

२७ - श्लोक

श्रीमद् भगवद् गीता



Canva

मौलिक रूप में

पापिया रणबीजयिनी सामल



॥ ॐ ॥

समर्पित :





॥ ॐ ॥

वासुदेव सुतम देवम,
कंस चाणुरा मर्दनम,
देवकी परमानंदम,
कृष्णाम् वन्दे जगद्गुरुम्।



आप क्या सीखेंगे?

- कर्म
- योग
- इन्द्रिय
- मन
- बुद्धि
- आत्मा
- परमात्मा
- भक्ति
- मुक्ति,



परिचय

भगवत गीता का ज्ञान भगवान कृष्ण ने अपने शिष्य अर्जुन को कुरुक्षेत्र के युद्ध के दौरान दिया था। जब अर्जुन ने अपने परिवार, दोस्तों और रिश्तेदारों को एक-दूसरे को मारने के लिए तैयार देखा, तो उसने लड़ने की नैतिक शक्ति खो दी। प्रलय के सामने, भगवान कृष्ण, उनके मित्र और वर्तमान सारथी, ने उन्हें "श्रीमद्भगवद गीता" के माध्यम से ब्रह्मांड के गुप्त नियमों के बारे में बताया। इसका उल्लेख वेदव्यास द्वारा रचित महाभारत के भीष्म पर्व में मिलता है।



गीता की रचना!!

भगवद गीता 18 अध्यायों में फैले 700 श्लोकों से बनी है। छंद कई वक्ताओं के बीच विभाजित हैं:

- भगवान कृष्ण: 574 श्लोक
- अर्जुन: 84 श्लोक
- संजय: 41 श्लोक
- धृतराष्ट्र: 1 श्लोक (आरंभिक छंद)।



२१ श्लोकों का महत्व !!

मैं, मात्र एक कृष्ण भक्त, ने २१ श्लोकों की पहचान की है जिनसे वर्तमान पीढ़ी सबसे अधिक जुड़ेगी। इन २१ श्लोकों में भगवत गीता का सार समाहित है। मैंने "श्रीमद्भगवत गीता" के गीता-प्रेस अनुवाद से विवरण एकत्र किया है और उन्हें इस पुस्तक में बिल्कुल वैसे ही शामिल किया है जैसे वे हैं। श्लोकों का यह संग्रह सुखी और समृद्ध जीवन को समझने के लिए एक मजबूत आधार तैयार करेगा। भगवद गीता सदियों से एक छिपी हुई जीवन मार्गदर्शिका रही है, जो उत्तम जीवन सैली का आधार है।





कर्म



अक्षरं ब्रह्म परमं स्वभावोऽध्यात्ममुच्यते ।
भूतभावोद्भवकरो विसर्गः कर्मसंज्ञितः ॥३॥



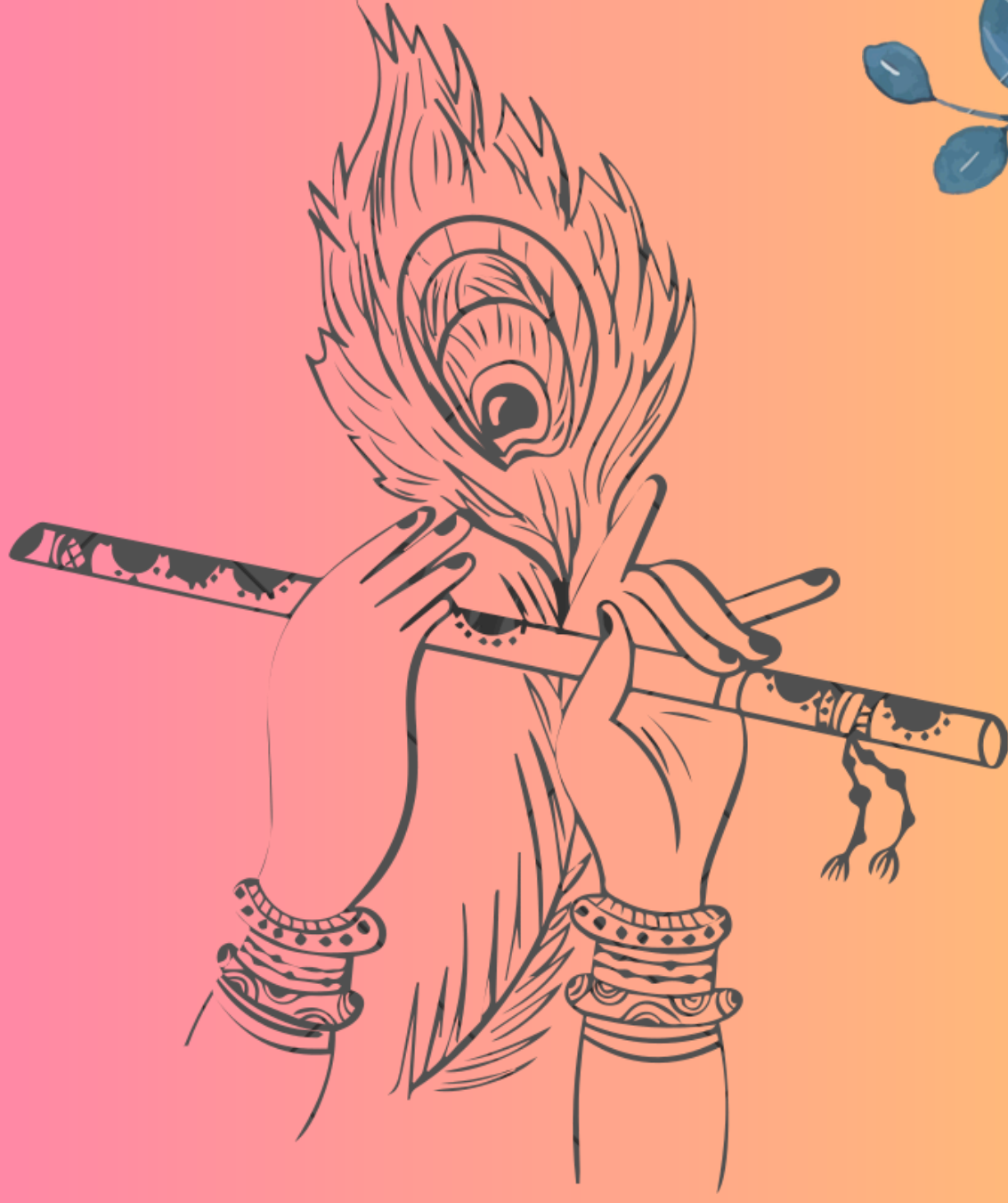
सर्वोच्च अविनाशी सत्ता को ब्रह्म कहा जाता है;
उनके स्वयं का स्वरूप ही अध्यात्म कहलाता है ।
जीवित प्राणियों के भौतिक व्यक्तित्व और उसके
विकास से संबंधित कार्यों को कर्म या सकाम
कर्म कहा जाता है।

अध्याय ८, श्लोक ३



श्रीभगवान् उवाच-आनन्दमयी भगवान ने कहा;
अक्षरम्-अविनाशी;
ब्रह्म-ब्रह्म परमम्-सर्वोच्च;
स्वभाव-प्रकृति;
अध्यात्मम्-अपनी आत्मा;
उच्यते-कहलाता है;
भूत-भाव-उद्भव-करः-जीवों की भौतिक संसार से
संबंधित गतिविधियाँ और उनका विकास,
विसर्गः-सृष्टि;
कर्म-सकाम कर्म;
सज्जितः-कहलाता है।

कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन । मा
कर्मफलहेतुर्भूर्मा ते सङ्गोऽस्त्वकर्मणि ॥ ४७ ॥



आप जो काम करते हैं उस पर आपका अधिकार है लेकिन उसके परिणाम पर कोई अधिकार नहीं है। कभी भी स्वयं को परिणाम का कारण न समझें और ना ही अकर्मण्यता में आसक्त हों।

अध्याय २, श्लोक ४७



कर्मणि-निर्धारित कर्मः
एव - केवल;
अधिकारः-अधिकार;
ते तुम्हारा; मा-नहीं;
फलेषु कर्मफल मे;
कदाचन-किसी भी समय;
मा कभी नहीं;
कर्म-फल-कर्म के परिणामस्वरूप फल;
हेतुः-कारण; भूः-होना;
मा-नहीं; ते तुम्हारी;
सङ्गः-आसक्ति; अस्तु-हो;
अकर्मणि-अकर्मा रहने में।

कर्म क्या है?

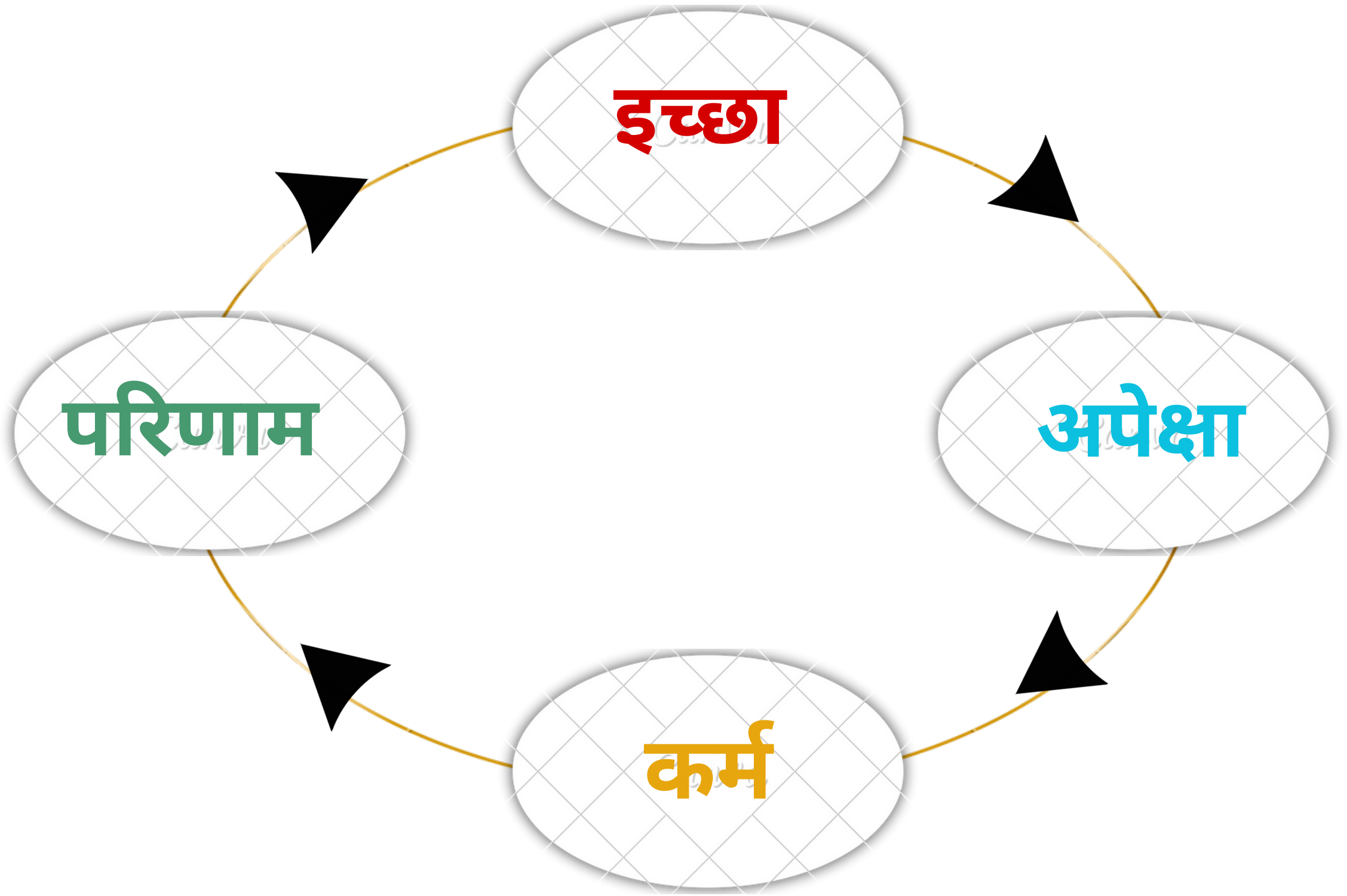
प्राणियों की वृद्धि एवं विकास के लिए किये गये कार्य, कर्म कहलाते हैं।

