

ગુજરાત માધ્યમિક અને  
ઉચ્ચતર માધ્યમિક શિક્ષણ બોર્ડ,  
સેક્ટર-10 બી, જૂના સચિવાલય પાસે,  
ગાંધીનગર. તા.01/08/2025

પ્રતિ,  
જિલ્લા શિક્ષણાધિકારીશ્રી,(તમામ),  
ગુજરાત રાજ્ય.

વિષય:-ધોરણ-9 થી 12ના કેટલાક વિષયોના અભ્યાસક્રમના માસવાર આયોજન તેમજ  
પ્રશ્નપત્ર પરિરૂપ મોકલવા બાબત.  
સંદર્ભ:-તા.17/07/2025ના રોજ મળેલ શૈક્ષણિક સમિતિના ઠરાવ ક્રમાંક:12/2025

ઉપરોક્ત વિષય અને સંદર્ભ અન્વયે જણાવવાનું કે ધોરણ-9 થી 12ના ગુજરાતી (પ્રથમ ભાષા), અંગ્રેજી (પ્રથમ ભાષા), હિન્દી (પ્રથમ ભાષા) તેમજ ઉર્દૂ (પ્રથમ ભાષા)ના પાઠ્યપુસ્તકોમાં શ્રીમદ્ ભગવદગીતાના મૂલ્યોને લગતા પ્રકરણોનો સમાવેશ કરવામાં આવેલ છે. ધોરણ-9 થી 12ના કમ્પ્યુટર અધ્યયન વિષયનો અભ્યાસક્રમ રીવાઈઝ કરવામાં આવેલો છે. ધોરણ-12 અર્થશાસ્ત્ર વિષયના પાઠ્યપુસ્તકમાં પ્રાકૃતિક ખેતીના પ્રકરણનો સમાવેશ કરવામાં આવેલ છે. જે અન્વયે ઉક્ત વિષયોના અભ્યાસક્રમના માસવાર આયોજન તેમજ પ્રશ્નપત્ર પરિરૂપમાં તજજ્ઞશ્રીઓ દ્વારા સુધારા કરવામાં આવેલ છે. તા.17/07/2025ના રોજ મળેલ શૈક્ષણિક સમિતિની બેઠકમાં સંદર્ભ દર્શિત ઠરાવથી કરવામાં આવેલ નિર્ણય અન્વયે શૈક્ષણિક વર્ષ 2025-26 થી ધોરણ-9 થી 12માં ઉક્ત વિષયોના અભ્યાસક્રમના માસવાર આયોજન તેમજ પ્રશ્નપત્ર પરિરૂપનો અમલ કરવામાં આવનાર છે.

આ સાથે ઉપરોક્ત વિષયોના અભ્યાસક્રમના માસવાર આયોજન તેમજ પ્રશ્નપત્ર પરિરૂપ મોકલી આપવામાં આવે છે. વિશેષમાં જણાવવાનું કે ગુજરાત રાજ્ય શાળા પાઠ્યપુસ્તક મંડળ દ્વારા પ્રથમ ભાષાના પાઠ્યપુસ્તકમાં શ્રીમદ્ ભગવદગીતાનો સમાવેશ કરવામાં આવેલ છે. તે પૈકી ગુજરાતી પ્રથમ ભાષાના પાઠ્યપુસ્તકમાં આ અંગેના પ્રકરણોનો સમાવેશ કરવામાં આવેલ છે, જ્યારે હિન્દી (પ્રથમ ભાષા), અંગ્રેજી (પ્રથમ ભાષા) અને ઉર્દૂ (પ્રથમ ભાષા)ની પૂરક પુસ્તિકા તૈયાર કરવામાં આવેલ છે. ઉક્ત પૂરક પુસ્તિકાની સોફ્ટ કોપી આ સાથે મોકલવામાં આવે છે. ઉક્ત વિગતે ઉપરોક્ત વિષયોના અભ્યાસક્રમના માસવાર આયોજન, પ્રશ્નપત્ર પરિરૂપ તેમજ પૂરક પુસ્તિકા આપના તાબા હેઠળની તમામ માધ્યમિક અને ઉચ્ચતર માધ્યમિક શાળાઓને જાણ તેમજ અમલ સારું મોકલી આપશો.

  
સંયુક્ત નિયામક

બીડાણ:-ઉપર મુજબ

ગુજરાત માધ્યમિક અને  
ઉચ્ચતર માધ્યમિક શિક્ષણ બોર્ડ,  
ગાંધીનગર

નકલ સવિનય રવાના:-

- માન.અધ્યક્ષશ્રી, ગુજરાત માધ્યમિક અને ઉચ્ચતર માધ્યમિક શિક્ષણ બોર્ડ, ગાંધીનગર.

**Standard - 9**  
**Subject : Shreemad Bhagavad Gita**  
**Medium : English**

**Approved by**  
**Education Department of State Government**  
**and Incorporated in Textbook**

**Chapter :**

- 1. My Guide – The Gita**
- 2. Bhagavad Gita and I**



**Gujarat State Board of School Textbooks**  
**Gandhinagar**



Akshara, Janardan, Gargi and Madhav went to play in a garden on a holiday. The young and old had gathered there to enjoy the warmth of the gentle winter sun. Everyone was engrossed in their favourite activities. On a corner bench, Dadaji was captivated in reading something.

Suddenly, Akshara's eyes fell on his book. Observing Dadaji's attentive reading and the joy on his face, she diverted everyone's attention towards him and said, 'Look that picture on the book in Dadaji's hand!' Every child's eyes got hooked onto the book cover. The children got curious. They all gathered around Dadaji and began to observe the book cover minutely. Dadaji noticed then. He closed the book and smiled. Akshara took the initiative and asked-

**Akshara** : Dadaji, what book are you reading?

**Dadaji** : Beta, this is the Shrimad Bhagavad Gita.

**Madhav** : Tell us more about this book, Dadaji.

**Dadaji** : Sure, listen carefully. This book is a part of the *Mahabharat* written by the scholarly ancient Sage Maharishi Ved Vyas. This great epic is divided into eighteen *Parvas*. The one I was reading is in Bhishma Parva. It encapsulates the true essence of life as described by Lord Krishna to Arjun in 700 (seven hundred) verses.

**Janardan** : When did this event take place, Dadaji?

**Dadaji** : It took place about five thousand years ago.

**Gargi** : Such an ancient event! And you are reading that particular knowledge imparted to one certain person in today's times?

**Dadaji** : You got it right, beta. That is because this divine dialogue of Shri Krishna and Arjun is relevant for all three sequences of human time i.e., past, present and future.

**Akshara** : Dadaji, so you are of the view that Gitaji provides guidance for solutions to all problems in our life, right?

**Dadaji** : Yes, this unparalleled scripture acts as the guiding light for all human life. And yes, it works equally well towards the benefit of all humankind. Each verse in it is embedded with a profound way of life. Shri Krishna says in the second verse of the seventh chapter of Gitaji.

ज्ञानं तेऽहं सविज्ञानमिदं वक्ष्याम्यशेषतः ।

यज्ज्ञात्वा नेह भूयोऽन्यज्ज्ञातव्यमवशिष्यते ॥ (7.2)

(Meaning : I shall now fully reveal to you this knowledge and wisdom, knowing which nothing else remains to be known in this world.)

**Madhav** : Dadaji, you are signifying that the secrets of holistic development of human beings and solutions to today's personal, social, national and global problems are given in the Bhagavad Gita.



- Dadaji** : Yes, you are getting that right. That's why Mahatma Gandhi said, "Whenever I face any dilemma, I take refuge of Mother Gita."
- Janardan** : Wow! Dadaji, Gitaji remains a source of inspiration for great people too!
- Gargi** : This book guides the path for everyone, be it big or small. Right, grandpa?
- Dadaji** : Yes, the great American philosopher Henry David Thoreau once commented, "Every morning, I bathe my heart and mind in the holy water of this Gita."
- Akshara** : Now I know that these successful people could do such great work only by following the principles and values of Gitaji.
- Madhav** : There might be many such excellent people who were guided by this sacred book!
- Janardan** : Dadaji, it is today that I have learnt about the greatness of Gitaji. Now we feel more driven to know more about her wisdom.
- Gargi** : Dadaji, discrimination amongst human beings is a big issue. What does Gitaji advise us regarding this?
- Dadaji** : Your question is quite relevant, Gargi. Many people discriminate and judge themselves as great and others as small. Gitaji gives us a solution to this problem. ममैवांशो जीवलोके जीवभूतः सनातनः ॥ (गीता 15.7) (Meaning : The embodied souls in this world are all an eternal part of me.)
- Akshara** : In that case, aren't we all equal?
- Dadaji** : Gitaji also informs- समोऽहं सर्वभूतेषु । (गीता 9.29) (I remain equally empathetic towards all living beings.)
- Madhav** : Dadaji, you are right. Nobody is superior and nobody is inferior.
- Janardan** : Irrespective of one's caste, clan, age, language, region and colour, all human beings are equal.
- Dadaji** : A person becomes great or small by one's karma. There are many instances where a person, born in a poor family could attain greatness due to one's good karma. That is why Gitaji says: नियतं कुरु कर्म । (गीता 03.8) (Meaning : perform the duties assigned to you)
- Gargi** : Dadaji, tell us about someone who was born in a poor family but attained greatness with the magnitude of his deeds.
- Dadaji** : Let me tell you the story of Sindhutai Sapkalan.

Sindhutai's family was financially quite modest. She could only study up to the fourth standard. She used to study while herding cattle in childhood. She was financially weak. Later in life, she took a resolve to work for the development of the poor. She did a lot of social work for the betterment of the society. She established many ashrams for helpless children. Acknowledging her work, the Government of India has honoured her with the 'Padmashri'.

Do you get my point, children? Thus, Gitaji tells us that no one is big or small in this creation. These are just man-made limitations. All these divisions should be removed and all should be treated alike.

**Akshara** : Dadaji, you made a very crucial point on equality. I have some questions in this respect regarding our syllabus. Can I ask you about it?

**Dadaji** : Of course. Go ahead.

**Akshara** : Which subjects are significant in our study?

**Dadaji** : All subjects taught in school are equally important. Whatever subject you study, it is vital to attain proficiency in it. As Gita says, योगः कर्मसु कौशलम् (गीता 2.50) (Meaning : Doing one's karma proficiently is Yog.)

**Janardan** : So those who toil proficiently will be called worthy of that work, right?

**Dadaji** : You got it right, Beta. That's the reason the Government of India runs the 'PradhanMantri Kaushal Vikas Yojana'. Those who acquire proficiency in their skills are sure to get the best jobs.

**Gargi** : Padma Vibhushan Vishwanath Anand could become world champion in the game of chess only because of his proficient skill.

**Dadaji** : Gargi gave an appropriate example. All of us as students should also choose a subject that we like and be strong in it. Besides, Gitaji's message informs,

व्यवसायात्मिका बुद्धिरेकेह कुरुनन्दन ।

बहुशाखा ह्यनन्ताश्च बुद्धयोऽव्यवसायिनाम् ॥ (2.41)

(Meaning : "O descendent of Kuru, the intellect of those who are on this path is resolute, and their aim is focused. But the intellect of those who are irresolute is tenuous.)

**Madhav** : Indeed, Dadaji. Once we focus on a subject, we should not stray away from it.

**Janardan** : Dadaji, Kalpana Chawla too was focused on becoming an aeronautical engineer right from her childhood. She dreamt of space travel since her formative years. It was due to her steadfast determination that she could achieve the highest feats of success in her cherished field.

**Gargi** : As Dadaji said, when we make our mind firm we can attain depth in any subject, and overcome any problem. Right?

**Dadaji** : Exactly, but that requires firm determination. Gitaji says यतात्मा दृढनिश्चयः ॥ (गीता 12.14) (Meaning : restrained and resolute)

**Gargi** : Is there any example of such a case where a young kid could resolve a major problem of the country with his strong determination?

**Dadaji** : Yes, Raja Ram Mohan Roy in his young days could eradicate the Sati practice with his firm resolution.

**Madhav** : Dadaji, do get us acquainted with the great works of Raja Ram Mohan Roy.

**Dadaji** : Raja Ram Mohan Roy's parents died when he was a mere child. He used to live with his brother and his sister-in-law. One day, his brother too died due to some incurable



ailment and his sister-inlaw was compelled to practise the custom of Sati in front of the young Ram Mohan Roy. It was heart-wrenching for him to witness all this helplessly. It left an indelible mark on his mind. He resolved to eradicate the Sati practice right in his childhood. Due to this firm determination, he was able to resolve this colossal issue in the later phase of his life.

- Akshara** : Friends! We should also be determined to resolve at least one particular issue.
- Dadaji** : Yes, but remember the mind has to be steadfast to overcome any problem. If temptations make you change your goals often, you will not achieve the desired result.
- Madhav** : That is true, Dadaji, very often we change our mind after listening to someone's contradictory view.
- Dadaji** : That is why Gitaji says the mind needs to be steadfast.

श्रुतिविप्रतिपन्ना ते यदा स्थास्यति निश्चला ।

समाधावचला बुद्धिस्तदा योगमवाप्स्यसि ॥ (2.53)

(Meaning : When your intellect ceases to be allured by the fruitive sections and remains steadfast in divine consciousness, you will then attain the state of perfect Yog.)

- Gargi** : Dadaji, I understood both the things perfectly now. One requires determination to complete a given task along with firmness of mind till the completion of that task.
- Akshara** : Dadaji, you gave us useful guidance about the firmness and stability of mind as per the principles of the Gita.
- Dadaji** : Children, you have to constantly strive to develop these qualities.
- Gargi** : That means we have to work on ourselves.
- Dadaji** : You are right, Gargi. Children, we ourselves are our true friends or stern enemy.
- Janardan** : So, one is one's own friend and one's own enemy, right?
- Akshara** : Lord Buddha too has said this, 'आत्मदीपो भव' be your own guiding lamp.
- Dadaji** : Exactly. Lord Buddha's words echo a similar spirit. This principle is also stated in the Shrimad Bhagavad Gita.

बन्धुरात्मात्मनस्तस्य येनात्मैवात्मना जितः ।

अनात्मनस्तु शत्रुत्वे वर्तेतात्मैव शत्रुवत् ॥ (6.6)

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

- Gargi** : Dadaji, are there any examples of great people who played an instrumental role in bringing radical changes in the society with the inspiration of this holy book?
- Dadaji** : Yes indeed. Adi Shankaracharya, who was a great visionary of Bharat.
- Janardhan** : Dadaji, tell us more about Adi Shankaracharya.
- Dadaji** : Adi Shankaracharya was born in the village of Kaladi in Kerela. He accomplished a lot in his short lifespan of 32 years. He wrote commentaries on the Upanishads, Shrimad

Bhagavad Gita and the Brahmasutra. Apart from this he was able to compose many scriptures and hymns(stotras). He also founded four hermitages(Math), which include the Shringeri Math in the South, Dwarka Math in the West, Badrinath Math in the North and Govardhan Math in Jaggannathpuri in the East.

- Akshara** : Dadaji, you have aptly said that a person is his own redeemer (Uddharak).
- Gargi** : The achievement of Sarita Gaikwad, who made Gujarat proud, also falls into this category. She became the greatest Indian sprinter even while hailing from a small village 'Karadiamba' located in Dang district of Gujarat. She is also the brand ambassador of Gujarat government's "Beti Bachao" campaign.
- Madhava** : Dadaji you are showing us the right path to develop the best of qualities.
- Janardan** : You are right, Madhav. Dadaji, what qualities should a person have to become an ideal human being? Tell us more about this.
- Dadaji** : Let me tell you what Gitaji says about the qualities to become an ideal human being.

अद्वेष्टा सर्वभूतानां मैत्रः करुण एव च ।

निर्ममो निरहंकारः समदुःखसुखः क्षमी ॥ (12.13)

(Meaning : Those devotees are very dear to me who are free from malice toward all living beings, who are friendly and compassionate, and free from the feelings of 'I' and 'mine', balanced in joy and sorrow, and forgiving by nature.)

- Akshara** : Dadaji, tell us about someone who led an ideal life guided by Gitaji!
- Dadaji** : Sri Sat Devidas. He lived about 350 years ago in Parab-Vavdi village in Bhensaan tehsil of Junagadh district in Saurashtra. He was a great saint of this region. In his times, people suffered from certain incurable illnesses like leprosy and tuberculosis. He served them with all his might. His Ashram is famous today as a pilgrimage site called Parabdham.
- Akshara** : Indeed Dadaji. Everyone always remembers such public heroes who live their lives for the greater good of the society. Such people teach us how to live a worthy life.
- Janardan** : Dadaji, we promise you that we too shall become the best with our good deeds.
- Dadaji** : I wish you all excel in whatever you do. The cream of the society(the best people) should take the lead to initiate social welfare, since the rest often follow what they do. Gitaji says,

यद्यदाचरति श्रेष्ठस्तत्तदेवेतरो जनः ।

स यत्प्रमाणं कुरुते लोकस्तदनुवर्तते ॥ (3.21)

(Meaning : Whatever actions great persons perform, common people follow. Whatever standards they set; all the world pursues.)

- Akshara** : Dadaji, we too are inspired by the actions of great people.
- Dadaji** : Well said, beta! I am reminded of something in this context.



One day Swami Vivekanand was listening to the words of wisdom of his Guru Ramkrishna Paramhams. At that moment Vivekanand said, “Guruji, I wish to perform Tapasya. The quiet caves of the Himalayas are more suitable for that. There I can perform Tapasya without any distraction. Please guide me in this regard.”

Hearing Vivekanand’s words, Ramkrishna Paramhamsa smiled and said, “Son, when you have already decided then why are you asking my opinion?”

Having heard this Vivekanandji said, “Guruji, this is just the beginning of my life. Hence, there is a possibility of taking decisions hastily. Therefore, I seek your guidance. Please guide me in this regard.”

Ramkrishna Paramhamsa replied, “Dear son, you want my guidance: I’d say people are dying of hunger and ailments. Illiteracy and ignorance are rampant all over. On one hand people are crying and suffering, and on the other hand you will delight in the lap of Himalayas with your Tapasya-Samadhi. Will your soul be able to cherish it?”

These words of Guruji made Vivekanandji rethink. He then clearly understood what Guruji meant. Without any further delay, Swami Vivekanandji made a resolution at heart, “From now on, my entire life will be devoted to the service of the poor and the needy.”

That is what Shrimad Bhagavad Gitaji points out to us, that there are many problems to be solved in the country today. And for that reason, the cream (the influencers) of the society should strive to inculcate the values, because the majority is influenced by them.

Gitaji’s principles and values are there to guide us at every step. Let us all recite, think and meditate on the verses of this holy book and apply those in our daily lives. If we wish to make our life efficient, we should not miss diving into the ocean of this knowledge and try to lead a meaningful life.

### Exercise

#### 1. Answer in short :

- (1) How many parvas are there in the Mahabharat?
- (2) Who takes resort to Shrimad Bhagavad Gita when faced with any moral dilemma?
- (3) Which award has been given to Sindhutai Sapkalan by the Government of India?
- (4) Who abolished the practice of Sati?
- (5) Name the Math of Adi Shankaracharya located in Gujarat.

#### 2. Answer the following questions two to three sentences :

- (1) What guidance do you get from the verse 41 of chapter 2 from Shrimad Bhagavad Gita for career development?
- (2) Which verse of the Gita guides us to eliminate differences between human beings?
- (3) You feel that a friend of yours is influenced by TV or other media. How would you guide him after studying verse 53 of the chapter 2 from the Shrimad Bhagavad Gita?
- (4) Which verse of the Gita says, “I am the designer of my destiny”?

3. **Evaluate yourself for the qualities stated in the verse 13 of chapter 12 of Shrimad Bhagavad Gita :**

How many stars would you give yourself for each quality. Darken the stars.

Does not hate anyone	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Friendship	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Compassion	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Not much affection for things	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Egoless	☆ ☆ ☆ ☆ ☆
Maintains equilibrium in happiness or sorrow	☆ ☆ ☆ ☆ ☆

**Student-Activities**

- Find a solution to your problem from Shrimad Bhagavad Gita.
- Watch the movie “Mi Sindhutai Sapkalan” with friends and note down important points that you learn.
- Discuss with the elders which principles of the Gitaji you will follow to fulfil your desired resolution.

**Teacher-Activities**

- Organize a guest lecture on the Gita and global issues in the school.
- Organize a song, verse, essay or elocution competition.
- Review Vinoba Bhave ji’s book “Gita Pravachan” with students.
- Display the good thoughts described in the Gitaji on the noticeboard.
- Present the dialogues of this chapter in the prayer assembly.

●



Gita Jayanti is being celebrated in school. Teachers and students are filled with excitement. The school has been festively decorated. Elocution competition, solo play competition, fancy-dress competition of Mahabharat characters just got done. Now the chief guest's speech has just begun.

My dear students,

Today is the 11<sup>th</sup> day of the Shukla paksha of the month of Margshirsh. It is the birth anniversary of Shrimad Bhagavad Gita. This is the only holy scripture whose birthday is celebrated. I extend my best wishes to all of you on this day.

The Bhagavad Gita has given direction not only to the saints and revolutionaries of India, but also has had a great impact on modern and western thinkers. Gita is a scripture with no boundaries. Let me share some interesting facts with you today.

You all know, that, Robert Oppenheimer was the inventor of the Atom bomb. He himself mentioned that he quoted a verse from the eleventh chapter of the Gita at the time of witnessing the explosion of the atomic bomb for the first time. How he must have studied the Gita! You may be surprised to learn that he studied the Bhagavad Gita in its original Sanskrit form. He has confessed that the Gita has played a crucial role in shaping the philosophy of his life.

When the Indian physicist Dr.B.M. Gupta went to America in 1948-49 to pursue advanced research, he met Albert Einstein at Princeton University. When Einstein learned that Dr. Gupta hailed from India, he enthusiastically discussed the Bhagavad Gita, and the spiritual and philosophical traditions of India with him. He also showed Mr. Gupta his collection of the Gita and other spiritual works.

There's another incident, once Rabindranath Tagore visited a huge library in America and expressed his desire to see the most precious books kept there. The officials there brought him many carefully preserved books that were wrapped in cloth. Among them, Rabindranath Tagore's attention was drawn to the Shrimad Bhagavad Gita.

Ralph Waldo Emerson was an American philosopher and revolutionary. Thomas Carlyle was a great historian and philosopher of Scotland. Once Emerson went to see Carlyle. Carlyle showed him a translation of the Bhagavad Gita by Charles Wilkins. He told Emerson, "This is the most inspiring book. It has brought comfort and solace to my life. I hope you will benefit from it the same way." Carlyle gifted him the Gita. Now you might understand why Gita is admired by everyone!

I sometimes wonder what qualities Arjun might have had, that God sang the Gita for him! Arjun was different from others ever since his student days. Once, in the Gurukul, the lights (lamps) went out while eating at night. Yet, everyone could eat peacefully. All through this, it occurred to Arjun that if a morsel of food lands in the right place even in the dark owing to continuous practice, the same can be achieved in terms of striking a target with such persistent practice. From that very day, he began working on it. Even in the pitch darkness of the night, everyone could hear the sound of Arjun's bow.

Now let's talk about Arjun's concentration. While everyone saw the bird, it was only Arjun who could see only the bird's eye. You surely have heard about that incident.



The Shrimad Bhagavad Gita guides us for cultivating the same qualities that Arjun possessed. Although, there is no separate chapter in the Gita for the student, it is full of qualities of an ideal student.

One of great characteristics of the student is curiosity. Even in the contemporary world, a greater emphasis is laid on Inquiry-Based Learning. The entire Gita is the best example of Inquiry-Based Learning. Arjun had endless queries, and God answered all his questions with love. This divine dialogue is the Shrimad Bhagavad Gita. The Gita says:

तद्विद्धि प्रणिपातेन परिप्रश्नेन सेवया ।  
उपदेक्ष्यन्ति ते ज्ञानं ज्ञानिनस्तत्त्वदर्शिनः ॥ (4.34)

(Meaning : To gain knowledge you must possess humility, curiosity and the quality of serving (service); then ‘the wise who have realised the Truth’ (i.e. teachers/Gurus) will instruct you in (attaining that) knowledge.)

One should go to the appropriate and qualified person and put their queries respectfully. This is the path to gaining knowledge. Whatever we study – be it a course unit or a co-curricular activity, questions must be asked, and the conditions for asking questions according to the Gita is “pranipat” by bowing down and bearing extreme politeness in one’s heart.

