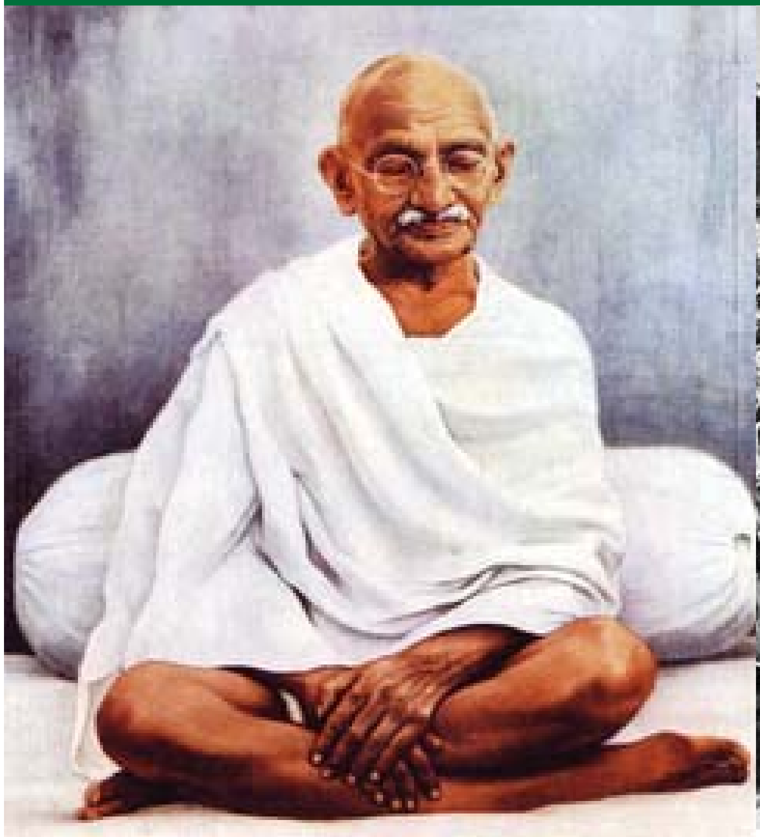
विश्व निर्माण एवं मानव विकास को द्रुतगति प्रदान करने हेतु क्रियायोग आश्रम एवं अनुसंधान संस्थान की एक अनुपम भेंट
A Unique Gift For International Unity and Development & Quick Evolution of Human Consciousness

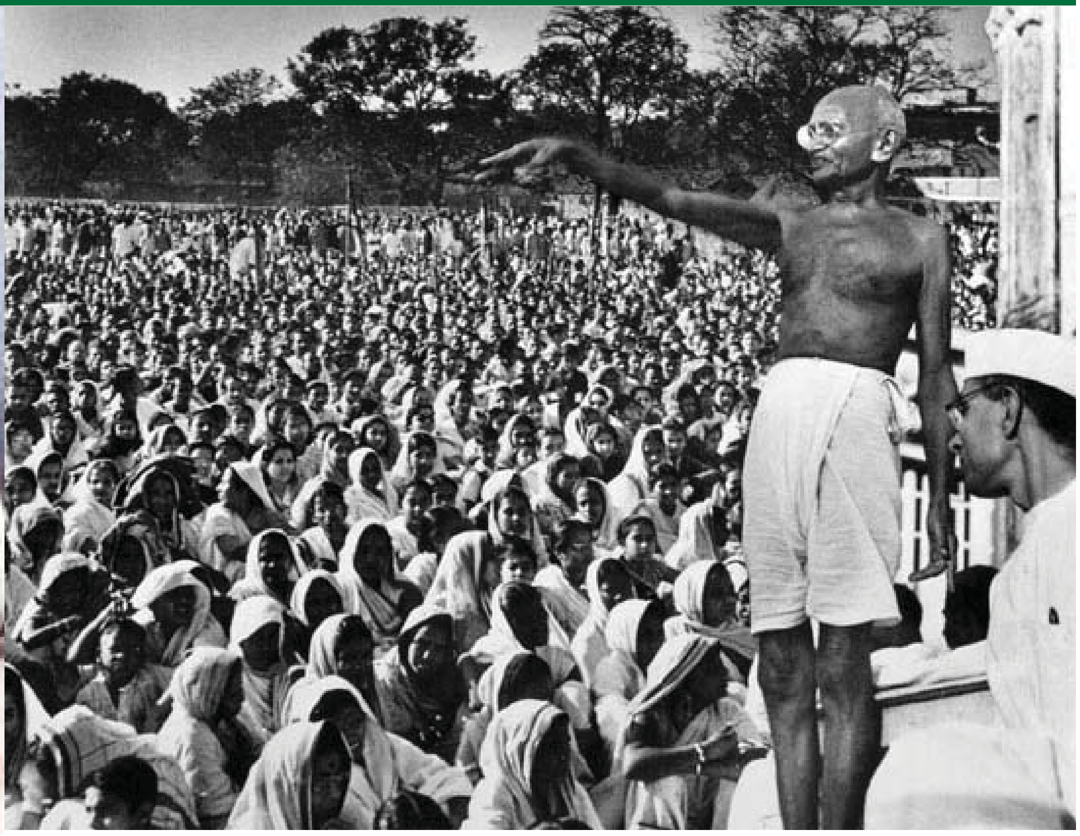
अखण्ड भारत सन्देश
Akhand Bharat Sandesh

पाक्षिक (Fortnightly) हिन्दी/English

वर्ष 13 * अंक 09 * विक्रम सम्वत् 2070 * शाके 1935 * आरोही द्वापर युग का 313वाँ वर्ष * 16-31 दिसम्बर, 2013 * मूल्य :10.00

True Politics *(Special Issue)* सच्ची राजनीति (विशेषांक)





Incarnation of Kriyayoga

Because of the present time of ascending Dwāpara Yuga (1600 A.D. to 4100 A.D.), the neurons (nerve cells) within the brain and spinal cord of human beings have become more developed. As a result of this, the understanding power of humans has increased. Because of the increased understanding power in human beings, deathless Avatar Mahavatar Babaji rediscovered and clarified Kriyayoga Meditation which had been lost in the dark ages (Kali Yuga - 700 B.C. to 1600 A.D.). With the practice of Kriyayoga Meditation, one is able to easily comprehend the hidden truth behind all names and forms, as well as the truth concealed in words and phrases written in Scriptures.

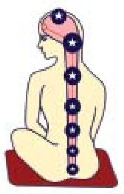
continued on Page 2...

क्रियायोग का अवतरण

आरोही द्वापर युग (1600 ई0 से 4100 ई0) के कारण मनुष्य के मस्तिष्क और मेरुदण्ड में स्थित न्यूरान्स (नर्व सेल) में विकास हुआ है। इसकी वजह से मनुष्य में समझने की सामर्थ्य बढ़ गयी है जिसके कारण लुप्त क्रियायोग ध्यान का ज्ञान पुनः प्रकाशित हुआ है। श्री महावतार बाबा जी ने क्रियायोग को पुनरुज्जीवित कर मानवता के लिए मुक्ति का द्वार खोल दिया। क्रियायोग ध्यान में शब्दों व वाक्यों में निहित सत्य को आसानी से समझ लेते हैं। आज आवश्यकता है कि हम राजनीति को ठ्ठीक तरह से समझें। राजनीति में छिपी हुई सच्ची भावना व सच्चे विचार को अनुभव करने पर राष्ट्र में स्थित मनुष्य, जीव-जन्तु, पेड़-पौधे, तलाब, झील, नदी, पहाड़ आदि को पर्याप्त संरक्षण आसानी से प्रदान करते हुए आवश्यकता के अनुकूल सभी प्रकार की सुविधाओं को मुहैया कराया जा सकता है। ''राज'' व ''नीति'' के संयोग से ''राजनीति'' बना है। ''राज'' शब्द ''राजयोग''

-शेष पृष्ठ 2 पर

Pg 3 The Scientific Technique To Become *Rāja*
राजा बनने की वैज्ञानिक प्रविधि
Pg 5 The Philosophy of Kriyayoga Science
क्रियायोग विज्ञान
Pg 6 Akhand Bharat Sandesh *(Aim and Objects)*
अखण्ड भारत सन्देश का उद्देश्य
Pg 10 Politics (*Rājnīti*)
राजनीति
Pg 12 Holy Festival of Christmas (The Real Celebration)
क्रिसमस पावन पर्व का वास्तविक स्वरूप



True Concept of Politics (*Rājnīti*)

In the present time, there is an urgent need to understand the true concept concealed within the word ***Rājnīti*** (politics). The time and moment human beings will experience true idea and true concept hidden within the word politics (***Rājnīti***), then there will be real service and protection for all human beings, animals, plants, ponds, lakes, rivers and mountains of all nations of the world.

Rājnīti(politics) is comprised of the words - "***Rāj***" and "*niti*" . "***Rāj***" represents ***Rāja*** (King). ***Rāja*** has its root in the word ***Rājayoga*** (Kriyayoga) . *"Neeti"* refers to the rules and laws essentially prescribed in the Science of ***Rājayoga***. Guru Vasist, Guru Vishwamitra, Incarnation of Vishnu - Lord Ram & Lord Krishna, Mahaveer Swami, Gautam Buddha, Maharshi Patanjali, Saint Kabir, Guru Nanak Dev and Yogiraj Lahiri Mahasaya taught the Science of ***Rājayoga*** to all human beings who were ready. The knowers of ***Rājayoga*** were known as ***Rājas*** (Kings).