टिप्पणि: सभी जीवित प्राणियों में स्वयं, परिवेश, समाज, पृथ्वी पर सभी प्रकार के प्राणी और अनंत ब्रह्मांड समाहित हैं।



कर्म चक्र के चरण?

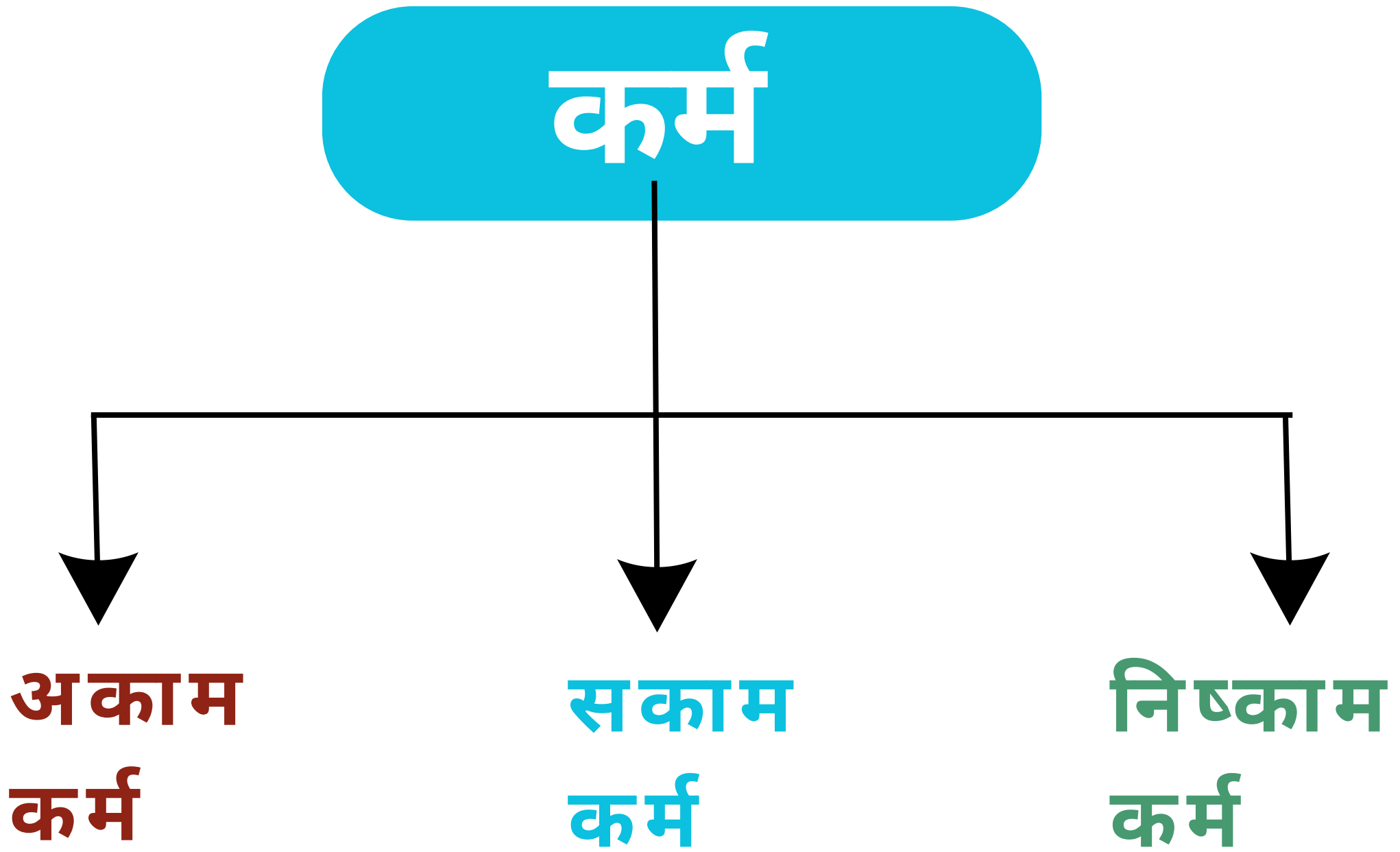
- आप क्या चाहते हैं ? (इच्छा)
- आप क्या उम्मीद कर सकते हैं ? (अपेक्षा)
- आप क्या कार्य करते हैं ? (कर्म)
- आपको क्या फल मिलेगा ? (परिणाम)



कर्म के प्रकार

भगवान श्रीकृष्ण ने श्रीमद् भगवद् गीता में ३ प्रकार के कर्म के बारे में बताया है:

- अकामा कर्म
- सकामा कर्म
- निष्काम कर्म



परिणाम नियम पुस्तिका

आप जिस प्रकार के कार्य (कर्म) करते हैं उसके आधार पर आपको परिणाम मिलते हैं।

अकामा कर्म

इच्छा: स्वार्थ, घृणा, क्रोध, लालच, ईर्ष्या पर आधारित

अपेक्षा : अवास्तविक

कर्म : अमानवीय

परिणाम: आपदा और निराशा

सकाम कर्म

इच्छा: प्रेम, समाज की सेवा, सकारात्मक

मानसिकता पर आधारित

अपेक्षा : यथार्थवादी

कर्म : मानवीय

परिणाम: सकारात्मक परिणाम



निष्काम कर्म

इच्छा: प्रेम, भक्ति, निस्वार्थता, देने की मानसिकता पर आधारित

अपेक्षा : कुछ नहीं

कर्म: भगवान की सेवा के रूप में

परिणाम: चमत्कार एवं सकारात्मक परिणाम



क्या अपेक्षा करें और कैसे कार्य करें?

मान लीजिए आप आम चाहते हैं और सेब के बीज बोते हैं। अंततः, आप निराश हो जाते हैं क्योंकि आप सेब के पेड़ से आम की उम्मीद कर रहे थे। यह प्राणियों के साथ एक वास्तविक समस्या है। हमें इस बात को समझना होगा कि अगर आप सेब के बीज बोयेंगे तो आपको आम नहीं मिलेंगे। जीवन में अपेक्षित परिणाम प्राप्त करने के लिए, व्यक्ति को सही और गलत इच्छाओं, कार्यों और अपेक्षाओं के बीच चयन करना होगा।



कर्म का नियम!!

"कर्म का नियम" कहता है कि आप ब्रह्मांड में जो कुछ भी देंगे वह आपके पास वापस आएगा। इसका मतलब यह है कि यदि आप सकारात्मक परिणाम प्राप्त करना चाहते हैं, तो आपको सही प्रकार का प्रयास करने की आवश्यकता है। इच्छा शुद्ध होनी चाहिए और अपेक्षाएँ यथार्थवादी होनी चाहिए। यह याद रखना भी महत्वपूर्ण है कि कभी कभी आपके कार्यों के परिणाम तत्काल नहीं हो सकते , लेकिन वे अंततः आबस्य आएंगे।



अपने कर्मों के फल पर आपका कोई अधिकार नहीं है ।

जीवन में एक बड़ी उपलब्धि के लिए ९९ प्रतिशत कड़ी मेहनत और एक प्रतिशत भाग्य की आवश्यकता होती है। यह एक प्रतिशत भाग्य ईश्वर की कृपा है। बाकी ९९ प्रतिशत आपके कर्म पर निर्भर करता है।

उत्तम जीवन सही कर्मों का आधार है, लेकिन परिणाम का निर्णय आपको नहीं करना है। आपके परिणामों पर केवल सर्वशक्तिमान ईश्वर का ही नियंत्रण है। इसलिए, ९९ प्रतिशत सही कर्म पर ध्यान केंद्रित करें और वह आपके परिणामों में एक प्रतिशत अनुग्रह जोड़ देंगे ।



अपने कर्तव्य (कर्म) निभाओ किसी भी स्थिति में ।

यदि आप अपने कर्तव्यों का पालन पूरी लगन से करते हैं, फिर भी कभी-कभी आपको अपेक्षित परिणाम नहीं मिलेंगे। हालाँकि, आपको अपने अपेक्षित कर्तव्यों से विमुख नहीं होना चाहिए। आप कर्म को कभी नहीं छोड़ सकते। बेहतर जीवन जीने के लिए आपको हर स्थिति में सही कर्म करने की जरूरत है।



अपने कार्यों के परिणाम से अनासक्ति

हालाँकि वैराग्य को समझना कठिन है, यह जीवन भर आवश्यक है। यहां वैराग्य (अनासक्ति) का अर्थ है कार्य के परिणाम के प्रति आसक्त न होना। परिणाम चाहे जो भी हो, व्यक्ति को शांत, संतुलित और अपने कार्यों पर ध्यान केंद्रित रखना चाहिए। जब आप वैराग्य का अभ्यास करते हैं तो चमत्कार होता है ।