In addition to qualities like humility and selfless service, the Gita lays emphasis on many other qualities that we are expected to possess –

अभयं सत्त्वसंशुद्धिर्ज्ञानयोगव्यवस्थितिः ।  
दानं दमश्च यज्ञश्च स्वाध्यायस्तप आर्जवम् ॥ (16.1)

(Meaning : Fearlessness, purity of mind, determination in gaining spiritual knowledge, charity, control of the senses, *Yagna*, *Swadhyay*, *Tapa*, and persistence)

ध्यायतो विषयान् पुंसः सङ्गस्तेषूपजायते ।  
सङ्गात्सञ्जायते कामः कामात्क्रोधोऽभिजायते ॥ (2.62)

(Meaning : While contemplating on the objects of the senses, one develops attachment to them. Attachment leads to desire, and from desire arises anger.)

Let me tell you another interesting point that you might like. And many of you might have experienced it too.

Contemplation on your favourite things intensifies desire. Now it is impossible to have one’s every wish fulfilled. This, then, becomes the reason for anger.

क्रोधाद्ववति सम्मोहः सम्मोहात्स्मृतिविभ्रमः ।  
स्मृतिभ्रंशाद् बुद्धिनाशो बुद्धिनाशात्प्रणश्यति ॥ (2.63)

(Meaning : Anger leads to clouding of judgment, which results in bewilderment of memory. When memory is bewildered, the intellect gets destroyed; and when the intellect is destroyed, one is ruined.)

What do you do when you get angry? Let me tell you a small story. There was a pampered boy in a family. The entire family always fulfilled all his whims. He got used to having all his demands met. In the end, if any demand was not fulfilled, he used to get furious. Now, anger had become a part of his

nature. Everyone in the family would try to persuade him, but the child's anger was beyond control. One day his father had an idea. He brought the child quite a few nails and gave him a hammer. Father said, "Whenever you get angry, hammer a nail in the wall." On the first day, 40 nails were handed to him. Less than that on the next day and gradually the number of nails decreased. Due to this practice, the child told his father that now he felt less angry. Consequently, his father assigned him another task, "From now whenever you feel that you are getting over your anger, pull out a nail with these pliers." Gradually, most of the nails started getting off from the wall, however some remained on it and those that got pulled out left their marks. After that the father said, "When one utters something in the fit of anger, such a wound gets inflicted on the other person's heart." The child now understood the whole thing. You might have understood too.

Now let me tell you one more thing. Many people rely on others in terms of their studies and life. Such people do not study during the year and search for a short cut or help from others when the annual exam is about to commence. Depending on others is futile. (God helps those, who help themselves.) The Shrimad Bhagavad Gita does NOT support such an attitude. Instead, it insists -you alone are the reason for your own redemption (Uddhar). You are your own friend or your own enemy. You are the creator of your fate.

उद्धरेदात्मनात्मानं नात्मानमवसादयेत् ।  
आत्मैव ह्यात्मनो बन्धुरात्मैव रिपुरात्मनः ॥ (6.5)

(Meaning : Uplift yourself through the power of your mind, do not degrade yourself, for the mind can be the friend and also the enemy of the self.)

Many students have inappropriate schedules and routines. They are careless at the beginning of the year and as the exam approaches, they begin to stay awake under its pressure. Some may eat less or avoid eating at all due to exam-stress. The Gita gives us a balanced attitude for this:

युक्ताहारविहारस्य युक्तचेष्टस्य कर्मसु ।  
युक्तस्वप्नावबोधस्य योगो भवति दुःखहा ॥ (6.17)

(Meaning : Those who are balanced in eating and recreation, balanced in work, and regulated in sleep, can ease all troubles by practicing Yog.)

The above-mentioned verse of the Gita reveals the importance of a balanced life. Be it diet, sleep, or any other activity, everything should be balanced in moderate amount. Apart from this, a detailed mention of the three types of diet is also clearly cited in the Gita's seventeenth chapter, verses 8 to 10.

Let me conclude by making the most important and final point. Arjun prepared for thirteen years for the great war and then came to the battlefield of Kurukshetra. But when he saw his own kith and kin standing on both sides, he just wanted to give up the idea of fighting. What effects did such thoughts have on his body and mind? Let us see in his own words: "My limbs are getting stiff, my mouth is getting dry, my body is trembling and my *Gandiv* is slipping away from my hands; my skin is burning and delirium has clouded my mind and body. I can hardly manage my balance."



It is in the first chapter of the Gita, that Arjun describes this state of his mind. Do you also experience similar situation during exams? This is the impact of thought. Often before the question paper comes in hand, you make a false impression that it will be difficult and that you will not be able to write it well. Such weak thought weakens the mind. So, if you face such a situation during exams or at any time in life, you should remember the qualities of a *Sthitapragna* (stoic) as described in the verses 52 to 72 of the second chapter of the Gita. Apart from that, emotions like anxiety, despair, depression, etc. will drain our energy. Don't you tend to forget other answers when you worry and overthink a question that you might not have prepared well? You might have experienced that hands begin to shake and your stomach begins to churn in such a state of mind, isn't it? God directs us in the Gita to get rid of such weak thoughts and instead, plant assertive and rational thoughts. This is the core of the Shrimad Bhagavad Gita! Let me end now, wishing you all success in your studies and life.

### Exercise

1. A few situations are mentioned here. In such a situation how do you relate to what you have learnt from the Shrimad Bhagavad Gita to guide you:

Situation	Guidance
(1) Time should be allotted to everything including study, sports, food, T.V. etc.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● तद्विद्धि प्रणिपातेन...</li> <li>● ध्यायतो विषयानपुंस...</li> </ul>
(2) I ask a lot of questions in class but some how miss the politeness while speaking with the teacher.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● उद्धरेदात्मनात्मानं...</li> <li>● युक्ताहारविहारस्य...</li> </ul>
(3) Matters learned in class should be reflected upon rather than memorized directly.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● युक्ताहारविहारस्य...</li> <li>● Verse no.8 to 10 from chapter 17</li> </ul>
(4) I depend on someone for many tasks, including homework.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Qualities of a Sthitapragna</li> </ul>
(5) I get upset if someone criticizes me.	

2. Answer briefly :

- (1) Which day in the Hindu calendar marks the birth anniversary of the Gita?
- (2) Who gave the gift of the Gita to Emerson?
- (3) Which quality of Arjun as a student do you like the most?
- (4) Which quality along with curiosity is essential in a student?
- (5) Meditating on desires means attachment: Extend this chain further.



**3. Answer in two to three sentences :**

- (1) What are the causes and effects of anger?
- (2) 'Destruction of intelligence is the destruction of man.' – Explain.
- (3) What are the effects of thoughts on body and mind?
- (4) Which of the verses in the lesson do you like the most? Give reason for your answer.

**Student-Activities**

- Read Arjun's description of his state of mind due to the effect of weak thoughts on the body and mind in the verse number 29 to 31 of the first chapter of the Gita.
- Learn and recite correct pronunciation of the verses in this unit with the help of the teacher or the internet.

**Teacher-Activities**

- Tell the students about the events that reveal the impact of Shrimad Bhagavad Gita on the lives of Indian personalities like Swami Vivekanandji, Lokmanya Tilak, Gandhiji, Vinoba Bhaveji etc.
- Recite the verses from the lesson to the students with its rhythm and proper pronunciation and share its gist.
- Familiarize the students with the Chapter 1 of 'Gitamrutam' (Sadvichar Darshan Prakashan).

●

**Note**

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

**Note**

This image shows a full page of blank handwriting practice paper. It features approximately 28 evenly spaced horizontal grey lines across the entire page, providing a guide for letter height and placement. The lines are uniform in color and thickness, set against a plain white background. There are no margins, text, or other markings present.



કક્ષા - 9

વિષય : હિન્દી ( પ્રથમ ભાષા )

માધ્યમ : હિન્દી

રાજ્ય સરકારના શિક્ષણ વિભાગ દ્વારા અભ્યાસક્રમમાં મંજૂર  
કરવામાં આવેલ અને પાઠ્યપુસ્તકમાં સમાવેશ કરેલ

## પ્રકરણ - 25 માર્ગદર્શિકા ગીત પ્રકરણ - 26 ભાગવત ગીતા ઓર મૈં



ગુજરાત રાજ્ય શાલા પાઠ્યપુસ્તક મંડલ  
'વિદ્યાયન', સેક્ટર 10-એ, ગાંધીનગર - 382010



अक्षरा जनार्दन गार्गी और माधव छुट्टी के दिन एक बगीचे में खेलने गए। वहाँ सदी की सुबह की नर्म धूप का आनंद लेने के लिए आबाल वृद्ध सभी आये हुए थे। सभी अपने मनपसंद कामों में तन्मय थे। बाग के एक कोने में रखी हुई बेंच पर एक दादाजी बड़े ध्यान से कुछ पढ़ रहे थे। अक्षरा की दृष्टि दादाजी की पुस्तक पर पड़ी। दादाजी की पढ़ने में एकाग्रता और उनके चेहरे पर आने वाले प्रसन्नता के भाव को देखकर उसने दादाजी की ओर संकेत करते हुए, अपने अन्य मित्रों से कहा देखो, दादाजी के हाथ में जो पुस्तक है, उस पर बना चित्र ! सभी मित्रों का ध्यान पुस्तक के आवरण पृष्ठ पर स्थिर हो गया। बच्चों के मन में जिज्ञासा उत्पन्न हुई। अतः बच्चे दादाजी के पास जाकर नीचे बैठ गये और पुस्तक के आवरण पृष्ठ को ध्यान से देखने लगे। दादाजी की दृष्टि उन बच्चों पर पड़ी, उन्होंने पुस्तक हटा दी और मुस्कुराये। उन्हें देखकर बच्चे भी मुस्कुराने लगे। अक्षरा ने पहल करते हुए दादाजी से पूछा...

**अक्षरा :** दादाजी, आप कौनसी पुस्तक पढ़ रहे हैं ?

**दादाजी :** बेटा, यह श्रीमद् भगवत गीता है।

**माधव :** हमें इस पुस्तक के विषय में बताइएगा ?

**दादाजी :** अवश्य, इस पुस्तक के बारे में ध्यान से सुनो। यह पुस्तक महर्षि वेदव्यास द्वारा रचित महाभारत का एक अंश है। महाभारत 18 अध्यायों (पर्वों) में विभाजित है। जिसमें से यह भीष्म पर्व से लिया गया प्रसंग (अंश) है। श्री कृष्ण द्वारा अर्जुन को 700 श्लोकों में दिये गये जीवन दर्शन का उसमें पाथेय है।

**जनार्दन :** यहा घटना कितनी पुरानी है, दादाजी ?

**दादाजी :** लगभग 5000 वर्ष पहले की !

**गार्गी :** इतनी पुरानी घटना ! वह भी किसी एक व्यक्ति को दिया गया उपदेश, जिसे हम आज भी पढ़ रहे हैं ?

**दादाजी :** हाँ बेटा, क्योंकि श्री कृष्ण और अर्जुन के बीच का यह संवाद मानव जीवन में तीनों कालों (भूत, भविष्य, वर्तमान) में प्रस्तुत है।

**अक्षरा :** दादाजी गीत हमारे जीवन की सभी समस्याओं के समाधान के लिए मार्गदर्शन प्रदान करती है।

**दादाजी :** हाँ, यह श्रेष्ठ ग्रंथ मानवजीवन के लिए मार्गदर्शक का कार्य करता है। और हाँ, यह मानवजाति के हितों पर समान रूप से लागू होता है। यह मानव जीवन के लिए एक सर्वोत्तम दर्शन है। गीता के सातवें अध्याय के दूसरे श्लोक में श्री कृष्ण कहते हैं...

**ज्ञानं तेऽहं सविज्ञानमिदं वक्ष्याम्यशेतः।**

**पञ्जात्वा नेह भूयोऽन्यज्ञतव्यमवशिष्यते॥ ( गीता 7.2 )**

(अर्थात्, मैं तुम्हें इस ज्ञान और बुद्धिमत्ता (विज्ञान सहित दर्शनशास्त्र) को पूरी तरह से प्रकट करूंगा जिसे जानने के बाद विश्व में कुछ और जानने योग्य शेष नहीं रहता)

**माधव :** दादाजी, मानव की सर्वांगीण उन्नति के रहस्य तथा आज की व्यक्तिगत, सामाजिक, राष्ट्रीय तथा वैश्विक समस्याओं का समाधान गीता में दिया गया है। ऐसा समझूँ !

**दादाजी :** हाँ, अब तुम सब सही समझ रहे हो। इसीलिए तो महात्मा गांधीजी ने कहा है, “यदि कोई धर्मसंकट मेरे सामने आए तो मैं गीता माता की शरण लेता हूँ।”



- जनार्दन** : अरे, वाह ! दादाजी, गीताजी महापुरुषों के लिए भी प्रेरक बनी है ।
- गार्गी** : हाँ, यह तो छोटे बड़े सभी का मार्गदर्शन करती हैं । सही कहा न दादाजी ?
- दादाजी** : हाँ, अमेरिका के महान दार्शनिक हेनरी डेविड थोर लिखते हैं, मैं प्रतिदिन प्रातःकाल में अपने हृदय और बुद्धि को गीता रूपी पवित्र जल से स्नान करता हूँ ।''
- अक्षरा** : यह मुझे अब पता चला कि यह सफल महापुरुष, गीताजी के सिद्धांतों और मूल्यों का अनुसरण करके ही इतने बड़े श्रेष्ठ, उत्तम कार्य कर सके ।
- माधव** : ऐसे कितने ही श्रेष्ठ व्यक्ति होंगे जिनका गीताजी ने मार्गदर्शन किया होगा ।
- जनार्दन** : दादाजी, आज मुझे गीताजी की महिमा का ज्ञान हो रहा है । अब हमें गीता ज्ञान के बारे में ओर अधिक जानने की उत्सुकता हो रही है ।
- गार्गी** : दादाजी, मानव - मानव और छोटे - बड़े के बीच का भेद एक बड़ी समस्या है । इसके समाधान के लिए गीता में क्या कहा गया है ?
- दादाजी** : गार्गी, तुम्हारा प्रश्न सही है । बहुत से लोग यह भेद करते हैं, कि मैं बड़ा हूँ और तुम छोटे हो । इस समस्या का समाधान गीता से प्राप्त होता है । **ममैवांशो जीवलोके जीवभूतः सनातन ॥ ( गीता 15.7 )** (अर्थात्, इस शरीर में निवास करने वाली जीवात्मा मेरा ही अंश है ।)
- अक्षरा** : तो फिर हम सब एक समान हुए कि नहीं ?
- दादाजी** : गीता में यह भी कहा गया है **समोऽहंसर्वभूतेषु । ( गीता 9.29 )** (अर्थात् मैं सभी जीवों के प्रति समभाव युक्त रहता हूँ ।)
- माधव** : दादाजी आपकी बात अक्षरशः सत्य है । ऊँचनीच कुछ होता ही नहीं है ।
- जनार्दन** : व्यक्ति की जाति, कुल, आयु, भाषा, क्षेत्र, रंग कुछ भी हो, फिर भी सभी मनुष्य एक समान हैं ।
- दादाजी** : कर्म से ही व्यक्ति छोटा या बड़ा होता है । ऐसे कई उदाहरण मौजूद हैं, जहाँ कोई व्यक्ति गरीब परिवार में जन्मा हो लेकिन कर्म के कारण महानता प्राप्त की हो । ईसीलिए गीता में भी कहा गया है... **नियतं कुरु कर्म । ( गीता 03.8 )** (अर्थात्, तुम अपने निधारित कर्म को करते रहो)
- गार्गी** : दादाजी, किसी ऐसे व्यक्ति के जीवन से परिचय करवाइये जो गरीब परिवार में जन्मा हो किन्तु कुछ नियत कर्म करके महानता प्राप्त की हो ।
- दादाजी** : मैं तुम्हें सिन्धुताई सपकालन के जीवन की अनोखी कहानी कहता हूँ ।

सिन्धुताई का परिवार आर्थिक रूप से बहुत गरीब था । इसलिए वे मात्र कक्षा चार तक की ही पढ़ाई कर सकीं । वे बाल्यकाल में गाय, भैंस चराते - चराते पढ़ती थीं । उनका विवाह कम आयु में ही हो गया था । मात्र २० वर्ष की आयु में वह तीन बच्चों की माँ बन गई थीं । उनके पतिने उन्हें नवजात शिशु के साथ घर से निकाल दिया । उन्होंने गरीबों के उत्थान के लिए काम करने का दृढ़ संकल्प किया । उन्होंने वहाँ के समाज के उद्धार के लिए अनेक सार्वजनिक कार्य किए । उन्होंने असहाय बच्चों के लिए कई आश्रम स्थापित किए । उनके कार्य की सराहना करते हुए भारत सरकार ने उन्हें पद्मश्री से सम्मानित किया समझ में आया बच्चों ! इस प्रकार गीताजी से हम सभी को यह ज्ञान प्राप्त होता कि सृष्टि में ना कोई छोटा है और न कोई बड़ा है । वे केवल मानव निर्मित बाड़े मात्र हैं । हम सभी को इन (अवरोधों को) बाड़ों को हटाकर सभी को समान दृष्टि से देखना चाहिए ।

**उक्षरा :** दादाजी, आपने समानता के संदर्भ बहुत महत्वपूर्ण बात बताई है मुझे पाठ्यक्रम के संदर्भ में कुछ जानने की जिज्ञासा है । क्या आप से पूछूँ ?

**दादाजी :** अवश्य पूछो । जो जिज्ञासा है वह.... ।

**अक्षरा :** जिन विषयों को हम बढ़ते हैं उनमें से कौन कौन से विषय महत्वपूर्ण हैं ?

**दादाजी :** विद्यालय में पढ़ाये जानेवाले सभी विषय समानरूप से महत्वपूर्ण हैं । आप किसी भी विषय का अध्ययन करें, उसमें प्रवीणता प्राप्त करना अनिवार्य है । गीता में कहा गया है.... **योगः कर्मसु कौशलम् । ( गीता 2.50 )** ( अर्थात् कर्म की कुशलता ही योग है । )

**जनार्दन :** अतः जो अपने काम में दक्ष ( कुशल ) है वही काम के योग्य कहलाएगा । ऐसा है... ?

**दादाजी :** तुमने सही कहा, इसीलिए भारत सरकार 'प्रधानमंत्री कौशल विकास योजना' चलाती है । जो अपने कार्य में दक्ष है, उन्हें सदैव उत्तम, श्रेष्ठ काम मिल ही जाता है ।

**गार्गी :** 'पद्म विभूषण' विश्वनाथ आनन्द अपने कुशलता के दम पर ही शतरंज के खेल में विश्व विजेता बने ।

**दादाजी :** गार्गी, तुमने उचित उदाहरण दिया है । हम सभी छात्रों को भी ऐसा ही एक विषय चुनना चाहिए, और उसी पर स्थिर रहना चाहिए । गीताजी का उपदेश भी यही कहता है....

**व्यवसायात्मिका बुद्धिरेकेह कुरुनन्दन ।**

**बहुशाखा हानन्ताश्च बुद्धयोऽव्यवसायिनाम् ॥ ( गीता 2.41 )**

( अर्थात्, इस कर्मयोग में निश्चयात्मक बुद्धि एक ही होती है, जबकि अस्थिर विचार वाले विवेकहीन सकाम व्यक्ति की बुद्धि मतभेद वाली और अनंत होती है ।

**माधव :** हाँ दादाजी, जब हम किसी एक विषय निर्णय ले लेते हैं तो हमें उस से विचलित नहीं होना चाहिए ।

**जनार्दन :** दादाजी, कल्पना चावला ने भी बाल्यावस्था में ही एरोनॉटिकल इंजीनियर बनने की ठान ली थी । वह बचपन से ही अंतरिक्ष में यात्रा करने का स्वप्न देखती थीं । उनके दृढ़ निश्चय के कारण ही उन्होंने अंतरिक्ष के क्षेत्र में अनेक उपलब्धियाँ प्राप्त कीं ।

**गार्गी :** दादाजी जैसा आपने कहा, यदि हम मन को शांत स्थिर करके किसी एक विषय में गहनता ( महारत हासिल करें ) प्राप्त कर ले, तो हम किसी भी बड़ी समस्या का समाधान कर सकते हैं । ऐसा है ?

**दादाजी :** हाँ, ऐसा ही है, लेकिन इसके लिए दृढ़ संकल्प अति आवश्यक है । गीता में कहा गया है । **येतात्मा यतात्मा दृढनिश्चयः । ( गीता 12.14 )** ( अर्थात् संयमी एवं दृढनिश्चय युक्त )

**गार्गी :** क्या ऐसा हुआ है, कि किसी एक छोटे बच्चे ने 'दृढनिश्चय' किया हो, और देश की बहुत बड़ी समस्या हल हो गई हो ?

**दादाजी :** हाँ राजा राममोहन राय द्वारा बाल्यावस्था में लिए गए 'दृढनिश्चय' के कारण 'सतीप्रथा' जैसी कुरीति का उन्मूलन हो सका ।

**माधव :** दादाजी राजा राममोहन राय के महान कार्यों से परिचित करवाईये न ।

**दादाजी :** राजा राममोहन राय के माता-पिता की मृत्यु उनके बाल्यावस्था में ही हो गई थी । राजा राममोहन राय अपने भाई भाभी के साथ रहते थे । भाई की भी किसी असाध्य बीमारी के कारण मृत्यु हो गई । बालक राजा राममोहनराय के सामने उनकी भाभी को 'सती' करवाया गया । निर्दोष भाभी की असह्य वेदना के कारण उनका हृदय द्रवित हो उठा । अतः राजा राममोहन राय ने



बाल्याकाल में ही सतीप्रथा को समाप्त करने का बीड़ा उठा लिया था । अपने इसी द्रढ़ संकल्प के कारण ही वे समाज की इस भयानक कुरीति को दूर करने जैसा महान कार्य कर सके ।

**अक्षरा :** मित्रों, हमें भी किसी एक समस्या को दूर करने का द्रढ़ संकल्प लेना चाहिए ।

**दादाजी :** हाँ, लेकिन बात यह है कि, किसी भी समस्या का समाधान करने के लिए मन को ठीक से स्थिर करना होगा । यदि प्रलोभन के कारण बार - बार लक्ष्य बदलता रहेगा तो वाँछित परिणाम की प्राप्ति नहीं हो सकेगी ।

**माधव :** यह सच है दादाजी, कई बार हम तरह - तरह की बातें सुनकर तुरंत अपना मन बदल लेते हैं ।

**दादाजी :** इसीलिए गीता में कहा गया है कि मन स्थिर होना चाहिए ।

**श्रुतिविप्रतिपन्ना ते यदा स्थास्यति निश्चला ।**

**समाधावचला बुद्धिस्तदा योगमवाप्स्यसि ॥ ( गीता 2.53 )**

अनेक प्रकार की बातें सुनने के कारण विचलित हुई तुम्हारी बुद्धि, जब परमात्मा में अचल और स्थिर भाव से स्पाई होगी, तब तुम योग को प्राप्त करोगे, अर्थात् तुम्हारा परमात्मा के साथे नित्य संयोग हो जायेगा ।

**गार्गी :** दादाजी, मुझे दोनों बातें अच्छी तरह समझ में आ गई । किसी निर्धारित कार्य को पूरा करने के लिए द्रढ़ संकल्प और उस कार्य के पूरा होने तक मन में लगन, आंत आवश्यकता है ।

**अक्षरा :** दादाजी, गीता के अनुसार, आपने हमें मन की द्रढ़ता और स्थिरता के बारे में उपयोगी मार्गदर्शन दिया ।

**दादाजी :** बच्चों, तुम सब लोगों को इन गुणों को विकसित करने के लिए निरंतर प्रयासरत रहना होगा ।

**गार्गी :** अतः हमें स्वयं पर ( खुद पर ) काम करना होगा ।

**दादाजी :** गार्गी तुम सही कह रही हो । बच्चों हम स्वयं ही अपने सच्चे मित्र और शत्रु दोनों होते हैं ।

**जनार्दन :** अर्थात् व्यक्ति स्वयं का मित्र और स्वयं का शत्रु होता है क्या ?

**अक्षरा :** भगवान बुद्ध भी इस बात की पुष्टि करते हुए कहते हैं, 'आत्मदीपो भव' अपना दीपक खुद बने ।

**दादाजी :** हाँ तुमने सही कहा । भगवान बुद्ध ने भी यही कहा है । यह सिद्धांत श्रीमद् भगवत गीता में भी कहा गया है ।

**बन्धुरात्मन्मनस्तस्य येनात्मैवात्मना जितः ।**

**अनात्मनस्तु शत्रुत्वे वतेतात्मैव शत्रुवत् ॥ ( गीता 6.6 )**

( अर्थात् जिन जीवात्माओं द्वारा मन जीत लिया गया है उनका मन ही उनका मित्र है परन्तु जो ऐसा नहीं का पाते उनके लिए मन शत्रु के समान कार्य करता है । )

**गार्गी :** दादाजी, ऐसा कोई महापुरुष हुआ है कि जिसने अपने आत्मबल पर बहुत बड़ी क्रांति की हो ?

**दादाजी :** हाँ, आदि शंकराचार्य जो भारत के महान दार्शनिक थे ।

**जनार्दन :** दादाजी, आप हमें आदि शंकराचार्य के बारे में विस्तार से और अधिक जानकारी दीजिए ।

**दादाजी :** आदिशंकराचार्य का जन्म केरल के कालडी गाँव में हुआ था । शंकराचार्य ने 32 वर्ष की अल्प आयु में बहुत कार्य किये । उन्होंने उपनिषदों, श्रीमद् भगवत गीता और ब्रह्मसूत्र पर भाष्य लिखे । उसके अतिरिक्त उन्होंने अनेक ग्रंथों और स्त्रोत्रों



की। इन्होंने चार मठों की स्थापना की, जिसमें दक्षिण में श्रंगेरी मठ, पश्चिम में द्वारका मठ, उत्तर में बद्रीनाथ मठ, और पूर्व में जगन्नाथ पुरी में गोवर्धन मठ का समावेश किया जाता है।

**अक्षरा :** दादाजी आपने सही कहा। वास्तव में व्यक्ति स्वयं अपना उद्धारक होता है।

**गार्गी :** गुजरात को गौरवान्वित कराने वाली सरिता गायकवाड की उपलब्धि भी ऐसा ही एक उदाहरण है। हालाँकि वह गुजरात के सुदूर डाँग जिले के कराडी आंबा नामक गाँव की रहनेवाली होने के बावजूद, वह महान भारतीय धावक बनी वह गुजरात सरकार के 'बेटी बचाओ' अभियान की ब्रांड एम्बेसेडर भी हैं।

**माधव :** दादाजी, हमें ऐसे उत्तम, श्रेष्ठ गुणों को क्यों विकसित करना चाहिये, इस विषय पर आपने हमारा बहुत ही उपयोगी मार्गदर्शन किया है।

**जनार्दन :** माधव, तमने सही कट्टा। दादाजी, एक व्यक्ति में कौन से उत्तम गुण होने चाहिए। जिसके कारण वह आदर्श व्यक्ति बन सकता है? यह बताइये।

**दादाजी :** "गीता में जीवन को आदर्श बनाने के लिए, श्रेष्ठ गुणों के बारे में जो कहा गया है वह मैं तुम्हें सुनाता हूँ....."