Rājayoga Science explains that when one attains the state of Yoga, one joyfully performs all duties to provide perfect service to all like a ***Rāja*** (King) . A ***Rāja*** (King) is not illusioned by dualities such as joy and sorrow, profit and gain, sin and virtue, fame and disgrace etc. as experienced by an ordinary person. The life of a ***Rāja*** is filled with perceptions of true love, Omniscient knowledge, eternal peace, Immortality and Omnipresence each moment. Generally, common people are not able to understand the actions of a ***Rāja*** and even when they try to, they often reach to a wrong conclusion. The common understanding is that that ***Rājas*** like Lord Ram and Lord Krishna lived a most difficult and sorrowful life. This is not true. Lord Ram and Lord Krishna were able to perform all work very easily with no stress and demonstrated success in all walks of life. They lived a life fully saturated with eternal peace and bliss. They did not ever experience sensory joy or sorrow at any time.

When a person who has attained the state of Yoga experiences oneself as *Rāja*, then that person becomes most capable to provide protection and guidance, happiness and all the necessary facilities to all the creations of the nation. The citizens of the nation will then live a life free of fear and deficits. Today, it is important for everyone to understand the true meaning of *Rāja* whose meaning has been distorted. As the light of Kriyayoga is lit in each

से प्राप्त हुआ है और नीति राजयोग में व्यवस्थित नियम को संबोधित करता है। वशिष्ट मुनि, गुरु विश्वामित्र, भगवान श्री राम, भगवान श्रीकृष्ण, महर्षि पतंजलि, गौतम बुद्ध, महावीर स्वामी, संत कबीर, नानक देव, योगिराज लाहिड़ी महाशय ने राजयोग की शिक्षा दिया है। राजयोग शब्द स्पष्ट करता है कि योग की अवस्था में मनुष्य की स्थिति राजा के रूप में होती है। सामान्य लोग अपने जीवनकाल में जिस सुख दुःख, लाभ-हाँनि, पाप-पुण्य, यश-अपयश की अनुभूति में होते हैं, राजा इन सभी द्वन्दात्मक अनुभूतियों से परे की अवस्था में रहता है। राजा प्रतिपल सच्चे ज्ञान, चिर शांति, अमरता, सर्वव्यापकता की अनुभूति में रहता है। सामान्य लोग राजा के द्वारा किये गये क्रियाकलाप को समझ नहीं पाते हैं और जब समझने का प्रयास करते हैं तो गलत निष्कर्श पर पहुँचते हैं। सामान्य धारणा है राजा राम व श्रीकृष्ण आदि के जीवन में बहुत कष्ट हुआ। वे लोग कभी भी सुख व चैन से जीवन नहीं बिता सके। वास्तविकता इसके विपरीत है। भगवान श्री राम और भगवान श्रीकृष्ण प्रतिपल सर्वज्ञता व सर्वव्यापकता की अनुभूति में रहते थे। वे जीवन में कभी भी सुख-दुःख का अनुभव नहीं किये। वे हमेशा परमानन्द की अनुभूति में रहते थे।

योग की अवस्था में जब मनुष्य अपनी उपस्थिति राजा के रूप में अनुभव करता है तब उसे राष्ट्र के विविध रचनाओं को संरक्षण देने, उनका मार्गदर्शन करने और उन्हें पर्याप्त सुख-सुविधा पहुँचाने में सक्षम होता है। राजा के संरक्षण में समस्त प्रजा भय रहित व अभाव रहित स्थिति में होती है। आज आवश्यकता है कि राजा के बिगड़े हुए स्वरूप को सभी लोग समझें। जैसे-जैसे क्रियायोग ध्यान का दीप घर-घर में जलेगा वैसे-वैसे मनुष्य वास्तविक राजा का चयन कर वैभवशाली राष्ट्र बनाने में सफल होगा।

सच्चे राजा के व्यक्तिगत रहन-सहन के लिए सुविधाएँ व धन सामान्य जनता की आवश्यकताओं से बहुत कम होता है और राजा की नीति निर्धारण हेतु जो लोग विधायिका, न्यायपालिका व कार्यपालिका में होते हैं उनका भी व्यक्तिगत दैनिक खर्च सामान्य जनता के लिए प्रयुक्त धन से कम होता है। वर्तमान समय में सब कुछ इसके विपरीत है। शासन-प्रशासन व न्यायपालिका के व्यक्तियों के ऊपर राष्ट्र धन का व्यय बहुत अधिक है। वर्तमान समय में उपयुक्त राजा के अभाव में राष्ट्र के धन का सदुपयोग के स्थान पर दुरुपयोग हो रहा है। जो लोग अधिक बुद्धिमान और ज्ञानी होते हैं, वे शारीरिक बीमारियों व सभी प्रकार के मानसिक तनाव से मुक्त होते हैं। आज की स्थिति इसके विपरीत है। शासन-प्रशासन व न्यायपालिका के लोगों को अधिक बुद्धिमान और ज्ञानी माना जाता है। वे अधिक बीमार व मानसिक चिन्ता से ग्रसित हैं। वर्तमान समय में शासन, प्रशासन व न्यायपालिका में मौजदू व्यक्तियों को चिकित्सकीय व अन्य सुविधाएँ मुफ्त प्रदान की गयी हैं। आज आवश्यकता है राजा के रूप में सही व्यक्तियों का चुनाव हो जिससे राष्ट्र के सभी मनुष्य, जीव-जन्तु, पेड़-पौधे, तलाब, झील, नदी, पहाड़ व समुद्र का ठ्ठीक तरह से संरक्षण व व्यवस्था हो।

आज आवश्यकता है कि राष्ट्र के सभी लोगों में समझने की सामर्थ्य बढ़े। वे सच्चे राजा का चयन कर सकें। लोगों में समझ बढ़ाने की शिक्षा प्रणाली

home, humanity will select the true *Rāja* who will be most successful to create an affluent nation.

In ancient human civilization, the personal living and lodging requirements and expenses of a true ***Rāja*** was minimal. As well, the daily expenses of all those persons who were in legislature, judiciary and administration were less than that of an ordinary person. At the present time, the situation is the opposite. The expenses used for individuals of administration, legislature and judiciary is enormous. Due to the absence of a true ***Rāja***, the wealth of the nation is being misused. In addition, those persons who are intelligent and wise are free from physical ailments and mental inharmonies. However, today the situation is different. Individuals of administration, legislature and judiciary who are considered intelligent and wise are found to be physically unwell and have great mental tension. Today, there is an essential need to select the correct individuals as ***Rājas*** -- those who will be able to provide proper protection and facilities to humans, animals, plants, ponds, lakes, rivers, mountains and oceans of the nation.

The understanding of all people has to be increased in order to select a true ***Rāja***. This is however difficult, given the absence of a real education system that can increase one's understanding quickly. The traditional concept that an intelligent person is one who can reproduce matter that is heard or read, in speech and writing perfectly, is incorrect. Observe the function of a computer, a cell phone, mp3 player, and tape recorder. All these electronic devices can re-write and re-produce all matters without any mistake. In fact, they can work far better than human beings in this aspect. The intelligence and wisdom of human beings can be measured correctly through the advancement of research in various fields. In other words, an intelligent person is one who is engaged in continuous research and perceives ever-new joy while being on the path to seek Infinite knowledge and power within self, all humanity and all creations of the Cosmos.

The Scientific Technique To Become *Rāja*

का अभाव है। ''पढ़कर याद करने, लिखने और कहने की अभिव्यक्ति में जो खरा उतरता है उसे बुद्धिमान कहा जाता है।'' विचार करके देखें तो स्पष्ट है कि कम्प्यूटर, सेल फोन, एमपी थ्री प्लेयर व सभी प्रकार के टेप रिकार्ड आदि किसी भी शब्द या वाक्य को सुनते ही याद कर लेते हैं और बिना किसी गल्ती के उसकी अभिव्यक्ति बोलकर व लिखकर प्रस्तुत करने में पूर्णतया सफल हैं। हम इन मशीनों को बुद्धिमान नहीं कह सकते हैं।

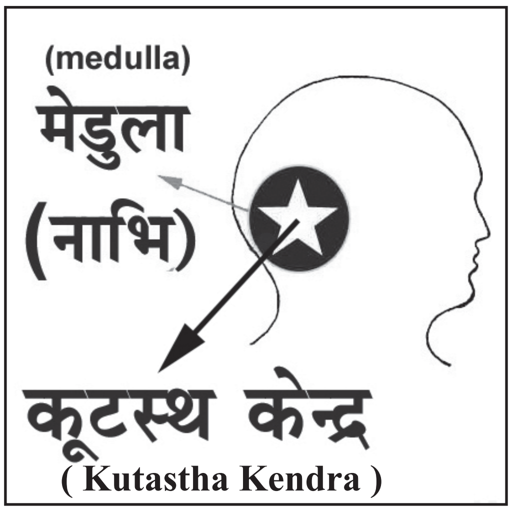
Yudhishtira Went To Heaven In Physical Form