योग



योगस्थः कुरु कर्माणि सङ्गं त्यक्त्वा धनञ्जय ।
सिद्ध्यसिद्धयोः समो भूत्वा समत्वं योग उच्यते ॥॥



हे अर्जुन! सफलता और असफलता की आसक्ति को त्याग कर तुम दृढ़ता से अपने कर्तव्य का पालन करो। यही समभाव योग कहलाता है।

अध्याय २, श्लोक ४८



कर्मणि-निर्धारित कर्मः
एव केवलः
अधिकारः-अधिकारः
ते तुम्हारा;
मा-नहीं;
फलेषु कर्मफल मे;
कदाचन-किसी भी समय;
मा कभी नहीं;
कर्म-फल-कर्म के परिणामस्वरूप फल;
हेतुः-कारण;
भूः-होना; मा-नहीं;
ते तुम्हारी;
सङ्गः-आसक्ति; अस्तु-हो;
अकर्मणि-अकर्मा रहने में।

शक्नोतीहैव यः सोढुं प्राक्शरीरविमोक्षणात् ।
कामक्रोधोद्भवं वेगं स युक्तः स सुखी नरः ॥23॥



शरीर छोड़ने से पहले, जो ब्यक्ति कामना और क्रोध की बेग को रोकने में सक्षम हैं, वे ही योगी और खुश प्राणी हैं।

अध्याय ५ , श्लोक २३



श्रीभगवान् उवाच-आनन्दमयी भगवान ने कहा;

अक्षरम्-अविनाशी;

ब्रह्म-ब्रह्म परमम्-सर्वोच्च;

स्वभाव-प्रकृति;

अध्यात्मम्-अपनी आत्मा;

उच्यते-कहलाता है;

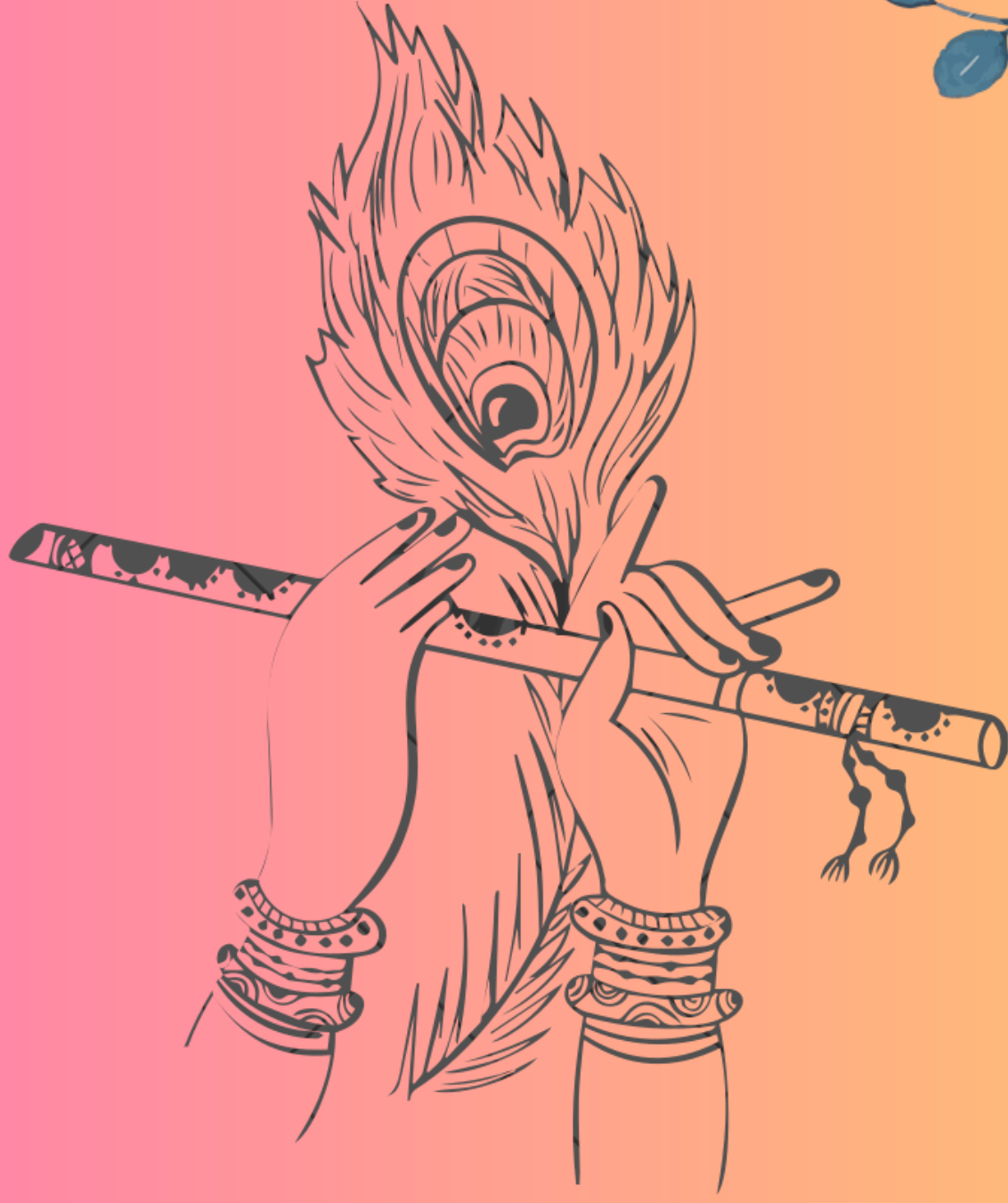
भूत-भाव-उद्भव-करः-जीवों की भौतिक संसार से
संबंधित गतिविधियाँ और उनका विकास,

विसर्गः-सृष्टि;

कर्म-सकाम कर्म;

सज्जितः-कहलाता है।

सुखदुःखे समे कृत्वा लाभालाभौ जयाजयौ ।
ततो युद्धाय युज्यस्व नैवं पापमवाप्स्यसि ॥ ३८ ॥



कर्तव्यों पालन हेतु युद्ध करो, युद्ध से मिलने वाले सुख-दुख, लाभ-हानि को समान समझो। यदि तुम इस प्रकार अपने दायित्त्वों का निर्वहन करोगे तब तुम्हें कोई पाप नहीं लगेगा।

अध्याय २, श्लोक ३८



श्रीभगवान् उवाच-आनन्दमयी भगवान ने कहा;

अक्षरम्-अविनाशी;

ब्रह्म-ब्रह्म परमम्-सर्वोच्च;

स्वभाव-प्रकृति;

अध्यात्मम्-अपनी आत्मा;

उच्यते-कहलाता है;

भूत-भाव-उद्भव-करः-जीवों की भौतिक संसार से
संबंधित गतिविधियाँ और उनका विकास,

विसर्गः-सृष्टि;

कर्म-सकाम कर्म;

सज्जितः-कहलाता है।

तपस्विभ्योऽधिको योगी ज्ञानिभ्योऽपि मतोऽधिकः ।
कर्मिभ्यश्चाधिको योगी तस्माद्योगी भवार्जुन ॥४६॥



एक योगी तपस्वी से, ज्ञानी से और सकाम कर्मी से भी श्रेष्ठ होता है। अतः हे अर्जुन! तुम सभी प्रकार से योगी बनो।

अध्याय ६, श्लोक ४६



श्रीभगवान् उवाच-आनन्दमयी भगवान ने कहा;

अक्षरम्-अविनाशी;

ब्रह्म-ब्रह्म परमम्-सर्वोच्च;

स्वभाव-प्रकृति;

अध्यात्मम्-अपनी आत्मा;

उच्यते-कहलाता है;

भूत-भाव-उद्भव-करः-जीवों की भौतिक संसार से
संबंधित गतिविधियाँ और उनका विकास,

विसर्गः-सृष्टि;

कर्म-सकाम कर्म;

सज्जितः-कहलाता है।

योग क्या है?

जिस व्यक्ति ने सफलता और विफलता के प्रति सभी लगाव छोड़ दिए हैं वह उन्हें समान रूप से देखता है। जो अपने कर्तव्य के पालन में निष्ठावान, वफादार और समर्पित है, जो संतुलित भोजन करता है, काम में स्थिर है, नींद में नियमित है, उसे योगी के रूप में जाना जाता है। जीवन में ऐसे संतुलन और समता को ही योग कहा जाता है।



कोई सुख और दुःख को एक समान कैसे देख सकता है?

एक छोटा सा उदाहरण सहायक होगा. मान लीजिए कि आपको चीनी और इमली खाने को मिलती है। चीनी की प्रकृति मीठी और इमली की प्रकृति खट्टी होती है। इसलिए जीवन में हमने उन दोनों को वैसे ही स्वीकार करना सीख लिया है जैसे वे हैं।

इसी तरह, खुशी आपको अच्छा महसूस कराती है, इसलिए आपको इसका आनंद अवश्य लेना चाहिए। दुःख अपने स्वभाव के कारण स्वाभाविक रूप से बुरा लगता है। हालाँकि, एक कर्म योगी खुद को नहीं खोएगा या इसका सामना करने में असमर्थ नहीं होगा। स्थिति के आधार पर खुश या दुखी महसूस करना स्वाभाविक है, लेकिन आपको इसे सही समय पर जारी करने में सक्षम होना चाहिए।



योगिक मार्ग

जीवित प्राणियों के लिए ईश्वर तक पहुँचने के लिए दो अलग-अलग रास्तों है:

- संसारिक
- संन्यास

दोनों को ईश्वर प्राप्ति के लिए योगिक नियमों की आवश्यकता है।

यह संन्यास का मार्ग है जहां उन्होंने सामाजिक मामलों में उलझना बंद कर दिया है और केवल शारीरिक कर्म करते हुए पूरी तरह से भगवान पर ध्यान केंद्रित किया है।

योगी का मार्ग परिणाम की चिंता किए बिना अपने सांसारिक कर्तव्यों का पालन करते हुए अपने मन को भगवान पर केंद्रित करना है।

भगवान कृष्ण ने स्पष्ट रूप से समझाया है कि अपने मन को भगवान पर केंद्रित करने के कई तरीके हैं, फिर भी योगी बनना आवश्यक है