**अद्वेष्टा सर्वभूतानां मैत्रः करुण एव च।**

**निर्ममो निरहंकारः स्मदुःखसुखः क्षमी॥ (गीता 12.13)**

(अर्थात् जो सभी प्राणियों में द्वेष रहित है, जो बिना स्वार्थ के सबका प्रिय है, और जो बिना किसी प्रयोजन के दयालु है तथा जो स्वार्थ रहित, ममत्व रहित, अहंकार रहित प्रु वह सुख - दुःख की प्राप्ति में भी समान और क्षमावान है।

**अक्षरा :** दादाजी, गीता द्वारा बताए गये इस मार्ग पर चलकर किसी महापुरुष ने एक आदर्श जीवन जिया हो, ऐसा उदाहरण बताइये ना।

**दादाजी :** श्री सतदेवी दास जिनका जन्म लगभग ३५० वर्ष पूर्व सौराष्ट्र में जूनागढ़ जिले के भेंसाण तहसील के परब-वावडी गाँव में हुआ था। वे सौराष्ट्र क्षेत्र के एक महान संत थे। तत्कालीन समय में लोग रक्तपित्त, क्षयरोग जैसे असाध्य रोगों से पीड़ित थे। उन्होंने उनकी सेवा की। उनका आश्रम आज भी परबधाम नामक तीर्थ धाम के रूप में प्रसिद्ध है।

**अक्षरा :** वाकई दादाजी, अच्छे काम करने वाले लोकनायक सभी को हमेशा याद रहते हैं। ऐसे श्रेष्ठ लोग ही हमें जीवन जीना सिखाते हैं।

**जनार्दन :** दादाजी, हम आपको वचन देते हैं कि अच्छे कर्म करके हम भी श्रेष्ठ बनेंगे।

**दादाजी :** तुम सभी लोग श्रेष्ठ नागरिक बनो ऐसी हमारी शुभकामना है। समाज के सभी श्रेष्ठ लोगों को आगे बढ़कर सामाजिक कार्यों को करने की पहल करनी चाहिये। क्योंकि दूसरे लोग उनका अनुसरण करते हैं। गीता में कहा गया है.....

**पथमदाचरति श्रेष्ठस्तत्तदेवेतरो जनः।**

**स यत्प्रमाणं कुरुते लोकस्तदनुवर्तते॥ (गीता 3.21)**

(अर्थात् श्रेष्ठ पुरुष जो आचरण करता है, अन्य मनुष्य भी वैसा ही आचरण करते हैं, वह जिसे प्रमाणित कर देता है, सारा समुदाय उसी के अनुरूप आचरण करने लगता है।)

**अक्षरा :** दादाजी, हमें अनेक महापुरुषों के कार्यों एवं आचरण से ही प्रेरणा मिलती है।

**दादाजी :** बेटा, तुमने सही कहा, इस संदर्भ में मुझे एक बात याद आती है।

एक दिन स्वामी विवेकानंद अपने गुरु रामकृष्ण परमहंस से ज्ञान की बातें सुन रहे थे । उसी समय विवेकानंदने कहा, “गुरुजी मेरे मन में तपस्या करने की इच्छा जागृत हुई है । इसके लिए हिमालय की शान्त गुफाएँ सर्वाधिक उपयुक्त हैं, क्योंकि मैं वहाँ बिना किसी विकर्षण के तपस्या कर सकता हूँ । इस संदर्भ में आप मेरा मार्गदर्शन कीजिए ।”

विवेकानंद की बातें सुनकर रामकृष्ण परमहंस हँसते – हँसते बोले वत्स, “जब तुमने पहले ही निर्णय ले लिया है तो मेरी राय क्यों पूछ रहे हो ?”

यह सुनकर विवेकानंदजीने कहा, “गुरुजी, यह तो मेरे जीवन का प्रारंभ है मैं बहुत सारे निर्णय जल्दबाजी में भी ले सकता हूँ । अतः आपके मार्गदर्शन की आवश्यकता है, अतः इस संदर्भ में आप मेरा मार्गदर्शन करें, ऐसी कामना करता हूँ । इस संदर्भ में आप दिशा निर्देश करें ।”

तब रामकृष्ण परमहंस कहने लगे, वत्स, यदि तुम मेरा मार्गदर्शन चाहते हो तो मैं इतना ही कहूँगा कि हमारे यहाँ लोग भूख और बीमारी से मर रहे हैं, चारों ओर अशिक्षा और अज्ञानता व्याप्त है । एक तरफ लोग रोते बिलखते हो और तुम हिमालय की गोद में तपस्या समाधि का आनन्द लोगे ? क्या तुम्हारी आत्मा इसे स्वीकार करेगी ?

गुरुजी के इन वचनों ने विवेकानंदजी को सोचने पर मजबूर कर दिया । उन्हें स्पष्ट रूप से समझ में आ गया कि गुरुजी क्या चाहते हैं ? स्वामी विवेकानंदजीने बिना देर किये मन ही मन यह संकल्प किया कि ‘आज के बाद से मेरा संपूर्ण जीवन दीन दुखियों की सेवा में समर्पित रहेगा ।’

‘श्रीमद् भगवद् गीता’ हमें सुझाव देती है कि आज देश में अनेक समस्याएँ हैं । जिसके लिए हम सज्जनों को (प्रवृत्त) प्रयास करना चाहिये । क्योंकि हम जो करेंगे अन्य लोग उसका अनुरण करते हैं ।

गीता के सिद्धांत और मूल्य हमारे जीवन यात्रा में कदम कदम पर हमारा मार्गदर्शन करने में सक्षम और समर्थ हैं । आइये, हम सब ‘श्रीमद् भगवद् गीता’ का पठन, मनन, एवं चिंतन करें तथा इसे अपने जीवन में उतारने का प्रयास करें । यदि हम जीवन को सफल बनाना चाहते हैं, तो आइये हम ज्ञानसागर के अमृत को अपने दैनिक जीवन में अपनाएं और सार्थक जीवन जीने का प्रयास करें ।

### स्वाध्याय

#### 1. निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर संक्षेप में लिखिए :

1. महाभारत में कितने पर्व हैं ?
2. धर्मसंकट के समय गीतामाता की शरण कौन लेता है ?
3. भारत सरकार द्वारा सिन्धुताई सपकालन को कौन सा पुरस्कार दिया गया ?
4. सतीप्रथा को किसने समाप्त किया ?
5. गुजरात में स्थित आदि शंकराचार्य के मठ का नाम बताइये ?

#### 2. निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर विस्तार से लिखिए :

1. अध्याय 2 के श्लोक नं. 41 में से आपको कैरियर निर्माण के संदर्भ में आपको क्या मार्गदर्शन मिलता है ?

2. गीता का कौन सा श्लोक हमें मानव - मानव के बीच के भेद को मिटाने का मार्गदर्शन देता है ?
3. आपको लगता है, कि आपका कोई मित्र टी.वी. या अन्य मीडिया से प्रभावित होकर, लिये गये निर्णयो से विचलित हो रहा है । तो अध्याय 2 श्लोक 53 का अध्ययन करने के बाद उसका मार्गदर्शन कैसे करेंगे ?
4. गीता के किस श्लोक में कहा गया है, कि मैं स्वयं के भाग्य का निर्माता हूँ ?
3. गीता को अध्याय 12 श्लोक नं. 13 में वर्णित गुणों के आधार पर स्वयं का मूल्यांकन करें :  
(आप प्रत्येक अंक के लिए कितने स्टार (सितारे) देंगे ? उस सितारे को काला ( ) कर दें ।

किसी से द्वेष नहीं करना	☆	☆	☆	☆	☆
मित्र भाव	☆	☆	☆	☆	☆
करुणा	☆	☆	☆	☆	☆
वस्तु के प्रति आसक्ति नहीं	☆	☆	☆	☆	☆
अहंकार रहित	☆	☆	☆	☆	☆
सुख - दुःख में ज्यादा विचलित नहीं होता	☆	☆	☆	☆	☆

#### छात्र - प्रवृत्ति

- मित्रों के साथ फिल्म 'मि सिन्धुताई सपकालन' देखें और सीखी हुई बातों को नोट करें ।
- आपने जो संकल्प लिया है, उसे पूरा करने के लिए आप गीता के किस सिद्धांत का अनुसरण करेंगे । इस विषय पर अपने बड़ों के साथ विचार-विमर्श कीजिए ।

#### शिक्षक की भूमिका

- विद्यालय में 'गीता एवं वैश्विक समस्या' विषय पर किसी वक्ता द्वारा व्याख्यान आयोजित करें ।
- श्लोक गान, निबंध लेखन या वक्तृत्व प्रतियोगिता का आयोजन करें ।
- छात्रों के साथ विनोबा भावे की 'पुस्तक गीता प्रवचन' की समीक्षा करें ।
- गीताजी में वर्णित सद्विचारों को नोटिस बोर्ड पर लिखें ।
- प्रस्तुत प्रकरण के संवादों का प्रस्तुतीकरण प्रार्थना सभा में करवाइये ।

●●●



स्कूल में गीता जयंती मनाई जा रही है, इसे लेकर अध्यापको और छात्रों में काफी उत्सुकता है। विद्यालय को भिन्न - भिन्न तरीकों से सजाया गया है। वक्तृत्व प्रतियोगिता, भीम, शकुंतला आदि महाभारत पात्रों की वेशभूषा एवं एक पात्री अभिनय प्रतियोगिता संपन्न हुई। अब मुख्य अतिथि का संबोधन प्रारंभ हो रहा है।

विद्यार्थी मित्र,

आज मार्गशीर्ष शुक्लपक्ष एकादशी, श्रीमद् भगवद् गीता का जन्मदिन। यह एक ऐसा ग्रंथ है जिसका जन्मदिन मनाया जाता है। आप सभी को गीता जयंती की शुभकामनाएँ।

भगवद् गीता ने न केवल भारत के संतो और क्रांतिकारियों को दिशा दी है, अपितु आधुनिक और पश्चिमी विचारकों पर भी गीता का गहरा प्रभाव पड़ा है। गीता ऐसा धर्मग्रंथ है जिसकी कोई सीमा नहीं है। मैं आपके समक्ष कुछ बातें प्रस्तुत करता हूँ जिससे आप आनंदित हो उठेंगे।

हम जानते हैं की रॉबर्ट ओपेनहेइमर को परमाणु बम का आविष्कारक कहा जाता है। उन्होंने स्वयं कहा है कि परमाणु बम के प्रथम विस्फोट के समय उनके मुख से गीता के ग्यारहवें अध्याय का एक श्लोक निसृत हुआ। तो उन्होंने गीता का कितना अभ्यास किया होगा विशेष। रूपसे उन्होंने गीता का अभ्यास मूल संस्कृत में ही किया था। उन्होंने स्वयं कहा है, कि गीता ने उनके जीवन दर्शन को सबसे अधिक प्रभावित किया है। जब एक भारतीय भौतिक वैज्ञानिक डॉ. बी. एम. गुप्ता 1948-49 में उन्नत शोध करने के लिए अमेरिका गए, तो वहां प्रिंसटन विश्वविद्यालय में उनकी मुलाकात अल्बर्ट आइंस्टीन से हुई। आइंस्टीन को पता चला कि डॉ. बी. एम. गुप्ता भारत से आए हैं, इसलिए उन्होंने उत्साहपूर्वक उनसे भगवद् गीता और भारत की आध्यात्मिक और दार्शनिक परंपरा के विषय में बात की। उन्होंने श्री गुप्ता को गीता और अन्य संस्कृत कृतियां का अपना व्यक्तिगत संग्रह भी दिखाया।

दूसरी बात बताऊं तो एक बार रवीन्द्रनाथ टैगोर अमेरिका के एक विशाल पुस्तकालय को देखने गए और वहां रखी हुई सबसे कीमती पुस्तकों को देखने की इच्छा व्यक्त की। वहां के अधिकारी उनके सामने कपड़े में लपेटकर, बहुत सावधानी से सुरक्षित रखी हुई, कई पुस्तकें लेकर आये। उनमें से रवीन्द्रनाथ टैगोर जी को विशेष रूप से गीता दिखाई। राल्फ वाल्डो एमर्सन एक अमेरिकी दार्शनिक और क्रांतिकारी थे। थॉमस कार्लाइल स्कॉटलैंड के एक महान इतिहासकार और दार्शनिक थे। एक बार एमर्सन कार्लाइल से मिलने गये। कार्लाइल ने एमर्सन को चार्ल्स विल्किंस द्वारा किया गया भगवद् गीता का अनुवाद दिखाया। उन्होंने एमर्सन से कहा, 'यह सबसे प्रेरणादाई पुस्तक है, इस पुस्तक के माध्यम से मेरे जीवन में आराम और सांत्वना दोनों मिलता है। मुझे विश्वास है कि आपको भी इससे लाभ होगा।' कार्लाइल ने उन्हें गीता उपहार में दी। अब आपको पता चला होगा कि गीता सभी को क्यों प्रिय है।

मुझे कभी - कभी आश्चर्य होता है कि अर्जुन में ऐसे कौन से गुण होंगे कि भगवान ने इतने महान ग्रंथ गीता कहने के लिए अर्जुन को चुना ! देखा जाए तो अर्जुन छात्र जीवन से ही कुछ अलग हैं। एक बार गुरुकुल में रात्रि के समय भोजन करते समय दीपक बुझ गया। फिर भी सब लोग शांति से खाना खा सके। किंतु अर्जुन के मन में यह बात घर कर गई की सतत अभ्यास करने के कारण अंधकार में भी कौर योग स्थान पर ही जाता है अतः लगातार अभ्यास करने पर अंधेरे में लक्ष्य भी किया जा सकता है। उसी दिन से काम शुरू हो गया। रात्रि के अंधकार में भी, सभी लोगों को अर्जुन के धनुष की टंकार सुनाई देने लगी।

अब बात करते हैं अर्जुन की एकाग्रता के बारे में... सभी ने पक्षी देखा और अर्जुनने केवल पक्षी की आंख देखी। वह घटना तो आप सभी जानते ही होंगे।

अर्जुन जिन गुना के धनी थे उन गुना को विकसित करने के लिए श्रीमद् भागवत गीता में मार्गदर्शन है । गीता में विद्यार्थियों के लिए अलग से कोई अध्याय नहीं है, परंतु गीता एक आदर्श विद्यार्थी के गुणों से परिपूर्ण प्रतीत होती है ।

विद्यार्थी का एक प्रमुख लक्षण जिज्ञासा है । इस समय विश्वमें Based Learning (प्रश्न आधारित अध्ययन) को प्रमुखता दी जा रही है । संपूर्ण गीता Inquiry Based learning (जिज्ञासा आधारित शिक्षा का) एक श्रेष्ठ उदाहरण है । अर्जुन के मन में अनेक प्रश्न हैं, उन प्रश्नों का भगवान ने जो उत्तर दिया उसका नाम गीता है । गीता में कहा गया है ।

**तद्विद्धि प्रणिपातेन परिप्रश्नेन सेवया**

**उपदेक्ष्यन्ति ते ज्ञानं ज्ञानिनस्तत्त्वदर्शिनः ॥ ( गीता 4.34 )**

(अर्थात् तुम्हें मैं, आपको तत्त्वदर्शी ज्ञानियों के पास जाकर उस ज्ञान को जानना चाहिए । उन्हें उचित रूप से दंडवत प्रणाम करने से उनकी सेवा करने और कष्ट छोड़कर सरल भाव से प्रश्न पूछने से, परम तत्व को अच्छी तरह से जानने वाले ज्ञानी महात्मा आपको वह तत्त्वज्ञान का उपदेश देंगे ।)

श्रेष्ठ व्यक्ति के पास जाकर विनम्रता से प्रश्न पूछना चाहिए । यह ज्ञान प्राप्ति का मार्ग है । हम जो कुछ भी पढ़ते हैं - चाहे वह पाठ्यक्रम की इकाई हो या पाठ्येतर प्रवृत्ति डो, प्रश्न अवश्य पूछे जाने चाहिए, और प्रश्न पूछने के लिए गीता की शर्त है : प्रणिपातेन - झुकना । प्रणाम करके

विनम्रता और सेवा जैसे गुणों के उपरान्त हम लोगों से अपेक्षित बहुत से गुणों के विषय में गीता में कहा गया है

**अभयं सत्त्वसंशुद्धिर्ज्ञानयोगव्यवस्थितिः ।**

**दानं दमश्च यज्ञश्च स्वाध्यायस्तप आर्जवम् ॥ ( गीता 16.1 )**

(अर्थात् भय का सर्वथा अभाव, अंतःकरण की पूर्ण निर्मलता, तत्त्वज्ञान के लिए ध्यान योग में निरंतर द्रढ़ स्थिति और सात्विक दान करना चाहिए इंद्रियों पर नियंत्रण करके, भगवान देवता और गुरुजनों की पूजा, वेद शास्त्रों का पठन - ठठन तथा भगवान के नाम और गुण का कीर्तन करना चाहिए स्वधर्म पालन के लिए कष्ट सहन और शरीर तथा इंद्रियों सहित अंतःकरण की सरलता में रिजु भाव होना चाहिए ।)

गीता में एक और बात बहुत अच्छी है जो आपको अच्छा लगेगा कदाचित आप में बहुत से मित्रों को यह अनुभव हुआ भी होगा ।

**ध्यायतो विषयान् पुंसः सङ्गस्तेषूपजायते ।**

**सङ्गात्सञ्जायते कामः कामात्क्रोधोऽभिजायते ॥ ( गीता 2.62 )**

(अर्थात् विषयों का ध्यान चिंतन करने वाले पुरुष को उन विषयों में आसक्ति उत्पन्न हो जाती है । आसक्ति से उस विषय के प्रति कामना उत्पन्न होती है । और कामना में विघ्न आने से क्रोध उत्पन्न होता है ।)

प्रिय वस्तुओं का चिंतन इच्छा को तीव्र करता है । जब सारी इच्छाएँ पूर्ण नहीं होती हैं तो फिर क्रोध आता है ।

**क्रोधाद्वति सम्मोहः सम्मोहात्स्मृतिविभ्रमः ।**

**स्मृतिभ्रंशाद् बुद्धिनाशो बुद्धिनाशात्प्रणश्यति ॥ ( गीता 2.63 )**

(अर्थात् क्रोध से बहुत सारी मूढ़ता उत्पन्न होती है, मूढ़ता से स्मृति में भ्रम पैदा होता है, स्मृति भ्रमित होने से बुद्धि अर्थात् ज्ञान शक्ति नष्ट हो जाता है और बुद्धि के नष्ट होने से मनुष्य का पतन हो जाता है ।) जब आपको क्रोध आता है तब आप क्या करते हैं ? मैं आपको



एक छोटी सी बात बताता हूँ, एक परिवार में एक प्यारा लड़का था। वह कुछ भी मांगे घर के लोग उसे लाकर देते थे। उसे अपनी सभी माँगें पूरी करवाने की आदत पड़ गई थी। यदि उसकी मांग पूरी न हो तो वह बहुत क्रोधित होता था। अब क्रोध ही उसका स्वभाव बन गया था। सभी लोग उसे बहुत समझते थे। लेकिन बालक का क्रोध बेकाबू था। एक बार उसके पिता ने उसे एक तरकीब बताई, उन्होंने बच्चे को बहुत सी किलें ला कर दी और उसे एक हथौड़ी भी दी। पिता ने कहा, 'जब तुम्हें क्रोध आए तो सामने वाली दीवार में एक कील ठोक देना' इस तरह पहले दिन 40 किले हुई। दूसरे दिन कुछ कम कीलें हुई इस प्रकार क्रमशः कीले कम होने लगीं बालक ने पिता से कहा कि अब उसे क्रोध कम आता है। उसके पिता ने फिर उसे एक और काम सौंपा, 'जब तुम्हें लगे कि तुम अपने क्रोध पर संयम का रहे हो, तो इस पकड़ से एक कील उखाड़ देना।' धीरे-धीरे दीवार से कीलें कम होने लगीं। सभी बाहर नहीं निकली और जो निकली उनकी छाप रह गई। तब पिता ने कहा, 'क्रोध में जो कहा होगा वह सामने वाले व्यक्ति के हृदय पर आघात करता है। को सारी बात समझ आ गई। आप भी समझ गये होंगे।

अब एक बात और कहूँ। बहुत से लोग ऐसे होते हैं जो पढ़ाई और जीवन में दूसरों पर निर्भर रहते हैं। पूरे एक साल बिल्कुल पढ़ाई न की हो और वार्षिक कार्यक्रम आने पर वह छोटा रास्ता अपनाते हैं या दूसरों की मदद लेते हैं। लेकिन दूसरों से की गई आशा सदैव निराशा ही होती है। श्रीमद् भगवद् गीता को यह पसंद नहीं है। गीता मैं कहाँ गया है अपना उद्धार स्वयं करें आप ही अपने मित्र और आप ही अपने शत्रु हैं। आप स्वयं अपने भाग्य के निर्माता हैं।

**उद्धरेदात्मनात्मानं नात्मानमवसादयेत्।**

**आत्मैव ह्यात्मनो बन्धुरात्मैव रिपुरात्मनः ॥ (गीता 6.5)**

(अर्थात् वह स्वयं ही अपने को संसार सागर से बचा ले और स्वयं को अधोगति में ना डालें, क्योंकि वह स्वयं ही अपना सच्चा मित्र और स्वयं ही अपना सच्चा शत्रु है।)

कुछ छात्रों की योजना और दिनचर्या अयोग्य होती है। वर्ष की शुरुआत में आराम ज्यादा करते हैं और परीक्षा के दौरान जागरण करते हैं। कुछ बच्चे हानिकारक और अधिक खाने के कारण मोटापे जैसी बीमारियों से ग्रस्त हो जाते हैं और कुछ छात्र परीक्षा के तनाव के कारण कम खाते हैं या बिल्कुल नहीं खाते हैं। गीता का स्वर समन्वयवादी है।

**युक्ताहारविहारस्य युक्तचेष्टस्य कर्मसु।**

**युक्तस्वप्नावबोधस्य योगो भवति दुःखहा ॥ (गीता 6.17)**

(अर्थात्, दुख को नष्ट करने वाला, योग यथायोग्य आहार विहार करने वाले का, कर्मों का यथायोग्य चेष्टा करने वाले का और यथा योग्य सोने और जागने वाले का ही सिद्ध होता है।)