''पढ़कर, याद करके लिखने और कहने की अभिव्यक्ति में जो खरा उतरता है उसे बुद्धिमान कहने की परम्परा गलत है।'' बुद्धिमान व्यक्ति उसे कहते हैं जो अनुसंधान में रत है और अपने व सभी मनुष्यों के अंदर तथा ब्रह्माण्ड की सभी रचनाओं में निहित अनन्त ज्ञान व शक्ति की उत्तरोत्तर खोज करने में नित्य नये आनन्द को प्राप्त होता है।

राजा बनने की वैज्ञानिक प्रविधि :

जिस शिक्षा से सम्राट युधिष्ठिर सशरीर स्वर्ग गमन किये थे वही शिक्षा राजयोग की शिक्षा है। इस शिक्षा के द्वारा मनुष्य का रूपान्तरण राजा के रूप में हो जाता है। युधिष्ठिर का स्वभाव युधिष्ठिर शब्द में निहित सत्य तत्व को

In the Mahābhārat, it is said that the eldest Pandavas son - Yudhisthira, went straight to heaven in his visible physical form. The technique to achieve this is the scientific education of ***Rājayoga***. Through this education, a human is transformed into a ***Rāja***. The nature of Yudhisthira can be explained by understanding the the Truth inherent in the word "Yudhisthira". One who is stable (*sthira*) in *Yudha* is known as *Yudhisthira. Yudha* does not mean fight, war or quarrel of any sort as it is commonly explained to be. Let us intuitively understand the word "*Yudha*".



Yudha is comprised of the following :

y - **य (eternal expansion) ,**

u - **उ (highest point) ,**

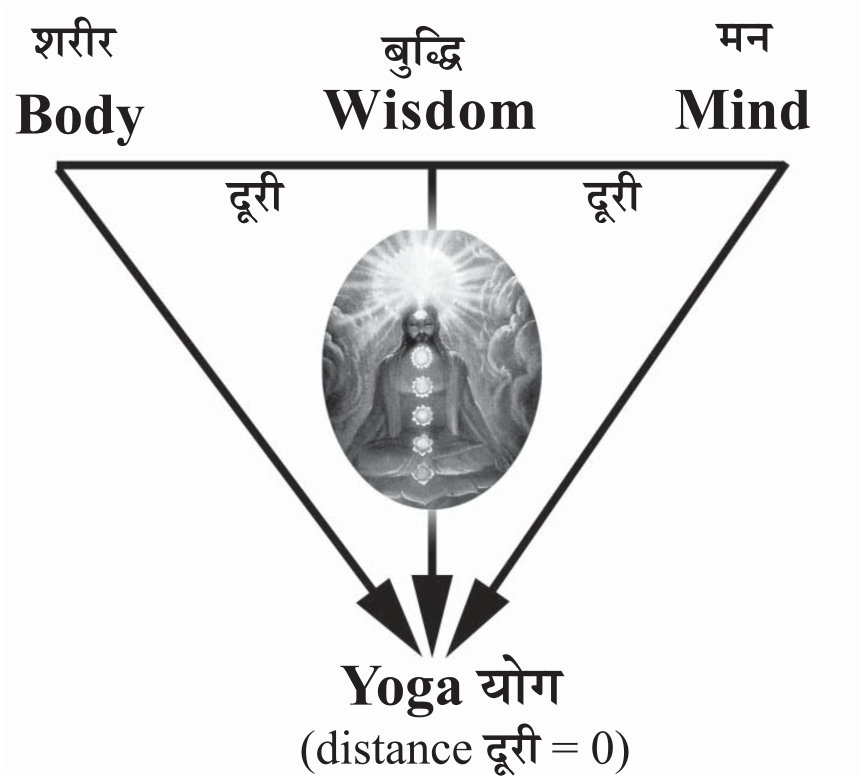
dh - **ध् (to acquire)**, a - **अ (Knowledge and Power within Brahma, Vishnu and Shiva)** and

d - **द् (Parabrahma - GOD)**

When a person increases the intensity and quantity of concentration at the highest point, the Kutastha, present within the medulla, then the person perceives that everything manifested within is the power and knowledge of Brahma, Vishnu and Shiva, which is the manifestation of Parabrahma (God). When one is constantly with this perception, then one is said to be stable in *Yudha*, which is known as the state of Yudhisthira. Anyone who wants to attain the state of Yudhisthira has to participate in Mahābhārat -- which is nothing but Kriyayoga Meditation. **The state of connecting with the greatest knowledge is known as Mahābhārat (Mahā - Greatest, bhā - knowledge, rat - to connect with).** At the final stage, a yogi experiences oneself to be one with Omniscient knowledge. Then there is no distance between oneself and God. **This state is also known as the state of Yoga. In this state, the elements of mind, wisdom and body are not perceived to be separate from one another. A yogi perceives all the three elements united as one and experiences a feeling of ever-new joy. This is known as the state of Yoga.**

A *Rāja* always remains in the state of Yoga which is easily attained through the practice of Kriyayoga Meditation. In Kriyayoga Meditation, one experiences Mahābhārat (*revealed and written by Māharshi VedVyasa*) within one's

समझने से स्पष्ट हो जाता है। युद्ध में जो स्थिर रहता है उसे युधिष्ठिर कहते हैं। यहाँ युद्ध का अभिप्राय लड़ाई-झगड़ा और वाद-विवाद प्रतियोगिता नहीं है। युद्ध को समझने के लिए अन्तर्ज्ञान से युद्ध शब्द का भेदन करते हैं। **युद्ध - य, उ, ध्, अ और द् के संयोग से बना है। य - निरन्तर विस्तार, उ - उर्ध्व बिन्दु, ध् - धारण करना, अ - ब्रह्मा, विष्णु, महेश के अंदर विद्यमान शक्ति व ज्ञान, द् - दाता (परब्रह्म) को सम्बोधित करता है।** जब मनुष्य अपने एकाग्रता की शक्ति का विस्तार करके उर्ध्व बिन्दु जो मेडुला के अंदर कूटस्थ के रूप में विद्यमान है, में केन्द्रित करता है तो उसे अनुभव होता है कि वह जो कुछ अपने अस्तित्व के रूप में धारण किया है, वह ब्रह्मा, विष्णु और शिव के अंदर विद्यमान शक्ति व ज्ञान तत्व है जो परब्रह्म का अलौकिक रूप है। इस अनुभूति में निरन्तर बने रहना युद्ध में स्थिर रहने की अवस्था है। यही युधिष्ठिर की स्थिति है। किसी भी मनुष्य को युधिष्ठिर की स्थिति में पहुँचने के लिए महाभारत में भाग लेना आवश्यक होता है। **महत् ज्ञान से संयुक्तावस्था को महाभारत की स्थिति कहते हैं। (महा - महत् , भा - ज्ञान, रत - संयुक्तावस्था)** महाभारत की पूर्णता में योगी अनुभव करता है कि उसका अस्तित्व सर्वज्ञ तत्व है। उसके और परमात्मा के बीच दूरी शून्य है। इस अवस्था को योग अवस्था कहते हैं। इस स्थिति में मन, बुद्धि और



शरीर तीनों अलग-अलग तत्व के रूप में अनुभव नहीं होते हैं। योगी जन तीनों की संयुक्त अनुभूति को नित्य नये आनन्द के रूप में अनुभव करते हैं। इसे ही योग अवस्था कहते हैं।

राजा निरन्तर योग की अवस्था में रहते हैं जिसे क्रियायोग ध्यान से सहजता में प्राप्त कर लेते हैं। क्रियायोग ध्यान में ब्रह्मर्षि वेदव्यास द्वारा रचित महाभारत में वर्णित योगेश्वर श्रीकृष्ण, पाण्डव जन व कौरव जन और उनके बीच में हो रहे समस्त क्रियाकलापों का अपने अंदर अनुभव करते हैं। महाभारत में वर्णित भीष्म पितामह का एकमात्र लक्ष्य हस्तिनापुर की सुरक्षा करने से जुड़ा है। वहीं पर पाण्डवों का लक्ष्य हस्तिनापुर की सुरक्षा के साथ-साथ भगवान श्रीकृष्ण के मार्ग

self. All the characters of Mahābhārat - Lord Krishna, Pandavas, Kauravas and their activities are within each and every person. In some people, the characteristics of Yudhisthir are more prevalent, in others, the characteristics of Bhim or Arjuna or Duryodhana are more prevalent. By observing the behaviour of the person, we can find out which character of the Mahābhārat (eg. Yudhisthira or Duryodhan and Krishna or Bhishm), is active in that person. The aim of Bhishm is to protect Hastinapur. Whereas the aim of Pandavas is to protect Hastinapur as well as to completely follow the teachings of Lord Krishna which explains the various techniques of how to seek the Kingdom of God within and how to ascend and enter into Heaven consciously.

To understand this correctly, here is a brief presenting about the characters/names mentioned in The Mahābhārat - Hastinapur, Dhritarashtra, Sanjaya, Kuru Grandfather Bhishm, Dhronacharya, Ashwathama, Shalya, Shakuni, Karna, Duryodhana and all his brothers, as well as, Yogeshwar Krishna, Dhrishtadymna, five Pandavas, Kunti, Madri and Draupadi etc.

