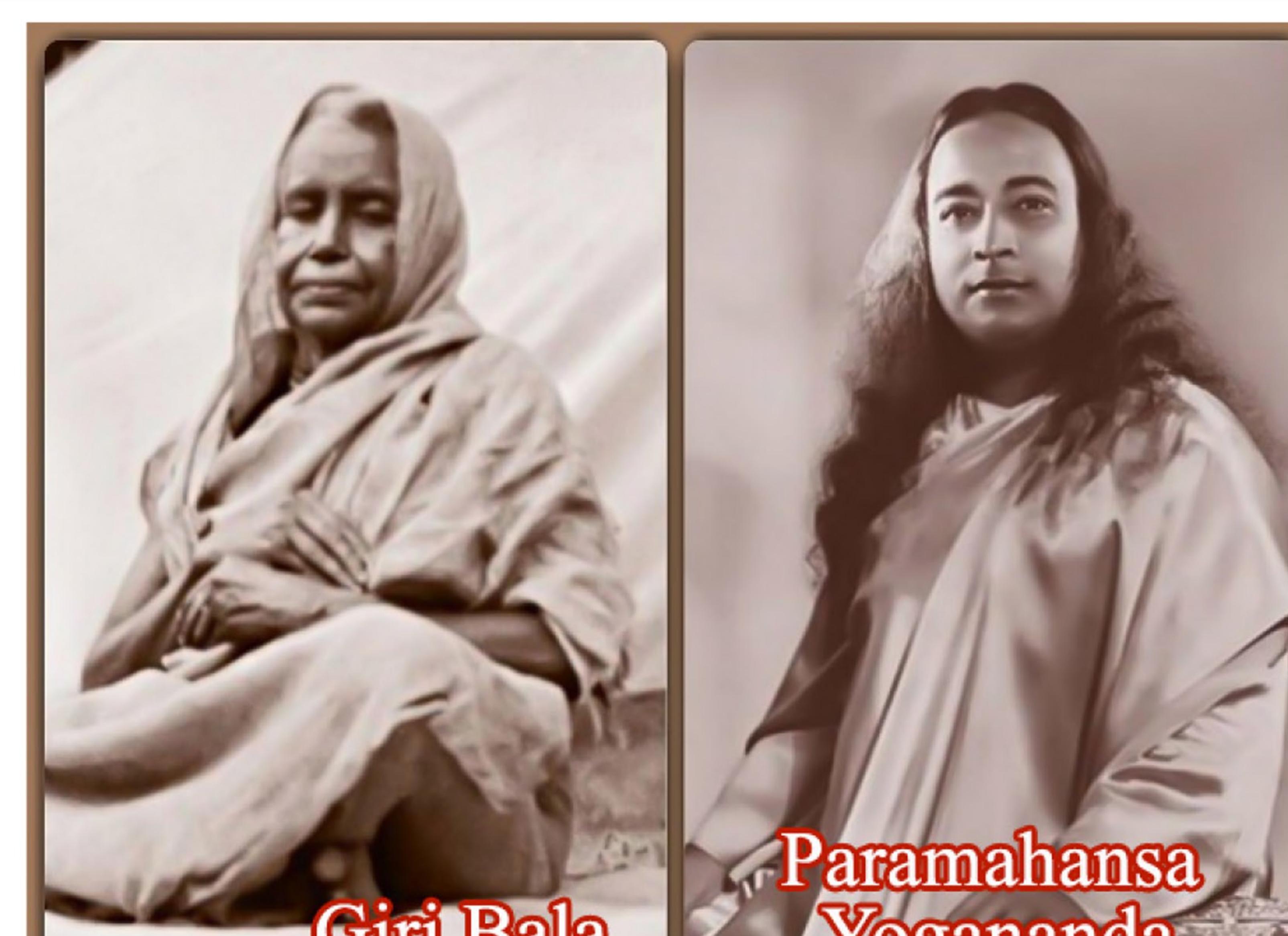
Some of these principles are given below:

#### Vegetarian Food Dietary Points:

It is stated in the Bible that the main diet of Human is The Light of God:

“But he answered and said, “It is written: ‘A man does not live by bread alone, but by every word that proceeds from the mouth of God.’” — Matthew 4:4 (Bible)

The main diet of human is the Light of God that proceeds from the Mouth of God. The medulla which is situated at the posterior surface of head is the Mouth of God where the Light of God is present in the form of Kuthastha Consciousness. The Light of God is manifested as 24 elements (Chitta, ego, wisdom, mind, ten indriyas, five tanmatras, five gross elements). The visible human form is constituted of the 24 elements and is the condensed form of all creations of Cosmos. Our form is the manifestation of God. The external source of nutrition for humans is not just grains, fruits, water and air that humans intake, but essentially the Light of God.



**The light of God has been described in the Scriptures as “Will of God” (hukum), “Word of God” (shabd), “Soul Riches” (Atma - dhan), “Kasturi”, “Brahmanaad”, “Aum”, “Sun within”, “Kundalini power” and “Intuition” etc.**

**In The Bible, the Light of God has been referred to as “Word” which manifests each moment in the form of head to toes.**

“And the Word became flesh and dwelt among us, and we beheld His glory, the glory as of the only begotten of the Father, full of grace and truth.” - John 1:14 (Bible)

During Kriyayoga Meditation, “Word” is perceived as vibration in the form of subtle sounds which is heard clearly when ears are closed. “Word” has also been known as Holy Spirit which

is present in humans as Omnipresent Consciousness (Kuthastha).



**Therese Neumann**

With the practice of Kriyayoga Meditation, when a practitioner unites with the Divine Light of God that enters the medulla, the practitioner is capable of keeping the body in a perfectly conscious and invigorated state without requiring the intake of any external food or water. In fact, the practitioner attains knowledge of the true art of living more so through the subtle Light of God than with any gross diet. In the history of saints of Kriyayoga, various saints have demonstrated the unique example of living by the Light of God. The non-eating woman saint of India, Giri Bala, and Jesus Christ – Sri Sri Paramahansa Yogananda, has written in detail in “An Autobiography of a Yogi” of how the Saints, Giri Bala and Therese Neumann, were able to maintain perfectly alive and conscious state of the body through the practice of Kriyayoga Meditation, without any food and water.