इन्द्रियों



श्रीभगवानुवाच ।

काम एष क्रोध एष रजोगुणसमुद्भवः ॥
महाशनो महापाप्मा विद्ध्येनमिह वैरिणम् ॥ ३७ ॥



परमात्मा श्रीकृष्ण कहते हैं-अकेली काम वासना जो रजोगुण के सम्पर्क में आने से उत्पन्न होती है और बाद में क्रोध का रूप धारण कर लेती है, इसे पाप के रूप में संसार का सर्वभक्षी शत्रु समझो।

अध्याय ३, श्लोक ३७



श्रीभगवान् उवाच-आनन्दमयी भगवान ने कहा;

अक्षरम्-अविनाशी;

ब्रह्म-ब्रह्म परमम्-सर्वोच्च;

स्वभाव-प्रकृति;

अध्यात्मम्-अपनी आत्मा;

उच्यते-कहलाता है;

भूत-भाव-उद्भव-करः-जीवों की भौतिक संसार से
संबंधित गतिविधियाँ और उनका विकास,

विसर्गः-सृष्टि;

कर्म-सकाम कर्म;

सज्जितः-कहलाता है।

इन्द्रियाणि मनो बुद्धिरस्याधिष्ठानमुच्यते ।
एतैर्विमोहयत्येष ज्ञानमावृत्य देहिनम् ॥ 40 ॥



इन्द्रिय, मन और बुद्धि को कामना की प्रजनन भूमि कहा जाता है जिनके द्वारा यह मनुष्य के ज्ञान को आच्छादित कर लेती है और देहधारियों को मोहित करती है।



श्रीभगवान् उवाच-आनन्दमयी भगवान ने कहा;

अक्षरम्-अविनाशी;

ब्रह्म-ब्रह्म परमम्-सर्वोच्च;

स्वभाव-प्रकृति;

अध्यात्मम्-अपनी आत्मा;

उच्यते-कहलाता है;

भूत-भाव-उद्भव-करः-जीवों की भौतिक संसार से

संबंधित गतिविधियाँ और उनका विकास,

विसर्गः-सृष्टि;

कर्म-सकाम कर्म;

सज्जितः-कहलाता है।

यदा संहरते चायं कूर्मोऽङ्गानीव सर्वशः ।
इन्द्रियाणीन्द्रियार्थेभ्यस्तस्य प्रज्ञा प्रतिष्ठिता ॥58॥



जो मनुष्य अपनी इन्द्रियों को उनके विषय भोगों से खींच लेने के लिए उसी प्रकार से योग्य होता है, जैसे एक कछुआ अपने अंगों को संकुचित करके उन्हें खोल के भीतर कर लेता है, वह दिव्य ज्ञान में स्थिर हो जाता है।



श्रीभगवान् उवाच-आनन्दमयी भगवान ने कहा;

अक्षरम्-अविनाशी;

ब्रह्म-ब्रह्म परमम्-सर्वोच्च;

स्वभाव-प्रकृति;

अध्यात्मम्-अपनी आत्मा;

उच्यते-कहलाता है;

भूत-भाव-उद्भव-करः-जीवों की भौतिक संसार से
संबंधित गतिविधियाँ और उनका विकास,

विसर्गः-सृष्टि;

कर्म-सकाम कर्म;

सज्जितः-कहलाता है।

सङ्कल्पप्रभवान्कामांस्त्यक्त्वा सर्वानशेषतः ।
मनसैवेन्द्रियग्रामं विनियम्य समन्ततः ॥२४॥



संसार के चिन्तन से उठने वाली सभी इच्छाओं का पूर्ण रूप से त्याग कर हमें मन द्वारा इन्द्रियों पर सभी ओर से अंकुश लगाना चाहिए फिर धीरे-धीरे निश्चयात्मक बुद्धि के साथ मन केवल भगवान में स्थिर हो जाएगा और भगवान के अतिरिक्त कुछ नहीं सोचे

अध्याय ६, श्लोक २४



श्रीभगवान् उवाच-आनन्दमयी भगवान ने कहा;

अक्षरम्-अविनाशी;

ब्रह्म-ब्रह्म परमम्-सर्वोच्च;

स्वभाव-प्रकृति;

अध्यात्मम्-अपनी आत्मा;

उच्यते-कहलाता है;

भूत-भाव-उद्भव-करः-जीवों की भौतिक संसार से
संबंधित गतिविधियाँ और उनका विकास,

विसर्गः-सृष्टि;

कर्म-सकाम कर्म;

सज्जितः-कहलाता है।

मानव शरीर में ज्ञानेन्द्रियाँ क्या हैं?

ज्ञानेन्द्र की इंद्रियां ज्ञान को समझने और इकट्ठा करने के लिए जिम्मेदार हैं। ये अंग हमें बाहरी दुनिया के साथ बातचीत करने और अपने परिवेश को समझने की अनुमति देते हैं।

पाँच ज्ञानेन्द्र हैं:

कान (श्रोत्र): सुनने और श्रवण संबंधी जानकारी प्राप्त करने के लिए जिम्मेदार।

त्वचा (त्वक): हमें स्पर्श, तापमान और बनावट को समझने में सक्षम बनाती है।

आंखें (चक्षु): प्रकाश और रंग की दृष्टि और धारणा को सुविधाजनक बनाती हैं।

जीभ (रसाना): स्वाद धारणा में शामिल।

नाक (घ्राण): हमें सूंघने और गंध का अनुभव करने की अनुमति देती है।



मानव शरीर में इंद्रियाँ (कर्मेन्द्रियाँ) क्या हैं?

कर्मेन्द्रियाँ कर्मेन्द्रियाँ हैं। वे संवेदी इनपुट के जवाब में शारीरिक क्रियाओं को निष्पादित करने के लिए जिम्मेदार हैं।

कर्मेन्द्रियाँ भी पाँच हैं:

वाक (भाषण): मौखिक संचार के लिए जिम्मेदार।

पाणि (हाथ): वस्तुओं को पकड़ने, पकड़ने और हेरफेर करने के लिए उपयोग किया जाता है।

पाड़ा (पैर): एक स्थान से दूसरे स्थान तक जाने में शामिल।

पयु (उत्सर्जन अंग): अपशिष्ट उन्मूलन के लिए जिम्मेदार।

उपस्थ (प्रजनन का अंग): प्रजनन कार्यों से संबद्ध।



यदि आप अपनी इंद्रियों पर नियंत्रण नहीं रखते तो क्या होता है?

भगवान ने कहा, "यह इच्छा है, जो जुनून (रज गुण) से पैदा होती है, यही क्रोध का कारण है। इसे पापी और सर्वभक्षी, दुनिया में दुश्मन जानो। इससे मनुष्य का ज्ञान अस्पष्ट हो जाता है।" शाश्वत शत्रु, 'इच्छा', जो कभी संतुष्ट नहीं होती और आग की तरह जलती रहती है। इंद्रियों, मन और बुद्धि को इच्छा का प्रजनन आधार कहा जाता है। उनके माध्यम से, यह किसी के ज्ञान को ढक देता है और देहधारी आत्मा को भ्रमित करता है। इसलिए, सबसे पहले, इंद्रियों को वश में करो और 'इच्छा' नामक शत्रु को मार डालो।"



अपनी इंद्रियों पर नियंत्रण कैसे रखें?

खतरे का सामना करने पर, कछुए खुद को बचाने के लिए अपने अंगों को अपने खोल में वापस ले लेते हैं। यह जानने पर कि इच्छा ज्ञान को नष्ट कर देती है, एक प्रबुद्ध व्यक्ति बुद्धि और योग की मदद से अपनी इंद्रियों को सांसारिक सुखों से हटा लेता है। सभी प्रकार की इच्छाएं इंद्रियों द्वारा निर्मित होती हैं, इसलिए उन पर नियंत्रण रखना आवश्यक है।



मन



śhrī bhagavān uvācha
asanśhayam mahā-bāho mano
durnigraham-chalam
abhyāsenā tu kaunteya vairāgyeṇa cha
grihyate



Lord Krishna said to Arjuna -
undoubtedly, the mind is very restless
and it is difficult to restrain it, but it's
not impossible. With regular practice
and detachment, you will be able to
control it.



श्रीभगवान् उवाच-आनन्दमयी भगवान ने कहा;

अक्षरम्-अविनाशी;

ब्रह्म-ब्रह्म परमम्-सर्वोच्च;

स्वभाव-प्रकृति;

अध्यात्मम्-अपनी आत्मा;

उच्यते-कहलाता है;

भूत-भाव-उद्भव-करः-जीवों की भौतिक संसार से
संबंधित गतिविधियाँ और उनका विकास,

विसर्गः-सृष्टि;

कर्म-सकाम कर्म;

सज्जितः-कहलाता है।

bandhur ātmātmanas-tasya
yenātmaivātmanā-jitaḥ
anātmanas tu śhatrutve vartetātmaiva
śhatru-vat



For those who conquered the mind, it is their friend. For those who failed to do so, the mind works like an enemy.



श्रीभगवान् उवाच-आनन्दमयी भगवान ने कहा;

अक्षरम्-अविनाशी;

ब्रह्म-ब्रह्म परमम्-सर्वोच्च;

स्वभाव-प्रकृति;

अध्यात्मम्-अपनी आत्मा;

उच्यते-कहलाता है;

भूत-भाव-उद्भव-करः-जीवों की भौतिक संसार से
संबंधित गतिविधियाँ और उनका विकास,

विसर्गः-सृष्टि;

कर्म-सकाम कर्म;

सज्जितः-कहलाता है।

śhanaiḥ-śhanair upamed buddhyā
dhṛiti-gṛihītayā
ātma-sansthami manaḥ kṛitvā na
kiñchid-api chintayet



Slowly and steadily, with conviction in the intellect, the mind will become fixed on God alone and will think of nothing else.



श्रीभगवान् उवाच-आनन्दमयी भगवान ने कहा;

अक्षरम्-अविनाशी;

ब्रह्म-ब्रह्म परमम्-सर्वोच्च;

स्वभाव-प्रकृति;

अध्यात्मम्-अपनी आत्मा;

उच्यते-कहलाता है;

भूत-भाव-उद्भव-करः-जीवों की भौतिक संसार से
संबंधित गतिविधियाँ और उनका विकास,

विसर्गः-सृष्टि;

कर्म-सकाम कर्म;

सज्जितः-कहलाता है।

मन का स्वभाव क्या है?