The philosophy of Kriyayoga Science is that the Cosmos is present in each creation (पिण्ड). Any creation within which one can perceive the whole Cosmos is known as a *pindh* **(पिण्ड)** . During the practice, the yogi experiences the different characters of the Mahābhārat within self. This is described below:

1 - Dhritarāshtra : (धृतराष्ट्र) :

The body is referred to as the nation (rāshtra - **राष्ट्र**). The owner of the nation is known as Dhritarāshtra. At the time of birth, Dhritarāshtra was blind. In humans, the mind is blind. The mind is unable to see without the aid of eyes. **With the aid of the senses, the mind perceives all objects. Mind with the help of senses perceives objects of hearing, touch, vision, taste and smell.** Indriyas (5 sense organs and 5 organs of action) are represented in Hindi in short form "*gandha adi...*- गंध आदि " . *Gandha* means smell and *adi* means etc... so both put together is gandhāri. In the Mahābhārat, the King Dhritarāshtra is always with his wife - Gandhāri, in the same way, the blind mind is always with Indriyas.

During the Kali Yuga period, wisdom and soul are not

...continued on Pg 7

का पूर्णतया अनुसरण करके चैतन्य रूप में स्वर्ग की यात्रा करना है। इसे ठीक तरह से समझने के लिए महाभारत में वर्णित हस्तिनापुर, धृतराष्ट्र, संजय, कुरु वृद्ध पितामह भीष्म, द्रोणाचार्य, अश्वत्थामा, शल्य, शकुनी, कर्ण, दुर्योधन व उनके सभी भ्रातागण तथा योगेश्वर श्रीकृष्ण, धृष्टद्युम्न, पाँच पाण्डव, कुन्ती, माद्री व द्रौपदी आदि के विषय में संक्षेप में दिया जा रहा है। इसकी वृहद व्याख्या की अनुभूति क्रियायोग ध्यान कक्षा में बैठने पर साधक को अनुभव कराया जाता है। क्रियायोग ध्यान में योगी अपने स्वरूप को महाभारत में वर्णित कौरव, पाण्डवों के सभी पात्रों के रूप में अनुभव करते हुए अन्त में अपने ही स्वरूप में योगेश्वर श्रीकृष्ण का विश्वरूप दर्शन करके योग की अवस्था में स्थित हो जाता है। यही मानव जीवन का सर्वोच्च व एकमात्र लक्ष्य है।

क्रियायोग विज्ञान :

जैसे-जैसे क्रियायोग विज्ञान को समझते जाते हैं वैसे-वैसे महाभारत के वास्तविक स्वरूप का प्रकटन होता है। क्रियायोग विज्ञान को पढ़ने व समझने की विधि है क्रियायोग ध्यान। क्रियायोग विज्ञान का सिद्धान्त है यथा पिण्डे तथा ब्रह्माण्डे। यहाँ पिण्ड का अभिप्राय ब्रह्माण्ड में स्थित भिन्न-भिन्न रचनाओं से है। जिस रचना के अंदर पूरे ब्रह्माण्ड की अनुभूति हो उसे पिण्ड कहते हैं। ज्ञान की पूर्णावस्था में स्थित योगी जनों ने अनुभव किया है कि ब्रह्माण्ड की प्रत्येक रचना ही पिण्ड है। एक परमाणु के अंदर पूरे ब्रह्माण्ड का दर्शन होता है। उसी तरह अणु व ब्रह्माण्ड की सभी रचनाओं के अंदर ब्रह्माण्ड का दर्शन होता है।

-शेष पृष्ठ 7 पर

'अखण्ड भारत सन्देश' का उद्देश्य

''अखण्ड भारत''

की षाब्दिक एवं तात्विक व्याख्या

'अखण्ड भारत सन्देश' विश्व के सभी राष्ट्रों को एक सूत्र में जोड़ने के लिए एक अद्वितीय समाचार-पत्र है, जिसका मुख्य लक्ष्य है - मूल सत्य को स्थापित करना। इस समाचार-पत्र की शाब्दिक व्याख्या से मूल सत्य स्वयं प्रकाशित हो जाता है। 'अखण्ड' का आशय है, अविभाज्य और 'भारत' का आशय है 'भा' से रत । भा का अभिप्राय सम्पूर्ण ज्ञान से है। भारत ज्ञान युक्तावस्था का संबोधन है जो सदैव अविभाज्य है। जब मनुष्य इस अवस्था में होता है तो उसके द्वारा दिया गया संदेश सदैव सत्य होता है।

इस समाचार-पत्र का उद्देश्य है, पूरे विश्व की ऐसी घटनाओं को प्रकाशित करना जो मानव को मानव से, राष्ट्र को राष्ट्र से, पुरुष को प्रकृति से तथा आत्मा को परमात्मा से जोड़ने में मदद करें। 'अखण्ड भारत संदेश' सनातन भारतीय संस्कृति ''वसुधैव कुटुम्बकम्'' की भावना का पूरे विश्व में विस्तार करेगा।

''अखण्ड भारत संदेष'' के व्यापक स्वरूप को विस्तार से समझने के लिए ''अखण्ड भारत'' षब्द पर ध्यान दें । ''अखण्ड'' अवस्था को ही योग की अवस्था कहा गया है जिसमें स्थित होने पर स्पश्ट ज्ञान हो जाता है कि दृष्य व अदृष्य जगत एक अविभाजित परम तत्व है। अखण्ड अवस्था को ही सत्य अनुभूति की अवस्था कहा गया है। क्रियायोग ध्यान के द्वारा योग अवस्था के प्रकट होने पर मनुश्य अनुभव कर लेता है कि सुख–दुःख, पाप–पुण्य, माया–ब्रह्म आदि समस्त द्वैत अनुभूतियाँ स्वप्नवत् हैं । सत्य केवल एक है अमरता, अद्वैत की अनुभूति।

''भारत'' षब्द की विस्तृत व्याख्या करने पर स्पश्ट होता है कि ''भारत'' षब्द 'भा' तथा 'रत' दो षब्दों को मिलकर बना है। 'भा' का अभिप्राय ज्ञान से है तथा 'रत' का अभिप्राय पूरी तरह से जुड़ने से है । ज्ञान तीन प्रकार का है । ब्रह्मा का ज्ञान अर्थात् सृजन करने का ज्ञान, विश्णु अर्थात् संरक्षण करने का ज्ञान तथा षिव अर्थात् परम कल्याणकारी परिवर्तन करने का ज्ञान । जब मनुश्य अपने स्वरूप को अखण्ड स्थिति में अनुभव करता है तो उसे अपना अस्तित्व ब्रह्मा (सृजन), विश्णु (संरक्षण) व षिव (परिवर्तन) में निहित पूर्ण ज्ञान तत्व के रूप में दिखाई देता है। ऐसी अवस्था में अनुभव हो जाता है कि मनुश्य का स्वरूप सर्वज्ञ तत्व है ।

अखण्ड भारत संदेष उपरोक्त वर्णित संदेष के गूढ़ रहस्य को व्यक्त करता है । जैसे–जैसे इस भाव का विस्तार होगा वैसे–वैसे भारत राश्ट्र का निर्माण होगा और राश्ट्र निर्माण की यह प्रक्रिया प्रारम्भ हो गयी है। आगे आने वाले 15 वर्शो के अन्दर भारत अपने षक्तिवान और ज्ञानवान स्वरूप में प्रकट होकर सम्पूर्ण विष्व की उच्चतम् सेवा करेगा ।

अखण्ड भारत संदेष का मुख्य लक्ष्य है, हर मानव को अपने अंदर स्थित अखण्ड ज्ञान–प्रवाह से परिचित कराना, ताकि समाज को संकीर्णता के दायरे से ऊपर उठाकर विराट विष्व का दर्षन कराया जा सके । इस समाचार-पत्र के विस्तार से समाज के सारे अंग - शिक्षा, चिकित्सा, व्यापार, राजनीति आदि के स्वरूप में युगानुकूल परिवर्तन होगा । प्रत्येक देश की शिक्षा व्यवस्था सर्वोच्च स्थान पर होगी, जिसमें शिक्षित व्यक्ति रोजगार की दृष्टि से आत्म-निर्भर होगा। मानव-मानव के बीच एकता व प्रेम का शाश्वत् सम्बन्ध स्थापित होगा। एक ऐसे समाज का निर्माण होगा जो भारतीयता, वैज्ञानिकता तथा कर्मज्ञता व आध्यात्मिकता की शाश्वत् व संयुक्त शक्ति के जीवन्त रूप को प्रकट करेगा।

विषेश: क्रियायोग ध्यान के अभ्यास से मनुश्य को अनुभव हो जाता है कि उसका स्वरूप और दृष्य जगत अनन्त सर्वव्यापी अदृष्य षक्ति का प्रकाष है। जिस प्रकार लहर विषाल समुद्र की अभिव्यक्ति है। लहर और समुद्र दो नही हैं। ठीक उसी तरह दृष्य जगत भी लहर के रूप में है, जो सर्वव्यापी अनन्त निराकार की अभिव्यक्ति है।

Akhand Bharat Sandesh

Aim and Objects

Its main objective is to connect all nations together and to bring the realization in the Consciousness of human beings that the whole world is One Home and that all members of the Home are Children of God, fully charged with Omniscient, Omnipotent, Immortal and Omnipresent Consciousness. The name of Akhand Bharat reveals the same meaning. Akhand means undivided. Bharat means oneness with complete knowledge. Complete knowledge is known as Omniscient, Omnipotent, Immortal and Omnipresent Consciousness. Sandesh means message. The message of Akhand Bharat Sandesh will be delivered everywhere in bilingual language (Hindi and English).

