©RYKYM

क्रियायोग
जिज्ञासा और मीमांसा

SAMPLE

योगाचार्य डॉ. सुधीन राय

PRIME BOOKS

राज योग क्रिया योग मिशन

प्रथम प्रकाशन: 4 जनवरी 2025
(परमगुरु माहेश्वरी प्रसाद दुबे जी की 89वीं आविर्भाव तिथि)

PRIME BOOKS

ISBN 978-93-935018-9-5

© राज योग क्रिया योग मिशन

401, एस.आर.के. परमहंस अपार्टमेंट
6, दरगाह तला घाट लेन,
पोस्ट: भद्रकाली, उत्तरपाड़ा, पश्चिमबंगाल 712232
वेबसाइट : rykym.org

सर्वाधिकार सुरक्षित
प्रकाशक और स्वत्वाधिकारियों की लिखित अनुमति के बिना इस पुस्तक के किसी भी भाग का पुनरुत्पादन या प्रतिलिपि किसी भी प्रकार से नहीं किया जा सकता है। यह किसी यांत्रिक माध्यम (ग्राफिक, इलेक्ट्रॉनिक या अन्य माध्यम जैसे फोटोकॉपी, टेप या पुनःप्राप्ति के उद्देश्य से संचयन के किसी भी प्रकार की प्रणाली) द्वारा पुनरुत्पादन नहीं किया जा सकता। या किसी डिस्क, टेप, परफोरेटेड मीडिया या किसी सूचना संचयन के यांत्रिक प्रणाली में पुनःप्रकाशन नहीं किया जा सकता। इन शर्तों का उल्लंघन करने पर कानूनी कार्यवाही की जा सकती है।

मूल्य : 350.00 (तिन सौ पचास रुपये)

प्रकाशक : PRIME BOOKS
21 रामनाथ विश्वास लेन, कलकाता-७०००০৯
ईमेल : parulboiinfo@gmail.com

मुद्रण : Apple Digitech
21 रामनाथ विश्वास लेन, कोलकाता 700009

©RYKYM
SAMPLE

©RYKYM

प्राक्कथन

क्रियायोग, संसार की विभिन्न वैज्ञानिक पद्धतियों की भांति, एक अद्वितीय ज्ञानयोग का अभ्यास है। यह विधि मन के गहरे आयामों का विश्लेषण कर, पारलौकिक जगत की रहस्यमयी परतों को उजागर करती है। विभिन्न आचार्यों और मनीषियों द्वारा किए गए इस योग के अनुभवों को यहाँ आलोचनात्मक दृष्टिकोण से प्रस्तुत किया गया है, जिससे साधक इस अद्वितीय ज्ञान के मर्म को भली-भांति समझ सके।

क्रियायोग के अभ्यास से साधक जड़ और चेतन के बीच के सूक्ष्म अंतर को समझने में सक्षम हो जाता है। मन के विभिन्न स्तरों [illegible] जो [illegible] हैं, वे साधक की मानसिक और आध्यात्मिक उन्नति की ओर अग्रसर करते हैं। नियमित अभ्यास से साधक उन मानसिक अवस्थाओं को समझ पाता है जो सामान्य जीवन में अप्राप्य होती हैं।

प्राचीन उपनिषदों के युग से ही शिष्य अपने गुरु से यह प्रश्न करता आया है – "मनुष्य के जीवन का सबसे बड़ा और श्रेष्ठ ज्ञान क्या है?" आचार्यों ने इसका उत्तर दिया है कि अद्वैत का ज्ञान, वह ज्ञान जो व्यक्ति को परमात्मा से एकाकार कर देता है, वही सबसे श्रेष्ठ है। और यह ज्ञान क्रियायोग के माध्यम से ही प्राप्त किया जा सकता है।