यह सब संतुलन बनो रखने की बात है। गीता का संदेश है कि आहार, निद्रा और सक्रियता उचित मात्रा में होनी चाहिए। इसके अतिरिक्त तीन प्रकार के आहार का विवरण गीता के सत्रहवें अध्याय के आठ से दसवें श्लोक में स्पष्ट निर्देशित है-

मेरे विचार से सबसे महत्वपूर्ण और अंतिम बात कहकर मैं अपनी बात समाप्त करता हूँ। अर्जुन लगातार १३ वर्षों तक युद्ध की तैयारी कर रहे थे। मैदान पर आये भी सही। लेकिन सगे संबंधियों को देखने के बाद उनके मन में विचार आया कि युद्ध नहीं करूंगा। तो इस विचार का उसके शरीर और मन पर क्या प्रभाव पड़ा? अर्जुन कहते हैं, "मेरे अंग शिथिल हो गए हैं, मुंह सूख रहा है, शरीर में दर्द हो रहा है, गांडीव हाथों से गिर रहा है, त्वचा जल रही है, मूछित हो रहा हूँ, खड़े होने में असमर्थ हूँ आदि।"



गीता के प्रथम अध्याय में अर्जुन अपनी इस स्थिति का वर्णन करते हैं। तुम्हें भी रीक्षा के समय कभी ऐसा अनुभव हुआ होगा। परी से पूर्व कह बार कुछ छात्र ऐसी धारणा बना लेते हैं कि प्रश्न पत्र कठिन होगा, मुझे नहीं साया तो ? कमजोर मानसिकता व्यक्ति को कमजोर बना देती है। परीक्षा मे या जीवन में किसी भी संदर्भ में यदि ऐसा अनुभव हो तो गीता के दूसरे अध्याय के श्लोक नं. ५२ से ७२ वर्णित स्थितप्रज्ञ के गुणों को पढ़ना चाहिये। चिन्ता, निराशा, अवसाद आदि ऐसे भाव हैं जो हमारी शक्ति को क्षीण कर देते हैं। यदि एक प्रश्न नहीं आता तो उसकी चिन्ता में हम दूसरा प्रश्न भी भूल जाते हैं ? हाथ कॉपन लगते हैं, पेट में कुछ होने लगता है, ठीक है ना ? भगवान ने गीता में कमजोर विचारों को निकालकर विधायक और तर्कशुद्ध विचारों का रोपण किया है। यही तो हे 'श्रीमद् भागवत गीता'।

#### स्वाध्याय

1. यहाँ कुछ परिस्थितियाँ दी गई हैं। इन स्थितियों में श्रीमद् भागवद् गीता की सुनी हुई कौन सी बात मार्गदर्शन कर सकती है उसका जोड़ मिलाइये।

परिस्थिति	मार्गदर्शन
1. अभ्यास, क्रीड़ा, आहार, टी.वी. इत्यादि सभी बातों के लिए समय का आयोजन होना चाहिये।	● तद्विद्धि प्रणिपातेन...
2. में कक्षा में बहुत सारे प्रश्न पूछता हूँ परन्तु प्रश्न पूछते समय शिक्षक के सामने नम्रता भूल जाता हूँ।	● ध्यायतो निषयानरपुंस...
3. कक्षा में सिखाई गई बातों को सीधे कंठस्थ न करके उस पर चिन्तन करना चाहिये।	● उद्धरेदात्मनात्मानं...
4. मैगृहकार्य सहित बहुत सारे कामों में दूसरों पर आधारित रहता हूँ।	● युक्ताहारविहारस्य...
5. यदि कोई मेरी निंदा करे तो मैं अति विचलित हो जाता हूँ।	● 17 अध्याय का श्लोक 6 से 10
6. यदि मुझे वाँछित व्यक्ति या वस्तु ना मिले तो मैं उदास हो जाता हूँ।	● स्थित प्रज्ञ के गुण

2. निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर एक वाक्य में दीजिए :

1. किस दिन गीता जयंति मनाई जाती है ?
2. किसने एमर्सन को 'गीता' उपहार में दी थी ?
3. विद्यार्थी के रूप में आपको अर्जुन का कौन सा गुण सब से ज्यादा पसन्द आया ?
4. विद्यार्थी में जिज्ञासा के साथ-साथ और कौन सा गुण आवश्यक है ?
5. विषय का ध्यान → आसक्ति → इस श्रृंखला को आगे बढ़ाइये।

### 3. संक्षेप में उत्तर दें :

1. क्रोध के कारण और परिणाम क्या हो सकते हैं ।
2. बुद्धि का विनाश मनुष्य का विनाश है स्पष्ट करें ।
3. विचारों का शरीर और मन पर क्या प्रभाव पड़ता है ?
4. पाठ में दिए गए श्लोक में से कौन सा श्लोक आपको पसंद आया ? कारण बताइए ।

#### छात्र - प्रवृत्ति

- श्रीमद् भगवद् गीता के पहले अध्याय के उनतीसवें से इकतीसवें श्लोक में अर्जुन द्वारा कमजोर विचारों के कारण अर्जुन के शरीर और मन पर पड़ने वाले प्रभाव के बारे में उनकी स्थिति का वर्णन पढ़ें ।
- किसी शिक्षक या इंटरनेट की सहायता से इस इकाई में आनेवाले लय और शुद्ध उच्चारण सीखिए । तदुपरान्त गान कीजिए ।

#### शिक्षक की भूमिका

- छात्रों को उन घटनाओं के बारे में बताएं जो स्वामी विवेकानंद, लोकमान्य तिलक, गांधीजी, विनोबा भावे आदि भारतीय क्रांतिकारियों के जीवन पर श्रीमद् भगवद् गीता के प्रभाव को दर्शाती हैं ।
- छात्रों को पाठ में आने वाले श्लोक को शुद्ध उच्चारण तथा लय के साथ ज्ञान करवाइए तथा इसका भावार्थ भी बताएं ।
- गीतामृतम् (सद्विचार दर्शन प्रकाशन) से अध्याय-१ पढ़कर छात्रों का परिचय करवाएं ।



[illegible]



નોંધ

This image shows a full page of primary-ruled paper. It features approximately 20 horizontal rows, each defined by two parallel dotted lines. The lines are evenly spaced and extend across the entire width of the page, providing a guide for handwriting practice. There is no text or other markings on the page.

جماعت 9

مضمون : نوائے اردو

میڈیم : اردو

નવાએ ઉદ્ધ ધો. 9

ریاستی حکومت کے شعبہ تعلیم کے ذریعے نصاب میں  
منظور کردہ اور نصابی کتاب میں شامل کردہ

باب 1 : رہنمائی گیتا کی  
باب 2 : بھگود گیتا اور میں



گجرات راجیہ شالا پاٹھیہ پُستک منڈل  
گاندھی نگر





اکشرا، جناردن، گارگی اور مادھو چھٹی کے دن ایک باغ میں کھیلنے گئے تھے وہاں جوان اور بوڑھے کبھی سردیوں کی نرم دھوپ سے لطف اندوز ہو رہے تھے، سب اپنے اپنے پسندیدہ کاموں میں مصروف تھے۔ داداجی ایک کونے کی بیچ پر بڑے غور سے ایک کتاب کا مطالعہ کر رہے تھے۔

اکشرا کی نظر داداجی کی کتاب پر پڑی۔ پڑھائی میں داداجی کے انہماک اور چہرے پر خوشی کے تاثرات دیکھ کر اس نے داداجی کی طرف اشارہ کرتے ہوئے دوسرے دوستوں سے کہا، کہ دیکھو داداجی کے ہاتھ میں جو کتاب ہے اُس کی تصویر! تمام دوستوں کی توجہ کتاب کے سرورق پر ٹھہر گئی۔ جناردن فوراً بول پڑا، ایسا لگتا ہے کہ کسی مجتہد شخص کی رہنمائی کوئی مہمان آدمی کر رہا ہے۔ بچوں کے ذہنوں میں مزید تجسس پیدا ہوا، چنانچہ وہ داداجی کے قریب جا کر بیٹھ گئے اور کتاب کے سرورق کو غور سے دیکھنے لگے۔ داداجی کی نظریں ان بچوں پر پڑی، انھوں نے کتاب ہٹائی اور مسکرائے۔ بچوں نے بھی اپنی خوشی کا اظہار کیا۔ اکشرا نے پہل کرتے ہوئے داداجی سے پوچھا۔

اکشرا : داداجی آپ یہ کون سی کتاب پڑھ رہے ہو؟

داداجی : بیٹا! یہ شرمید بھگوت گیتا ہے۔

مادھو : ہمیں اس کتاب کے بارے میں کچھ بتائیں گے؟

داداجی : ضرور، ضرور، اس کتاب کے متعلق آپ بھی غور سے سنیں۔ یہ کتاب مہارشی وید ویاس کی لکھی ہوئی ہے۔ مہابھارت کا ایک واقعہ ہے۔ یہ مہابھارت اٹھارہ ابواب پر مشتمل ہے۔ جس کے بھیشم پرو (گرنٹھ کا ایک حصہ) کا یہ واقعہ ہے۔ شری کرشن نے ارجن کو 700 (سات سو) شلوکوں میں جیون درشن (فلسفہ حیات) کی رہنمائی کی ہے۔

جناردن : داداجی یہ واقعہ کتنا پرانا ہے؟

داداجی : تقریباً پانچ ہزار سال پہلے کا۔

گارگی : اتنا پرانا واقعہ ہے! وہ بھی کسی ایک شخص کی دی گئی تعلیم جو آج تم پڑھ رہے ہو۔

داداجی : ہاں بیٹا کیوں کہ شری کرشن اور ارجن کے درمیان اس مکالمے میں انسانی زندگی کے تینوں ادوار (ماضی، مستقبل اور حال) پیش کیے گئے ہیں۔

اکشرا : داداجی ایسا لگتا ہے کہ گیتا جی ہماری زندگی کے تمام مسائل کے حل کے لیے ہماری رہنمائی کرتی ہے۔

داداجی : جی ہاں یہ دنیا کا بہترین گرنٹھ ہے۔ انسانی زندگی کے لیے لوگوں کی رہنمائی کا کام کرتا ہے اور ہاں اس کا اطلاق بنی نوع انسان کے مفادات پر بھی ہوتا ہے۔ یہ انسانی زندگی کے لیے ایک عظیم فلسفہ ہے۔ شری کرشن گیتا جی کے ساتویں باب کے دوسرے شلوک میں کہتے ہیں...

ज्ञानं तेऽहं सविज्ञानमिदं वक्ष्याम्यशेषतः ।

यज्ज्ञात्वा नेह भूयोऽन्यज्ज्ञातव्यमवशिष्यते ॥ (गीता 7.2)

(یعنی کہ، میں تیرے لیے اس سائنس کے ساتھ ساتھ فلسفے کو بھی مکمل طور پر بیان کروں گا، جسے جاننے کے بعد دنیا میں دوسرا کچھ جاننے کے لائق نہیں رہے گا۔

مادھو : داداجی، انسان کی ہمہ جہت ترقی کے راز آج کے ذاتی، سماجی، قومی اور عالمی مسائل کا حل گیتاجی میں دیا گیا ہے ایسا ہی ہے نا!  
داداجی : جی ہاں، آپ سب ٹھیک سمجھ رہے ہو۔ مہاتما گاندھی جی نے کہا، ”اگر مجھے کوئی دھرم سکٹ یعنی کوئی مسئلہ درپیش ہوتا ہے تو میں ماتا گیتاجی کی پناہ لیتا ہوں۔“

جناردن : ارے واہ! داداجی، گیتاجی عظیم لوگوں کی بھی ترغیب بن رہی ہے۔  
گارگی : یہ تو چھوٹے بڑے ہر کسی کی رہنمائی کرتی ہے، کمال ہے نا داداجی!  
داداجی : جی ہاں، عظیم امریکی فلسفی ہنری ڈیوڈ تھورو لکھتے ہیں کہ، ”میں روزانہ صبح سویرے میرے دل و دماغ کو گیتا جیسے مقدس پانی سے غسل کرواتا ہوں۔“

اکشرا : اب مجھے پتہ چلا کہ ان کامیاب بڑے لوگوں نے گیتاجی کے اصولوں اور اقدار پر عمل کرتے ہوئے عظیم کام انجام دیے ہیں۔  
مادھو : ایسی تو کتنی ہی عظیم شخصیات ہوں گی جن کی رہنمائی گیتاجی نے کی ہوگی۔  
جناردن : داداجی، آج میں گیتاجی کی عظمت کے متعلق معلومات حاصل کر رہا ہوں، ہمیں تو اب اس گیتا گیان کے متعلق زیادہ سے زیادہ معلومات حاصل کرنے کی خواہش ہو رہی ہے۔

گارگی : داداجی انسان- انسان کے مابین، چھوٹے- بڑوں میں امتیاز ایک بڑا مسئلہ ہے، ان معاملات کے حل کے لیے گیتاجی میں کیا کہا گیا ہے؟  
داداجی : گارگی تمہارا سوال بجا ہے، کئی لوگ مانتے ہیں، میں بڑا ہوں تو چھوٹا ہے، یوں امتیاز کرتے ہیں۔ اس مسئلے کا حل گیتاجی میں کچھ یوں بیان کیا گیا ہے...

समैवांशो जीवलोके जीवभूतः सनातनः । (गीता 15.7)

(یعنی کہ، اس جسم میں موجود ابدی روح میرا ہی حصہ ہے۔)

اکشرا : تو پھر ہم سب یکساں ہوئے یا نہیں؟  
داداجی : گیتاجی نے مزید یہ بھی کہا ہے کہ...

समोऽहं सर्वभूतेषु । (गीता 9.29)

(یعنی کہ، میں تمام مخلوقات کے لیے مساوات کا جذبہ رکھتا ہوں۔)

مادھو : سچ ہے آپ کی بات داداجی، کوئی اعلیٰ اور کوئی ادنیٰ ہوتا ہی نہیں۔

جناردن : فرد کی ذات، قبیلہ، عمر، زبان، علاقہ، رنگ سے قطع نظر تمام لوگ ایک جیسے ہی ہیں۔

داداجی : انسان صرف کرم (عمل) سے چھوٹا یا بڑا ہوتا ہے۔ ایسی کئی مثالیں ہیں کہ غریب خاندان میں پیدا ہوا ہو مگر کرم کی وجہ سے وہ شخص عظمت سے ہمکنار ہوا ہو۔ اسی لیے تو گیتاجی فرماتے ہیں...

### नियतं कुरु कर्म | (गीता 3.8)

(یعنی کہ، تو اپنا مقررہ عمل کرتا جا۔)

گارگی : داداجی، کسی ایک شخص کی زندگی کا تعارف کروائیں جو غریب گھرانے میں پیدا ہوا ہو مگر اپنا مقررہ عمل کر کے عظمت سے ہمکنار ہوا ہو۔

داداجی : میں تمہیں سندھوتائی سپکالن کی زندگی کی ایک انوکھی کہانی سناتا ہوں۔

چونکہ سندھوتائی کا خاندان مالی اعتبار سے بہت غریب تھا اس لیے وہ صرف چوتھی جماعت تک ہی تعلیم حاصل کر سکی۔ وہ بچپن ہی سے گائے، بھینس چراتے چراتے تعلیم حاصل کرتی تھی۔ ان کی شادی بھی بہت کم عمر میں ہو گئی تھی، صرف بیس سال کی عمر میں ہی تین بچوں کی ماں بن گئی تھی۔ ان کے خاوند نے انہیں نوزائیدہ بچے کے ساتھ ہی گھر سے نکال دیا تھا (اس کے باوجود وہ ہمت نہیں ہاری)۔ انھوں نے غریبوں کی ترقی کے لیے کچھ کام کرنے کا مضبوط عزم کر لیا تھا۔ انھوں نے معاشرے کی فلاح کے لیے یعنی رفاہ عام کے کئی کام کیے۔ انھوں نے غریب، یتیم، بے سہارا بچوں کے لیے کئی آشرم قائم کیے۔ ان کے ان نیک کاموں کی حوصلہ افزائی کرتے ہوئے بھارت سرکار نے انھیں پدم شری کے اعزاز سے نوازا ہے۔

کچھ سمجھ میں آیا بچو! اس طرح ہم سب کو گیتاجی کہتے ہیں کہ اس کائنات میں کوئی چھوٹا یا کوئی بڑا نہیں ہوتا، یہ سب تو انسانوں کی تعمیر کردہ دیواریں ہیں۔ ایسی حد بندیوں کو توڑ کر تمام انسانوں کو یکساں نظر سے دیکھنا چاہیے۔

اکشرا : داداجی آپ نے مساوات کے متعلق ایک بڑی اہم بات بتائی۔ مجھے نصاب کے تعلق سے ایک تجسس ہے، تو پوچھوں؟

داداجی : ضرور پوچھو! جو بھی آپ کا تجسس ہو۔

اکشرا : ہم جس چیز کی تعلیم حاصل کرتے ہیں، اُس میں کون کون سے مضامین اہم ہیں؟

داداجی : اسکول میں پڑھائے جانے والے تمام مضامین اہمیت کے حامل ہیں۔ آپ جس مضمون کا مطالعہ کرتے ہیں اُس میں ماہر ہونا لازمی ہے۔ گیتاجی کا کہنا ہے کہ...

### योग: कर्मसु कौशलम् | (गीता 2.50)

(اسی یوگ کے ذریعے سبھی عمل ہنرمندانہ طریقے سے مکمل ہوتے ہیں۔)

جناردن : یعنی کہ جن کے پاس کام کرنے کی ہنرمندی ہے وہی کام کے لائق ٹھہرائے جائیں گے۔ کیوں ایسا ہی ہے نا!

داداجی : آپ ٹھیک کہتے ہیں۔ اسی لیے تو بھارت سرکار نے ”پردھان منتری کوشل وکاس یوجنا“ جاری کی ہے۔ جن کے پاس مہارت و صلاحیت ہے انھیں بہترین کام مل جاتا ہے۔



- گارگی : پدم وبھوشن و شونما تھ آمد اپنی مہارت کی وجہ سے شطرنج کے کھیل میں عالمی چیمپئن بنے۔
- داداجی : گارگی تم نے مناسب مثال پیش کی ہے۔ ہم سب طلبہ کو بھی کسی ایک کھیل کو پسند کرنا چاہیے اور پھر اس پر ثابت قدم رہنا چاہیے۔
- گیتاجی کی تعلیم بھی یہی بات کہتی ہے...

व्यवसायात्मिका बुद्धिरेकेह कुरुनन्दन ।

बहुशाखा ह्यनन्ताश्च बुद्ध्योऽव्यवसायिनाम् ॥ (गीता 2.41)

(یعنی کہ، اس کرم یوگ میں متعین ذہانت ایک ہی ہے۔ جبکہ غیر مستحکم سوچ، نامناسب کام کرنے والے لوگوں کی ذہانت اختلاف والی اور لامتناہی ہوتی ہے۔)

- مادھو : ہاں داداجی! ایک بار ہم کسی موضوع پر فیصلہ کر لیں بعد میں اس سے انحراف نہیں کرنا چاہیے۔
- جناردن : داداجی، کلپنا چاولا کا بھی بچپن سے ہی ایروناٹیکل انجینئر بننے کا عزم تھا، وہ بچپن سے ہی خلا میں سفر کرنے کا خواب دیکھتی تھی۔ یہ ان کی ثابت قدمی کی وجہ سے تھا کہ کلپنا چاولا نے خلائی میدان میں ڈھیر ساری کامیابیاں حاصل کیں۔
- گارگی : داداجی! جیسا کہ آپ نے کہا، اگر ہم من کو پرسکون کر کے کسی ایک موضوع میں گہرائی حاصل کر لیں تو ہم کسی بھی بڑے مسئلے پر قابو پاسکتے ہیں۔ ایسا ہی ہے نا؟
- داداجی : ہاں ایسا ہی ہے، مگر اس کے لیے عزم کی ضرورت ہے۔ گیتاجی کہتے ہیں...

यतात्मा दृढनिश्चयः । (गीता 12.14)

(یعنی کہ، متحمل اور مصمم ارادہ)

- گارگی : ایک چھوٹے سے بچے نے مصمم ارادہ کر لیا ہو اور ملک کا ایک بہت بڑا مسئلہ حل ہو گیا ہو، کیا کبھی ایسا ہوا ہے؟
- داداجی : ہاں، بچپن میں راجا رام موہن رائے کے مصمم ارادے نے سنی رواج کی بدی کو ختم کر دیا تھا۔
- مادھو : داداجی، راجا رام موہن رائے کے مہان کام کا تعارف کروائیں۔
- داداجی : راجا رام موہن رائے کے والدین بچپن ہی میں فوت ہو گئے تھے۔ راجا رام موہن رائے اپنے بھائی بھابھی کے ساتھ رہتے تھے۔ بھائی بھی کسی لاعلاج بیماری کی وجہ سے انتقال کر گئے۔ کم سن راجا رام موہن رائے کے سامنے ہی ان کی بھابھی سنی ہو گئی۔ معصوم کے ہر ناقابل برداشت درد کی وجہ سے ان کا دل درد سے بھر گیا، دل بے چین ہو گیا۔ اس وجہ سے بچپن ہی میں راجا رام موہن رائے نے سنی ہونے کے رواج کو ختم کرنے کا عزم کیا اور اس وجہ سے ہی وہ مہان کام انجام دینے میں کامیاب ہوئے۔
- اکشرا : دوستو! ہمیں بھی کسی مسئلے پر قابو پانے کے لیے مصمم ارادہ کرنا چاہیے۔
- داداجی : ہاں، مگر یاد رکھیں کہ کسی بھی مسئلے پر قابو پانے کے لیے من کو ٹھیک طرح سے ایک جگہ پر قائم کرنا پڑے گا، لالچ کی وجہ سے اہداف کو بار بار تبدیل کیا جائے تو مقررہ نتیجہ حاصل نہیں ہوگا۔
- مادھو : سچ بات ہے داداجی، کئی بار ہم طرح طرح کی باتیں سن کر اپنے من کو تبدیل کر دیتے ہیں۔

داداجی : اسی لیے گیتاجی کہتے ہیں کہ من کو ایک مرکز پر قائم رکھنا ضروری ہے...

श्रुतिविप्रतिपन्ना ते यदा स्थास्यति निश्चला ।

समाधावचला बुद्धिस्तदा योगमवाप्स्यसि ॥ (गीता 2.53)

(یعنی کہ، طرح طرح کی باتیں سن کر تیری ذہانت متغیر ہوگئی ہے، جب یہ ذہانت پر ماتما (اعلیٰ روح) میں غیر متغیر اور مستحکم طریقے سے قائم ہو جائے گی تب تو یوگ حاصل کر لے گا، یعنی کہ تیرا پر ماتما سے ملن (یوگ) ہو جائے گا۔)

گارجی : داداجی، دونوں باتیں میری سمجھ میں آگئیں۔ کسی ایک مطلوبہ کام کو پورا کرنے کا عزم اور وہ مکمل ہونے تک من کی مضبوطی ضروری ہے۔

اکشرا : گیتا کے قول کے مطابق داداجی نے ہمیں من کی طاقت اور استحکام کے بارے میں مفید معلومات فراہم کیں۔

داداجی : چچو! ان خوبیوں کے فروغ کے لیے ہمیں کوشش کرنی پڑے گی۔

گارجی : تو ہمیں خود اپنے آپ پر کام کرنا ہوگا۔

جناردن : یعنی کہ فرد خود ہی اپنا دوست اور خود ہی اپنا دشمن ہوتا ہے، ایسا ہی ہے نا؟

اکشرا : بھگوان بدھ نے بھی یہ بات کہی ہے 'आत्मदीपो भव' خود اپنے چراغ بنو۔

داداجی : ہاں تو نے سچ کہا، بھگوان بدھ نے بھی کچھ ایسا ہی کہا ہے۔ اس بات کو شرمید بھاگوت گیتا میں بھی کہا گیا ہے...