सूर्य के प्रकाश को पृथ्वी तक पहुँचने में 8 मिनट का समय लगता है। लेकिन कुछ ही सेकंड में विचारों के माध्यम से कोई भी सूर्य तक पहुंच सकता है। भगवान कृष्ण ने अर्जुन से कहा, "मन बहुत बेचैन और नाजुक है। लेकिन मन बहुत आज्ञाकारी भी है। जिन लोगों ने मन को समझ लिया है (जीत लिया है), उनके लिए यह एक मित्र के रूप में कार्य करता है और जिन्होंने नहीं किया है, उनके लिए यह एक खतरनाक के रूप में कार्य करता है।" शत्रु। मन जैसे मित्र के साथ, दुनिया को जीतना संभव है। लेकिन मन जैसे शत्रु के साथ, जीना कठिन हो जाता है।"



अपने मन पर नियंत्रण रखें!

दिमाग बहुत तेज़ और बेचैन है. मन को नियंत्रित करने के लिए नियमित अभ्यास और वैराग्य की आवश्यकता होती है। ध्यान वह तकनीक है जिसका अभ्यास भारत के प्राचीन संत मन को नियंत्रित करने के लिए वर्षों से करते आ रहे हैं।

ध्यान की प्रक्रिया:

फर्श पर कपड़ा बिछाओ,

अपने पैरों को मोड़कर बैठें।

भौंहों के बीच के क्षेत्र (तीसरी आँख चक्र पर) पर ध्यान केंद्रित करें।

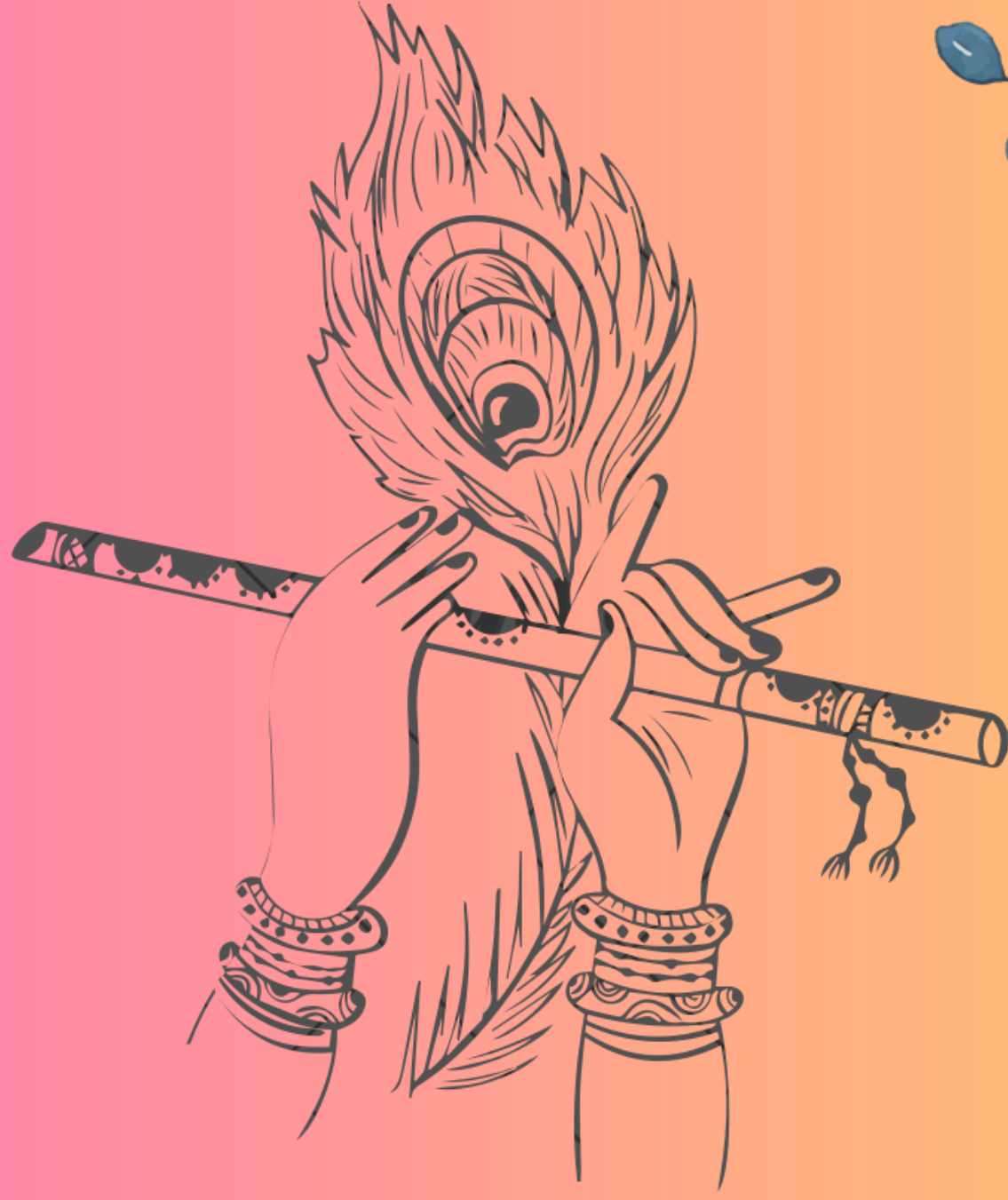
अंततः ईश्वर पर ध्यान केंद्रित करने का प्रयास करें। धीरे-धीरे और लगातार, बुद्धि में दृढ़ विश्वास के साथ, मन केवल भगवान पर ही स्थिर हो जाएगा और किसी और चीज के बारे में नहीं सोचेगा।



बुद्धि



दुःखेष्वनुद्विग्नमनाः सुखेषु विगतस्पृहः ।
वीतरागभयक्रोधः स्थितधीर्मुनिरुच्यते ॥ ५६॥



जो मनुष्य किसी प्रकार के दुखों में क्षुब्ध नहीं होता
जो सुख की लालसा नहीं करता और जो आसक्ति,
भय और क्रोध से मुक्त रहता है, वह स्थिर बुद्धि वाला
मनीषी कहलाता है।

अध्याय २, श्लोक ५६



श्रीभगवान् उवाच-आनन्दमयी भगवान ने कहा;

अक्षरम्-अविनाशी;

ब्रह्म-ब्रह्म परमम्-सर्वोच्च;

स्वभाव-प्रकृति;

अध्यात्मम्-अपनी आत्मा;

उच्यते-कहलाता है;

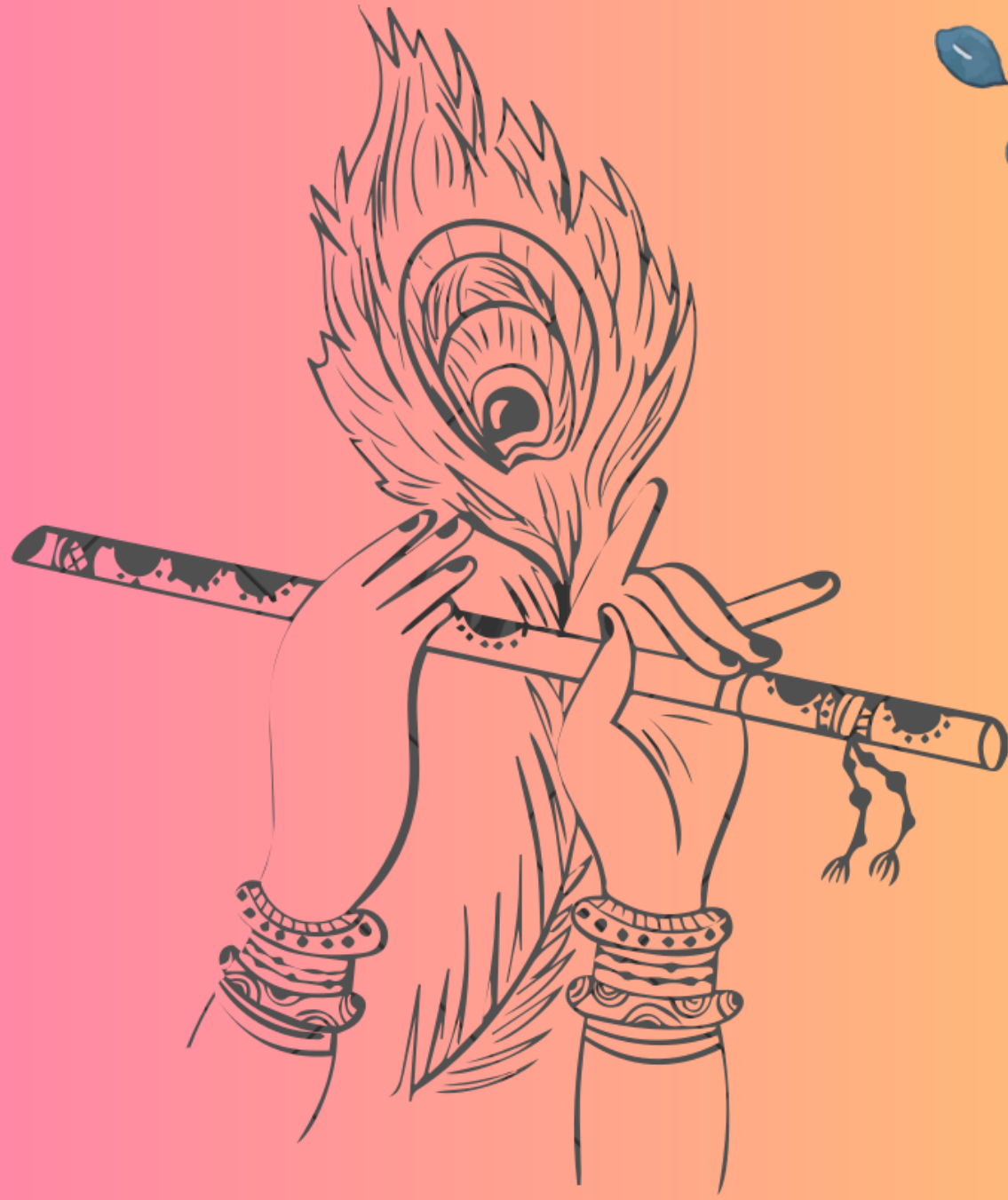
भूत-भाव-उद्भव-करः-जीवों की भौतिक संसार से
संबंधित गतिविधियाँ और उनका विकास,

विसर्गः-सृष्टि;

कर्म-सकाम कर्म;

सज्जितः-कहलाता है।

प्रवृत्तिं च निवृत्तिं च कार्याकार्ये भयाभये ।
बन्धं मोक्षं च या वेत्तिबुद्धिः सा पार्थ सात्त्विकी ॥ ३० ॥



हे पृथापुत्र! वह बुद्धि सत्वगुणी है जिसके द्वारा यह जाना जाता है कि क्या उचित है और क्या अनुचित है, क्या कर्त्तव्य है और क्या अकरणीय है, किससे भयभीत होना चाहिए और किससे भयभीत नहीं होना चाहिए, और क्या बंधन में डालने वाला है और क्या मुक्ति देने वाला है।

अध्याय १८, श्लोक ३०



श्रीभगवान् उवाच-आनन्दमयी भगवान ने कहा;

अक्षरम्-अविनाशी;

ब्रह्म-ब्रह्म परमम्-सर्वोच्च;

स्वभाव-प्रकृति;

अध्यात्मम्-अपनी आत्मा;

उच्यते-कहलाता है;

भूत-भाव-उद्भव-करः-जीवों की भौतिक संसार से

संबंधित गतिविधियाँ और उनका विकास,

विसर्गः-सृष्टि;

कर्म-सकाम कर्म;

सज्जितः-कहलाता है।

बुद्धि का सही उपयोग?