भारत, जिसे देवभूमि कहा जाता है, यहाँ का अध्यात्म भारतीयों के जीवन का आधार है। युगों से यह भूमि भगवान के अवतरण का स्थल रही है, जिन्होंने मानवता के कल्याण के लिए यहां जन्म लिया। श्री श्री श्यामाचरण लाहिड़ी महाशय ने क्रियायोग को गृहस्थ जीवन में पुनःस्थापित किया, जिससे साधारण जन भी इस उच्च योग का लाभ उठा सकें। हमारे परम पूज्य गुरुदेव, अपने असीम ज्ञान से शिष्यों के प्रश्नों का समाधान कर, उन्हें आध्यात्मिक मार्गदर्शन प्रदान करते हैं। यह ज्ञान गुरुपरंपरा में एक अविरल धारा के समान प्रवाहित होता है, जिसका कोई अंत नहीं है।

ऐसा प्रतीत होता है जैसे आचार्यदेव किसी पवित्र गंगा तट के समीप, घने वृक्षों से आच्छादित वन क्षेत्र में, अपने योग्य शिष्यों को ज्ञान का अमृत पिला रहे हैं। वे अपने क्रियावान शिष्यों के साथ शाश्वत ज्योति की खोज में निकले हैं, जहां पहुंचकर साधकों को असीम आनंद, अनंत शांति और चिर विश्राम प्राप्त होगा।

SAMPLE

© RYKYM

जो साधक इस ज्ञान की धारा में स्नान करते हैं, वे स्वयं को धन्य मानते हैं। गुरुदेव, ईश्वर प्राप्ति का मार्ग दिखाकर, क्रियावानों के जीवन को सार्थक बनाने में निस्वार्थ भाव से जुटे हैं। यह गुरु और शिष्य की जिज्ञासा और उसका समाधान, अद्वैत ज्ञान की प्राप्ति की ओर एक महत्वपूर्ण सोपान है।

प्रश्नों के माध्यम से, क्रियावान साधक अपने अभ्यास की उपलब्धियों की तुलना गुरु की प्राप्तियों से करते हैं। गुरुदेव के ज्ञान के प्रकाश में, वे अपने द्वंद्व, संदेह, और अस्पष्ट विचारों का निराकरण पाते हैं। वह मन जो युगों से अंधकार में था, अब धीरे-धीरे प्रकाशमान हो रहा है।

उच्च क्रिया साधक, जो इस अनंत आध्यात्मिक पथ पर अग्रसर हैं, वे अपने आचार्यों के पदचिह्नों का अनुसरण करते हुए नए साधकों को [illegible] की ओर ले जा रहे हैं। जहां केवल निस्संदेह आनंद है- ध्यानानंद, ब्रह्मानंद, [illegible]।

राजयोग क्रियायोग मिशन के संस्थापक आचार्य डॉ. सुधीन रॉय महाशय प्रत्येक रविवार को साधकों की जिज्ञासाओं का समाधान करते हुए उनका मार्गदर्शन करते हैं। उनके ज्ञानपूर्ण चर्चाओं और उपदेशों का यह संग्रह, जो इस पुस्तक के रूप में प्रकाशित किया जा रहा है, एक अनमोल धरोहर है।

हमें विश्वास है कि यह पुस्तक उन जिज्ञासु साधकों के लिए एक मार्गदर्शक सिद्ध होगी जिन्होंने शाश्वत सत्य और अनंत आध्यात्मिक पथ की खोज प्रारंभ कर दी है। इस अनंत ज्ञान के प्रकाश को खोजने के लिए यह पुस्तक उनके सफर में एक महत्वपूर्ण साथी बनेगी।

