

Date
22/05/2020

Subject - Peace Education and Continuous Ass.

DEI: Ed
4th Sem

Topic - Philosophical Thinking and Peace

योग दर्शन एवं शान्ति

अध्यनाम - पतंजलि दर्शन

योग दर्शन के प्रतिपादक - महर्षि पतंजलि

योग का शाब्दिक अर्थ - समाधि

पतंजलि के अनुसार - " योग का अर्थ चित्तवृत्तियों का निरोध है "

जिसका तात्पर्य है → चित्त (मन, बुद्धि, या अहंकार) को चित्तवृत्तियों से निरोध (चित्तवृत्तियों को भोग से दूर कर-ईश्वर से लगाना)

चित्तवृत्तियों से मुक्ति का मार्ग → अष्टांग योग

अष्टांग योग के मुख्य कार्य → (यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान, समाधि)

यम का अर्थ → मन, वचन, एवं कर्म का संयम, इसके लिए सत्य, अहिंसा, अस्तेय, अपरिग्रह एवं ब्रह्मचर्य व्रत का पालन आवश्यक है।

विशेष → चित्तवृत्तियों के योग को पतंजलि ने आन्तरिक शान्ति का साधन माना है।

चित्तवृत्तियों का (प्रमाण, विपर्यय, विकल्प, निद्रा एवं स्मृति) योग