प्राचीन काल से ही बुद्धि चर्चा का एक बड़ा विषय रही है। बुद्धि के सही प्रयोग से मानवता अविश्वसनीय ऊंचाइयों तक पहुंची है। बुद्धि के गलत प्रयोग ने हमारे ग्रह पर अराजकता ला दी है। यहां बुद्धि का सही उपयोग करने का एक उदाहरण दिया गया है: आप ठंडी रात में घर पर बैठे हैं, पेड़ों के पत्ते झड़ रहे हैं, अचानक आपको कुछ आइसक्रीम चाहिए। यह आपके मन की लालसा है। जब भी मन कुछ चाहता है, तो वह उसे प्राप्त करने के लिए बुद्धि को बुलाता है।



अब बुद्धि दो तरीकों से काम कर सकती है:

बुद्धि का प्रयोग करके वह सर्दी की रात में दुकान पर जाकर ठंडी आइसक्रीम खाने का रास्ता ढूंढ लेगा, जिससे अगले दिन उसके बीमार होने की बहुत अधिक संभावना है।

दूसरा, बुद्धि निर्णय लेगी कि वास्तव में क्या सही है और उसके मन को समझाएगी कि वह रात में आइसक्रीम न खाए, क्योंकि वह बीमार पड़ सकता है। इसके बजाय, उसे आज रात का खाना खाना चाहिए और कल आइसक्रीम खानी चाहिए। इसके अलावा, असंभव को पूरा करने के लिए आपको अपनी बुद्धि का सही ढंग से उपयोग करने में सक्षम होने की आवश्यकता है।



आत्मा



नैनं छिन्दन्ति शस्त्राणि नैनं दहति पावकः ।
न चैनं क्लेदयन्त्यापो न शोषयति मारुतः ॥ २३ ॥



किसी भी शस्त्र द्वारा आत्मा के टुकड़े नहीं किए जा सकते, न ही अग्नि आत्मा को जला सकती है, न ही जल द्वारा उसे गीला किया जा सकता है और न ही वायु इसे सुखा सकती है।

अध्याय २, श्लोक २३



श्रीभगवान् उवाच-आनन्दमयी भगवान ने कहा;

अक्षरम्-अविनाशी;

ब्रह्म-ब्रह्म परमम्-सर्वोच्च;

स्वभाव-प्रकृति;

अध्यात्मम्-अपनी आत्मा;

उच्यते-कहलाता है;

भूत-भाव-उद्भव-करः-जीवों की भौतिक संसार से
संबंधित गतिविधियाँ और उनका विकास,

विसर्गः-सृष्टि;

कर्म-सकाम कर्म;

सज्जितः-कहलाता है।

इन्द्रियाणि पराण्याहुरिन्द्रियेभ्यः परं मनः।
मनसस्तु परा बुद्धिर्यो बुद्धेः परतस्तु सः ॥४२॥



इन्द्रियाँ स्थूल शरीर से श्रेष्ठ हैं और इन्द्रियों से
उत्तम मन, मन से श्रेष्ठ बुद्धि और आत्मा बुद्धि
से भी परे है।

अध्याय ३, श्लोक ४२



श्रीभगवान् उवाच-आनन्दमयी भगवान ने कहा;

अक्षरम्-अविनाशी;

ब्रह्म-ब्रह्म परमम्-सर्वोच्च;

स्वभाव-प्रकृति;

अध्यात्मम्-अपनी आत्मा;

उच्यते-कहलाता है;

भूत-भाव-उद्भव-करः-जीवों की भौतिक संसार से
संबंधित गतिविधियाँ और उनका विकास,

विसर्गः-सृष्टि;

कर्म-सकाम कर्म;

सज्जितः-कहलाता है।

देहिनोऽस्मिन्यथा देहे कौमारं यौवनं जरा ।
तथा देहान्तरप्राप्तिर्षीरस्तत्र न मुह्यति ॥13॥



जैसे देहधारी आत्मा इस शरीर में बाल्यावस्था से तरुणावस्था और वृद्धावस्था की ओर निरन्तर अग्रसर होती है, वैसे ही मृत्यु के समय आत्मा दूसरे शरीर में चली जाती है। बुद्धिमान मनुष्य ऐसे परिवर्तन से मोहित नहीं होते।

अध्याय २, श्लोक १३



श्रीभगवान् उवाच-आनन्दमयी भगवान ने कहा;

अक्षरम्-अविनाशी;

ब्रह्म-ब्रह्म परमम्-सर्वोच्च;

स्वभाव-प्रकृति;

अध्यात्मम्-अपनी आत्मा;

उच्यते-कहलाता है;

भूत-भाव-उद्भव-करः-जीवों की भौतिक संसार से
संबंधित गतिविधियाँ और उनका विकास,

विसर्गः-सृष्टि;

कर्म-सकाम कर्म;

सज्जितः-कहलाता है।

आत्मा क्या है?

आत्मा परमात्मा का एक अंश है जो अहंकार (स्वयं) के जन्म के कारण अपनी पहचान भूल गया है। "अहम् ब्रह्म अस्मि" के वास्तविक अर्थ को समझने के लिए ईश्वर की प्राप्ति स्वयं और पारगमन की प्राप्ति है।



अपनी आत्मा को पहचानो !!

आत्मा की अनुभूति के लिए चरण-दर-चरण प्रक्रिया का पालन करना चाहिए:

- सबसे पहले आपको स्थूल शरीर को समझना होगा और उससे पार पाना होगा।
- समझो और इंद्रियों से परे जाओ।
- समझो और मन से परे जाओ।
- समझो और बुद्धि से परे जाओ।

उसके बाद ही आप आत्मा के सार को महसूस कर पाएंगे।



आत्मा की यात्रा!

जन्म से युवावस्था, वृद्धावस्था और मृत्यु तक यह स्थूल शरीर अनेक अवस्थाओं से गुजरता है। इसी प्रकार, किसी की मृत्यु के बाद आत्मा को नया शरीर मिलता है। जैसे जीवन का अंतिम लक्ष्य मृत्यु है, वैसे ही आत्मा का अंतिम लक्ष्य सर्वशक्तिमान ईश्वर के साथ एक होना है।





परमात्मा



ॐ तत्सदिति निर्देशो ब्रह्मणस्त्रिविधः स्मृतः ।
ब्राह्मणस्तेन वेदाश्च यज्ञाश्च विहिताः पुरा ॥23॥



सृष्टि के आरंभ से 'ॐ-तत्-सत्' शब्दों को सर्वोच्च परम सत्य की प्रतीकात्मक अभिव्यक्ति माना है। इन्हीं में से पुरोहित (ब्राह्मण) शास्त्र तथा यज्ञ शब्द की उत्पत्ति हुई है।

अध्याय १७, श्लोक २३



श्रीभगवान् उवाच-आनन्दमयी भगवान ने कहा;

अक्षरम्-अविनाशी;

ब्रह्म-ब्रह्म परमम्-सर्वोच्च;

स्वभाव-प्रकृति;

अध्यात्मम्-अपनी आत्मा;

उच्यते-कहलाता है;

भूत-भाव-उद्भव-करः-जीवों की भौतिक संसार से

संबंधित गतिविधियाँ और उनका विकास,

विसर्गः-सृष्टि;

कर्म-सकाम कर्म;

सज्जितः-कहलाता है।

यदा यदा हि धर्मस्य ग्लानिर्भवति भारत ।
अभ्युत्थानमधर्मस्य तदात्मानं सृजाम्यहम् ॥७॥
परित्राणाय साधूनां विनाशाय च दुष्कृताम् ।
धर्मसंस्थापनार्थाय सम्भवामि युगे युगे ॥८॥



ब जब धरती पर धर्म का पतन और अधर्म में वृद्धि होती है तब उस समय मैं पृथ्वी पर अवतार लेता हूँ। भक्तों का उद्धार और दुष्टों का विनाश करने और धर्म की मर्यादा पुनः स्थापित करने के लिए मैं प्रत्येक युग में प्रकट होता हूँ।

अध्याय ४, श्लोक ७,८



श्रीभगवान् उवाच-आनन्दमयी भगवान ने कहा;

अक्षरम्-अविनाशी;

ब्रह्म-ब्रह्म परमम्-सर्वोच्च;

स्वभाव-प्रकृति;

अध्यात्मम्-अपनी आत्मा;

उच्यते-कहलाता है;

भूत-भाव-उद्भव-करः-जीवों की भौतिक संसार से
संबंधित गतिविधियाँ और उनका विकास,

विसर्गः-सृष्टि;

कर्म-सकाम कर्म;

सज्जितः-कहलाता है।

यथाकाशस्थितो नित्यं वायुः सर्वत्रगो महान् ।
तथा सर्वाणि भूतानि मत्स्थानीत्युपधारय ॥6॥



ह जान लो कि जिस प्रकार प्रबल वायु प्रत्येक स्थान पर प्रवाहित होती है और आकाश में जाकर स्थित हो जाती है वैसे ही सभी जीव सदैव मुझमें स्थित रहते हैं।

अध्याय ९, श्लोक ६



श्रीभगवान् उवाच-आनन्दमयी भगवान ने कहा;

अक्षरम्-अविनाशी;

ब्रह्म-ब्रह्म परमम्-सर्वोच्च;

स्वभाव-प्रकृति;

अध्यात्मम्-अपनी आत्मा;

उच्यते-कहलाता है;

भूत-भाव-उद्भव-करः-जीवों की भौतिक संसार से
संबंधित गतिविधियाँ और उनका विकास,

विसर्गः-सृष्टि;

कर्म-सकाम कर्म;

सज्जितः-कहलाता है।

परमेश्वर कौन है? (परमात्मा)?