गुरुसेवा मंडली

राजयोग क्रियायोग मिशन

©RYKYM

अनुवादक का निवेदन

गुरुदेव डॉ. सुधीन राय की शुभेच्छा और आशीर्वाद से *"क्रियायोग: जिज्ञासा और मीमांसा"* का अनुवाद पूर्ण हो पाया है। इस महत्वपूर्ण ग्रंथ के पाठकों को यह ध्यान रखना चाहिए कि क्रियायोग पर ऐसे ग्रंथ, जो साधना के सूक्ष्म पहलुओं को प्रश्नों के रूप में प्रस्तुत करते हैं, अत्यंत दुर्लभ हैं। नए और अनुभवी साधक अपनी सांसारिक और आध्यात्मिक यात्राओं में कई प्रकार की चुनौतियों का सामना करते हैं, जिनके समाधान की उन्हें तलाश रहती है। यह पुस्तक ऐसे ही प्रश्नों का संग्रह है।

SAMPLE

गुरुदेव ने शास्त्रों में निहित जटिल प्रश्नों के सरल और सहज उत्तर दिए हैं, जिन्हें सामान्य व्यक्ति के लिए समझ पाना कठिन होता है। कई स्थानों पर उन्होंने प्रतीकात्मक रूप में उत्तर दिए हैं, ताकि पाठक अपनी बुद्धि का प्रयोग कर उन पर गहन चिंतन कर सकें।

पाठकों को इस पुस्तक में कुछ प्रश्न दोहराए हुए लग सकते हैं। लेकिन प्रत्येक उत्तर को ध्यानपूर्वक पढ़ना आवश्यक है, क्योंकि गुरुदेव ने हर प्रश्न का उत्तर प्रश्नकर्ता की *तन्मात्रा* (सूक्ष्म सार) को ध्यान में रखते हुए दिया है। इसलिए, भले ही प्रश्न समान प्रतीत हों, उनके उत्तर अलग-अलग दृष्टिकोण और गहराई से प्रस्तुत किए गए हैं।

यह पुस्तक उन सभी क्रियावानों के लिए एक मार्गदर्शक के रूप में कार्य करेगी, जो क्रिया योग के पथ पर चल रहे हैं। इस ग्रंथ के माध्यम से साधक निरंतर गुरुदेव की उपस्थिति को अनुभव करेंगे, जो उनके मार्ग को आलोकित और प्रेरित करती रहेगी।