Anyone who is charged with the thought that the whole world is One Home and that each and every person of the Home is a child of God, is a perfect person to serve like a Prophet. The nature of child of God is Omniscient, Omnipotent, Immortal and Omnipresent.

It is practically observed that the joyful devoted practice of Kriyayoga Meditation brings the same realization easily and quickly. Akhand Bharat Sandesh will spread this message everywhere and has decided to light the lamp of Kriyayoga Meditation in all homes of the world. The moment this newspaper will reach all persons of the world through the print, electronic and internet media, then heaven on the earth will be observed. *Vasudhaivakutumbakam* will be celebrated by the majority of persons. *Vasudhaivakutumbakam* means the whole world is one home. This thought will automatically change all branches of education such as engineering, medical, philosophy, social science etc... . Then all nations of the world will become rich with all the facilities needed by human beings and thus, become most suitable to live in.

awakened in a human being. Because of this the blind mind works as King within a person. That is why a person continues to commit mistakes. In Dwāpar Yuga, when wisdom is awakened, the blind mind steps down and wisdom becomes King. In this condition, human beings improve the quality of all activities they perform and they commit fewer mistakes. Awakened wisdom provides guidance to the mind, which brings a change in the activities performed by the mind. As a result, fewer mistakes are committed. Presently, it is the 313th year of the ascending pure Dwāpara Yuga. The understanding power of humans is increasing in all dimensions of life. At present, we have many tools to detect the mistakes and faults in various activities performed by human beings. As time will pass, the mistakes committed by people will decrease. In the dark phase - Kali Yuga, humans were sold as slaves. Attackers would forcefully rob others of their wealth and make the victims their slaves. They would even carry away the wives and daughters of the families and make them their slaves.

From 700 B.C. onwards, blind mind governs human consciousness. At present, Kriyayoga Science has incarnated in human consciousness to remove blindness of mind quickly. After a few years of devoted practice of Kriyayoga, blind mind is awakened and works as wisdom. In the late ascending Dwāpara Yuga, the majority of people will enjoy the governance of wisdom as King. Because of this, nations will become rich in all dimensions.

When a person practices Kriyayoga Meditation perfectly, then awakened mind (buddhi) is transformed into soul. In this state, man's existence is governed and controlled by power of soul. Wisdom, mind and senses perfectly obey the soul. In this state, all works of human beings are Godly in nature. When the majority of persons of the nation are in this state, the status of the nation is *Rām Rājya*.

2 - Hastinapur - When wisdom is awakened through Kriyayoga Meditation, a yogi perceives self as Hastinapur. In the Mahābhārat, self is described as Hastinapur. A human presents the acquired knowledge within through the instrumentality of the hands. If there are no hands, activities of creation, preservation and change are not possible. It is now clear that hands are the most necessary organs for expression of knowledge; therefore, visible self of human being (head to toes) represents Hastinapur. The term "*Hast*" in Hastinapur

क्रियायोग ध्यान में योगी अपने स्वरूप को पिण्ड के रूप में स्वीकार कर उसमें उत्तरोत्तर एकाग्रता बढ़ाने का अभ्यास करता है। अभ्यास काल में महाभारत में वर्णित विविध स्वरूपों का अनुभव अपने अंदर करता है। यथा -

1- धृतराष्ट्र : धृतम् राष्ट्रं एन सः धृतराष्ट्रः । यहाँ शरीर को राष्ट्र कहा गया है। राष्ट्र को धारण करने वाले को धृतराष्ट्र कहते हैं। धृतराष्ट्र जन्म से अंधे हैं। अपने स्वरूप में मन अंधा है। मन बिना आँख के देखता नहीं, बिना कान के सुनता नहीं। मन इन्द्रियों के सहारे ही समस्त विषयों को ग्रहण करता है। यहाँ इन्द्रियों का अभिप्राय शब्द, स्पर्श, रूप, रस, गन्ध से संबंधित ज्ञानेन्द्रियाँ हैं। इन्द्रियों को संक्षेप में गंध आदि से व्यक्त करते हैं जिसे गान्धारी कहते हैं। जिस प्रकार धृतराष्ट्र गान्धारी के साथ थे, उसी प्रकार अंधा मन इन्द्रियों के साथ है।

कलिकाल में मनुष्य के अंदर बुद्धि और आत्मा जागृत नहीं रहती है। इस समय मनुष्य में अंधे मन का साम्राज्य व्याप्त रहता है। इसी वजह से मनुष्य पल-पल पर गल्ती करता है। द्वापर में बुद्धि के जागृत होने पर बुद्धि मन को दिशा प्रदान करती है जिससे मन के द्वारा किये जा रहे समस्त क्रियाकलापों में उत्तरोत्तर परिवर्तन होता है और धीरे-धीरे गल्तियाँ कम होने लगती हैं। प्रारम्भिक समय शुद्ध आरोही द्वापर युग का 313वाँ वर्ष चल रहा है। मनुष्य की समझ सभी क्षेत्रों में बढ़ रही है। मनुष्य के द्वारा होने वाली गल्तियों को आसानी से पता लगाने की क्षमता प्राप्त हो गयी है। जैसे-जैसे समय बीतेगा वैसे-वैसे मनुष्य के द्वारा गल्तियाँ कम होगी। जो गल्तियाँ मनुष्य के द्वारा आज हो रही हैं ये गल्तियाँ पहले भी होती थीं। अतीत में मनुष्य के द्वारा मनुष्य बेचे जाते थे। आतंकियों द्वारा धन सम्पत्तियों को लूटकर मनुष्यों की चल अचल सम्पत्तियों पर जबरदस्ती कब्जा कर उन्हें गुलाम बनाकर रखते थे। बहू बेटियों को जबरदस्ती उड़ा ले जाते थे।

700 ई0पू0 से आज तक मनुष्य के अंदर अंधा मन ही राजा के रूप में विद्यमान है। अंधे मन के अंधेपन को दूर करने के लिए और अंदर में आत्मा को जागृत कर आत्मा को राजा बनाने के लिए क्रियायोग ध्यान की अनिवार्य आवश्यकता है। जब-जब मनुष्य के अस्तित्व में अंधा मन राजा के रूप में शासन करेगा तब-तब क्रियायोग ध्यान की अनिवार्य आवश्यकता होगी। वर्तमान समय में क्रियायोग ध्यान के द्वारा अंधे मन को शीघ्रता से जागृत बुद्धि के रूप में रूपान्तरित करके शासक बनाने की आवश्यकता है। जिस समय अधिकांश मनुष्य के अंदर जागृत बुद्धि शासक के रूप में विद्यमान होगी उस समय पूरा राष्ट्र सुसंस्कृत वैज्ञानिक राष्ट्र होगा। इस स्थिति में मनुष्य के द्वारा गल्तियाँ बहुत कम होगी।

क्रियायोग अभ्यास की पूर्णता में जागृत बुद्धि का रूपान्तरण आत्मतत्व में हो जाता है। इस स्थिति में मनुष्य का अस्तित्व आत्मशक्ति के द्वारा संचालित होता है। इन्द्रियाँ, मन व बुद्धि पूरी तरह से आत्मा के नियमों का पालन करती हैं। इस स्थिति में मनुष्य के द्वारा सम्पूर्ण कर्म ईश्वरीय नियम में होते हैं। जिस समय राष्ट्र के अधिकांश लोग इस अवस्था में होते हैं उस समय राष्ट्र में राम राज्य होता है।

2- हस्तिनापुर : क्रियायोग ध्यान से प्राप्त ज्ञान की अनुभूति में योगी अपने स्वरूप को हस्तिनापुर के रूप में अनुभव करता है। महाभारत में स्वरूप का

represents hands. ***The detailed explanation of Hastinapur will be given in the next issue of Akhand Bharat Sandesh.***

3 - Bhishm - In Kriyayoga Meditation, when one enters into the state of *samadhi* , one experiences ego-consciousness within. The image of Soul is ego.

Consciousness of ego is realization of the dimension of one's life as limited (like a chicken coop). Then one experiences that Omnipresent God has manifested as *maya* and is playing a Cosmic drama, where the Omnipresence of the Soul is manifested in limited forms, just as when one standing in front of the mirrors of different focal lengths, sees oneself in various different forms. Similarly, there is only one Omnipresent Consciousness that appears in numerous forms under the influence of *maya*. The multitude forms and their multitude thoughts are the result of the play of God (*prabhu leela*). During Kriyayoga Meditation, when a person perceives self as Bhishm, then a person pays special attention to the protection of the visible form (Hastinapur). One thinks that one's sole aim is to preserve visible existence of self. Then, one attempts in all ways to rid oneself of all physical and mental ailments and is unable to think of anything else. The tendency of showing and doing this is known as Bhishm consciousness.

