

# परमात्म ज्ञान का उपाय

Techniques for Realization

Dr. Ram Kishore

Assistant Professor (Yoga)

School of Health Sciences

CSJM University, Kanpur

# परमात्म ज्ञान का उपाय

## Techniques for Realization

नित्यो नित्यानां चेतनश्चेतनानामेको बहूनां यो विदधाति कामान् ।

तत्कारणं सांख्ययोगाधिगम्यं ज्ञात्वा देवं मुच्यते सर्वपाशैः ॥

**श्वेताश्वेतर उननिषद् 6.13 ।**

जो परमेश्वर नित्यों में नित्य, चेतनों में चेतन और एक अकेला ही संपूर्ण प्राणियों को उनके कर्मों का भोग प्रदान करता है। उस सबके कारणरूप देव परमात्मा का जो साधक सांख्य एवं योग द्वारा अनुभवगम्य अर्थात् जान लेता है, वह संपूर्ण बंधनों से मुक्त हो जाता है।



# धन्यवाद

Thanks