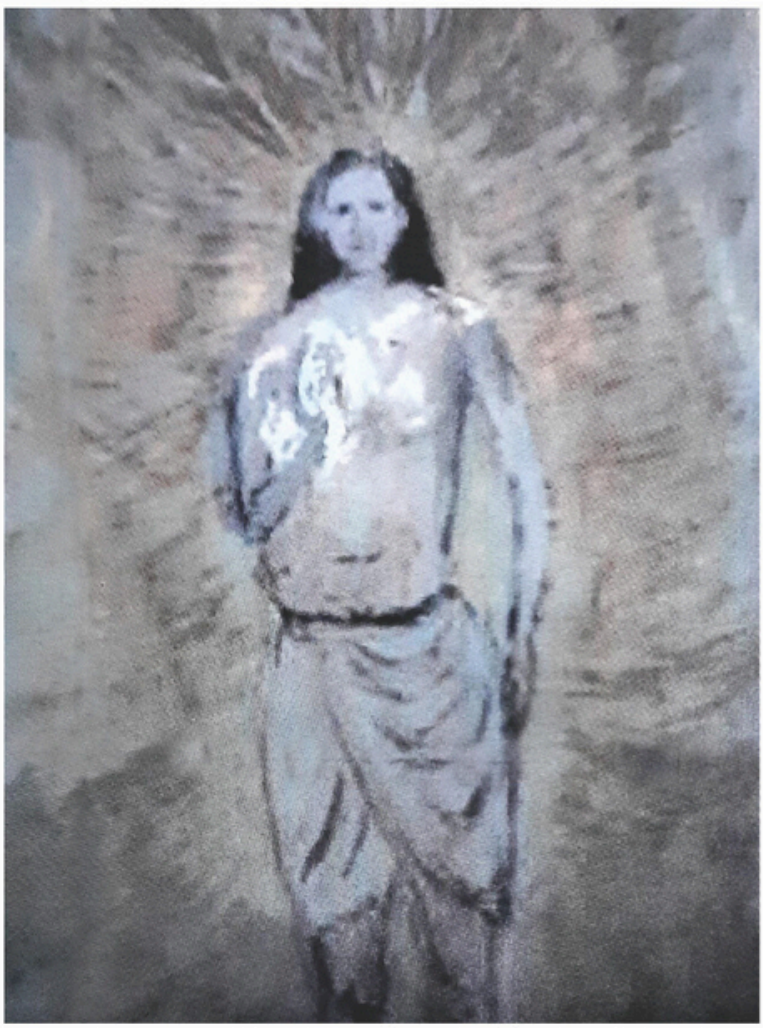
जय गुरु।

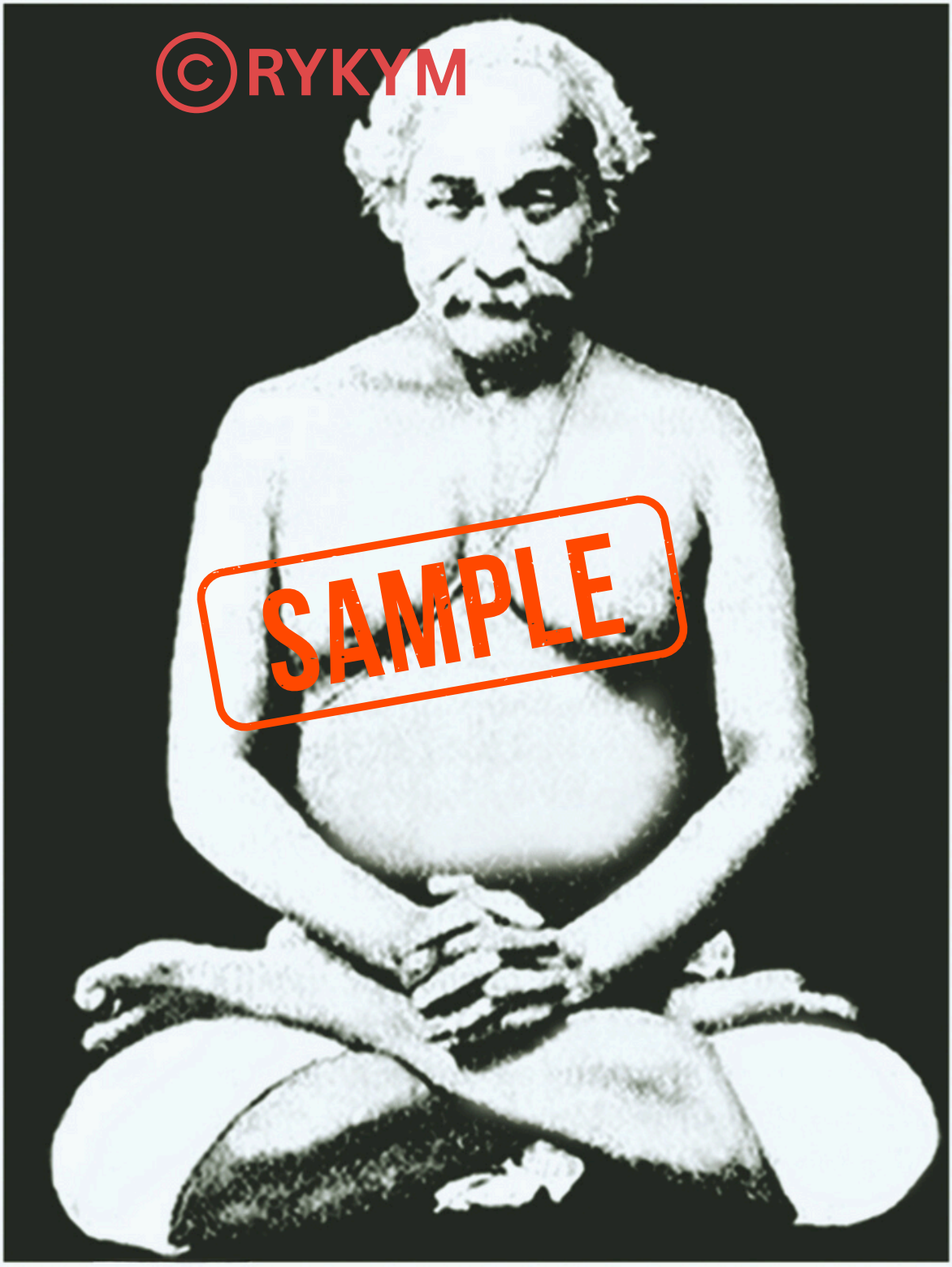
©RYKYM

"क्रिया के समय बाबाजी महाराज को जैसे देखा था"

SAMPLE

- गुरुदेव द्वारा निर्मित चित्र





"गृहस्थों के भगवान योगीराज श्रीश्री श्यामाचरण लाहिड़ी महाशय"

उन्होंने श्रीश्री बाबाजी महाराज से क्रियायोग की दीक्षा प्राप्त की और साधारण गृहस्थों के लिए क्रियायोग का मार्ग प्रकाशित एवं प्रचारित किया। उन्होंने गीता सहित 26 शास्त्रों की आध्यात्मिक व्याख्या (क्रियायोग के आलोक में) का प्रचार किया।

©RYKYM

गुरु कृपा ही केवलम्

गुरुदेव, 'क्रिया' और 'क्रियायोग' शब्द बहुत छोटे हैं, लेकिन इनके अर्थ अत्यंत गहरे हैं। कृपया हमें इन शब्दों का गूढ़ मर्म समझाएँ।

SAMPLE