When a yogi perceives the form of Bhishm within, through Kriyayoga Meditation, then the yogi realizes that the main aim of self is to transform the *Kauravas* (evil) tendencies within into *Pandavas* (angelic) tendencies. Through deeper practice, the dual thoughts of gender (*linga*) is equanimized and transformed into singular thought and the yogi becomes even-minded. As even-mindedness increases in quantity and intensity, the yogi perceives that each cell within reflects even-mindedness. At this moment, the yogi stops the practice of Kriyayoga Meditation.

In Mahabharat, when the character *Shikhandi* (equanimity of gender - male and female) is shown on the chariot along with Lord Krishna and Arjuna, it implies the realization of power of Vishnu (preservation), power of *Indra* (even-mindedness) and perception of equanimity in gender (*linga*). As long as the yogi perceives power of equanimity within, the power of even-mindedness (arrow of Arjuna) keeps on increasing in the yogi. In the Mahabharat, this is depicted by Arjuna continuously showering arrows on Bhishm. The arrow of Arjun represents the power of even-mindedness.

वर्णन हस्तिनापुर के रूप में है। मनुष्य अपने अंदर विद्यमान ज्ञान की अभिव्यक्ति हाथ के द्वारा प्रकट करता है। अगर हाथ न हो तो सृजन, संरक्षण व परिवर्तन के क्रियाकलाप संभव नहीं हैं। इस तरह स्पष्ट है कि ज्ञान की अभिव्यक्ति के लिए हाथों की अनिवार्य आवश्यकता है, इसलिए स्वरूप को हस्तिनापुर के रूप में संबोधित किया गया है। हस्तिनापुर में हस्त शब्द हाथ को संबोधित करता है। ***हस्तिनापुर का विस्तार से वर्णन अखण्ड भारत संदेश के अगले अंकों में किया जायेगा।***

3- भीष्म : क्रियायोग ध्यान में समाधि घटित होने पर योगी को अपने अंदर जीवभाव व आत्मभाव का दर्शन होता है। वह अनुभव करता है कि सर्वव्यापी आत्मा माया को प्रकट कर एक खेल रचती है, जिसमें आत्मा की सर्वव्यापकता अनगिनत सीमित घटकों के रूप में उसी तरह प्रकट होती है जैसे कोई भी व्यक्ति विभिन्न फोकल लेन्थ (focal length) दर्पणों के सामने खड़े होने पर अपने को विविध रूपों में देखता है। इसी तरह सर्वव्यापी आत्मा एक है और वह माया के प्रभाव से अनगिनत रूपों में प्रकट होती है। मनुष्य का विविध रुप और उनके विविध विचार प्रभु की इसी लीला का परिणाम है। क्रियायोग साधना के समय मनुष्य जब अपनी अनुभूति भीष्म भाव में करता है तो वह अपने दृश्य रूप (हस्तिनापुर) की सुरक्षा पर विशेष ध्यान देता है। वह समझता है कि उसका एकमात्र लक्ष्य केवल अपने दृश्य रूप को बनाये रखने में ही है। वह शारीरिक और मानसिक बीमारियों से मुक्त होने का निरन्तर प्रयास करता है और इससे और अधिक कुछ नहीं सोच पाता है। इसी प्रवृत्ति को भीष्म प्रवृत्ति कहते हैं।

भीष्म प्रवृत्ति की अनुभूति करता हुआ योगी जब युद्ध का संचालन **(क्रियायोग ध्यान)** करता है तो उसके मन में बार-बार यह विचार उङ्गता है कि उसका प्रमुख लक्ष्य उसके स्वरूप में कौरव पक्ष की सभी क्रियाशील प्रवृत्तियों को दैव प्रवृत्ति में रूपान्तरित करना है। क्रियायोग ध्यान करते-करते एक समय ऐसा आता है कि योगी स्वरूप की अनुभूति में लिंग भेद (स्त्री पुरुष का भेद) का विचार रूपान्तरित होकर समत्व भाव प्रकट हो जाता है। इसके पश्चात् योगी के अंदर समत्व भाव की तीव्रता व मात्रा बढ़ने लगती है। कुछ समय के पश्चात योगी को अनुभव होता है कि उसके अस्तित्व का प्रत्येक अंश समत्व भाव के रूप में प्रकाशित हो रहा है। ऐसे समय में योगी भीष्म भाव में युद्ध **(क्रियायोग ध्यान)** करना बंद कर देता है।

महाभारत में भगवान श्रीकृष्ण द्वारा संचालित रथ पर अर्जुन के साथ शिखण्डी का होना योगी के द्वारा अपने स्वरुप में विष्णु की शक्ति, इन्द्र की शक्ति (समत्व) व लिंग भेद में समता प्रदान करने वाली शक्ति का दर्शन होता है। योगी के अंदर इस शक्ति का दर्शन जब तक होता रहता है तब तक उसके स्वरूप में समत्व शक्ति (अर्जुन की तीर) का उत्तरोत्तर विकास होता रहता है। अर्जुन के द्वारा भीष्म पर लगातार तीर चलाना इसी भाव को प्रकट करता है।

4- धृष्टद्युम्न : धृष्टद्युम्न द्रुपद के पुत्र हैं। ''द्रुपद'' शब्द ''द्रुत'' और ''पद'' के संयोग से बना है। ''द्रुत'' का अभिप्राय शीघ्रता से और ''पद'' का अभिप्राय चलने से है। पूरी एकाग्रता से तीव्र गति से काम करने पर मनुष्य के अंदर सक्रिय शक्ति को द्रुपद शक्ति कहते हैं। द्रुपद शक्ति के द्वारा धृष्टद्युम्न शक्ति प्रकट होती है। ''धृष्टद्युम्न'' शक्ति ''धृष्ट'' और ''द्युम्न'' के संयोग से बना

4 - Dhrishtadyumna : Dhristadyumna is the son of Drupad. Drupad is comprised of "*Dru*" and "*pad*". *"Dru"* means quickly and "*pad*" means to walk. The active power by which one is able to work quickly with the highest concentration is known as the power of *Drupad.* **Dhristadyumna power arises from the power of Drupad.** Dhristadyumna is comprised of *"Dhrisht"* and *"ayumna"*. *"Dhrisht"* means friction and *"ayumna"* means power. During Kriyayoga Meditation, friction occurs between body and mind which gives rise to the inner light of Divine perception known as Dhristadyumna. As long as this light is awakening within, the yogi is maintained in angelic (*Pandavas*) consciousness.

Kriyayoga Meditation is the Technique to Reduce Distance Between Body and Mind

The method to reduce the distance between body and mind is Mahabharat yudha where the yogi transforms the ego-consciousness to God-consciousness. It is not allowed to fully describe the practice of Kriyayoga Meditation in writing through publication. To understand and learn Kriyayoga correctly, one has to stay at Kriyayoga Ashram in Jhunsi, Allahabad under the guidance of Guruji Swami Shree Yogi Satyam. Here, we are giving a summary about Kriyayoga practice.

1. A yogi increases concentration on Hastinapur (body).

2. **Awakening the Power of Dhristadyumna-**
Whenever a person places concentration of mind on the body, the distance between body and mind decreases and the power of friction manifests within in the form of inner light of Divine perception. In the presence of this inner divine perception, the power of the five angelic consciousness (*Pandavas*) remains awakened within.

3. **Bhrumadya Darshan -**
With concentration on Hastinapur, a yogi increases concentration in the Divine light within Bhrumadya and progresses the awakened power of *Pandavas* towards the abode of Vishnu or consciousness of preservation.

4. **Bhramadand Darshan -**
By maintaining oneself in the above states, a yogi continually expands concentration on the power of God that flows in the brain and spinal cord within the head and spine each moment.

है। ''धृष्ट'' का अभिप्राय घर्षण तथा ''द्युम्न'' को बल कहते हैं। क्रियायोग ध्यान के द्वारा शरीर व मन के बीच घर्षण होने पर एक चैतन्य ज्योति प्रकट होती है, इसी चैतन्य ज्योति को धृष्टद्युम्न कहते हैं। इस शक्ति के प्रकट होने पर योगी के अंदर पाण्डव शक्ति (देवत्व) जागृत अवस्था में बनी रहती है।