भगवान ने कहा, "दिव्य अविनाशी इकाई को 'ब्राह्मण' कहा जाता है।" सर्वोच्च भगवान को ओम, तत्, सत् के रूप में दर्शाया गया है, जिससे सब कुछ निर्मित हुआ है।



ओम,तत्,सत्?

वैदिक विद्वान हमेशा वैदिक ग्रंथों में बताए अनुसार "ओम" का उच्चारण करके अपने बलिदान, दान और तपस्या शुरू करते हैं।

भौतिक उलझनों से मुक्ति चाहने वाले लोग "तत्" शब्द का उच्चारण करते हैं। वे फल की इच्छा किए बिना तपस्या, त्याग और दान के कार्य करते हैं।



"सत्" शब्द का अर्थ शाश्वत अस्तित्व और अच्छाई है। इसका उपयोग किसी शुभ कार्य का वर्णन करने के लिए भी किया जाता है। यज्ञ, तप और दान के आचरण में स्थापित होने के कारण इसे "सत्" शब्द से भी वर्णित किया गया है। ऐसे उद्देश्यों के लिए किये गये कृत्यों को "सत्" कहा जाता है।



Incarnation of the Supreme Lord!!

सत्य युगः

मत्स्य

कूर्म

वराह

नरसिंह

त्रेता युगः

वामन

परशुराम

राम अ

द्वापर युगः

कृष्णा

बुद्धा

कलियुग :

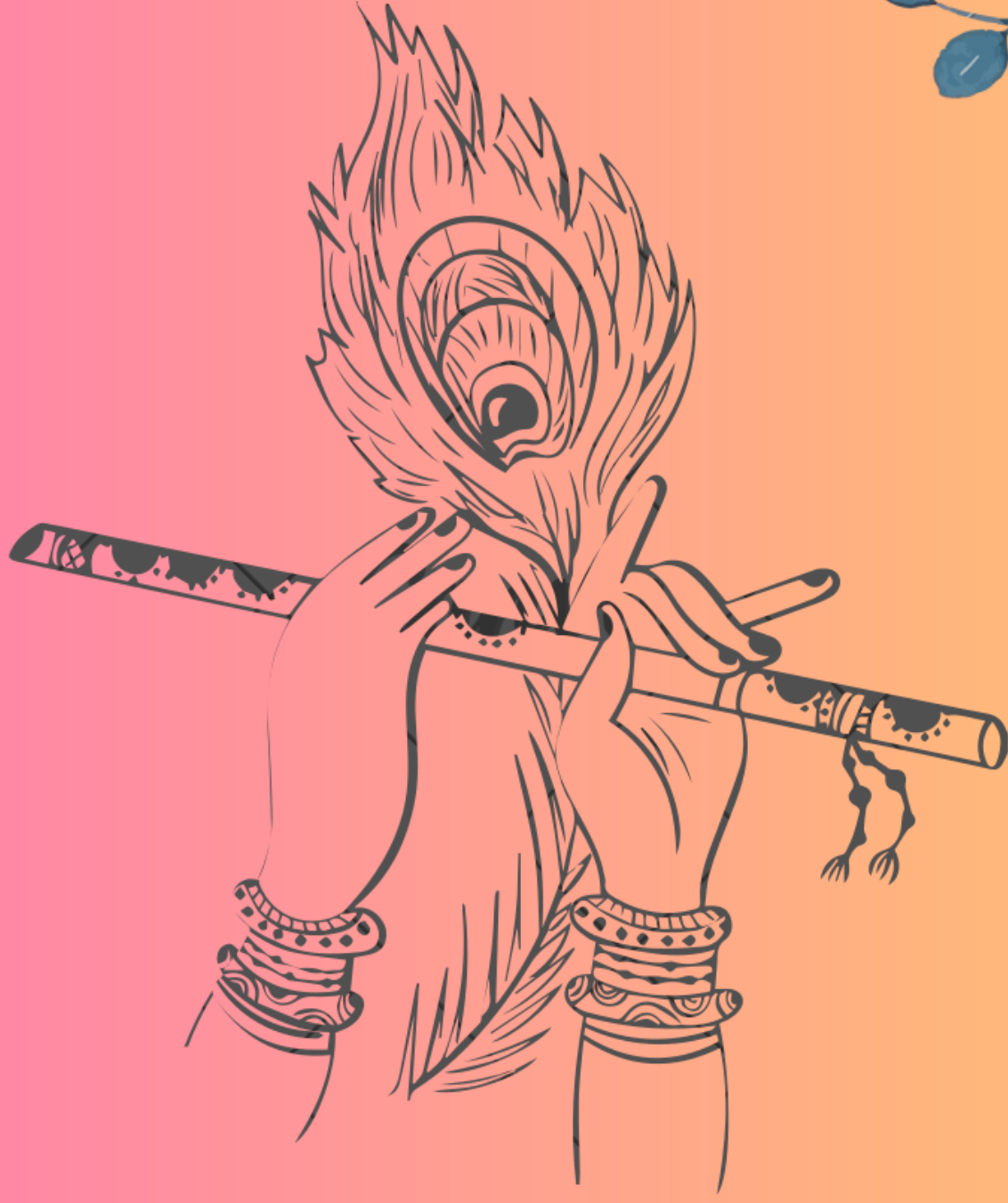
कल्कि



भक्ति



अपि चेत्सुदुराचारो भजते मामनन्यभाक्।
साधुरेव स मन्तव्यः सम्यग्व्यवसितो हि सः ॥30॥



यदि महापापी भी मेरी अनन्य भक्ति के साथ
मेरी उपासना में लीन रहते हैं तब उन्हें साधु
मानना चाहिए क्योंकि वे अपने संकल्प में दृढ़
रहते हैं।

अध्याय ९, श्लोक ३०



श्रीभगवान् उवाच-आनन्दमयी भगवान ने कहा;

अक्षरम्-अविनाशी;

ब्रह्म-ब्रह्म परमम्-सर्वोच्च;

स्वभाव-प्रकृति;

अध्यात्मम्-अपनी आत्मा;

उच्यते-कहलाता है;

भूत-भाव-उद्भव-करः-जीवों की भौतिक संसार से
संबंधित गतिविधियाँ और उनका विकास,

विसर्गः-सृष्टि;

कर्म-सकाम कर्म;

सज्जितः-कहलाता है।

य इदं परमं गुह्यं मद्भक्तेष्वभिधास्यति ।
भक्तिं मयि परां कृत्वा मामेवैष्यत्यसंशयः ॥ 68 ॥



वे जो इस अति गुह्य ज्ञान को मेरे भक्तो को
सिखाते हैं, वे अति प्रिय कार्य करते हैं। वे निःसंदेह
मेरे धाम में आएंगे।

अध्याय १८, श्लोक ६८



श्रीभगवान् उवाच-आनन्दमयी भगवान ने कहा;

अक्षरम्-अविनाशी;

ब्रह्म-ब्रह्म परमम्-सर्वोच्च;

स्वभाव-प्रकृति;

अध्यात्मम्-अपनी आत्मा;

उच्यते-कहलाता है;

भूत-भाव-उद्भव-करः-जीवों की भौतिक संसार से
संबंधित गतिविधियाँ और उनका विकास,

विसर्गः-सृष्टि;

कर्म-सकाम कर्म;

सज्जितः-कहलाता है।

न च तस्मान्मनुष्येषु कश्चिन्मे प्रियकृत्तमः ।
भविता न च मे तस्मादन्यः प्रियतरो भुवि ॥ 69॥



उनकी अपेक्षा कोई भी मनुष्य उनसे अधिक मेरी प्रेमपूर्वक सेवा नहीं करता और इस पृथ्वी पर मुझे उनसे प्रिय न तो कोई है और न ही होगा।

अध्याय १८, श्लोक ६९



श्रीभगवान् उवाच-आनन्दमयी भगवान ने कहा;

अक्षरम्-अविनाशी;

ब्रह्म-ब्रह्म परमम्-सर्वोच्च;

स्वभाव-प्रकृति;

अध्यात्मम्-अपनी आत्मा;

उच्यते-कहलाता है;

भूत-भाव-उद्भव-करः-जीवों की भौतिक संसार से
संबंधित गतिविधियाँ और उनका विकास,

विसर्गः-सृष्टि;

कर्म-सकाम कर्म;

सज्जितः-कहलाता है।

भक्ति क्या है?

सांसारिक कर्तव्यों का पालन करते हुए कृष्ण की इच्छा के प्रति समर्पण करना ही भक्ति है। यदि कोई पापी व्यक्ति पूरे मन से भगवान के प्रति समर्पण कर दे तो वह भक्त माना जाएगा। कृष्ण के प्रति सच्ची निष्ठा पूर्ण समर्पण की मांग करती है।



कृष्ण पसंदीदा?

