Sanatan Dharma

রাজযোগ , লয়যোগের এবং কিছু হঠযোগ একত্র সমাবেশ= ক্রিয়াযোগ

সাধারণত দেখা যায় বেশিরভাগ লোক হঠযোগ অভ্যাস করে । সামান্য কিছু প্রাণায়াম কিছু ক্রিয়া এবং কিছু আসনাদি করেই মনে করে যোগাভ্যাস করছে। এগুলিতে শারীরিক উপকার অবশ্যই হয় , কিন্তু এই উপায়ে শরীরস্থ আত্মার কোনো সন্ধান প্রাপ্ত হয় না এবং মনও স্থির হয় না। আবার মন স্থির না হলে সাধন রাজ্যে প্রবেশ করা যায় না । কেবল মন স্থির হলেও হবে না -মনের চঞ্চলতা অনেকটা কমে গেলেও হবে না । , যতক্ষণ পর্যন্ত আত্মসাক্ষাৎকার না হচ্ছে , ব্রাহ্মীস্থিতিলাভ না হচ্ছে , ভ্রূমধ্য স্থলে কূটস্থচৈতন্যের দর্শনলাভ না হচ্ছে , ততক্ষণ পর্যন্ত মনুষ্য জীবন সফল হল না। আত্মসাক্ষাৎকার ,ব্রাহ্মীস্থিতিলাভ এবং কূটস্থচৈতন্যের দর্শনলাভ এর জন্য বৈদিক ধর্ম অনুশাসন এবং ব্রহ্মবিদ্যার দীক্ষা ও যোগের প্রয়োজন।
ভ্রুবোর্ম্মধ্যে প্রাণমাবেশ্য সম্যক্।
স তং পরং পুরুষমুপৈতি দিব্যম্।।
এরজন্য চাই রাজযোগ , লয়যোগের এবং কিছু হঠযোগ একত্র সমাবেশ= ক্রিয়াযোগ ।
রাজযোগের দ্বারা মন স্থির হবে , লয়যোগের দ্বারা আত্মসাক্ষাৎকার হবে এবং এইসব সাধন করার জন্য শরীরে যে ক্লান্তি উপস্থিতি হয় তা দূর করবার জন্য হঠযোগ আবশ্যক।
সমস্ত ইন্দ্রিয়দ্বার বলপূর্বক রুদ্ধ করে মনকে চারদিকে থেকে গুটিয়ে এনে ভ্রুমধ্যে স্থাপন করে গুরু নির্দিষ্ট পথে অভ্যাস করতে করতে সেই অবিজ্ঞেয় আত্মাকে দর্শন করে সাধক কৃত কৃতার্থ হন । তাঁকে দর্শন করে জন্ম সফল করেন। যিনি দর্শন করেন তাঁর আর জন্ম হয় না।