बन्धुरात्मात्मनस्तस्य येनात्मैवात्मना जितः ।

अनात्मनस्तु शत्रुत्वे वर्ते तात्मैव शत्रुवत् ॥ (गीता 6.6)

(یعنی کہ، جس انسان نے اپنے من پر فتح حاصل کر لی ہے اس کا من اس کا دوست ہے، لیکن جو ایسا نہیں کر پاتے ان کے لیے ان کی ذہانت دشمن کا کام کرتی ہے۔)

گارجی : ایسا کوئی بڑا آدمی ہوا ہے جس نے خود بڑا انقلاب برپا کیا ہو؟

داداجی : ہاں، آدی شکر اچاریہ جو ہندوستان کے عظیم فلسفی تھے۔

جناردن : داداجی، ہمیں آدی شکر اچاریہ کے بارے میں مزید معلومات فراہم کریں۔

داداجی : آدی شکر اچاریہ کیرلا کے کالاڈی نامی ایک گاؤں میں پیدا ہوئے تھے۔ 32 سال کی مختصر زندگی میں شکر اچاریہ نے بہت کام

کیے۔ انھوں نے اُنیشد، شرمید بھاگوت گیتا اور برہما سوتر پر تصریحات لکھیں، گرنٹھ اور مناجات کی تخلیق کی، انھوں نے چار درس

گاہیں (مٹھ) قائم کیں جن میں جنوب میں شُرنگیری مٹھ، مغرب میں دوارکا مٹھ، شمال میں بدری ناتھ مٹھ اور مشرق میں جگن ناتھ

پوری میں گودروہن مٹھ (درس گاہ) شامل ہیں۔

اکشرا : داداجی، آپ نے بجا فرمایا، واقعی ہر شخص خود اپنا نجات دہندہ ہوتا ہے۔

گارگی : گجرات کا سرفخر سے بلند کرنے والی سریتا گائیکواؤ کا کارنامہ بھی ایسی ہی ایک مثال ہے۔ وہ گجرات کے ایک دور دراز ڈانگ ضلع کے کراڑی آنہ نامی گاؤں سے تعلق رکھنے کے باوجود عظیم ہندوستانی دوڑ-ویر بنی۔ وہ گجرات حکومت کی 'بیٹی بچاؤ' مہم میں برانڈ ایمپسڈر بھی ہیں۔

ماہو : ”داداجی، ہمارے حق میں آپ ہماری مفید رہنمائی کر رہے ہو کہ ہمیں بہترین خوبیاں کیوں پیدا کرنی چاہیے۔“  
 جناردن : ”ماہو، تو نے سچ ہی کہا، ایک انسان میں کون کون سی خوبیاں ہونی چاہیے جس سے زندگی ایک مثال بن سکے؟ داداجی کچھ اس پر روشنی ڈالیے۔“

داداجی : زندگی کو مثالی بنانے کے لیے عمدہ خوبیوں کے متعلق گیتاجی میں جو کچھ کہا گیا ہے وہ میں آپ کو سنارہا ہوں...

अद्वेष्टा सर्वभूतानां मैत्रः करुण एव च ।

निर्ममो निरहङ्कारः समदुःखसुखः क्षमी ॥ (गीता 12.13)

(یعنی کہ، جو تمام بھوتوں میں نفرت و عداوت سے خالی، بغیر مفاد کے ہر کسی سے محبت کرنے والا، کسی بھی مقصد کے بغیر ہمدردی رکھنے والا نیز گھمنڈ و غرور سے خالی، سکھ-ڈکھ کے حصول میں برابر اور پرسکون اور سبھی کے گناہوں کو معاف والا ہے۔)

اکشرا : داداجی، گیتاجی کے راستے پر چل کر کسی بڑی شخصیت نے مثالی زندگی گزاری ہو ایسی کوئی مثال پیش کیجیے۔

داداجی : شری ست دیوی داس جو 350 سال پہلے سوراشر علاقے میں جو ناگڑھ ضلع کے بھینسان تعلقے کے پرب واوڈی گاؤں میں رہتے تھے۔ وہ سوراشر علاقے کے بڑے سنت تھے۔ ان کے دور میں لوگ جذام (کوڑھ) تپ وق جیسی لاعلاج بیماریوں میں مبتلا تھے۔ انھوں نے ایسے لوگوں کی خدمت کی تھی۔ آج ان کا آشرم پرب دھام نامی زیارت گاہ کے طور پر مشہور ہے۔

اکشرا : واقعی داداجی، اچھے کام کرنے والے ایسے عوامی ہیروز کو سبھی یاد کرتے ہیں۔ ایسے ہی عمدہ لوگ ہمیں زندگی جینا سکھاتے ہیں۔

جناردن : داداجی، ہم آپ سے وعدہ کرتے ہیں کہ ہم اچھے کام کر کے ایک اچھے انسان بنیں گے۔

داداجی : میری خواہش ہے کہ آپ سب اعلیٰ درجے کی شخصیت حاصل کریں۔ سماج کے بہترین لوگوں کو چاہیے کہ وہ آگے بڑھ کر سماج کے فلاحی کاموں کو انجام دیں، اچھے کاموں کی پہل کریں کیوں کہ انھیں دیکھ کر دوسرے لوگ بھی ان کی پیروی کرتے ہیں۔ گیتاجی کہتے ہیں...

यद्यदाचरति श्रेष्ठस्तत्तदेवेतरो जनः ।

स यत्प्रमाणं कुरुते लोकस्तदनुवर्तते ॥ (गीता 3.21)

(یعنی کہ، اچھے انسان جس پر عمل کرتے ہیں دوسرے لوگ بھی اس پر عمل کرنے لگتے ہیں۔ یہ لوگ جس کی تصدیق کر دیتے ہیں پورا انسانی گروہ اس کے مطابق برتاؤ کرنے لگتا ہے۔)

اکشرا : داداجی، ہمیں بھی بلند پایہ شخصیتوں کے کارناموں نے متاثر کیا ہے۔

داداجی : بیٹا! آپ ٹھیک کہتے ہیں، اس تناظر میں مجھے ایک بات یاد آتی ہے۔



ایک دن سوامی وویکانند اپنے گرو رام کرشن پر مہنس سے علم کی باتیں سن رہے تھے، اس وقت وویکانند نے کہا، گرو جی مجھے تپسیا کرنے کی خواہش ہے۔ ہمالیہ کی خاموش غاریں اس کام کے لیے زیادہ موزوں ہیں، کیوں کہ وہاں بغیر کسی خلفشار کے تپسیا کر سکتا ہوں۔ آپ مجھے اس کے بارے میں کچھ بتائیں۔

وویکانند کی بات سن کر رام کرشن پر مہنس نے ہستے ہستے کہا، وتسیہ (بیٹا) اگر آپ پہلے ہی سے فیصلہ کر چکے ہو تو میری رائے کیوں درکار ہے۔

یہ سن کر وویکانند بول اٹھے، ”گرو جی ابھی تو میری زندگی کی ابتدا ہے۔ میں کئی فیصلے جلد بازی میں بھی لے سکتا ہوں اسی وجہ سے آپ سے رہنمائی کا طلب گار ہوں، اس واسطے آپ کی مدد چاہیے۔

تب رام کرشن پر مہنس نے کہنا شروع کیا، وتسیہ (بیٹا) اگر آپ میری رہنمائی چاہتے ہیں تو میں اتنا ہی کہوں گا کہ اپنے یہاں لوگ بھوکے مر رہے ہیں، بیمار یوں میں مبتلا ہیں، ہر طرف ناخواندگی اور جہالت پھیلی ہوئی ہے۔ آپ ہمالیہ کی خاموش غار میں تپسیا اور سادھی سے لطف اندوز ہوتے ہوں اور یہاں کے لوگ روتے۔ کراہتے ہوں۔ کیا آپ کا دل اُسے قبول کرے گا؟ گرو جی کے ان الفاظ نے وویکانند جی کو سوچنے پر مجبور کر دیا۔ انھیں یہ بات اب واضح طور پر سمجھ میں آگئی کہ گرو جی کیا چاہتے ہیں؟ بغیر کسی تاخیر کے سوامی وویکانند جی نے ایک ذہنی فیصلہ کر لیا کہ اب میری باقی ماندہ زندگی دکھیا ری عوام، مصیبت زدہ لوگوں کی خدمت میں پیش کرنا ہے۔

شریمد بھگود گیتا جی کا بھی یہی مشورہ ہے کہ آج ملک میں بہت سے مسائل درپیش ہیں، ایسے حالات میں ہم جیسے شریف انفس لوگوں کو سرگرم ہونا چاہیے، کیوں کہ ہم جو کریں گے لوگ اُسی کی پیروی کرتے ہیں۔

گیتا جی کے اصول اور اقدار روزمرہ زندگی میں ہماری رہنمائی کرنے کے قابل ہیں۔ ہم سب شریمد بھگود گیتا جی کو پڑھیں، دھیان دیں، غور و فکر کرتے ہوئے اپنی زندگیوں میں اُس کا بہتر استعمال کریں۔ اگر ہم ایک کامیاب زندگی کے خواہش مند ہیں تو اس گیان ساگر کے امرت (آبِ حیات) سخن کو روزمرہ زندگی میں اپنائیں اور ایک بامعنی زندگی جینے کی کوشش کریں۔

## مشق

1. مندرجہ ذیل سوالات کے مختصر جواب لکھیے:

- (1) مہابھارت میں کتنے پڑو ہیں؟
- (2) دھرم سنک (مسئلہ) کے وقت گیتا ماتا کی پناہ کون لیتا ہے؟
- (3) حکومت ہند نے سندھو تائی سپکالن کو کون کون سا ایوارڈ دیا ہے؟
- (4) سنی کا رواج کس نے ختم کیا؟
- (5) گجرات میں آدی شکر اچاریہ کی درس گاہ (مٹھ) کا نام بتائیے۔

2. مندرجہ ذیل سوالات کے جواب تفصیل سے لکھیے:

- (1) اپنی کارکردگی تعمیر کرنے کے لیے باب 2 کے 41 ویں شلوک سے آپ کو کیا ہدایت ملتی ہے؟

- (2) گیتاجی کا کون سا شلوک انسان-انسان کے مابین اختلافات ختم کرنے کے لیے ہماری رہنمائی کرتا ہے؟
- (3) آپ کو ایسا لگتا ہے کہ آپ کا کوئی دوست ٹی وی یا دوسرے میڈیا سے متاثر ہو کر اُسے کوئی فیصلہ کرنے میں وقت پیش آتی ہے۔ گیتاجی کے ادھیائے 2 شلوک 53 کا مطالعہ کرنے کے بعد آپ اس کی رہنمائی کیسے کریں گے؟
- (4) 'ہوں مجھ بھاگیہ تنوگھڈو' یہ بات گیت کے کس شلوک میں کہی گئی ہے؟

3. گیتا کے ادھیائے 12 کے 13 ویں شلوک میں کہی ہوئی خوبیوں کے پیش نظر خود اپنی جانچ کیجیے۔  
(مذکورہ خوبی کے لیے آپ کتنے اسٹار دیں گے؟ ان اسٹاروں کو گہرا کیجیے۔)

☆ ☆ ☆ ☆ ☆	کسی سے حسد نہیں کرتا
☆ ☆ ☆ ☆ ☆	جذبہ دوستی
☆ ☆ ☆ ☆ ☆	بھدروی
☆ ☆ ☆ ☆ ☆	چیزوں سے زیادہ لگاؤ نہیں
☆ ☆ ☆ ☆ ☆	انانیت سے خالی
☆ ☆ ☆ ☆ ☆	سکھ دُکھ میں ڈگمگاتا نہیں

### طالب علم کی سرگرمی

- اپنے ذاتی مسائل کا حل شرمید بھگوت گیتا سے تلاش کیجیے۔
- اپنے دوستوں کے ساتھ ”می سندھوتائی سم کالن“ فلم دیکھیے اور سیکھی ہوئی باتوں کو نوٹ کیجیے۔
- اپنے طے کردہ مصمم ارادے کو پورا کرنے کے لیے گیتاجی کے کس اصول کی پیروی کرو گے اس متعلق اپنے بزرگوں کے ساتھ بحث کیجیے۔

### اساتذہ کا رول

- اسکول میں گیتا اور عالمی مسائل مضمون پر کسی مقرر کی تقریر کا انعقاد کیجیے۔
- شلوک، گان، مضمون یا تقریری مقابلے کا انعقاد کیجیے۔
- ونوبا بھاوے کی کتاب ”گیتا پر وچنؤ“ طلبہ کے ساتھ تبصرہ کیجیے۔
- گیتاجی میں بیان کردہ اقوال زریں نوٹس بورڈ پر تحریر کریں۔
- زیر نظر باب کے مکالموں کو حمد و ثنا پروگرام میں پیش کیا جائے۔

...

اسکول میں گیتا جینتی منائی جارہی ہے۔ اساتذہ اور طلباء میں جوش و خروش ہے۔ اسکول کو مختلف طریقوں سے سجایا گیا ہے۔ تقریری مقابلہ، بھیم، شکنتلا وغیرہ مہابھارت کے کرداروں کے مخصوص وضع کے ملبوسات زیب تن کرنے کا اور ایک بابی اداکاری کا مقابلہ ختم ہو چکا ہے۔ اب مہمان خصوصی کا خطاب شروع ہو چکا ہے۔

پیارے طلبہ،

آج ماگشر سوداگیا رس شرمید بھگوت گیتا کا یوم پیدائش ہے۔ یہ ایک ایسا گرنٹھ ہے جس کا جنم دن منایا جاتا ہے۔ آپ سب کو گیتا جینتی کی مبارک باد پیش کرتا ہوں۔

بھگود گیتا نے نہ صرف ہندوستان کے سنتوں اور انقلابیوں کو ہدایت دی ہے بلکہ گیتا کا اثر جدید اور مغربی مفکرین پر بھی ہے۔ گیتا ایک ایسا گرنٹھ ہے جس کی کوئی سرحد نہیں ہے۔ آپ لطف اندوز ہوں گے ایسی کچھ باتیں پیش کروں گا۔ ہم جانتے ہیں کہ جے رابرٹ اوپن ہیمز کو ایٹم بم کا موجد مانا جاتا ہے۔ انھوں نے خود کہا ہے کہ ایٹم بم کے پہلے دھماکے کے وقت گیتا کے گیارھویں ادھیایہ میں سے ایک شلوک بے ساختہ ان کے منہ سے نکل پڑا تھا۔ تو انھوں نے گیتا کا کتنا مطالعہ کیا ہوگا! خاص بات یہ ہے کہ انھوں نے گیتا کا مطالعہ سنسکرت زبان میں ہی کیا تھا۔ ان کا کہنا ہے کہ ان کے فلسفہ حیات کو گیتا نے سنوارا ہے۔ جب ایک ہندوستانی ماہر طبیعیات ڈاکٹر بی۔ ایم۔ گپتا اپنی جدید تحقیقات کو مزید آگے بڑھانے کے لیے سن 1948-49 میں امریکہ گئے اُس دوران پریسٹن یونیورسٹی میں وہ البرٹ آئنسٹائن سے ملے۔ آئن سٹائن کو معلوم ہوا کہ ڈاکٹر بی۔ ایم۔ گپتا کا تعلق ہندوستان سے ہے تو انھوں نے پُر جوش انداز میں اُن سے بھگود گیتا اور ہندوستان کی روحانی اور فلسفیانہ روایت کے بارے میں بات کی۔ انھوں نے گیتا اور دیگر سنسکرت تخلیقات کا اپنا ذاتی ذخیرہ کتب بھی ڈاکٹر گپتا کو دکھایا۔

ایک اور بات سناؤں، ایک بار راہندر ناتھ ٹیگور نے امریکہ میں ایک بہت بڑی لائبریری کا دورہ کیا اور وہاں رکھی ہوئی قیمتی کتابوں کو دیکھنے کی خواہش ظاہر کی، وہاں کے اہلکار بڑے احتیاط سے ان کے سامنے کپڑے میں لپیٹی بہت ساری کتابیں لائے۔ ان میں راہندر ناتھ ٹیگور کی توجہ شرمید بھگود گیتا پر مرکوز کی گئی تھی۔ رالف والڈو ایمرسن امریکی فلسفی اور انقلابی تھے۔ تھامس کارلائل اسکاٹ لینڈ کے ایک عظیم تاریخ دان اور فلسفی تھے۔ ایک بار ایمرسن کارلائل سے ملنے گئے۔ کارلائل نے ایمرسن کو وکٹری کی ترجمہ کردہ گیتا دکھائی۔ انھوں نے ایمرسن سے کہا، ”یہ سب سے زیادہ متاثر کرنے والی کتاب ہے، اس نے میری زندگی میں سکون و تسلی بخشی ہے۔ مجھے امید ہے کہ آپ کو بھی اس سے فائدہ حاصل ہوگا۔“ کارلائل نے اسے گیتا تحفے میں دی۔ آپ کو پتا چل جائے گا کہ گیتا کو سب کیوں پیار کرتے ہیں!

مجھے کبھی کبھی خیال آتا ہے کہ ارجن میں ایسی کون سی خوبیاں ہوں گی کہ اتنے عظیم گرنٹھ گیتا کو پڑھنے کے لیے بھگوان نے ارجن کو چنا! اگر آپ دیکھیں تو ارجن طالب علمی کے زمانے سے ہی کچھ مختلف ہے۔ ایک بار گروگل میں رات کو کھانا کھاتے وقت چراغ بجھ گیا اس کے باوجود سب نے اطمینان سے کھانا کھایا اور اس وقت ارجن کے ذہن میں ایک بات گھر کر گئی کہ اگر لقمہ مسلسل مشق کی وجہ سے اندھیرے میں بھی صحیح جگہ



پر جاتا ہے تو نشانہ اڑانا (لکھویدھ) اندھیرے میں بھی لگاتار مشق سے انجام دیا جاسکتا ہے۔ اس دن سے ہی کام شروع ہو گیا۔ رات کے اندھیرے میں بھی سب کو ارجن کی کمان کی آواز سنائی دینے لگی۔

اب ارجن کی قوتِ انہماک کی بات کرتے ہیں۔ آپ سب اس واقعہ کو جانتے ہوں گے جہاں سب نے پرندے کو دیکھا اور ارجن نے صرف پرندے کی آنکھ کو دیکھا۔

ارجن میں جو خوبیاں تھیں ویسی خوبیوں کے فروغ کے لیے شرمید بھگود گیتا میں ہدایات موجود ہیں۔ گیتا میں طالب علم کے لیے کوئی الگ باب لکھا نہیں گیا لیکن ایسا لگتا ہے کہ ایک مثالی طالب علم کی خصوصیات سے گیتا جی بھری ہوئی معلوم ہوتی ہے۔

طالب علم کی ایک بڑی خصوصیت تجسس ہے، دنیا میں بھی آج کل Inquiry Based Learning (سوالات پر مبنی تعلیم) پر زیادہ توجہ دی جا رہی ہے۔ پوری گیتا اکیواری بیزڈ لرننگ کی بہترین مثال ہے۔ ارجن کے کئی سوالات ہیں جن کا جواب بھگوان نے اُسے دیا اُسے گیتا کہا جاتا ہے۔ گیتا جی کہتے ہیں کہ...

तद्विद्धि प्रणिपातेन परिप्रश्नेन सेवया ।

उपदेक्ष्यन्ति ते ज्ञानं ज्ञानिनस्तत्त्वदर्शिनः ॥ (गीता 4.34)

(یعنی کہ تو اس علم کو کسی فلسفی بردبار عالم کے پاس جا کر سمجھنے کی کوشش کر، اُن کے سامنے ادب سے جھک کر، اُن کی خدمت کر کے دھوکا دہی چھوڑ کر جذبہ خلوص کے ساتھ سوال پوچھنے پر ایشور کو اچھی طرح پہچاننے والے، علم جاننے والے عالم تجھ کو اس فلسفے کی تعلیم دیں گے۔)

صحیح شخص کے پاس جانا چاہیے اور عجز و انکساری سے سوال کرنا چاہیے۔ علم حاصل کرنے کا یہی ایک راستہ ہے۔ ہم جو بھی مطالعہ کرتے ہیں وہ نصاب (کورس) کی اکائی ہو یا ہم نصابی سرگرمی ہو، سوالات پوچھ جانے چاہئیں اور سوال پوچھنے کے لیے گیتا جی کی شرط ہے کہ: **प्रणिपातेन** - ادب سے، جھک کر۔

عاجزی اور خدمت جیسی خوبیوں کے علاوہ گیتا جی کہتی ہیں کہ اور بھی بہت سی خوبیاں ہیں جن کی ہم سے توقع کی جاتی ہے:

अभयं सत्त्वसंशुद्धिर्ज्ञानयोगव्यवस्थितिः ।

दानं दमश्च यज्ञश्च स्वाध्यायस्तप आर्जवम् ॥ (गीता 16.1)

(یعنی کہ خوف سے مکمل طور پر آزاد ہونا، ضمیر بالکل صاف شفاف ہونا، فلسفے کے لحاظ سے دھیان یوگ میں مسلسل ایک مستحکم حالت رکھنا۔ پاکیزہ خیرات کرنا، حواس پر قابو رکھنا، یگیہ، وید شاستروں کا ورد کرنا، ایشور کے نام اور صفات اور اپنا نچی دھرم پالن کرتے ہوئے دکھ-تکلیف برداشت کرنا اور جسم اور حواس بشمول ضمیر پاک، صاف، نرم اور بے عیب ہونا چاہیے۔)

دوسری ایک بہت اچھی بات جو یقیناً آپ کو پسند آئے گی، ممکن ہے تمہارے دوستوں میں سے کئی تو اس طرح کے تجربے سے دوچار ہوئے ہوں گے۔

ध्यायतो विषयान्पुंसः सङ्गस्तेषूपजायते ।

सङ्गात्सञ्जायते कामः कामात्क्रोधोऽभिजायते ॥ (गीता 2.62)

(یعنی کہ انسان جس چیز پر غور و فکر کرتا ہے ان چیزوں میں لگاؤ پیدا ہو جاتا ہے۔ لگاؤ کی وجہ سے ان چیزوں کے لیے نفسیاتی خواہش پیدا ہوتی ہے اور نفسیاتی خواہش میں رکاوٹ آنے سے غصہ پیدا ہوتا ہے۔)

پسندیدہ باتوں پر دھیان کرنے پر شدید خواہش پیدا ہوتی ہے۔ اب انسان کی تمام خواہشیں تو پوری نہیں ہوتی؟ بعد میں غصہ آتا ہے۔

**क्रोधाद्भवति सम्मोहः सम्मोहात्स्मृतिविभ्रमः ।**

**स्मृतिभ्रंशाद् बुद्धिनाशो बुद्धिनाशात्प्रणश्यति ॥ (गीता 2.63)**

(یعنی غصے سے گہرا لگاؤ پیدا ہوتا ہے، گہرے لگاؤ سے یادداشت میں فریب نظر پیدا ہوتا ہے اور اس سے قوتِ ذہانت تباہ ہو جاتی ہے اور آدمی انسانیت کھو دیتا ہے۔)

آپ کو اگر غصہ آتا ہے تو آپ کیا کرتے ہیں؟ میں ایک چھوٹی سی بات بتاتا ہوں۔ ایک خاندان میں ایک پیارا سا لڑکا تھا، وہ جو کچھ بھی مانگتا گھر والے وہ چیز حاضر کر دیتے۔ اس کے تمام مطالبات مان ہی لیے جاتے ایسی اس کی عادت بن گئی۔ آخر میں مطالبہ پورا نہ ہونے پر اسے غصہ آ جاتا۔ اب غصہ اس کی فطرت بن گیا تھا۔ تمام لوگ اسے بہت سمجھاتے لیکن لڑکے کا غصہ تو بہت بے قابو تھا۔ ایک بار اس کے والد نے ایک تدبیر سمجھائی۔ بچے کو بہت ساری کیلیں لا کر دی اور ایک ہتھوڑا دے کر والد نے بچے سے کہا، جب تمہیں غصہ آئے تو سامنے کی دیوار پر ایک کیل مار دینا۔ اس طرح پہلے دن 40 کیلیں ہوئیں، دوسرے دن اس سے کم ہوئیں، اس طرح بالترتیب کیلیں کم ہونے لگیں۔ لڑکے نے اپنے والد سے کہا، اب مجھے غصہ کم آتا ہے۔ اس کے والد نے پھر بعد میں اسے دوسرا کام سیر دیا، اب جب تمہیں لگے کہ تم اپنے غصے پر قابو پار ہے ہو تو اس پلاس (آلہ گرفت) کے ذریعے ایک کیل نکال دینا۔ آہستہ آہستہ دیوار سے کیلیں کم ہونے لگیں۔ ہاں مگر سب نہیں نکلیں، جتنی نکلیں تمام نے اپنے نشانات چھوڑے، تب اس کے والد نے کہا کہ غصے میں کچھ کہو تو دوسرے کے دل پر ایسا ہی زخم لگ جاتا ہے، لڑکا ساری بات سمجھ گیا۔ آپ بھی سمجھ گئے ہوں گے۔

اب ایک اور بات کہوں، بہت سے لوگ ہیں جو پڑھائی اور زندگی میں دوسروں پر انحصار کرتے ہیں۔ پورے سال پڑھائی نہیں کرتے، مگر جب سالانہ امتحان کا ٹائم ٹیبل آتا ہے تب شارٹ کٹ یا دوسروں سے مدد تلاش کرتے ہیں، لیکن دوسروں سے امید ہمیشہ مایوس کن ہوتی ہے۔ بہت سے بوڑھے لوگ بھی لاٹری لگ جانے اور جلد ہی امیر بننے کی توقع رکھتے ہیں۔ شرمیدہ بھگود گیتا کو یہ بات قطعی پسند نہیں۔ گیتا جی کہتی ہیں کہ تم اپنی نجات خود کرو، آپ ہی آپ کے دوست ہو اور آپ ہی آپ کے دشمن، آپ ہی اپنی تقدیر کے خالق۔

