



Ancient Vedic Mantras and Rituals





Shrimad Bhagavad Gita Chapter-4 Shalok-10 | श्रीमद् भगवद्गीता अध्याय चार-श्लोक दस | PDF

अध्याय 4 – ज्ञान कर्म संन्यास योग श्लोक 10

वीतरागभयक्रोधा मन्मया मामुपाश्रिताः ।
बहवो ज्ञानतपसा पूता मद्भावमागताः ॥10॥
सरल हिंदी में भावार्थ

भगवान श्रीकृष्ण कहते हैं—

जो लोग राग, भय और क्रोध से मुक्त होकर, अपने मन को मुझमें लगाकर और मेरी शरण लेकर ज्ञानरूपी तप से पवित्र हो गए हैं, ऐसे बहुत से लोग मेरे स्वरूप को प्राप्त हुए हैं।

विस्तृत व्याख्या

राग, भय और क्रोध से मुक्ति

इस श्लोक में भगवान श्रीकृष्ण बताते हैं कि आध्यात्मिक उन्नति के मार्ग में मनुष्य को किन आंतरिक बंधनों से मुक्त होना आवश्यक है।



राग का अर्थ है किसी वस्तु, व्यक्ति, इच्छा या सांसारिक सुख के प्रति अत्यधिक आसक्ति।

भय मनुष्य को असुरक्षा, हानि और भविष्य की चिंता से बांधता है।

क्रोध तब उत्पन्न होता है जब इच्छाएँ पूरी नहीं होतीं या परिस्थितियाँ मन के अनुसार नहीं चलतीं।

भगवान बताते हैं कि जो साधक इन बंधनों से ऊपर उठने का प्रयास करता है, वह आध्यात्मिक शुद्धि की दिशा में आगे बढ़ता है।

मन्मया – भगवान में मन को लगाना

श्लोक में भगवान कहते हैं—“मन्मया”, अर्थात् जिनका मन और चेतना मुझमें स्थित है।

इसका अर्थ केवल बाहरी रूप से भगवान का स्मरण करना नहीं है, बल्कि अपने विचारों, भावनाओं और जीवन की दिशा को भगवान के प्रति समर्पित करना है।

जब साधक अपने मन को केवल सांसारिक इच्छाओं और भौतिक आकर्षणों में उलझाने के बजाय भगवान के चिंतन, भक्ति और दिव्य ज्ञान में लगाता है, तब उसका मन धीरे-धीरे स्थिर और शांत होने लगता है।

भगवान में मन को लगाना साधक को आसक्ति, भय और क्रोध जैसी नकारात्मक भावनाओं से मुक्त होने में सहायता करता है।



मामुपाश्रिता: – भगवान की शरण लेना

“मामुपाश्रिता:” का अर्थ है भगवान की शरण लेना।

भगवान की शरण लेने का अर्थ संसार से भाग जाना नहीं है। इसका वास्तविक अर्थ है अपने जीवन, कर्मों और निर्णयों को भगवान के मार्गदर्शन और धर्म के सिद्धांतों के अनुसार चलाने का प्रयास करना।

जब व्यक्ति अपने अहंकार और केवल अपनी सीमित शक्ति पर निर्भर रहने की प्रवृत्ति को छोड़कर भगवान के प्रति विश्वास और समर्पण विकसित करता है, तब उसके भीतर आध्यात्मिक शक्ति उत्पन्न होती है।

शरणागति साधक को कठिन परिस्थितियों में भी स्थिर रहने और सही मार्ग पर आगे बढ़ने की प्रेरणा देती है।

ज्ञानरूपी तपस्या

भगवान कहते हैं कि बहुत से साधक “ज्ञानतपसा”, अर्थात् ज्ञानरूपी तपस्या के द्वारा पवित्र हुए हैं।

तप का अर्थ केवल शरीर को कष्ट देना नहीं है। वास्तविक तप में मन, बुद्धि और जीवन को अनुशासित करना भी शामिल है।

ज्ञानरूपी तपस्या का अर्थ है सत्य को जानने का प्रयास करना, अज्ञान को दूर करना, अपने विचारों और कर्मों का निरीक्षण करना तथा आध्यात्मिक ज्ञान के अनुसार जीवन को शुद्ध बनाना।



जब व्यक्ति ज्ञान के माध्यम से अपने भीतर के अज्ञान, भ्रम और नकारात्मक प्रवृत्तियों को पहचानता है, तब उसका जीवन धीरे-धीरे पवित्र होने लगता है।