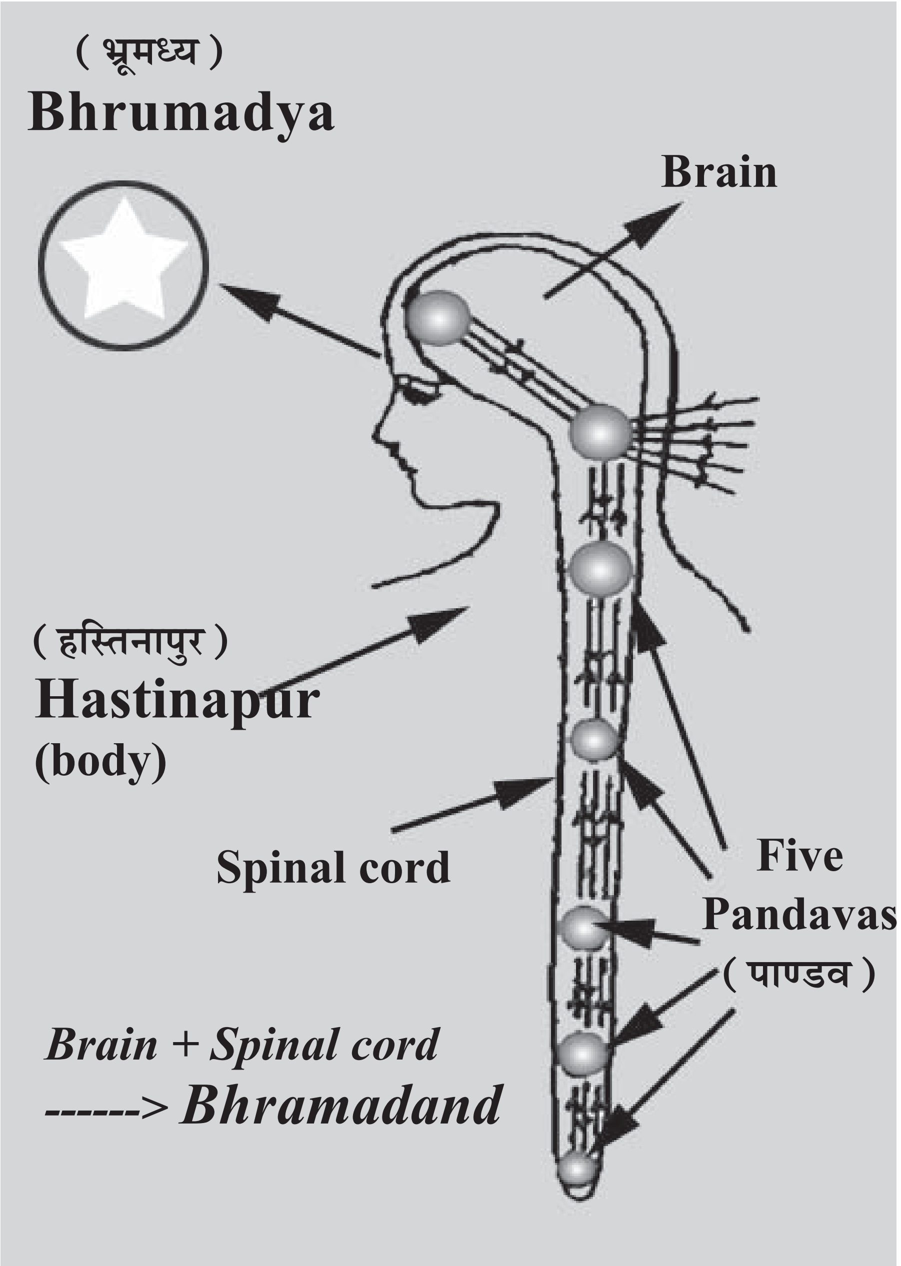
शरीर व मन के बीच दूरी घटाने की प्रविधि - क्रियायोग ध्यान :

शरीर व मन के बीच दूरी घटाने की प्रविधि को महाभारत युद्ध कहते हैं जिसमें योगी अपने जीवभाव को आत्मभाव में रूपान्तरित करता है। क्रियायोग ध्यान को लिखकर पूरी तरह स्पष्ट नहीं किया जा सकता है। **क्रियायोग आश्रम में रहकर क्रियायोग गुरू के द्वारा क्रियायोग सीखने पर ही क्रियायोग को ठीक तरह से समझा जा सकता है।**

क्रियायोग प्रविधि को यहाँ संक्षेप में दिया जा रहा है।

1- योगी द्वारा हस्तिनापुर (शरीर) में एकाग्रता बढ़ाते हैं।

2- धृष्टद्युम्न शक्ति को प्रकट करना । जैसे-जैसे मन को शरीर पर केन्द्रित करते हैं वैसे-वैसे शरीर व मन के बीच दूरी घटती जाती है और योगी के अंदर घर्षण बल चैतन्य ज्योति के रूप में प्रकट होता है। इसी ज्योति के आभामण्डल में पाँच पाण्डवों की शक्ति जागृत अवस्था में बनी रहती है।



क्रियायोग ध्यान में भ्रूमध्य व सिर रीढ़ (ब्रह्मदण्ड) पर एकाग्रता
Bhramadand Darshan

Politics (*Rājnīti*) :

With the practice of Kriyayoga Meditation (*Rājyoga*), we attain real knowledge of politics. The Hindi term - *"Rājnīti"* is comprised of *"Rāj"* and *"nīti"*. *Rāj* implies *Rāja* (King) and *"nīti"* implies laws. The laws that enable a man to become a *Rāja* (King) are known as *Rājnīti*. Serving the nation based on these laws brings complete development to the nation. Below is a summary of the aforesaid laws that can bring great development of our nation -

1. **Penance (*Tapa*)** - Placing concentration of mind on the body and accepting all changes of tension-relaxation, lightness-heaviness, hot-cold, joy-sorrow as one substance is known as *Tapa*. The varieties of changes perceived in the body are multi-dimensional forms of life-force (*prān*). As we practice Kriyayoga more and more, all dualities are transformed into singularities. This power of singularity is also known as Omniscient substance, Omnipotent substance, Infinite Peace, Immortal substance or life-force etc... Those who live a life of penance, perform activities based on the principles of Truth and Non-violence. Such persons are the ones who are true developers of the nation.

2. **Purity(*shauch*)** - When a yogi places concentration of mind on body and accepts all the perceptions of dualities as divine perceptions, then the yogi is in the state of ***shauch*** and realizes oneself as pure. ***Shauch*** implies purity. A person who lives in this state is able to radiate peace and joy to all around them.

3. **Satisfaction** (*santosh*) - As a yogi perceives purity within more and more, the yogi attains great satisfaction. The yogi realizes then that the more one practices Kriyayoga meditation, the greater the satisfaction felt within. With complete practice, a yogi feels that there is no distance between self and God and realizes permanent satisfaction. Such a person is able to solve all the problems of the nation.

4. **Self-Realization** *(Swadhya)* - On perceiving tapa, shaucha and santosh, a yogi realizes infinite

3- भ्रूमध्य दर्शन : हस्तिनापुर में एकाग्रता बनाये हुए योगी भ्रूमध्य की तरफ आभामण्डल में एकाग्रता बढ़ाकर अपने अंदर जागृत पाण्डवों की शक्ति को विष्णु लोक की ओर अग्रसित करता है।

4- ब्रह्मदण्ड दर्शन : उपरोक्त स्थितियों में रहते हुए योगी उत्तरोत्तर सिर व रीढ़ के अंदर ब्रेन स्पाइनल कार्ड में प्रवाहित ब्रह्मशक्ति में प्रतिपल एकाग्रता का उत्तरोत्तर विस्तार करता है।

राजनीति :

क्रियायोग ध्यान राजयोग का अभ्यास में राजनीति का सच्चा ज्ञान प्रकट होता है। ''राजनीति'' शब्द ''राज'' व ''नीति'' से मिलकर बना है। ''राज'' राजा को संबोधित करता है तथा ''नीति'' नियम को। जिस नियम में रहने पर मनुष्य का स्वरूप राजा के रूप में प्रकाशित होता है उस नियम को राजनीति कहते हैं। राजयोग में वर्णित नीति के आधार पर राष्ट्र की सेवा में राष्ट्र का पूर्ण विकास निहित है। ***राजयोग में वर्णित नीति का संक्षेप में वर्णन इस प्रकार है -***

1- तप : शरीर पर मन को केन्द्रित करने पर कड़ापन-ढ़ीलापन, हल्कापन-भारीपन, गर्मी-सर्दी, सुख-दुःख आदि की समस्त अनुभूतियों को एक तत्व के रूप में स्वीकार करना, तप कहा जाता है। शरीर में विभिन्न प्रकार के परिवर्तनों की अनुभूतियाँ प्राण तत्व की भिन्न-भिन्न अवस्था है। जैसे-जैसे क्रियायोग का अभ्यास आगे बढ़ता वैसे-वैसे सभी द्वन्दात्मक अनुभूतियाँ अद्वैत शक्ति में रूपान्तरित होने लगती हैं। अद्वैत की इस शक्ति को सर्वज्ञ तत्व, सर्वशक्तिमान तत्व, परम शांति तत्व, अमर तत्व, परमानन्द तत्व, जीवन तत्व आदि कहते हैं।

वे मनुष्य जो तप के सिद्धान्त पर जीवन जीते हैं, उनके द्वारा किये गये समस्त क्रियाकलाप सत्य व अहिंसा के सिद्धान्त से जुड़े होते हैं। ऐसे ही लोग राष्ट्र के सच्चे निर्माता होते हैं।

2- शौंच : मन को शरीर पर केन्द्रित करने पर विभिन्न द्वन्दात्मक अनुभूतियों को पावन अनुभूति के रूप में स्वीकार करने से योगी शौंच की अवस्था में रहते हैं। शौंच का अभिप्राय पवित्रता से है। इस अभ्यास से योगी को उत्तरोत्तर अनुभव होता है कि उसका स्वरूप पावन और पवित्र अस्तित्व है। इस स्थिति में रहने वाले व्यक्ति से सभी को सुख और शांति मिलती है।

3- संतोष : योगी जैसे-जैसे तप और शौंच की अनुभूति में आगे बढ़ता वैसे-वैसे अपने अंदर संतोष तत्व की वृद्धि पाता है। उसको पूरी तरह आभास हो जाता है कि जैसे-जैसे वह क्रियायोग ध्यान का अभ्यास करेगा वैसे-वैसे वह और अधिक संतुष्ट होता जायेगा। क्रियायोग अभ्यास की पूर्णता में योगी अनुभव करता है कि उसके और परमात्मा के बीच दूरी शून्य है। इस अनुभूति में उसे स्थायी संतोष की प्राप्ति होती है। ऐसे व्यक्ति के द्वारा राष्ट्र की समस्त समस्याओं का निराकरण संभव है।

4- स्वाध्याय : तप, शौंच व संतोष की अनुभूति में मनुष्य को स्वरूप दर्शन होता है, वह अपने स्वरूप की सच्ची अनुभूति कर लेता है। वह अनुभव करता है कि उसका स्वरुप और ब्रह्माण्ड की सभी रचनाएँ परमात्मा का दृश्य रूप है। यहाँ परमात्मा का अभिप्राय सर्वज्ञ तत्व, सर्वशक्तिमान तत्व, अमर तत्व व परमानन्द

form of self. Then, one perceives that self and all creations of Cosmos are manfestations of God. Here, God means Omniscient, Omnipotent, Immortal and Bliss element. On realizing one's real form, one is capable to establish lawd based on Truth and Non-violence and implement these laws in a simple way for the nation.