**उद्धरेदात्मनात्मानं नात्मानमवसादयेत् ।**

**आत्मैव ह्यात्मनो बन्धुरात्मैव रिपुरात्मनः ॥ (गीता 6.5)**

(یعنی کہ زندگی اور موت کے بندھن سے آدمی خود کو بچانے کی کوشش کرے اور خود کو تنزل میں نہ ڈالے۔ کیوں کہ وہ خود ہی اپنا سچا دوست ہے اور خود ہی خود کا دشمن ہے۔)

بہت سے طلبہ کی منصوبہ بندی اور معمولات بھی ذرا غلط ہوتے ہیں۔ سال کے آغاز میں زیادہ آرام کرتے ہیں اور امتحان کے دوران رت جگے۔ کئی بچے غیر صحت بخش اور ضرورت سے زیادہ غذا کھاتے ہیں، جس کی وجہ سے وہ موٹاپے جیسی بیماری کا شکار ہو جاتے ہیں۔ کچھ طلبہ دوران امتحان تناؤ کے سبب کھانا کم کھاتے ہیں یا کھاتے ہی نہیں، عام طور پر ایسا کرتے ہیں۔

گیتا کا لہجہ مطابقت پذیر ہے:

युक्ताहारविहारस्य युक्तचेष्टस्य कर्मसु ।

युक्तस्वप्नावबोधस्य योगो भवति दुःखहा ॥ (गीता 6.17)

(یعنی کہ جو باقاعدگی سے کھانا کھاتا ہے، باقاعدگی سے اپنے کام میں سرگرم رہتا ہے اور باقاعدگی سے سوتا اور جاگتا ہے، ایسے یوگ میں رہنے والا انسان دنیاوی دکھ-مصائب سے آزاد ہو جاتا ہے۔)

اس میں ہر چیز کو متوازن رکھنے کی بات ہے۔ گیتا کا پیغام ہے کہ غذا، نیند اور کام (سرگرمی) مناسب مقدار میں ہونی چاہیے۔ اس کے علاوہ تین قسم کی غذا کی تفصیل بھی گیتا میں واضح طور پر درج ہے۔ وقت کم ہے، سب کچھ تو یہاں کہہ نہیں سکتا۔ سترہویں باب کے آٹھویں سے دسویں شلوک کا مطالعہ کر لیجیے۔

میرے نقطہ نظر سے سب سے اہم اور آخری بات کہہ کر اپنی بات ختم کرتا ہوں۔ ارجن تیرہ سال سے مسلسل جنگ کی تیاری کر رہا تھا، وہ میدان میں آیا تو سہمی لیکن رشتہ داروں کو دیکھ کر اُس نے سوچا کہ لڑنا نہیں ہے۔ تو اس سوچ نے اس کے جسم و دماغ پر کیا اثرات مرکب کئے؟ ارجن کہتا ہے کہ میرے اعضاء سُت ہو گئے ہیں، میرا منہ خشک ہو چلا ہے، میرا جسم کانپ رہا ہے، میرے ہاتھ سے گانڈیو (ارجن کا تیر) گر رہا ہے، میری جلد جل رہی ہے، میں بدحواسی میں ہوں، میں کھڑا نہیں رہ سکتا وغیرہ۔

گیتا کے پہلے باب میں ارجن نے اپنی حالت بیان کی ہے۔ تمہیں بھی امتحان میں کبھی ایسا لگتا ہوگا، ہے نا! یہ سب سوچ کا نتیجہ ہے۔ کئی بار سوالیہ پرچہ ہاتھ میں آنے سے پہلے وہ مشکل ہوگا، میں حل نہیں کر سکوں گا، تم ایسا غلط قیاس کر لیتے ہو۔ کمزور سوچ انسان کو کمزور بناتی ہے۔ امتحان میں یا زندگی میں کسی معاملے میں اگر ایسا کچھ ہوتا ہے تو گیتا کے دوسرے ادھیایہ میں شلوک 52 سے 72 میں بیان کردہ جس کے ذہن میں ٹھہراؤ ہو ایسے ہوش مند کی خوبیوں کو پڑھنا چاہیے۔ پریشانی، مایوسی، ذہن پریشان وغیرہ ایسے احساسات ہیں جو ہماری طاقت کو کمزور کر دیتے ہیں۔ ایک سوال کا جواب نہیں آتا تو اُس کی پریشانی میں ہم دوسرا سوال بھی بھول جاتے ہیں، ہے نا؟ ہاتھ کانپنے لگتے ہیں، پیٹ میں کچھ کچھ ہوتا ہے، ٹھیک ہے نا؟ ایشور نے کمزور خیالات کو نکال کر مثبت، منطقی، معقول خیالات لگائے۔ یہی تو ہے شرمید بھگود گیتا! آپ کی تعلیم اور زندگی میں ہر جگہ آپ کامیاب رہیں ایسی نیک خواہشات کے ساتھ اپنی بات ختم کرتا ہوں۔



## مشق

1. یہاں کچھ حالات درج کیے گئے ہیں۔ ایسی حالت میں آپ نے شرمید بھگوو گیتا میں سنی ہوئی کون سی بات آپ کی رہنمائی کر سکتی ہے اس کے سامنے جوڑیے:

حالات	رہنمائی
1. تعلیم، کھیل کود، غذا، ٹی وی وغیرہ تمام معاملات کے لیے وقت کی منصوبہ بندی کرنی چاہیے۔	• तद् विद्धि प्रणिपातेन...
2. میں کلاس میں بہت سارے سوالات کرتا ہوں مگر بولنے وقت میں اساتذہ کے ساتھ کبھی ادب کے دائرے سے باہر ہو جاتا ہوں۔	• ध्यायतो विषयानपुंस...
3. کلاس میں سیکھی گئی چیزوں کو براہ راست یاد نہ کیا جائے بلکہ اس پر غور و فکر کرنا چاہیے۔	• उद्धरेदात्मनात्मानं...
4. میں گھر کام (Homework) نیز بہت سے کاموں میں دوسروں پر منحصر رہتا ہوں۔	• युक्ताहारविहारस्य...
5. اگر کوئی میری تنقید کرے تو میں بہت پریشان ہو جاتا ہوں۔	• 17 ویں ادھیایہ میں
6. جب مجھے اپنی مطلوبہ چیز یا شخص نہیں ملتا تو میں افسردہ ہو جاتا ہوں۔	• شلوک 8 سے 10
	• ہوش مند کی خوبیاں

2. ایک جملے میں جواب دیجیے:

- (1) گیتا جینتی کس دن منائی جاتی ہے؟
- (2) ایمرن کو گیتا کا تحفہ کس نے دیا؟
- (3) بحیثیت ایک طالب علم آپ کو ارجن کی کون سی خوبی سب سے زیادہ پسند آئی؟
- (4) طالب علم میں تجسس کے ساتھ کون سی خوبی ضروری ہے؟
- (5) موضوع پر توجہ ← لگاؤ ← : اس سلسلے کو مزید بڑھائیں۔

3. مختصر جواب دیجیے:

- (1) غصے کی وجوہات اور نتائج کیا کیا ہوتے ہیں؟
- (2) عقل کی تباہی خود انسان کی تباہی ہے۔ وضاحت کیجیے۔
- (3) جسم اور دماغ پر خیالات کے کیا اثرات ہوتے ہیں؟
- (4) سبق میں درج کردہ کون سا شلوک آپ کو سب سے زیادہ پسند آیا؟ وجوہات دیجیے۔

## طالب علم کی سرگرمی

- شرمید بھگود گیتا میں سے پہلے ادھیایہ کے شلوک نمبر 29 سے 31 میں جسم اور دل و دماغ پر کمزور سوچ کے اثرات کے بارے میں ارجن نے خود اپنی حالت کا بیان کیا ہے، اُسے پڑھیے۔
- اپنے استاد یا انٹرنیٹ کی مدد سے اس اکائی میں شامل کردہ شلوک کے لے، تال اور صحیح تلفظ سیکھیں اور اُسے گائیں۔

## اساتذہ کا رول

- طلبہ کو ان واقعات کے بارے میں بتائیں جو ہندوستانی انقلابیوں، جیسے سوامی ووپکا مندر، لوک مانیہ تلک، گاندھی جی، ونوبابھائے وغیرہ کی زندگیوں پر شرمید بھگود گیتا کے اثرات ظاہر کرتے ہوں۔
- سبق میں شامل شلوک طالب علموں کو لے کے ساتھ صحیح تلفظ سے گوائیں، اس کی تشریح کریں، خلاصہ پیش کریں۔
- ’گیتا امرتم‘ (سد و چاردرشن پرکاشن) میں سے ادھیایہ پڑھ کر طلبہ کو اس کا تعارف پیش کریں۔

...

**Standard - 10**  
**Subject : Shreemad Bhagavad Gita**  
**Medium : English**

**Approved by**  
**Education Department of State Government**  
**and Incorporated in Textbook**

**Chapter :**

- 1. Absolute Devotion**
- 2. Guiding Light to Patriotism**



**Gujarat State Board of School Textbooks**  
**Gandhinagar**





The Shrimad Bhagavad Gita is the Triveni Sangam of Karma-yog, Bhakti-yog and Jnana Yog. A notable aspect of the Triveni Sangam is that despite the Ganga, Yamuna and Saraswati being together in one flow, the Triveni Sangam is remarkably different. However, the trilogy of Bhagavad Gita is mutually interdependent and yet so unique that each Yog is inextricably linked with the other two. Nonetheless, chapters 7 to 12 specifically explain Bhakti-yog in detail. The devotion depicted in Shrimad Bhagavad Gita is distinctive because our Karma manifests itself in the form of Bhakti. The Bhakti-yog described in this sacred scripture is helpful and guiding to humanity at any place, any time.

Before understanding the Bhakti-yog described in the Gita, it is essential to understand the terminology of the words Bhakt and Bhakti.

A Devotee (Bhakt) is one who discards his personal attachment and surrenders himself to the Lord in relation to the omnipresence of the Supreme Being, pervading the spirit and matter of the entire universe. Regarding Bhakti, Garud Puran mentions,

भज इत्येष वै धातुः सेवायां परिकीर्तितः ।

(i.e. The word Bhakti is derived from the word 'Bhaj', which means service) The meaning of 'service' is broader and more independent than the limited interpretations like rites and rituals of 'Seva'. In this sense, any activity of public interest done with dedication is also included. All acts done consciously come under the term of Bhakti if they are done sincerely and with a spirit of absolute devotion. Bhagavad Gita explains Bhakti in this way,

ये तु सर्वाणि कर्माणि मयि संन्यस्य मत्पराः ।  
अनन्येनैव योगेन मां ध्यायन्त उपासते ॥ (12.6)

(Meaning : Those who dedicate all their actions to me, regarding me as the Supreme Lord, worshiping me and meditating on me with absolute devotion)

The meaning of this verse is that we should perform all our actions or endeavours with the spirit that the 'God is the witness' and perform our duties with an unshakeable determination that 'our action is to be dedicated to the Supreme Father God' so that action should be done effortlessly with a holy spirit. For example, any food that comes to our dish from the kitchen is a meal, but when we offer the same food to God, it becomes Prasad (Gift or blessing from God). When we cook daily, we should offer God; if we prepare food for the Lord with devotion, the cooking will effortlessly be full of purity and virtuous intent. Bhakti, hence, is the union of mental dedication with physical effort in all our Karma.

When it comes to offering anything, this verse of Shrimad Bhagavad Gita comes to the mind,

पत्रं पुष्पं फलं तोयं यो मे भक्त्या प्रयच्छति ।  
तदहं भक्त्युपहृतमश्नामि प्रयतात्मनः ॥ (9.26)

(Meaning : If one offers to Me with devotion a leaf, a flower, a fruit, or even water, I delightfully partake of that item offered with love by My devotee in pure consciousness.)

When contemplating this verse, it is essential to recognise that despite God's greatness, He takes notice of our offerings and finds delight even in the smallest gestures of giving. So, on our friend's birthdays, weddings or any other occasions, some children feel embarrassed for giving small gifts. Children pester their parents for buying expensive gifts because they think their gifts will be considered insignificant in the presence of other costly gifts. On such occasions, if the giver and the receiver are aware of the fact that any gift – expensive or inexpensive - when given with heartfelt joy and pure soul, is priceless and incomparable. So, both of them, one giving and the other receiving, will feel happy about it.

Good will should permeate our interactions, routine dealings, and duties. It is not something we achieve overnight but one that must be actively cultivated, as emphasised by Lord Krishna while highlighting the importance of practice.

अथ चित्तं समाधातुं न शक्नोषि मयि स्थिरम् ।  
अभ्यासयोगेन ततो मामिच्छाप्तुं धनञ्जय ॥ ( 12.9 )

(Meaning : If you find it challenging to keep your mind focussed on me, then O Dhananjay! practice remembering Me with devotion while constantly restraining the mind from worldly affairs.)

Attach the mind with the Lord, but the mind races very swiftly like a horse that is difficult, yet not impossible, to control. Arjun confesses, the mind is fickle. The student who didn't notice anything else except the bird's eye, such a steadfast person says, the mind is fickle! We need to then, certainly understand its solution.

The solution to this lies in 'Abhyaas' (practice). Abhyaas means (चित्तस्य सर्वतः समाहृत्य पुनः पुनः स्थापनम् अभ्यासः) steadfast concentration of the mind on one focal point; thereby persistently engaging in the same activity with unwavering effort. Through consistent study of a subject, concentration improves. Today's lesson may not be grasped immediately in its entirety, but with repeated reading and understanding, with thorough study, it is understood, yielding the desired results in exams. Such is the significance of practice. Abhyaas is paramount to accomplish any pursuit.

Let us grasp this point with another example: when a scientist embarks on a research project, he merely begins as work. However, through continuous efforts, deep reflections and contemplations, the scientist achieves a new identity, inseparable from his actions or deeds. That identity is the result of practice. Initially, when students enter a job or a profession after their education, they may treat it merely as a means to earn a living and meet their needs. However, as they engage in their work consistently, it evolves into more than just a job; it becomes a defining aspect of their life. This realisation dawns through persistent effort. Like digging small pits in fifty places cannot channelize water, but continuous digging in one spot can drill a well from which water flows. Similarly, when a small stream originating from the Himalayas flows steadily in one direction, it transforms into the mighty Ganga River.

If the Abhyaas seems challenging, then there is one more way mentioned in the Gita.

अथैतदप्यशक्तोऽसि कर्तुं मद्योगमाश्रितः ।  
सर्वकर्मफलत्यागं ततः कुरु यतात्मवान् ॥ ( 12.11 )

(Meaning : If you are unable to perform this work, even being attached to Me, renounce the fruits of all actions by becoming victorious over your mind and intelligence.)



In this verse (1) मद्योगमाश्रितः (attached to me) (2) यतात्मवान् (unfettered conscience) – these two terms seem to be contradictory even though they complement each other, but if we fully understand them, we attain inner strength in every activity in our life. At times, we feel that our self-confidence is often shaken after accepting a task. The size of the task intimidates us; we are bogged down by challenges and begin to feel feeble and incapable in front of those tasks and challenges. Nevertheless, we must not forget that the Ankush (elephant-goad) is never as big as an elephant, a lamp always dispels the darkness, a key is not bigger than the lock, and yet it can open it. Always remember that God is with us; we are not alone. However, God is only our guide and not the doer. He helps those who help themselves. Therefore, we must perform our duties and deeds, believing we are self-controlled, independent souls. We ourselves have to fulfil our duties wholeheartedly; God will certainly help us.

Consequently, when we approach each task this way, we do not experience exhaustion upon completion; instead, we feel the gratification of working with sincerity. We feel content, relaxed and joyful.

Such an individual who acts in this manner gets closer to God. These qualities are the attributes of a Bhakt.

संतुष्टः सततं योगी यतात्मा दृढनिश्चयः ।  
मय्यर्पितमनोबुद्धिर्यो मद्भक्तः स मे प्रियः ॥ ( 12.14 )

(Meaning : Ever-content, steadily united with Me in devotion, self-controlled, of firm resolve, and dedicated to Me in mind and intellect...such a Bhakt is very dear to me.)

तुल्यनिन्दास्तुतिर्मौनी सन्तुष्टो येन केनचित् ।  
अनिकेतः स्थिरमतिर्भक्तिमान्मे प्रियो नरः ॥ ( 12.19 )

(Meaning : Those who take praise and criticism alike, who are given to silent contemplation, content with what comes their way, without attachment to any place, whose intellect is firmly fixed in Me, and who are full of devotion to Me, such Bhakts are very dear to Me.)

The “संतुष्ट” of these verses says that we should work hard in our field but not work with any sort of greed. What is received is sufficient. Keeping contentment in what we have, can save from mental weakness like stress and depression. Even Indra’s throne fails to impart happiness in our lives if there is no satisfaction. Excessive dissatisfaction prevents us from enjoying what we have.

There is a part in the verse “दृढनिश्चय” (one who is determined). Before going to sleep at night, we make up our minds that we will get up early in the morning (in Brahma Muhurat) and do exercise (Yog, study, rituals). However, in the morning, when the alarm rings on our mobile phones, we turn it off and go back to sleep. But if our determination is firm, it will not allow us to sleep again. If we do not allow ourselves to do so and remain resolute in our decisions, we will be able to achieve the desired result. Determination is crucial in student life. The term “तुल्यनिन्दास्तुतिः” is also helpful and worth understanding for the students. It has been frequently said in the Bhagavad Gita to accept criticism and praise equally. The word criticism comes first because one has to be more prepared to face criticism in life. He who fears criticism cannot succeed. We become restless when we receive a few negative

comments on social media, get fewer likes, someone scolds a little or posts unpleasant remarks. The Bhagavad Gita teaches us not to get discouraged on hearing criticism. We can achieve Abhyudaya (prosperity or welfare) if we work hard.

Thus, the Bhagavad Gita beautifully describes that if we do every action with devotion to God, this devotional excellence results in Bhaktiyog.

Whatever duty our life tells us to perform, should be done with devotion to the all-pervasive God, and the duty becomes a work of public welfare. This is the best devotion.

### Glossary

**Advait** - integral, **Samarpan** - wholeheartedly devotion, **Abhyas** - repeated activity OR practice

### Exercise

#### Q.1 Answer in short :

- (1) The Bhagavad Gita is the Triveni Sangam of which three insights?
- (2) What is the root meaning of 'Bhaj'?
- (3) What does the word 'Practice' mean?

#### Q.2 Answer the following two to three sentence :

- (1) What learning is gained from the episode of offering leaf, flower, fruit and water?
- (2) What is the importance of 'Practice'? explain with an example.
- (3) Explain the importance of Bhaktiyog in today's context.

### Student-Activities

- (1) Sing the verses of chapter 12 of the Gita in proper rhythm.
- (2) Search verses expressing Bhakti from the Shrimad Bhagavad Gita and write them legibly.

### Teacher-Activities

- (1) Teach the verses from chapter 12 with the rules of Anushtup Chhand, keeping the rules of punctuations in mind.
- (2) Search verses related to Bhakti and assign them to the students.
- (3) Conduct activities, lectures, dialogues etc. by giving small topics from the Bhagavad Gita.
- (4) Explain with examples how following the Bhagavad Gita can be helpful in present-day perspective and learning activity.





The Shrimad Bhagavad Gita is the epitome of human enlightenment; the holy book inspired and encouraged our martyrs who sacrificed their lives for the motherland. A book that evokes and instils the spirit of bravery, heroism, patience and sacrifice. This motivational essay explains how freedom fighters and patriots like Lal, Bal, Pal, Subhash Chandra Bose, Gandhiji and others derived moral strength from the Bhagavad Gita.

The Shrimad Bhagavad Gita, a rare heritage of Indian culture, comprises 18 chapters and 700 verses. The ultimate goal of the Gita is the welfare of humanity, which is not just for a particular religion, caste, or individual but is beneficial for the entire humanity. If any person, irrespective of his country, creed, community, caste or class, follows the Gita even a little, his life becomes meaningful. Confirming this fact, there is a long list of martyrs described in golden letters in the glorious history of India.

For centuries, Indians have been reciting and praising the Gita and its philosophy. Men and women with enormous might have flourished in the lap of India and have protected and cultivated her culture with relentless efforts.

We are a witness to India's glorious history; even though many foreign nations have invaded the country from time to time, we have preserved her culture and guarded it with the spirit of universal welfare. A strong reason behind this is that many great men have trusted the Knowledge of the Gita, replete the spirit of universal welfare, to make India safe, intact and independent. Diving into the ocean of Gita's Knowledge (Gnan), these heroes have transformed their individual spirit into a national spirit. When the heroes of freedom struggle were given death penalty, they met their martyrdom with a smile on their faces because of Gitagnan. Verses of the Gita providing spiritual strength are:

य एनं वेत्ति हन्तारं यश्चैनं मन्यते हतम् ।  
उभौ तौ न विजानीतो नायं हन्ति न हन्यते ॥ ( 2.19 )

(Meaning : Neither of them actually knows—the one who thinks the soul can slay and the one who thinks the soul can be slain. For truly, the soul neither destroys nor can it be destroyed.)

नैनं छिन्दन्ति शस्त्राणि नैनं दहति पावकः ।  
न चैनं क्लेदयन्त्यापो न शोषयति मारुतः ॥ ( 2.23 )

(Meaning : The soul can never be cut into pieces by any weapon, nor can it be burned by fire, nor moistened by water, nor withered by the wind.)

The heroes who embraced the teachings of the Bhagavad Gita sacrificed their lives for our Motherland, chanting the slogans “Bharatmata ki Jai”. Even if one was hanged until death, many other brave hearts would arise from the same vicinity to lay down their lives for the freedom of the nation. One such courageous hero was Khudiram Bose, born on 3-December 1889 in the Midnapur district of West Bengal. Drawing strength from the Bhagavad Gita, he sacrificed his life in the freedom struggle at the mere age of 19. He was a leading participant in the Bang Bhang movement and was hanged in Muzaffarpur in 1908. Shrimad Bhagavad Gita was in his hands when he was hanged, imbibing the idea of immortality described in this sacred book..



अच्छेद्योऽयमदाह्योऽयमक्लेद्योऽशोष्य एव च ।  
नित्यः सर्वगतः स्थाणुरचलोऽयं सनातनः ॥ ( 2.24 )

(Meaning : The Atman (soul) is achchhedya (indestructible), adahya (cannot be burnt), akledya (insoluble), ashoshya (non-absorbable) and eternal, all-pervading, immovable, everlasting.)

When the youth icon Veer Bhagat Singh was jailed for throwing a bomb in the national assembly in April 1929, he asked the prison administration for the Shrimad Bhagavad Gita. The episode was printed in the then English Daily “The Tribunal” It was titled “Bhagat Singh wants the Gita”. The Gita given to Bhagat Singh in jail is still stored in the Shaheed-e-Azam museum in Lahore. The copy bears Bhagat Singh’s signature.

Everyone is familiar with the iconic image of a man twisting the tapered end of his moustache on the right side with his left hand. He is none other than the great patriotic revolutionary Chandrashekhar Azad. He was always having a Yagnopavit (the sacred thread) on his left shoulder, a copy of the Gita in his pocket, and a pistol tucked into his kammarband (belted cloth). Even during his days as an underground freedom fighter, battling against British oppression for India’s independence, he made it a habit to read the Gita regularly. He was unwavering in his commitment to his pledges and exhibited remarkable bravery and virtue in numerous incidents. The Gita served as the source of inspiration for cultivating these qualities.

The Gita served as a morale booster for the revolutionaries of the time, providing a philosophical foundation for their freedom movement.

स्वधर्ममपि चावेक्ष्य न विकम्पितुमर्हसि ।  
धर्म्याद्धि युद्धाच्छ्रेयोऽन्यत्क्षत्रियस्य न विद्यते ॥ ( 2.31 )

(Meaning : Given your Swadharma, you should not harbour fear in your heart, for there is no other better duty for a Kshatriya other than to fight for Dharm)

Subhash Chandra Bose, a formidable warrior, earned the nickname ‘Netaji’. He always carried the Gita with him and practised studying it every morning after his daily routine. Through the study of the Gita, he cultivated qualities such as steadfastness, courage and fearlessness. Netaji mobilised the “Azad Hind Fauj” and successfully challenged the British army. Captain S.S. Yadav, recounts that even in the face of relentless gunfire, Netaji fought with unwavering focus. Inspired by Netaji’s bravery, his comrades fought feverently until the end; our hero drew strength from the essence of the Gita.