ज्ञान द्वारा आंतरिक शुद्धि

“पूता” का अर्थ है पवित्र या शुद्ध होना।

मनुष्य का मन अनेक इच्छाओं, आसक्तियों, भय और नकारात्मक भावनाओं से प्रभावित हो सकता है। आध्यात्मिक ज्ञान इन आंतरिक अशुद्धियों को समझने और उनसे मुक्त होने का मार्ग प्रदान करता है।

ज्ञान के साथ तप, आत्मसंयम और भक्ति का अभ्यास साधक की चेतना को शुद्ध करता है।

यह शुद्धि केवल बाहरी कर्मकांडों से नहीं, बल्कि मन और बुद्धि के वास्तविक परिवर्तन से उत्पन्न होती है।

मद्भावमागता: – भगवान के स्वरूप को प्राप्त करना

भगवान कहते हैं कि ऐसे बहुत से साधक “मद्भावमागताः”, अर्थात् मेरे दिव्य भाव या स्वरूप को प्राप्त हुए हैं।

इसका अर्थ है कि साधक आध्यात्मिक रूप से भगवान के निकट पहुँचता है और अपनी चेतना को दिव्य गुणों की दिशा में विकसित करता है।

जब व्यक्ति राग, भय और क्रोध जैसे बंधनों से मुक्त होकर भगवान में मन लगाता है और ज्ञान के द्वारा अपने जीवन को शुद्ध करता है, तब वह आध्यात्मिक उन्नति की उच्च अवस्था को प्राप्त कर सकता है।



यह अवस्था सांसारिक इच्छाओं से ऊपर उठकर परमात्मा के साथ गहरे आध्यात्मिक संबंध की ओर बढ़ने का मार्ग है।

पिछले श्लोक से संबंध

श्लोक 9 में भगवान श्रीकृष्ण ने बताया कि जो व्यक्ति उनके दिव्य जन्म और कर्मों को तत्त्वतः जानता है, वह शरीर त्यागने के बाद पुनर्जन्म को प्राप्त नहीं करता और भगवान को प्राप्त होता है।

अब श्लोक 10 में भगवान बताते हैं कि अनेक साधक किस प्रकार उस उच्च आध्यात्मिक अवस्था तक पहुँचे हैं।

वे राग, भय और क्रोध से मुक्त हुए, भगवान में मन लगाया, उनकी शरण ली और ज्ञानरूपी तपस्या के द्वारा स्वयं को पवित्र किया।

इस प्रकार श्लोक 10 मुक्ति और भगवान की प्राप्ति के मार्ग को साधक के लिए और अधिक व्यावहारिक रूप में स्पष्ट करता है।

अनेक साधकों का उदाहरण

भगवान केवल यह नहीं कहते कि मुक्ति एक कठिन और दुर्लभ आदर्श है। वे बताते हैं कि बहुत से साधक इस मार्ग पर चलकर आध्यात्मिक शुद्धि और भगवान की प्राप्ति तक पहुँच चुके हैं।

यह संदेश साधक के भीतर आशा और विश्वास उत्पन्न करता है।



यदि व्यक्ति सच्चे प्रयास, ज्ञान, आत्मसंयम और भगवान के प्रति समर्पण के साथ साधना करता है, तो वह भी धीरे-धीरे अपनी नकारात्मक प्रवृत्तियों से ऊपर उठ सकता है।

Jnana Karma Sannyasa Yoga in Practice

यह श्लोक Jnana Karma Sannyasa Yoga के व्यावहारिक स्वरूप को समझने में सहायता करता है।

साधक को अपने कर्मों का त्याग करने की आवश्यकता नहीं है, बल्कि कर्म करते हुए उनके प्रति अत्यधिक आसक्ति को कम करना चाहिए।

ज्ञान के माध्यम से व्यक्ति समझता है कि कौन-सी इच्छाएँ उसे बांध रही हैं और कौन-से कर्म उसे आध्यात्मिक उन्नति की दिशा में ले जा रहे हैं।

भगवान के प्रति समर्पण और निःस्वार्थ कर्म के द्वारा साधक धीरे-धीरे राग, भय और क्रोध से मुक्त होने का प्रयास करता है।

इस प्रकार ज्ञान, तप, आत्मसंयम, भक्ति और निःस्वार्थ कर्म मिलकर व्यक्ति को आध्यात्मिक शुद्धि और भगवान की प्राप्ति की दिशा में आगे बढ़ाते हैं।

मुख्य बिंदु

- साधक को राग, भय और क्रोध जैसी आंतरिक बाधाओं से मुक्त होने का प्रयास करना चाहिए।
- मन्मया का अर्थ भगवान में मन और चेतना को स्थिर करना है।