भगवान कृष्ण ने अर्जुन से कहा: लोग जिस तरह से मेरे प्रति समर्पण करते हैं, मैं उसी के अनुसार प्रतिफल देता हूँ। जब वे मुझे एक दोस्त के रूप में देखते हैं, तो मैं भी उन्हें उसी तरह देखता हूँ। एक मार्गदर्शक के रूप में, मैं उन्हें सही रास्ता दिखाता हूँ। उनका पिता होने के नाते मैं उनकी जरूरतें पूरी करता हूँ।' वे जिस किसी भी रूप में मेरी पूजा करते हैं, मैं भी उन्हें वैसा ही प्रत्युत्तर देता हूँ।

ज्ञान योग:

जो लोग न तो भौतिक सुखों में अति प्रसन्न होते हैं और न ही सांसारिक दुखों में निराश होते हैं, जो अच्छे और बुरे दोनों कर्मों का त्याग करते हैं, वे मुझे बहुत प्रिय हैं।



भगवान कृष्ण ने अर्जुन से कहा:

कर्म योग:

जो लोग अपने कर्मों के फल की चिंता किए बिना,
जो मिलता है उसमें संतुष्ट रहते हैं, वे मुझे बहुत प्रिय
हैं।

भक्ति योग:

जिनकी बुद्धि दृढ़तापूर्वक मुझमें लगी हुई है और जो
मेरे प्रति भक्ति से परिपूर्ण हैं, ऐसे व्यक्ति मुझे अत्यंत
प्रिय हैं।

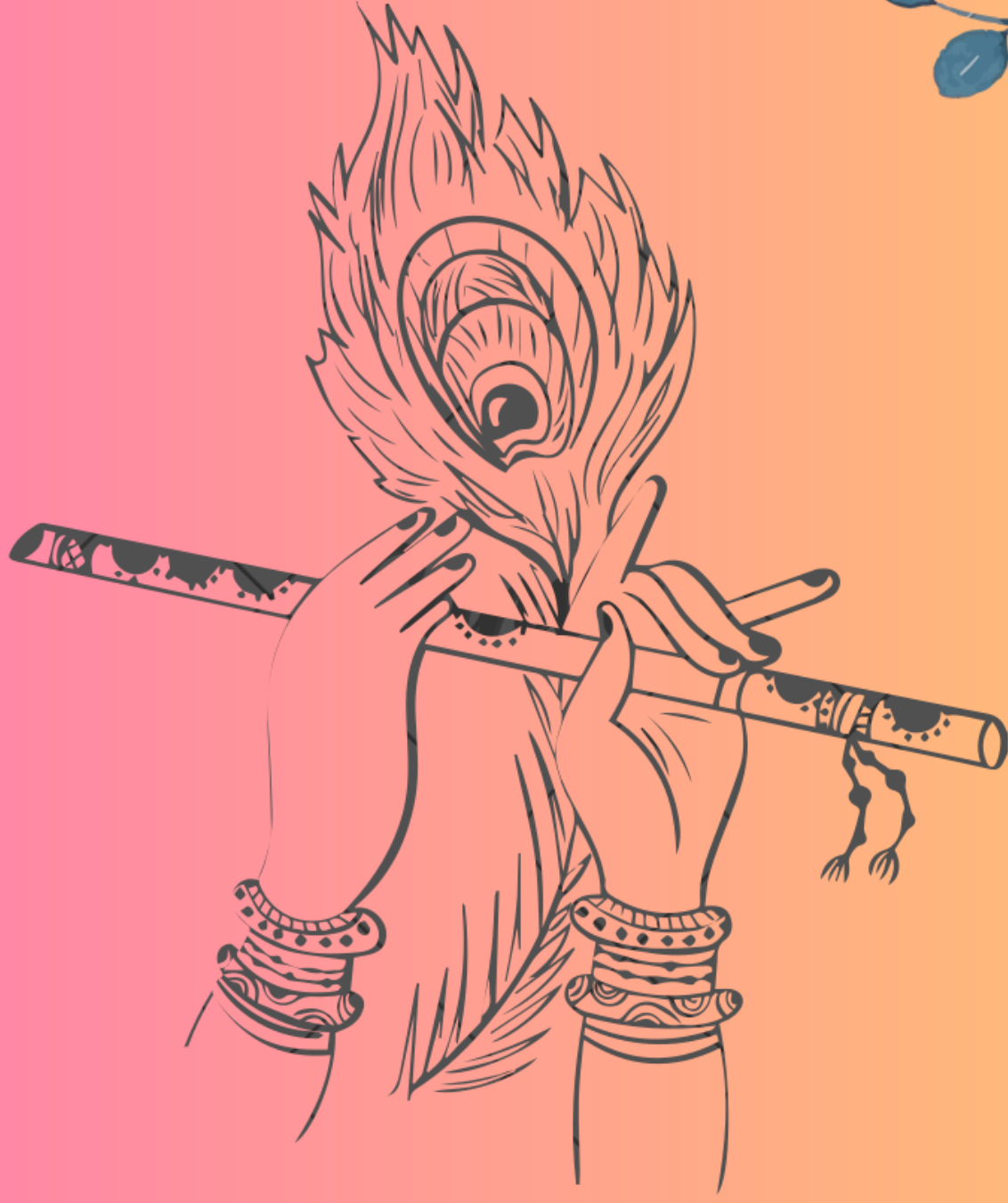




निर्वाण



सर्वधर्मान्परित्यज्य मामेकं शरणं व्रज ।
अहं त्वां सर्वपापेभ्यो मोक्षयिष्यामि मा शुचः ॥ 66 ॥



सभी प्रकार के धर्मों का परित्याग करो और केवल मेरी शरण ग्रहण करो। मैं तुम्हें समस्त पाप कर्मों की प्रतिक्रियाओं से मुक्त कर दूंगा, डरो मत।

अध्याय १८, श्लोक ६६



श्रीभगवान् उवाच-आनन्दमयी भगवान ने कहा;

अक्षरम्-अविनाशी;

ब्रह्म-ब्रह्म परमम्-सर्वोच्च;

स्वभाव-प्रकृति;

अध्यात्मम्-अपनी आत्मा;

उच्यते-कहलाता है;

भूत-भाव-उद्भव-करः-जीवों की भौतिक संसार से
संबंधित गतिविधियाँ और उनका विकास,

विसर्गः-सृष्टि;

कर्म-सकाम कर्म;

सज्जितः-कहलाता है।

मन्मना भव मद्भक्तो मद्याजी मां नमस्कुरु।
मामेवैष्यसि सत्यं ते प्रतिजाने प्रियोऽसि मे ॥65।



सदा मेरा चिंतन करो, मेरे भक्त बनो, मेरी अराधना करो,
मुझे प्रणाम करो, ऐसा करके तुम निश्चित रूप से मेरे
पास आओगे। मैं तुम्हें ऐसा वचन देता हूँ क्योंकि तुम मेरे
अतिशय मित्र हो।

अध्याय १८, श्लोक ६५



श्रीभगवान् उवाच-आनन्दमयी भगवान ने कहा;

अक्षरम्-अविनाशी;

ब्रह्म-ब्रह्म परमम्-सर्वोच्च;

स्वभाव-प्रकृति;

अध्यात्मम्-अपनी आत्मा;

उच्यते-कहलाता है;

भूत-भाव-उद्भव-करः-जीवों की भौतिक संसार से
संबंधित गतिविधियाँ और उनका विकास,

विसर्गः-सृष्टि;

कर्म-सकाम कर्म;

सज्जितः-कहलाता है।



लभन्ते ब्रह्मनिर्वाणमृषयः क्षीणकल्मषाः ।
छिन्नद्वैधा यतात्मानः सर्वभूतहिते रताः ॥25॥



वे पवित्र मनुष्य जिनके पाप धुल जाते हैं और जिनके संशय मिट जाते हैं और जिनका मन संयमित होता है वे सभी प्राणियों के कल्याणार्थ समर्पित हो जाते हैं तथा वे भगवान को पा लेते हैं और सांसारिक बंधनों से भी मुक्त हो जाते हैं।

अध्याय ५, श्लोक २५



श्रीभगवान् उवाच-आनन्दमयी भगवान ने कहा;

अक्षरम्-अविनाशी;

ब्रह्म-ब्रह्म परमम्-सर्वोच्च;

स्वभाव-प्रकृति;

अध्यात्मम्-अपनी आत्मा;

उच्यते-कहलाता है;

भूत-भाव-उद्भव-करः-जीवों की भौतिक संसार से
संबंधित गतिविधियाँ और उनका विकास,

विसर्गः-सृष्टि;

कर्म-सकाम कर्म;

सज्जितः-कहलाता है।

मोक्ष/निर्वाण क्या है?

मोक्ष पहुंचने पर आप जीवन और मृत्यु के चक्र से मुक्त हो जाएंगे। अहंकार पर काबू पाकर और कृष्ण के साथ एक होकर, आपको एहसास होता है कि आप अविनाशी परमात्मा का हिस्सा हैं।

रास्ते हैं:

सांख्य योग

कर्म योग

भक्ति योग

भक्ति योग का अभ्यास मोक्ष प्राप्त करने का सबसे तेज़ लेकिन सबसे चुनौतीपूर्ण तरीका है।



इसके योग्य कौन है?

- क्योंकि जो लोग निरंतर प्रयास के माध्यम से क्रोध और वासना से बाहर निकल चुके हैं, वे आत्म-साक्षात्कारी प्राणी हैं।
- वे पवित्र व्यक्ति, जिनके पाप धुल गये हैं,
- जिसका संशय नष्ट हो गया,
- जिनका मन अनुशासित है,
- जो सभी प्राणियों के कल्याण के लिए समर्पित हैं, वे ईश्वर को प्राप्त करते हैं और भौतिक अस्तित्व से मुक्त हो जाते हैं।





भगवत गीता प्राणियों के लिए एक
जीवन पुस्तिका है!

॥ ॐ ॥

स्वयं प्रकाशित
कॉपीराइट @ पापिया सामल
सर्वाधिकार सुरक्षित



॥ ॐ ॥

आशीर्वाद के लिए आमंत्रित









लेखक के बारे में

पापिया आरबी सामल का जन्म और पालन-पोषण भारत के ओडिशा के एक छोटे से गाँव में हुआ है। उन्होंने एक पूर्ण और संतुलित जीवन के बारे में अपने प्रश्नों की खोज में वर्षों बिताए। भगवद गीता से सीखा, गुरुओं से मुलाकात की और फिर परम प्राचीन ज्ञान पाया। एक ऐसा जीवन जो पूर्ण और शांतिपूर्ण होगा। वह शाश्वत ज्ञान जो हजारों लोगों के जीवन को बदलने की शक्ति को दर्शाता है, इस पुस्तक का सार है।

हजारों वर्षों के ज्ञान को एक पुस्तक में व्यवस्थित किया गया है

“21-श्लोक

"श्रीमद्भगवद्गीता"

हमें पूर्ण जीवन के लिए चरण-दर-चरण मार्गदर्शिका और जीवन से परे की तकनीक भी मिली है। अपने 7 वर्षों के शोध में, उन्होंने सैकड़ों लोगों के जीवन को छुआ है और उनके अनुभवों से सीखा है कि आध्यात्मिक रूप से समृद्ध जीवन ही परिणाम दे सकता है। एक पूर्णता देने वाला। अपनी आधुनिकता के बावजूद, भगवद गीता स्वयं भगवान का गीत है जिसे दुनिया के साथ साझा किया गया है। और यह परम ज्ञान आज की पीढ़ी को जीवन के तूफान से गुजरने में मदद करेगा।

कृष्ण पर भरोसा रखें

अपना कर्तव्य करो

वह जानता है कि आपके लिए सबसे

अच्छा क्या है

Rs. 599/-

कवर डिज़ाइन @ पापिया आरबी सामल द्वारा
स्वयं प्रकाशित

ISBN 978-933401018-3



9

789334

010183