सुखदुःखे समे कृत्वा लाभालाभौ जयाजयौ ।  
ततो युद्धाय युज्यस्व नैवं पापमवाप्स्यसि ॥ ( 2.38 )

(Meaning : Fight for the sake of duty, treating alike happiness and distress, loss and gain, victory and defeat. Fulfilling your responsibility in this way, you will never incur sin.)

The trio of “Lal, Bal and Pal”, united by their nationalist ideology, made a memorable contribution in laying a solid foundation for the freedom movement in India.

Lala Lajpat Rai, affectionately known as ‘Lal’, also referred to as ‘Punjab kesri’ (Lion of Punjab), was a prominent leader in the revolt against the Simon Commission. He deeply internalised the teachings of the Bhagavad Gita through a thorough understanding of the book. His own words affirm this:

“The essential element of the Gita lies in the recognition that despite the external opposition, disparities and incoherence prevalent in the world, there exists an unbroken unity and continuity underlying all this disparity. Even when there appears to be a conflict between duty and emotion, it is merely an illusion, as, ultimately, both are the same. The Gita eloquently expresses this profound essence in a captivating and impactful manner.”

कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन ।  
मा कर्मफलहेतुर्भूर्मा ते सङ्गोऽस्त्वकर्मणि ॥ ( 2.47 )

(Meaning : You have the right to perform your actions, but not to the outcomes; therefore, do not seek the fruits of your actions, and also do not be attached to inaction.)

‘Bal’, the second one, of the trio was a famous freedom fighter and was nicknamed ‘Lokmanya’.

Lokmanya Balgangadhar Tilak coho gave the slogan “Swaraj is my birthright and I shall have it”. was imprisoned by the British government in Mandalay jail in Burma on charges of sedition, he composed a book called “Gita-Rahasya”. In this book he elaborated on the concept of Karmyog from the Shrimad Bhagavad Gita. Tilak expounded on the philosophical idea that one should perform worldly duties with the ultimate aim of Mukti (liberation). Through this book, he imparted the true essence of fulfilling our duties in worldly life. Speaking to Arjun, Shri Krishna said,

नियतं कुरु कर्म त्वं कर्म ज्यायो ह्यकर्मणः ।  
शरीरयात्रापि च ते न प्रसिद्ध्येदकर्मणः ॥ ( 3.8 )

(Meaning : You should thus perform your prescribed Vedic duties, since action is superior to inaction. By ceasing activity, even your bodily maintenance will not be possible.)

The third freedom fighter of the trinity is ‘Pal’. Bipinchandra Pal is known as the ‘Tiger of Bengal’. He studied scriptures like Upanishads and the Gita in depth. That is why he openly opposed casteism and other social evils. Under the influence of Gitagyan, he became a prominent orator, academician and an ardent advocate of freedom.

Thus, in the epic struggle for independence represented by the trinity of ‘Lal, Bal, Pal’, the essence of selflessness from the Gita was characteristic.

एवं प्रवर्तितं चक्रं नानुवर्तयतीह यः ।  
अघायुरिन्द्रियारामो मोघं पार्थ स जीवति ॥ ( 3.16 )

(Meaning : O, Parth! Those who do not follow the cycle of creation prevalent in this world by tradition and do not do their duty, they live only for the delight of their senses; indeed, their lives are in vain.)



The above narrative traces the correlation between self-strength, fearlessness, and the knowledge drawn from the Gita by armed freedom fighters. Yet, the credit for achieving India's independence is attributed to Gandhiji. He was a devoted follower of the Gita. "Whenever I face any dilemma, I take refuge of Mother Gita". The profound wisdom of the Shrimad Bhagavad Gita also left a lasting impression on Gandhi's life. He translated the Gita as 'Anashaktiyog.' into Gujarati.

Mahatma Gandhi referred to the Shrimad Bhagavad Gita as the book of Vishwadharm. The Gita imparts life-changing values in a simple and intuitive style, profoundly influencing Gandhi's life and personality. Gandhiji stated that he found the Gita easy to understand despite presenting some fundamental puzzles with inherently difficult solutions. He believed that the overall message of the Gita was as clear as a diya (lamp). It is devoid of any established controversies. It satisfies both the intellect and the heart. It has both philosophy and devotion. The Gita's impact is universal and its language is remarkably simple.

Acharya Vinoba Bhave, the founder of the Bhoodan Movement and Gandhiji's spiritual successor, delivered numerous lectures on the Gita. His books, "Gita pravachano" and "Gita Chintanika" remain popular and thought-provoking even today. Vinobaji describes the greatness of the Gita in vivid terms, stating, "Just as my body depends on mother's milk, my heart and mind have been nourished by the milk of the Gita. With faith and practice as two wings, I continue to soar in the sky of the Gita, and when I am alone, I immerse myself in the ocean of its nectar."

Thus, the inspiration behind this verse of the Gita may lie in the recognition that numerous great individuals sacrificed their lives for India's collective welfare and independence.

कर्मणैव हि संसिद्धिमास्थिता जनकादयः ।  
लोकसंग्रहमेवापि सम्पश्यन्कर्तुमर्हसि ॥ ( 3.20 )

(Meaning : By performing their prescribed duties, King Janak and others attained perfection. You should also perform your duties to set an example for the good of the world.)

The defenders and custodians of Indian culture, along with countless unsung heroes, have set remarkable examples for the society by studying and adhering to the teachings of the Shrimad Bhagavad Gita. Their lives and knowledge of the Gita are a priceless paradigm for us to follow.

यद्यदाचरति श्रेष्ठस्तत्तदेवेतरो जनः ।  
स यत्प्रमाणं कुरुते लोकस्तदनुवर्तते ॥ ( 3.21 )

(Meaning : The actions and principles upheld by exemplary individuals influence others to follow suit; their achievements shape the behaviour of the entire human society.)



### Exercise

#### Q.1 Answer briefly :

- (1) What was Netaji Subhash Chandra Bose's daily routine?
- (2) Name the trio Lal, Bal and Pal.
- (3) Which slogan did Lokmanya Tilak give?

#### Q.2 Answer in two to three sentences :

- (1) What were Gandhiji's thoughts about the Gita?
- (2) What is the essence of the Gita, according to Lokmanya Tilak?

#### Q.3 Give answers to the following questions in detail :

- (1) Write in your own words how the Bhagavad Gita served as a beacon of inspiration in the life of freedom fighters during the struggle for independence.
- (2) Explain Vinoba Bhave's point of view of Gita.

#### Q.4 Match the following sections.

(A)	(B)
(1) Khudiram Bose	(1) Bengal Tiger
(2) Subhashchandra Bose	(2) Experiments with Truth
(3) Gandhiji	(3) Punjab Kesri
(4) Bal Gangadhar Tilak	(4) Bang Bhang Movement
(5) Lala Lajpat Rai	(5) Azad Hind Fauj
(6) Bipin Chandra Pal	(6) Gita Rahasya

### Student-Activities

- (1) Read the book: Maha Sangram of 1857, writer: Pandit Satyanarayan Sharma, Translation: Rekha Dave.
- (2) Read books: 'Karna-Krishna', 'Yuddhishtir Yuddh Vishad' by Uma Shankar Joshi, 'Bharat Gotra na Lajjacheer' by Kavi Nhaanalal
- (3) Search on Google and YouTube, and read information on Shrimad Bhagavad Gita, freedom fighters and freedom movements.
- (4) Prepare a series of meditative thoughts (Chintanatmak Sutramala) based on the Gita and share it on social media.

### Teacher-Activities

- (1) Provide sufficient information to students on Kranti Teerth Shyamji Krishna Varma in Mandvi, Kutch, by arranging informative tours or visits.
- (2) Facilitate Gita Recitation sessions, engaging lectures and diverse activities centred around the teachings of the Gita and the bravery of freedom fighters.
- (3) Arrange visits to philanthropic projects linked to the principles of Gnan (knowledge), Bhakti (devotion), and Karma (action), fostering students' enthusiasm for active participation.
- (4) Celebrate Gita Jayanti by hosting competitions and quiz programmes, and book reviews.



**Note**

This image shows a full page of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page, providing a template for handwriting practice or general writing. There are no margins, text, or other markings on the page.



**Note**

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

**Note**

This image shows a full page of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page, providing a template for handwriting practice or general writing. There are no margins, text, or other markings on the page.

**Note**

This image shows a full page of blank, lined paper. It features approximately 20 evenly spaced horizontal grey lines across its entire width, providing a guide for handwriting or typing. The paper is otherwise completely empty, with no margins, text, or other markings.



કક્ષા - 10

વિષય : હિન્દી ( પ્રથમ ભાષા )

માધ્યમ : હિન્દી

રાજ્ય સરકારના શિક્ષણ વિભાગ દ્વારા અભ્યાસક્રમમાં મંજૂર  
કરવામાં આવેલ અને પાઠ્યપુસ્તકમાં સમાવેશ કરેલ

**પ્રકરણ - 1 સમર્પણ**

**પ્રકરણ - 2 દેશ ભક્તિ કી સંજીવની**



ગુજરાત રાજ્ય શાલા પાઠ્યપુસ્તક મંડલ  
'વિદ્યાયન', સેક્ટર 10-એ, ગાંધીનગર - 382010

श्रीमद् भगवद् गीता कर्मयोग, भक्तियोग और ज्ञान योग का त्रिवेणी संगम है । विशेषता यह है कि त्रिवेणी में गंगा - यमुना - सरस्वती की तीनों धाराएँ स्पष्ट रूप से अलग - अलग बहती हैं, लेकिन यहाँ वे परस्पर अद्वैत भाव से अन्योन्याश्रित हैं, और इतनी अनोखी हैं कि तीनों एक साथ अभिन्न रूप से बहती हैं । हालाँकि, अध्याय ७ से १२ में विशेष रूप से भक्तियोग को विस्तृतरूप से समझाया गया है । श्रीमद् भगवद् गीता में वर्णित भक्ति विशेष है क्योंकि यहाँ हमारा कर्म ही भक्ति के रूप में प्रकट होता है । इस ग्रंथ में वर्णित भक्ति योग किसी भी स्थान, किसी भी समय, मानव मात्र के लिए उपकारक और मार्गदर्शक बन जाता है ।

गीता में वर्णित भक्तियोग को समझने से पूर्व भक्त और भक्ति की परिभाषा को समझना आवश्यक है ।

संपूर्ण ब्रह्मांड की स्थूल - चेतना में व्याप्त सर्वोच्च सत्ता की सर्वव्यापकता के संबंध में जो व्यक्ति अपना व्यक्तिगत आसक्ति को छोड़कर ईश्वर के लिए काम करता है, वह भक्त है । गरुड पुराण में भक्ति के संदर्भ में कहा गया है कि,

**भज इत्येज वै धातुः सेवायां परिकीर्तितः ।**

(अर्थात् भक्ति शब्द भक्त शब्द ज क्रियापद से बना है जिसका अर्थ सेवा है ।) भक्ति शब्द का अर्थ हम पूजा - पाठ तक मर्यादित करते हैं परन्तु 'सेवा' यह अर्थ उससे कहीं अधिक व्यापक और मुक्त है । इस अर्थ में समर्पण भाव से की गई जनहित की कोई भी प्रवृत्ति इसके दायरे में आती है । समझ के साथ किये गये सभी कार्य भक्ति की श्रेणी में आ सकते हैं, यदि वे निष्ठापूर्वक, समर्पण की भावना से किये जायें । भगवद् गीता इसे इस प्रकार परिभाषित करती है ।

**ये तु सर्वाणि कर्माणि मयि संन्यस्य मत्पराः ।**

**अनन्येनैव योगेन मां ध्यायन्त उपासते ॥ ( गीता 12.6 )**

(अर्थात् जो भक्त मेरे प्रति समर्पित हैं, वे अपने सभी कर्मों को मुझे अर्पण करके, मुझ (सगुण स्वरूपा) परमेश्वर को ही अनन्य भक्ति योग से निरंतर चिंतन एवं पूजन करते रहते हैं ।)

इस श्लोक का तात्पर्य यह है कि हमें अपने सभी कार्य इस भावना से करने चाहिए कि ईश्वर इसका साक्षी है और अपने कार्य को परमपिता परमेश्वर को समर्पित करना है । इस दृढ़ निश्चय के साथ कार्य करें तो वह कार्य स्वाभाविक रूप से पवित्र भाव से ही होगा । उदाहरण के रूप में, रसोई में बना भोजन सीधे हमारी थाली में आता है तो उसे भोजन कहा जाता है । परन्तु वही भोजन भगवान को अर्पित करने से प्रसाद बन जाता है । यदि प्रतिदिन इस भक्ति के साथ भोजन बनायें कि इसे भगवान को अर्पित करना है, भगवान के लिए ही है, तो वह भोजन स्वाभाविक रूप से पवित्रता और सद्भावना से भरा हुआ होगा । इस कर्म में शारीरिक परिश्रम के साथ - साथ मानसिक समर्पण का मिलन ही भक्ति है ।

जब कुछ समर्पित करने की बात आती है तो श्रीमद् भगवद् गीता का यह श्लोक स्मरण में आता है ।

**पत्रं पुष्पं फलं तोयं यो मे भक्त्या प्रयच्छति ।**

**तदहं भक्त्युपहृतमश्नामि प्रयतात्मनः ॥ ( गीता 9.26 )**

(अर्थात् जब कोई भक्त प्रेमपूर्वक पत्र, पुष्प, फल, जल आदि अर्पित करता है तो वह शुद्धबुद्धि वाले नितकाम प्रेमी भक्त के द्वारा प्रेमपूर्वक दिये गये उन पत्र - पुष्प आदि को मैं सगुणरूप में प्रगट होकर अति प्रेम से खाता हूँ ।)

जब हम इस श्लोक को पढ़ते हैं, तो हमें एक बात समझनी चाहिए कि ब्रह्मांड में परमात्मा सबसे महान है परन्तु प्रेम भाव से अर्पित की गई छोटी सी चीज का संज्ञान लेते हैं, और प्रसन्न होते हैं। ऐसे में हमारे मित्रों के जन्मदिन, विवाह या अन्य किसी मौके पर कुछ सस्ते उपहार देने में बच्चे लघुता अनुभव करते हैं। माँ - बाप से कीमती उपहार लेने की जिद करते हैं और कहते हैं कि यदि मैं सस्ता उपहार दूँगा तो लोग उसे तुच्छ मानेंगे। अतः देनेवाला और लेनेवाला इस बात से परिचित होगा कि जब कोई भी सामान्य मन के पवित्र भाव के साथ जुड़ा है तब उत्तम सर्वश्रेष्ठ बन जाता है। अतुलनीय बन जाता है। तब वे दोनों एक दूसरों को देने और लेने में गर्व का अनुभव करेंगे।

हमारे दैनिक व्यवहार में, कार्यों के आदान - प्रदान में तथा हमारे कर्तव्यों में सद्भावना होनी चाहिए। यह सद्भावना तुरन्त स्थाई नहीं होती परन्तु इसका अभ्यास करना पड़ता है। भगवान श्री कृष्ण अभ्यास की आवश्यकता बताते हुए कहते हैं....

**अथ चित्तं समाधातुं न शक्नोषि मयि स्थिरम्।**

**अभ्यासयोगेन ततो मामिच्छाप्तुं धनञ्जय ॥ ( गीता 12.9 )**

(अर्थात् यदि तुम मन को मुझमें स्थिर रूप से स्थिर करने में समर्थ न हो, तो मैं धनञ्जय। अभ्यासरूपी योग के माध्यम से मुझे प्राप्त करने की इच्छा करो) हमने मन को परमात्मा से जोड़कर कार्य करने की बात की, परन्तु मन अति वेगवान अश्व के समान है जिसे संयम में लाना कठिन तो है परन्तु असंभव नहीं है। अर्जुन स्वयं कहते हैं कि “चञ्चलं हि मनः कृष्ण” मन बहुत चंचल है। जिस विद्यार्थी को एकाग्र मन से पक्षी की आँख के अतिरिक्त कुछ भी दिखाई नहीं देता, यदि वह (विद्यार्थी) कहे कि मन चंचल है, तो इसका उपाय अवश्य समझना चाहिए।

इसका समाधान अभ्यास से ही होता है। अभ्यास अर्थात् ( चित्तस्य सर्वतः समाहृत्य पुनः पुनः स्थापनम् अभ्यास ) मन को बार - बार एक ही स्थान से जोड़कर, निरंतर प्रयास और परिश्रम से एक ही कार्य करते रहना चाहिए। अतः एक ही विषय पर अनवरत अभ्यास करते रहने से एकाग्रता बढ़ती है। आज का पढ़ा हुआ पाठ यदि एकबार में समझ में नहीं आता, किन्तु उसे बार बार पढ़ना, समझा और समझाया जाये, और समग्रता के साथ उसका अभ्यास किया जाये, तो वह द्रढ़ हो जाता है और परीक्षा में अपेक्षित परिणाम प्राप्त होता है। यह है अभ्यास का महत्व। किसी भी कार्य की सिद्धि के लिए अभ्यास अति आवश्यक है।

इस बात की पुष्टि एक अन्य उदाहरण के माध्यम से कर जाए। जब कोई वैज्ञानिक शोध कार्य का आरंभ करता है तो वह उसे एक कार्य के रूप में स्वीकार करता है, लेकिन उसकी निरंतर प्रवृत्ति और चिंतन उसे उस कार्य से एक नई पहचान दिलाती है। वह पहचान ही अभ्यास का परिणाम है। जब छात्र पढ़ाई करके उपरान्त नौकरी या व्यवसाय से जुड़ते हैं और उसे स्वीकार करते हैं तो प्रारंभ में वे ऐसा मानते हैं कि यह केवल अर्थोपार्जन करने हेतु, अपनी आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए है। परन्तु धीरे - धीरे मन से उस कार्य को करते - करते, उसका वह कार्य मात्र सामान्य कार्य न होकर वह उनकी पहचान बन जाती है। वही कार्य उसके जीवन का पर्याय बन जाता है। यह बार - बार प्रयास करने से ही होता है। पचासों स्थान पर छोटे - छोटे गड्ढे खोदने पर भी पानी नहीं निकलता, लेकिन एक ही स्थान पर लगातार खुदाई करने से कुआँ बन जाता है, और कुएँ से पानी निकलता है। जैसे हिमालय से निकलने वाली एक छोटी सी जल की धारा, एक ही मार्ग पर लगातार बहती रहे तो वह तुफान मारती तेज रफतार गंगा नदी बन जाती है।

यदि अभ्यास कठिन लगे तो एक अन्य मार्ग भी गीता में बताया गया है।

**अथैतदप्यशक्तोऽसि कर्तुं मद्योगमाश्रितः।**

**सर्वकर्मफलत्यागं ततः कुरु यतात्मवान् ॥ ( गीता 12.11 )**

(अर्थात् तुम मेरे प्राप्तिरूपी योग का सहारा लेकर उपर्युक्त उपाय करने में असमर्थ हो तो मन - बुद्धि पर विजय प्राप्त करके सभी कर्मों के फल का त्याग कर देना चाहिए।)



इस श्लोक में (१) मद्योजमाश्रित (मुझ से जुड़ा हुआ) (२) चः स्वतंत्र स्वतंत्र (मन वाला) ये दोनों पद एक दूसरे के पूरक होते हुए भी विरोधाभासी, लगते हैं परन्तु यदि हम इन्हें समझ ले तो, हमें अपने जीवन के हर कार्य में आत्मबल मिलता है । अभी हम देखते हैं कि कार्य स्वीकार करने के बाद प्रायः हममें आत्मविश्वास की कमी आ जाती है । कार्य बड़ा है, तो चुनौती भी बड़ी है । और हम उसके सामने स्वयं को कमजोर और शक्तिहीन महसूस करने लगते हैं । परन्तु हाथी के कद के समान अंकुश का कद नहीं होता, अंधकार के समान दीपक नहीं होता । ताले के समान चाबी नहीं होती, फिर भी सफळता मिलती है । हमें यह स्मरण रखना चाहिए कि ईश्वर हमारे साथ है, हम अकेले नहीं हैं । ऐसा मानना अनुचित है कि भगवान हैं तो वे सारे कार्य कर देंगे । हम स्वाधीन चित्तवाले स्वतंत्र हैं ऐसा मान कर हम पुरुषार्थ करेंगे तो भगवान हमारी सहायता करेंगे । हमें अपना कार्य स्वयं करना है और उसे पूरी समग्रता से करना है । यदि हम ऐसा करेंगे तो ईश्वर अवश्य हमारी सहायता करेंगे ।

परिणाम स्वरूप यदि हम प्रत्येक कार्य इसी प्रकार से करेंगे तो कार्य पूर्ण होने के बाद हमें काम करने की थकान नहीं लगेगी । अपितु समर्पण भाव से किये गये कार्य से संतुष्टि मिलती है । हमें आन्तरिक प्रसन्नता का अनुभव होता है ।

इस प्रकार कार्य करने वाले व्यक्ति को परमात्मा का सानिध्य अधिक प्राप्त होता है । जिसे हम भक्त के विशेषण से जान सकते हैं ।

**संतुष्टः सततं योगी यतात्मा दृढनिश्चयः ।**

**मय्यर्पितमनोबुद्धिर्यो मदभक्तः स मे प्रियः ॥ ( गीता 12.14 )**

(अर्थात् जो योगी सदैव संतुष्ट रहता है, मन इन्द्रियों सहित शरीर को वश में कर चुका है और मुझमें दृढ निश्चयवाला है - वह मुझमें अर्पित मन-बुद्धिवाला मेरा भक्त मुझे प्रिय है ।)

**तुल्यनिन्दास्तुतिर्मान्सी सन्तुष्टो येन केनचित् ।**

**अनिकेतः स्थिरमतिर्भक्तिमान्मे प्रियो नरः ॥ ( गीता 12.19 )**

(अर्थात् जो निन्दा और स्तुति दोनों में समान है, मननशील और किसी भी प्रकार से शरीर के निर्वाह होने से सदा सन्तुष्ट रहता है तथा निवास स्थान के प्रति ममता और आसक्ति से रहित है । स्थिर बुद्धिवाला भक्तिमान् व्यक्ति मुझे प्रिय है ।)

इस श्लोक में संतुष्ट शब्द से तात्पर्य है कि हमें अपने क्षेत्र में खूब काम करना चाहिए परन्तु किसी लालसा से युक्त होकर काम नहीं करना चाहिए । जो प्राप्त हैं वह पर्याप्त हैं । जो सहजता से प्राप्त हो उसी में संतुष्ट रहने से आप तनाव, अवसाद जैसी कमजोर मानसिकता से बच सकते हैं । यदि संतोष न हो तो इन्द्र का सिंहासन भी तुच्छ है । अधिक असंतोष के कारण हम उस चीज का भी आनन्द नहीं ले पाते हैं जो हमारे पास है ।

श्लोक में एक पद है दृढनिश्चयः (अर्थात्, दृढ निश्चय वाला) रात को सोने से पहले हम यह सोचें कि हम प्रातःकाल ब्राह्म मुहूर्त में उठकर व्यायाम - योग - अध्ययन और पूजा - पाठ करेंगे । ऐसा दृढ संकल्प करें, परन्तु प्रातःकाल की बेला में मोबाईल में अलार्म बजे तो उसे बंद करके फिर से सो जाये ऐसा नहीं होना चाहिए । यदि हमारा निश्चय दृढ है, तो वह हमें दुबारा सोने नहीं देगा । हमें स्वयं को ऐसी स्वतंत्रता नहीं देनी चाहिए, और दृढ निश्चय वाले बने रहेंगे तो हम वांछित परिणाम प्राप्त कर सकेंगे । छात्र जीवन में दृढनिश्चय का बहुत महत्त्व है । तदुपरान्त तुल्यनिन्दास्तुतिः यह पद भी छात्रों द्वारा समझने और व्यवहार में लाने योग्य है । भगवत गीता में यह बात अनेक बार कही गयी है कि आलोचना और प्रशंसा दोनों को समानरूप से स्वीकार करना चाहिए । यँ तो आलोचना शब्द पहले आता है क्योंकि जीवन में यह बात आलोचना का सामना करने के लिए अधिक तैयार रहना पड़ता है । जो आलोचना से डरता है वह सफल नहीं हो सकता । सोशियल मीडिया पर यदि कोई नकारात्मक कमेंट कर दे, लाइक कम मिले, थोड़ी बहुत डाँट पड़ जाये, या कोई दो वाक्य बोल दे तो कभी कभी हमें बहुत

बुरा लगता है । जिसे सहना आसान नहीं होता है । इस संदर्भ में भगवद् गीता में कहा गया है कि आलोचना सुनकर निराश नहीं होना चाहिये । हम संघर्ष करें तो अभ्युदय की प्राप्ति हो सकती है ।

इस प्रकार भगवद् गीता में बहुत ही अच्छे ढंग से वर्णन किया गया है कि यदि हम प्रत्येक कार्य भगवान के प्रति समर्पण भाव के साथ करें तो समर्पण भाव से किया गया उत्तम कार्य भक्ति योग में परिवर्तित हो जाता है ।

जीवन में अपने कर्तव्य क्षेत्र में जो कुछ आये वह सर्व व्यापी परमात्मा के प्रति समर्पण भाव से किया गया कार्य, जनहित का कार्य बन जाता है । यही सर्वोत्तम भक्ति है ।

### शब्दार्थ

अद्वैत – अभिन्न, समर्पण – पूरी निष्ठा से अर्पित किया गया, अभ्यास – बारबार प्रवृत्ति करना लघुता – हीन भाव

### स्वाध्याय

**प्रश्न-1 :** निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर संक्षेप में दीजिए ।

1. भगवद् गीता किसका त्रिवेणी संगम क्या है ?
2. भज् धातु का मूल अर्थ क्या है ?
3. अभ्यास शब्द का अर्थ क्या है ?