5. *Ishwarapranidhānāni* - When one perceives self as visible form of God, then one is said to be in the state of *Iswarapraanidhānāni*. When one is in the state of *tapa, shaucha, santhosh, swadhya,* one is experiencing *Iswarapraanidhānāni*. To surrender all to God is known as *Iswarapraanidhānāni*. Just as when wood placed in fire becomes fire, when a person surrenders self and all activities to God, then everything becomes God. Then, the person does not harm anyone in thought, speech and action. The person accepts all as manifestations of God. Such persons are most capable to make a heavenly development in the nation.

The Expansion of Kriyayoga Will Bring Development of India

Spreading Kriyayoga is the most important and sacred work to perpetually empower and bring knowledge to the political, educational and social environments in India. When there is expansion of Kriyayoga in India, the society will understand *Rāja*, *Rājnīti* and *Rājdharma*. Then all problems of the nation will be removed. The awakened consciousness in all the humans in the whole universe is continually advancing towards Kriyayoga Meditation. In the future, it will be possible to solve all problems of all the people in the world easily; fights and quarrels will reduce, poverty will be removed and love will increase amongst people and all the necessary facilities will be available to all. ☙

तत्व से है। स्वरूप अनुभूति के पश्चात् योगी पूरे राष्ट्र में सत्य व अहिंसा के नियमों की पुनर्स्थापना व क्रियान्यवन सरलता से करने में सक्षम होता है।

5- ईश्वरप्रणिधानानि : स्वरूप के पूर्ण अस्तित्व को ईश्वर के दृश्य रूप अनुभव करना ईश्वरप्रणिधानानि की अनुभूति है। तप, शौंच, संतोष, स्वाध्याय की अवस्था में ईश्वरप्रणिधानानि का भाव है। ईश्वर में सब कुछ अर्पण को ईश्वरप्रणिधानानि कहते हैं। जिस प्रकार आग में लकड़ी आदि वस्तु को अर्पित करने पर उस वस्तु का स्वरूप आग के रूप में प्रकट हो जाता है। उसी तरह से मनुष्य जब अपने सम्पूर्ण क्रियाकलाप व अस्तित्व को ईश्वर में अर्पित करता है तो उसका स्वरूप व क्रियाकलाप ईश्वर के स्वरूप में प्रकट हो जाता है। इस स्थिति में मन, वचन व कर्म से मनुष्य किसी को हाँनि नहीं पहुँचाता है। वह सभी को ईश्वर के अलौकिक रूप में स्वीकार करता है। इस प्रकार के मनुष्य राष्ट्र का सर्वांगीण विकास करने में समर्थ होते हैं।

क्रियायोग का विस्तार - भारतवष का निर्माण

भारतवर्ष के राजनीतिक, शैक्षिक व सामाजिक पर्यावरण को चिर आनन्द के आभामण्डल में ज्ञानयुक्त व शक्तियुक्त करने के लिए क्रियायोग का विस्तार सबसे महत्वपूर्ण और पावन कर्म है। जैसे-जैसे क्रियायोग का विस्तार होगा वैसे-वैसे राजा, राजनीति, राजधर्म आदि के विषय में जनता को सम्यक् ज्ञान होगा और राष्ट्र की सभी प्रकार की समस्याएँ आसानी से दूर हो जाएँगी।

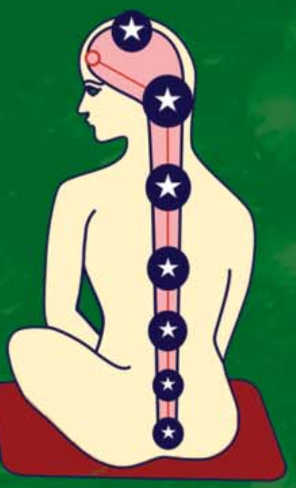
विश्व के सभी मानव के अंदर जागृत चेतना निरन्तर क्रियायोग विज्ञान की ओर बढ़ रही है। भविष्य में मनुष्य की सभी प्रकार की समस्याओं का निराकरण आसानी से संभव होगा। लड़ाई-झगड़े कम होते जाएँगे, गरीबी मिटती जायेगी, आपस में प्रेम भाव बढ़ता जायेगा, सभी प्रकार की आवश्यक सुविधाएँ सभी को प्राप्त होंगी। ☙

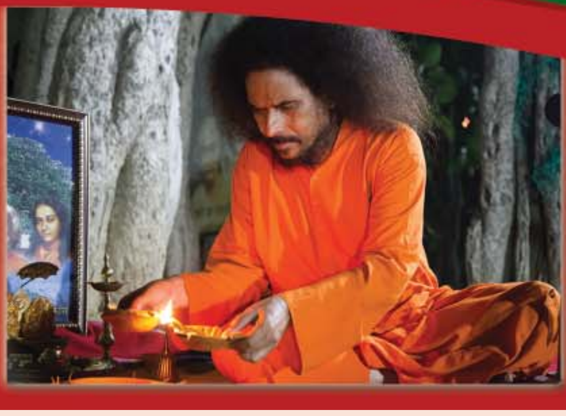
Guruji conducting Kriyayoga Classes in Villages...

Guruji conducting Kriyayoga Class from Media Van in the villages

Wishing You A Merry Christmas & Happy New Year

Experience Christ-Consciousness within through Kriyayoga Meditation





Holy Festival of Christmas

The Real Celebration :

The holy festival of "Christmas" is known as Christmas Day. "Chris", "mas" and "day" make up Christmas Day. "Chris" represents Christ -Consciousness, "mas" represents congregation or massive crowd and "day" represents knowledge / light. The perception of Christmas Day is known as the state of Mahābhārat. By practising Kriyayoga Meditation, one can perceive this knowledge easily and quickly.

In "Christmas day", "day" represents light or complete knowledge, which expresses the state of Christmas. Such a congregation that experiences Christ-consciousness (Omnipresence of God) is known as light. Everyone needs this light. When one lives with this light, one becomes capable of full development of the nation.

क्रिसमस पावन पर्व

का वास्तविक स्वरूप :

''क्रिसमस'' पावन पर्व को क्रिसमस डे कहते हैं। ''क्रिस'', ''मस'' व ''डे'' से मिलकर ''क्रिसमस डे'' बना है। **क्रिस - क्राइस्ट कान्सॅसनेस, मस - विशाल समूह (मैसिव क्राउड) तथा डे - ज्ञान / प्रकाश (दिन) को संबोधित करता है।** क्रिसमस डे की अनुभूति ही महाभारत की स्थिति है। क्रियायोग ध्यान करने पर इस ज्ञान की सहजता व सरलता से अनुभूति हो जाती है।

''क्रिसमस डे'' में ''डे'' को प्रकाश या ज्ञान कहा गया है और यह क्रिसमस अवस्था को व्यक्त करता है। ऐसा जनसमूह जो क्राइस्ट कान्सॅसनेस (ईश्वर की सर्वव्यापकता) का अनुभव करता है, **उस जनसमूह को प्रकाश कहते हैं।** इस प्रकाश की सभी को आवश्यकता है। इस प्रकाश में रहने पर मनुष्य राष्ट्र का सर्वांगीण विकास करने में सक्षम होता है।

स्वामी, मुद्रक, प्रकाशक एवं सम्पादकः स्वामी श्री योगी सत्यम् द्वारा भार्गव प्रेस 11/4 बाई का बाग इलाहाबाद से मुद्रित एवं क्रियायोग आश्रम एवं अनुसंधान संस्थान, नई झूँसी, इलाहाबाद 211019 उ०प्र० भारत से प्रकाशित, दूरभाष (0532) 2567243 फैक्स (0532)2567227 मोबाइल नं० 9415217278-79, 941517281, 9415235084

R.N.I. No - UPHIN/29506/24/1/2000-TC

ई-मेल: AkhandBharatSandesh@gmail.com / KriyayogaAllahabad@hotmail.com **वेबसाइट:** www.Kriyayoga-Yogisatyam.org/AkhandBharatSandesh