

iv) द्वेष - सुख के अवरोधक सुख और दुःख के उत्पादक के, प्रति क्रोध एवं द्वेष का प्रभाव है उसे द्वेष कहते हैं,

v) अपिमिवेश - प्रत्येक प्राणी में जीवन में आलस्य और मूढता का भय स्वाभाविक रूप से विद्यमान रहता है इसको अपिमिवेश कहते हैं, अविद्या की निवृत्ति तथा चित्त वृत्ति निरोध के द्वारा इन स्थितियों एवं कर्मों से मुक्ति मिल सकती है, योग वाली चित्त वृत्ति निरोध का पर्याय है।

चित्त की पाँच श्रुतियाँ या अवस्थाएँ होती हैं-

- i) कंक्षित (ii) मूढ (iii) विक्षिप्त (iv) ललायत (v) निरुद्ध

i) निद्र - निद्र चित्त में स्वप्न, सुषुप्ति का आधिक्य होता है जिसे वह अस्वप्न, चंचल, विषयोन्मुख वगैरह सुख दुःख भोगता है तथा बुद्धि में भी गहरे समाग्न होलायमान रहता है।

ii) मूढ - स्वप्न व सुषुप्ति का आधिक्य होता है जिसे वह विवेकशून्य, कतल्य, कर्तव्यवाक्य रहित वगैरह प्रमाद, आलस्य निद्रा में पड़ जाता है या विवेकी कर्मों में उचित होता है।

iii) विक्षिप्त - विक्षिप्त चित्त में सत्त्व गुण की आधिक्य रहती है चित्त कर्म-कर्मों रणोद्योग भी जोर आता है, 'विक्षिप्त' का अर्थ 'विरोध रूप से विद्रुत' अर्थात् आधिक्य विद्रुत गरी है 'असिद्ध' विद्रुत से उत्पन्न है, आसिद्ध राजस विद्रुत से स्वादिविद्रुत विद्रुत चित्त उत्पन्न है क्योंकि स्वप्न व सुषुप्ति सत्त्व गुण के

काल सभी- सभी स्थितियों में आ जाती है जबकि राजवृत्ति
विविध सभ व्यंजित रहता है।

(iv) एकाग्र - चित्त की चौथी अवस्था में चित्त एकाग्र
रहता है यहाँ जल का अत्यंत उत्कर्ष
रहता है तथा स्थान सुगम और तमो सुगम सब रहते हैं।
चित्त बाह्य वस्तुओं से स्थित होकर व्यंजित प्रति पर एकाग्र
रहता है।

(v) निरुद्ध - चित्त की पाँचवीं और अतिशय सूक्ष्म चित्त
निरुद्ध कहलाता है। यहाँ वस्तुओं का कुछ सब
वस्तु विरोध हो जाता है किन्तु उनके संस्कार बने रहते हैं,
जब सारी वस्तुओं और सारे संस्कारों का सर्वथा विरोध
होकर अवस्था की कल्पित हो जाती है तो चित्त निरुद्ध
होकर अवस्था में विहित हो जाता है। यह मोक्ष की
अवस्था है।

इन पाँच चित्त शक्तियों में प्रथम तीन योग
के लिए सर्वथा अनुपयुक्त है केवल शैवीय हो शक्तियों से
एकाग्र और निरुद्ध समाधी के लिए उपयोगी है।

Date
25/7

योग शक्ति इन्द्रिया और चित्त की शक्ति
के लिए आठ अंगों का वर्णन करता है।

- 1) यम - ~~संयम~~ यह पाँच प्रकृत का संयम है।
- (i) अहिंसा - अर्थात् मन वचन और कर्म से
सिद्धि पाणी की हिंसा न करना
 - (ii) सत्य -> मन, वचन, और कर्म से सत्य का पालन करना
 - (iii) अस्त्य -> अर्थात् मन वचन और कर्म से किसी अन्य

की वजह से अपहेल न कला और किली से भी उसके अधिक या प्रायः वस्तु से संबंधित न कला।

i) प्रत्यय → अर्थात् भक्त, वचन और कर्म से संयोजन

v) अपीकृत → अर्थात् भक्त, वचन और कर्म से विधय-भोगत परार्थ का संग्रह न कला

2. नियम → यह भी पाँच प्रकार के हैं-

- i) शरीर और चित्त के विचारों की बुद्धि
- ii) संतोष अर्थात् आवश्यकता से अधिक वस्तुओं की संग्रह न कला, इच्छा न कला।
- iii) तप, अर्थात् भूख-थाप, लक्ष्मी-भर्षी, सुख-दुःख, आदि दुःखों से लक्षण कला।
- iv) अ-वाक्याय अर्थात् मोक्ष शास्त्रों में अध्ययन और भ्रम पाप
- v) ईश्वर प्राणिधान - यह अर्थात् यह ईश्वर का ध्यान एवं समर्पण है।

3. आलस्य - यह शरीर का संयोजन है, ध्यान के लिए वर्ष आलस्य उत्पन्न है जिसे शरीर में सुख और चित्त की स्थिति नहीं रहे।

4. प्राणायाम - यह प्राणवायु का, ब्रह्म उद्वेग, कर्तव्य संयोजन है। पूरक, कुम्भक, रोजक रसक प्रकार है।

5. प्रत्याहार - यह बुद्धियों का संयोजन है, बुद्धियाँ अ-वशाव