'क्रिया' का अर्थ है 'कर्म' — कोई भी ऐसा कार्य जो मनुष्य को शारीरिक, मानसिक या आध्यात्मिक रूप से प्रभावित करता है। 'क्रियायोग' का अर्थ है एक विशेष साधना पद्धति, जो महर्षि पतंजलि के योगसूत्र में वर्णित है। इस पद्धति का उद्देश्य आत्म-शुद्धि, आत्म-साक्षात्कार और ईश्वर से मिलन है। योगसूत्र में कहा गया है:

"तपः स्वाध्यायेश्वरप्रणिधानानि क्रियायोगः।"

(तप, स्वाध्याय और ईश्वरप्रणिधान — ये तीनों क्रियायोग के मुख्य अंग हैं। तप का अर्थ है आत्म-अनुशासन या तपस्या। स्वाध्याय का अर्थ है आत्म-अवलोकन और आध्यात्मिक ग्रंथों का अध्ययन। एवं ईश्वरप्रणिधान का अर्थ है किसी उच्च शक्ति या ईश्वर के प्रति समर्पण।)

महावतार श्री श्री बाबाजी महाराज ने जो योग साधना पद्धति श्री श्री श्यामाचरण लाहिड़ी महाशय को दी थी, उसे क्रियायोग कहा जाता है। यह पद्धति गुरु-परंपरा के माध्यम से प्राप्त होती है और यह गुरु के निर्देशन में गृहस्थ जीवन में भी अपनाई जा सकती है।

क्रियायोग से कैसे जुड़ा जा सकता है?