- **मामुपाश्रिताः** का अर्थ भगवान की शरण और मार्गदर्शन को स्वीकार करना है।
- ज्ञानरूपी तपस्या साधक के मन और बुद्धि को शुद्ध करती है।
- आध्यात्मिक ज्ञान अज्ञान और नकारात्मक प्रवृत्तियों को दूर करने में सहायक है।
- भगवान की शरण लेने से व्यक्ति के भीतर विश्वास और आध्यात्मिक शक्ति विकसित होती है।
- अनेक साधक ज्ञान और भक्ति के माध्यम से पवित्र होकर भगवान को प्राप्त हुए हैं।
- राग, भय और क्रोध से मुक्ति आध्यात्मिक प्रगति का महत्वपूर्ण चरण है।
- आत्मसंयम और निःस्वार्थ कर्म आध्यात्मिक जीवन को मजबूत बनाते हैं।
- भगवान के प्रति समर्पण साधक को मुक्ति और आध्यात्मिक उन्नति की दिशा में ले जाता है।

गूढ़ आध्यात्मिक अर्थ

यह श्लोक आध्यात्मिक मुक्ति के आंतरिक मार्ग को प्रकट करता है। मनुष्य को केवल बाहरी संसार के बंधनों से ही नहीं, बल्कि अपने भीतर मौजूद राग, भय और क्रोध जैसी प्रवृत्तियों से भी मुक्त होना आवश्यक है।



राग मन को सांसारिक वस्तुओं से बांधता है, भय व्यक्ति को अस्थिर करता है और क्रोध विवेक को कमजोर कर सकता है। जब साधक भगवान में मन लगाता है और उनकी शरण लेता है, तब उसकी चेतना धीरे-धीरे इन बंधनों से ऊपर उठने लगती है।

ज्ञानतपसा पूता का गहरा अर्थ यह है कि वास्तविक आध्यात्मिक ज्ञान स्वयं में एक तपस्या है। सत्य को समझने, अपने दोषों को पहचानने और जीवन को धर्म तथा आध्यात्मिक सिद्धांतों के अनुसार बदलने के लिए निरंतर प्रयास आवश्यक है।

इस श्लोक का संदेश है कि ज्ञान, भक्ति, आत्मसंयम और भगवान के प्रति समर्पण के द्वारा मनुष्य अपनी चेतना को शुद्ध कर सकता है और परमात्मा की प्राप्ति की दिशा में आगे बढ़ सकता है।

बहुत से साधक इस मार्ग पर चलकर उच्च आध्यात्मिक अवस्था को प्राप्त कर चुके हैं। इसलिए यह श्लोक प्रत्येक साधक को विश्वास, धैर्य और निरंतर साधना की प्रेरणा देता है।

पदों का भावार्थ

वीतराग – राग और आसक्ति से मुक्त

भय – डर, भय

क्रोधा – क्रोध से मुक्त

मन्मया – जिनका मन मुझमें स्थित है, जो मुझमें लीन हैं



माम् – मेरी

उपाश्रिताः – शरण लेने वाले, आश्रय प्राप्त करने वाले

बहवः – बहुत से

ज्ञानतपसा – ज्ञानरूपी तपस्या के द्वारा

पूताः – पवित्र, शुद्ध हुए

मद्भावम् – मेरे दिव्य भाव या स्वरूप को

आगताः – प्राप्त हुए

श्लोक का संदेश

भगवान श्रीकृष्ण कहते हैं कि जो लोग राग, भय और क्रोध से मुक्त होकर भगवान में मन लगाते हैं, उनकी शरण लेते हैं और ज्ञानरूपी तपस्या के द्वारा अपने जीवन को शुद्ध करते हैं, ऐसे बहुत से साधक भगवान की प्राप्ति कर चुके हैं।

यह श्लोक हमें सिखाता है कि आध्यात्मिक उन्नति केवल बाहरी कर्मों से नहीं, बल्कि मन की शुद्धि और आंतरिक परिवर्तन से होती है।

ज्ञान, भक्ति, आत्मसंयम, निःस्वार्थ कर्म और भगवान के प्रति पूर्ण समर्पण के माध्यम से मनुष्य राग, भय और क्रोध जैसे बंधनों से ऊपर उठकर अपने जीवन को आध्यात्मिक दिशा दे सकता है और परमात्मा की प्राप्ति के मार्ग पर आगे बढ़ सकता है।



RELATED ARTICLE



Chapter-4 Shalok-8



Chapter-4 Shalok-9



THANKS FOR READING



READ MORE RELIGIOUS
CONTENT ON



vedicprayers.com

