









# क्रियायोग सन्देश

## योग का वास्तविक स्वरूप

योग का अभ्यास नहीं किया जा सकता है।

योग मानव के विकास की उच्चतम अवस्था है।

जिसमें मनुष्य दूरी (कठिनाई) तथा समय(काल) की अनुभूत के परे होता है। योग अवस्था की प्राप्ति के लिए जिस साधना( क्रिया) का अभ्यास करना पड़ता है, उसे क्रियायोग कहा गया है।

योग अवस्था के प्रकट होने पर साधक आग से आग की गर्मी को अलग नहीं किया अपने तथा आदि, मध्य अंत के बीच दूरी की जा सकता है ठीक उसी प्रकार किसी भी शून्यता का अनुभव कर लेता है। ऐसी रचना को किसी से अलग नहीं किया जा अवस्था में काल का विभाजन समाप्त हो सकता है। इस शाश्वत एकता को मानसिक, जाता है। समय को भूत, भविष्य और बौद्धिक तर्क-वितर्क के द्वारा नहीं समझा जा सकता है बल्कि क्रियायोग के अभ्यास के वर्तमान में बांटना, अज्ञानता का प्रतीक है। समय को भूत, भविष्य और वर्तमान में समय अविभाजित है, तथा इसी द्वारा अनुभव किया जा सकता है।

प्रकार ब्रह्मांड की समस्त रचनाएं भी अविभाजित हैं। क्रियायोग साधना के द्वारा योग अवस्था के प्रकट होने पर आदि, मध्य, अंत एक बिंदु पर दिखाई देता है जिससे आदि, मध्य व अंत तीनों अलग-अलग न होकर, एक में रूपांतरित हो जाते हैं। इसी को वर्तमान में रहना कहा गया है। वर्तमान में रहने का अभिप्राय भूत व भविष्य के विस्मृत करना नहीं बल्कि भूत, भविष्य के संपूर्ण रहस्यों का ज्ञान प्राप्त कर लेना है, जिससे भूत और भविष्य का स्वरूप वर्तमान में रूपांतरित हो जाए।

योग अवस्था को ही अविभाज्य अवस्था, खंडित अवस्था, युक्तावस्था, योगस्था अवस्था आदि अनेक रूपों में वर्णित किया गया है।

योग अवस्था के प्रकट होने पर संपूर्ण ब्रह्मांड अविभाजित है, किसी भी रचना का विभाजन संभव नहीं है, इसका स्पष्ट ज्ञान हो जाता है। यह अनुभव हो जाता है कि सारी रचनाएं एक दूसरे से शाश्वत रूप में जुड़ी हैं, जिस प्रकार



## अष्टांग योग—योग के आठ पर्याय

क्रियायोग के अभ्यास से साधक के अंदर 'योग' अपने आठ अंगों के साथ प्रकट होता है जिसे अष्टांग योग कहा गया है। अष्टांग योग का प्रायः गलत अर्थ लगाया जाता है। साधना के अभाव में कल्पना के द्वारा अष्टांग योग को

प्रकार पानी को जल, वाटर, हाईड्राइड्रोजन अवस्था को विभिन्न तरीकों से प्राप्त किया मोनोऑक्साइड आदि के रूप में व्यक्त किया जाता है। धर्म ग्रंथों का कथन है कि प्राकृतिक जाता है ठीक उसी प्रकार योग अवस्था को रूप में योग अवस्था को प्राप्त करने में लगभग यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, 10 लाख वर्ष व्याधि रहित जीवन अनिवार्य धारणा, ध्यान, समाधि के रूप में वर्णित किया है। क्रियायोग के अभ्यास से साधक अपनी भक्ति के अनुरूप एक ही जीवन काल के कुछ वर्षों में योग अवस्था की प्राप्ति कर लेता है।

यह मान्यता है कि पहले यम, नियम का क्रिया जोग का अभ्यास नहीं किया जा सकता है। अभ्यास करिए फिर असन सिद्ध करिए। यह इसको समझने के लिए डॉक्टर इंजीनियर स्थिति होने के बाद ही प्राणायाम का अभ्यास की स्थिति को समझें। कोई भी यदि कहता है किया जाता है। प्राणायाम के बहुत दिनों के लिए इसको समझने के बाद ही प्राणायाम का अभ्यास करिए। यह क्रिया जोग का अभ्यास नहीं किया जाता है।

यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा व ध्यान को इस प्रकार बोलने को अशिक्षा कहा जाता है। हम कुछ सीख रहे हैं जिसको सीखने के बाद हम डॉक्टर या इंजीनियर बन जाएंगे, इस प्रकार की अभिव्यक्ति शिक्षित होने का प्रमाण है। ठीक इसी प्रकार योग का अभ्यास कर रहे हैं, यह कहना अनुचित है। हम जो कुछ धारणा, ध्यान, समाधि आदि 8 अवस्थाएं योग अभ्यास कर रहे हैं इससे योग अवस्था की स्थिति को समझने के 8 तरीके हैं। जिस प्राप्ति होगी, यह कहना उपयुक्त है। योग की

वर्णनीयता दूरी की शून्यता अनुभव होती है। दूरी की शून्यता ही अद्वैत की स्थित है। इससे स्पष्ट है कि योग की अवस्था को अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

8 तरह से समझा जा सकता है जिसे अष्टांग

स्थिति को समझने के 8 तरीके हैं।

योग की अवस्था की अवस्था को अद्वैत की स्थित है। इससे स्पष्ट है कि योग की अवस्था को अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

अद्वैत की अवस्था कहते हैं। इस अवस्था को

</