उपयुक्त साधक ही क्रियायोग पद्धति प्राप्त कर सकता है। संयमित और सच्चे साधक, जो गहरी साधना की इच्छा रखते हैं, वे इस मार्ग को प्राप्त कर सकते हैं।

©RYKYM

अहंकार अविद्या के कारण उत्पन्न होता है, और आसक्ति तथा विराग अस्मिता (स्व-भावना) से आते हैं। जब 'मैं' का भाव समाप्त हो जाता है, तब ब्रह्मचेतना का उदय होता है। हालांकि, अहंकारी 'मैं' और प्रेमपूर्ण 'मैं' में बड़ा अंतर होता है। अहंकारी 'मैं' स्वार्थ और भ्रम का प्रतीक है, जबकि प्रेमपूर्ण 'मैं' समर्पण और करुणा का। अहंकार को समाप्त करने के लिए इस 'मैं' को नष्ट करना अनिवार्य है, तभी वास्तविक आत्मबोध संभव हो सकता है।

SAMPLE

साधना के लिए क्या सरलता अत्यावश्यक है?

जब तक सरलता नहीं आती, भगवान को प्राप्त नहीं किया जा सकता। लेकिन मूर्खता और सरलता एक नहीं हैं।

बाबा, मन में अनावश्यक विचार क्यों आते हैं?

मन जिन विषयों में आसानी से रम जाता है, अगर उन्हीं में उसे स्थिर रखा जा सके, तो उसकी चंचलता दूर हो सकती है। मन को ध्यानपूर्वक केंद्रित रखना आवश्यक है। हर व्यक्ति की इच्छाओं और कामनाओं के अनुसार उसके मन में विचारों की चंचलता प्रकट होती है। केवल दोषों को देखने या भेदभाव करने से मन में घुटन पैदा हो जाती है, जिससे महामाया के अधीन रहना पड़ता है। ऐसी स्थिति में ब्रह्मज्ञान की प्राप्ति के लिए उपयुक्त नहीं हुआ जा सकता।

चिंता करने का क्या परिणाम होता है, और इसका मन पर क्या प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है, कृपया संक्षेप में बताइए?

चिंता करने से मन पर नकारात्मक प्रभाव पड़ता है। जितनी अधिक चिंता होती है, उतने ही अधिक संस्कार उत्पन्न होते हैं। जब चिंता नहीं होती, तब संस्कार भी नहीं होते है।

भाव को ठीक कैसे रखा जा सकता है, गुरुदेव?

राजयोग क्रियायोग मिशन

परमगुरु श्रीश्री माहेश्वरी प्रसाद दुबे जी के आशीर्वाद से, डॉ. सुधीन राय ने अक्टूबर 2010 में राजयोग क्रियायोग मिशन की स्थापना की। मानव के चारित्रिक उत्थान और चेतना के विकास हेतु, श्रीश्री लाहिड़ी बाबा द्वारा प्रचारित क्रियायोग को गुरु परंपरा के माध्यम से आगे बढ़ाया जा रहा है। इस परंपरा में योगाचार्य श्रीश्री पंचानन बाबा, श्रीश्री निताई बाबा, श्रीश्री दुबे बाबा का महत्वपूर्ण योगदान रहा है, और वर्तमान में श्रीश्री डॉ. सुधीन राय महाशय इस कार्य को आगे बढ़ा रहे हैं।

इस संस्था का मुख्य उद्देश्य आत्म-अन्वेषण में संलग्न साधकों को इस अनंत क्रियायोग के मार्ग में दीक्षा प्रदान करना है। राजयोग क्रियायोग मिशन क्रियावानों के लिए एक मुक्त मंच है, जहाँ क्रियावान एकत्र होकर विभिन्न कार्यक्रमों में भाग लेते हैं तथा क्रियायोग पर सत्संग और चर्चा करते हैं। ट्रस्टी मंडल द्वारा संचालित यह मिशन समाज सेवा के विभिन्न कार्यों में और लोगों के शारीरिक एवं मानसिक विकास के लिए अपना योगदान दे रहा है। आज, देश-विदेश में लगभग तीन हजार क्रियावान इस मिशन के माध्यम से जुड़े हुए हैं।

PRIME BOOKS
9 789393 501646
MRP ₹ 350.00 Inclusive of all taxes

RAJ YOGA KRIYA YOGA MISSION
Service to Atman is Service to Param Atman
स उ पाणस्य पाणः