**प्रश्न-2 :** पाठ के आधार पर निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर दीजिए ।

1. पत्र, पुष्प, फल, जल अर्पित करने का प्रसंग क्या सीख देता है ?
2. अभ्यास के महत्त्व को सोदाहरण समझाइए ।
3. आज के संदर्भ में भक्ति योग का महत्त्व स्पष्ट करें ।

### छात्र - प्रवृत्ति

- श्रीमद् भगवद् गीता के अध्याय - 12 के श्लोकों को लयबद्ध छंदबद्ध स्वर में गान करें ।
- समर्पण भाव को व्यक्त करने वाले श्लोक गीता में से खोजें और सुन्दर अक्षरों में लिखें ।

### शिक्षक प्रवृत्ति

- अध्याय - 12 का गान यति नियमों को ध्यान में रखते हुए अनुष्टुप छन्द के नियम के अनुसार सिखाये ?
- भक्ति से संबंधित श्लोक ढूँढ कर छात्रों को दें ।
- भगवद् गीता से छोटे - छोटे विषय देकर, प्रवचन, संवाद, इत्यादि प्रवृत्तियाँ करवाइये ।
- भगवद् गीता में वर्णित समर्पणभाव वर्तमान परिप्रेक्ष्य में, अध्ययन में किस प्रकार सहायक है, इसे उदाहरणों के माध्यम से समझाइये ।





श्रीमद् भगवद् गीता मनुष्य को प्रबोधन करने वाला सार ग्रंथ है, जो मातृभूमि के लिए अपने प्राणों की आहुति देने वाले शहीद वीरों को प्रेरित एवं प्रोत्साहित करता है। साहस, शौर्य, वीरता, धैर्य और बलिदान की भावना का आविर्भाव और सिंचन करने वाला ग्रंथ है। देशभक्त लाल, बाल, पाल, सुभाषचन्द्र बोस, गांधीजी स्वतंत्रता संग्राम सैनानियों को जीवन में गीता के माध्यम से किस प्रकार मनोबल बढ़ा उसका बहुत ही लाक्षणिक ढंग से इस निबंध में सादृष्टांत प्रस्तुत किया गया है।

भारतीय संस्कृति की अनमोल धरोहर श्रीमद् भगवद् गीता १८ अध्यायों और ७०० श्लोकों में सुग्रथित है। गीता का परम लक्ष्य मानव मात्र का कल्याण है। जो किसी विशेष धर्म, जाति, या व्यक्ति के लिए न होकर मानव मात्र के लिए उपकारी है। किसी भी देश, सम्प्रदाय, समुदाय, जाति या वर्ण का व्यक्ति क्यों न हो, यदि वह गीता का थोड़ा-बहुत भी अनुसरण करे) त उनका जीवन सार्थक हो जायेगा। इस बात की पुष्टि करते हुए शहीद वीरों की श्रृंखला भारत के भव्य इतिहास में स्वर्णक्षरों में अंकित है। सदियों से भारत भूमि की प्रजा गीता के ज्ञान से ओत-प्रोत होती रही है। भारतीय संस्कृति को गोद में खेलने वाले वीरों, वीरांगनाओं और महापुरुषों ने संस्कृति को सुरक्षित एवं संवर्धित करने के लिए अथाक प्रयत्न किये हैं।

हम भारत के भव्य और गौरवशाली इतिहास के साक्षी हैं। कि समय – समय पर, भारत पर, अनेक विदेशी आक्रांताओं ने आक्रमण किये, फिर भी हम अपनी संस्कृति की सुरक्षा के लिए अडिग – अचल खड़े रहे कर। विश्व मंगल की भावना वाली भारतीय संस्कृति को जीवंत रखा है। इसका एक सबल कारण यह भी है कि भारत देश को सुरक्षित, अखंड और स्वतंत्र बनाये रखने में अनेक महापुरुषों ने विश्व – मंगल की भावना से ओतप्रोत होकर गीता के ज्ञान का अवलंबन लिया था। गीत के ज्ञान रुपी सागर में डुबकी लगाकर अपनी व्यक्तिगत भावना को गीता के रंग में रंगकर राष्ट्रभावना में परिवर्तित कर दिया। जब स्वतंत्रता संग्राम के वीरों को फाँसी की सजा दी गई, तब उन्होंने गीता ज्ञान की शक्ति से हँसते हुए शहादत का सामना किया। गीता का यह श्लोक आत्मबल प्रदान करता है।

**य एनं वेत्ति हन्तारं यश्चैनं मन्यते हतम्।**

**उभौ तौ न विजानीतो नायं हन्ति न हन्यते ॥ ( गीता 2.19 )**

(अर्थात् जो यह समझते हैं कि आत्मा को मारा जा सकता है या जो इसे मरा हुआ समझते हैं, वे दोनों ही अज्ञानी हैं। वास्तव में आत्मा न तो मरती है और न ही उसे मारा जा सकता है।)

**नैनं छिन्दन्ति शस्त्राणि नैनं दहति पावकः।**

**न चैनं क्लेदयन्त्यापो न शोषयति मारुतः ॥ ( गीता 2.23 )**

(अर्थात् इस आत्मा को शस्त्र काट नहीं सकता, अग्नि उसे जला नहीं सकती, जल इसे गला नहीं सकता और वायु इसे सुखा नहीं सकता)

गीता ज्ञान को आत्मसात् करने वाले वीर भारत माता की जय के बुलन्द उद्घोष के साथ मातृभूमि के लिए वीरगति को प्राप्त हुए। यदि एक को फाँसी दी गई तो उसी बस्ती से कोई अन्य वीर पुरुष उठ खड़ा होता है। ऐसे ही एक वीर खुदीराम बोस का जन्म ३ दिसम्बर १८८९ को पश्चिम बंगाल के मीदनापुर जिले में हुआ था। उन्होंने गीता की शरण ली और देशभक्ति के गीत गाते गाते आजादी की लड़ाई में मात्र १९ वर्ष की आयु में अपने प्राणों की आहुति दे दी। बंग-भंग आंदोलन में अगुआ के रूप में भाग लेने वाले खुदीराम बोस को जब मुजफ्फरपुर



की जेल में सन् 1908 में फाँसी दी गई तब उस समय उनके हाथ में श्रीमद् भगवद् गीता थी । इस महान ग्रंथ में निरूपित आत्मा की अमरता को उन्होंने आत्मसात् किया था ।

**अच्छेदयोऽयमदाहयोऽयमक्लेदयोऽशोष्य एव च ।**

**नित्यः सर्वगतः स्थाणुरचलोऽयं सनातनः ॥ ( गीता 2.24 )**

(अर्थात् यह आत्मा अच्छेध (बिना काटा हुआ) है, अदाह्य (बिना जला हुआ) अप्लेदय (जो जीला न कर सके) अशोष्य (अवशोषित होने वाला) और शाश्वत, सर्वव्यापी, अचल और स्थिर और सनातन शाश्वत है ।)

जब युवा हृदय सम्राट वीर भगतसिंह को अप्रैल 1929 में नेशनल असेंबली में बम फेकने के आरोप में जेल में डाल दिया गया, तो उन्होंने जेल प्रसाशन से श्रीमद् भगवद् गीता की माँग की । यह मामला तत्कालीन अंग्रेजी दैनिक द ट्रिब्यूनल में छपा था । इसका शीर्षक था S. Bhagatsinh wants Geets (एस. भगतसिंह को गीता चाहिये) । जेल में भगतसिंह को दी गई गीता आज भी लाहौर के शहीद ए-आजम नामक संग्रहालय में रखी हुई है । इस पर वीर भगतसिंह के हस्ताक्षर भी अंकित हैं ।

बाँये हाथ से दाहिनी ओर की मुँछ (ताव) मरोड़ते हुए, छवि से सभी परिचित हैं । वे हैं महान देशभक्त क्रांतिकारी चन्द्रशेखर आजाद, जो सदैव अपने बाँये कंधे पर यज्ञोपवित, जेब में गीता और कमर में पिस्तौल रखते थे । यहाँ तक कि जब वे गुप्तरूप से निवास करते हुए ब्रिटिश क्रूरता के खिलाफ स्वतंत्रता के लिए संघर्ष कर रहे थे, तब वे नियमित रूप से गीता का (स्तवन) जाप करते थे । वे द्रढनिश्चयी और प्रतिज्ञा पालक थे । उनकी सदाचारिता और उनको धमनियों में बहने वाली बहादुरी की अनेक गाथायें प्रचलित हैं । उनके इन सद्गुणों की प्रेरणा स्रोत गीता थी ।

गीता उस समय के क्रांतिकारियों का मनोबल बढ़ाने वाली और उनके स्वतंत्रता आन्दोलन का दार्शनिक आधार बन गयी ।

**स्वधर्ममपि चावेक्ष्य न विकम्पितुमर्हसि ।**

**धर्म्याद्धि युद्धाच्छ्रेयोऽन्यत्क्षत्रियस्य न विद्यते ॥ ( गीता 2.31 )**

(अर्थात् तुम्हें स्वधर्म को देखकर भी भयभीत नहीं होना चाहिये, क्योंकि क्षत्रिय के लिए धर्मयुक्त युद्ध से बढ़कर कोई दूसरा कल्याणकारी कर्तव्य नहीं है ।)

एक महान वीर योद्धा सुभाषचन्द्र बोस जिसे हम नेताजी उपनाम से पहचानते हैं । वे सदैव गीता अपने पास रखते थे । वह प्रतिदिन दैनिक कार्य के बाद गीता का अध्ययन करते थे । गीता के अध्ययन से उनमें द्रढ़ता, उद्यम और निर्भयता जैसे गुणों का विकास हुआ । नेताजी ने 'आजाद हिन्द फौज' तैयार की और ब्रिटिश सेना को थका दिया । इस सेना के कैप्टन एस. एस. यादव कहते हैं कि एकबार भीषण गोलीबारी की स्थिति में विचलित हुए बिना नेताजी निडर होकर लड़े । नेताजी की इस धैर्य, वीरता और साहस को देखकर अन्य साथी भी उत्साहित हो गये और अंत तक लड़ते रहे । क्योंकि उन्होंने गीता के इस सार को आत्मसात् कर लिया था ।

**सुखदुःखे समे कृत्वा लाभालाभौ जयाजयौ ।**

**ततो युद्धाय युज्यस्व नैवं पापमवाप्स्यसि ॥ ( गीता 2.38 )**

(अर्थात् सुख - दुःख, लाभ - हानि और जय - पराजय को समान समझने के बाद युद्ध के लिए कटिबद्ध हो जाओ, इस प्रकार युद्ध करने से तुम पाप के भागीदार नहीं बनोगे ।)

अपनी राष्ट्रवादी विचारधारा से एकजुट होकर लाल, बाल और पाल की तिकड़ी ने भारत में स्वतंत्रता आन्दोलन की मजबूत नींव रखने में चिरस्मरणीय योगदान दिया है।

‘लाल’ अर्थात् ‘पंजाब केसरी’ के नाम से विख्यात, साइमन कमीशन के विरुद्ध विद्रोह के महान सूत्रधार अर्थात् लाला लजपत राय। उन्होंने गीता का सेवन (अभ्यास) करके उसके मर्म तक पहुँचे थे। इसकी पुष्टि स्वयं उनके शब्दों द्वारा होती है।

“गीता का मुख्य मार्मिक तत्त्व यह है कि संसार में बाह्य विरोध, विषमता, असंगति क्यों न हो, परन्तु इन सभी विषमताओं के मध्य एक अखंड एकता और एक शाश्वत पूर्णता है। कर्तव्य और भाव में यदि विरोध दिखाई दे तो यह विरोध मात्र दिखावा ही है। मूलतः दोनों एक ही हैं। गीता इस महान सार को बहुत ही सुन्दर और प्रभावशाली तरीके से प्रतिपादित करती है।

**कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन।**

**कर्मफलहेतुर्भूर्मा ते सङ्गोऽस्त्वकर्मणि ॥ (गीता 2.47)**

(अर्थात् तुम्हें कर्म करने का अधिकार है, उसके फल की इच्छा मत कर, अर्थात् कर्म की बिना किसी आशा या अपेक्षा के कर्तव्य की भावना से करे, कर्म न करने के प्रति आसक्त न हों।)

इस त्रिपुटी में दूसरे बाल थे। वे लोकप्रिय स्वतंत्रता सेनानी थे अतः उन्हें “लोकमान्य” उपनाम दिया गया था।

“स्वराज हमारा जन्मसिद्ध अधिकार है। मैं इसे प्राप्त करके रहूँगा” यह नारा देने वाले लोकमान्य बाल गंगाधर तिलक पर जब ब्रिटिश सरकारने राजद्रोह का आरोप लगाकर उन्हें बर्मा की मांडले जेल में कैद कर दिया था। उसी समय उन्होंने गीता रहस्य नामक पुस्तक की रचना की थी। इसमें उन्होंने श्रीमद् भगवद् गीता के कर्मयोग की बृहद व्याख्या की है। इस पुस्तक में यह दार्शनिक विचार निहित है कि हमें मुक्ति को ओर द्रष्टि रखते हुए सांसारिक कर्तव्यों का पालन करना चाहिए। इस पुस्तक में उन्होंने मनुष्य को उनके सांसारिक जीवन में वास्तविक कर्तव्य की शिक्षा दी है। श्री कृष्ण ने अर्जुन से ऐसा कहा -

**नियतं कुरु कर्म त्वं कर्म ज्यायो ह्यकर्मणः।**

**शरीरयात्रापि च ते न प्रसिद्ध्येदकर्मण ॥ (गीता 3.8)**

(अर्थात् तुम्हें शास्त्र विदित स्वधर्म रूपी कर्तव्य कर्म करना चाहिए, कर्म न करने से कर्म करना श्रेष्ठ है, अर्थात् कर्तव्य कर्म निष्क्रियता से बेहतर है, और कर्म न करने से तुम्हारा शरीर निर्वाह भी सिद्ध नहीं होगा।)

त्रिपुटी के तीसरे स्वतंत्रता संग्राम सेनानी अर्थात् ‘पाल’। बिपिनचन्द्र पाल उन्हें ‘बंगाल का शेर’ के रूप में जाना जाता है। उन्होंने उपनिषद् गीता जैसे ग्रंथों का गहन अध्ययन किया था। इसी लिए उन्होंने जातिवाद और अन्य सामाजिक कुरीतियों का खुलेआम विरोध किया था। गीता ज्ञान के प्रभाव से वे एक उत्कृष्ट वक्ता, शिक्षाविद् और स्वतंत्रता के प्रबल समर्थकों में गिने जाते हैं।

इस प्रकार ‘लाल’ - ‘बाल’ और ‘पाल’ की तिकड़ी का स्वतंत्रता संग्राम रूपी महायज्ञ के मूल में गीता के निष्काम कर्म का बोध निहित है।

**एवं प्रवर्तितं चक्रं नानुवर्तयतीह यः।**

**आधायुरिन्द्रियारामो मोघं पार्थ स जीवति ॥ (गीता 3.16)**

(अर्थात् हे पार्थ ! जो मनुष्य इस संसार में परंपरा से प्रचलित सृष्टि चक्र का पालन नहीं करता अर्थात् अपने कर्तव्य का पालन नहीं करता, वह अपनी इन्द्रियों के माध्यम से सुखों में क्रीड़ा करने वाले पापी मनुष्य का जीवन व्यर्थ है।



यह बात सशस्त्र स्वतंत्रता सेनानीयों के आत्मबल, निडरता और गीता ज्ञान के संबंध में थी । परंतु अहिंसा के मार्ग पर चलकर भारत को आजादी दिलवाने का श्रेय जिसके सिर है, वे भारत के राष्ट्रपिता गांधीजी हैं” । वे गीता के परम उपासक थे । महात्मा गांधी कहते हैं, जब मैं हताश, निराश, उदास और चिंतित होता हूँ तब मैं गीता माता की शरण लेता हूँ । श्रीमद् भगवद् गीत के गहन ज्ञानने गांधीजी के जीवन पर अमिट छाप छोड़ी गांधीजी ने गीता के अनासक्ति योग का गुजराती भाषा में अनुवाद किया है ।)

महात्मा गांधीजी ‘श्रीमद् भगवद् गीता’ को विश्व धर्म की पुस्तक (के रूप में गिनवाते हैं) मानते हैं । गीता सरल और सहज रूप से गहन मूल्यों को व्यक्त करती है । इन मूल्यों का गांधीजी के जीवन और व्यक्तित्व पर गहरा प्रभाव पड़ा । गांधीजी स्वयं कहते हैं, मेरे मतानुसार, गीता समझने में बहुत सरल पुस्तक है । वह कुछ बुनियादी पहेलियाँ प्रस्तुत करता है, जिसका समाधान निस्संदेह रूप से कठिन है । परंतु मेरे मतानुसार गीता का सामान्य द्रष्टिकोण दीपक की भाँति स्पष्ट है । वह किसी भी प्रकार के स्थापित विवाद से मुक्त है । यह मन और हृदय दोनों को संतुष्ट करता है । यह दर्शन और भक्ति दोनों से परिपूर्ण है । इसका प्रभाव सार्वभौमिक है, और भाषा अविश्वसनीय रूप से सरल है ।”

गांधीजी के आध्यात्मिक उत्तराधिकारी माने जाने वाले भूदान आन्दोलन के स्थापक आचार्य विनोबा भावे ने गीत पर कई व्याख्यान दिये और उनकी पुस्तक गीता - प्रवचन और ‘गीता चिंतनिका’ आज भी लोकप्रिय और माननीय है । विनोबा भावे जी गीता - महिमा का स्पष्ट शब्दों में वर्णन करते हुए कहते हैं, “जितना अधिक मेरा शरीर माँ के दूध पर निर्भर रहा है, उससे कहीं अधिक मेरे हृदय और बुद्धि का पोषण गीता रूपी दूध के माध्यम से हुआ है । श्रद्धा और प्रयोग इन दो पंखों के माध्यम से ही मैं गीता गगन में यथाशक्ति उड़ान भरता रहता हूँ । गीता मेरी आत्मा है । जब मैं किसी से गीता के विषय में बात करता हूँ तो मैं गीता सागर पार करता हूँ और जब मैं एकांत में रहता हूँ, तब इसके अमृतरूपी सागर में गहरी डूबकी लगाने बैठ जाता हूँ ।”

इस प्रकार भारत को स्वतंत्र कराने के लिए अनेक महापुरुषों ने अपना जीवन जनहित के लिए समर्पित कर दिया । इसके मूल में गीता के इस श्लोक की प्रेरणा निहित होगी ।

**कर्मणैव हि संसिद्धिमास्थिता जनकादयः ।**

**लोकसंग्रहमेवापि सम्पश्यन्कर्तुमर्हसि ॥ ( गीता 3.20 )**

(अर्थात् जनक आदि ऋषियों ने भी अनासक्ति कर्माचरण द्वारा परम सिद्धि को प्राप्त किया था । अतः लोकसंग्रह को देखते हुए तुम मात्र कर्म करने योग्य हो, अर्थात् तुम्हारे लिए कर्म करना ही उचित है ।)

भारतीय संस्कृति के रक्षक और पोषक, प्रत्यक्ष - परोक्ष स्वतंत्रता के वीरों और इन सभी महापुरुषों ने गीता का अध्ययन और अनुसरण करके समाज के समक्ष श्रेष्ठ उदाहरण स्थापित किये हैं । हमारे लिए इन महापुरुषों का जीवन और गीताज्ञान अनुकरणीय है ।

**यद्यदाचरति श्रेष्ठस्तत्तदेवेतरो जनः ।**

**स यत्प्रमाणं कुरुते लोकस्तदनुवर्तते ॥ ( गीता 3.21 )**

(अर्थात् श्रेष्ठ मनुष्य जो आचरण करता है, उसी आचरण का अनुसरण अन्य लोग भी करते हैं । वे जो कुछ सिद्ध कर देते हैं, पूरा मानव समूह उसी के अनुरूप आचरण करने लगता है ।)



## स्वाध्याय

### 1. निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर संक्षेप में दीजिए :

1. अंग्रेजोंने भारता वासियों के लिए कौन सा आदेश दिया था ?
2. नेता सुभाषचन्द्र बोस का दैनिक नियम क्या था ?
3. 'लाल', बाल और 'पाल' इस तिकड़ी का पूरा नाम बताइये ?
4. लोकमान्य तिलकने जनता को कौन सा नारा दिया था ?
5. 'भगवद् गीता' के प्रति गांधीजी का क्या अभिप्राय है ?

### 2. निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर दो - तीन वाक्यों में दीजिए :

1. ब्रिटिश आदेश का भारतीयों पर क्या प्रभाव पड़ा ?
2. लोकमान्य तिलक के अनुसार गीता का तात्पर्य क्या अर्थ है ?

### 3. निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर विस्तार से दीजिए :

1. अपने शब्दों में लिखिए - 'भगवद् गीता' स्वतंत्रता सेनानियों के आंदोलन में एक प्रेरक शक्ति बन गई ।
2. गीत के प्रति बिनोबा भावे के दृष्टिकोण को स्पष्ट कीजिए ।

### 4. निम्नलिखित अनुभाग अ, अनुभाग ब के साथ उचित जोड़ मिलायें ।

अ

ब

- |                    |                      |
|--------------------|----------------------|
| 1. खुदीराम बोस     | 1. बंगाल टाइगर (शेर) |
| 2. सुभाषचन्द्र बोस | 2. सत्य के प्रयोग    |
| 3. गांधीजी         | 3. पंजाब केसरी       |
| 4. बालगंगाधर तिलक  | 4. बंग भंग आन्दोलन   |
| 5. लालालजपतराय     | 5. आजाद हिंद फौज     |
| 6. बिपिनचन्द्र पाल | 6. गीता - रहस्य      |

## छात्र - प्रवृत्ति

- 1857 का महासंग्राम 'लेखक: पंडित सत्यनारायण शर्मा अनुवाद : रेखाबेन दवे - पुस्तक खोजकर पढ़ियें ।
- उमाशंकर जोशी की कर्ण-कृष्ण, 'युधिष्ठिर युद्ध विषाद', कवि न्हाणालाल की 'भरत गोत्र का चीर हरण' इत्यादि पुस्तकों को ढूँढकर, प्राप्त करके पढ़ें ।

- You Tube और google 'श्रीमद् भगवद् गीता', क्रांतिकारियों, आन्दोलनों, स्वतंत्रता सेनानीयों आदि के बारे में जानकारी ढूँढियें और पढ़िये ।
- गीता पर आधारित चिंतन सूत्रमाला तैयार कीजिए, जिसका सोशियल मीडिया के माध्यम से प्रचार - प्रसार करिये ।

#### शिक्षक की प्रवृत्ति

- क्रांति तीर्थ श्यामजी, कृष्ण वर्मा - मांडवी (कच्छ) की मुलाकात, प्रवास का आयोजन करिये और जानकारी प्रदान कीजिए ।
- स्कूल में गीता पाठ, व्याख्यान और गीता और स्वतंत्रता सेनानियों से संबंधित विभिन्न प्रवृत्तियों का आयोजन करिये ।
- ज्ञान, भक्ति, कर्म जैसे सेवाकीय प्रकल्पों की मुलाकात लेकर उसमें प्रत्यक्ष रूप से सहभागी बने और छात्रों को भी शामिल करें ।
- गीता जयन्ति मनायें, प्रश्नमंच जैसी प्रतियोगिताओं का तथा पुस्तक समीक्षा - जैसे कार्यक्रमों का आयोजन करियें ।



[illegible]



## This image shows a full page of white paper with horizontal dotted lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page, providing a guide for handwriting practice. There are no margins, text, or other markings on the page.

[illegible]

## This image shows a full page of white paper with horizontal dotted lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page, providing a guide for handwriting practice. There are no margins, text, or other markings on the page.



[illegible]

جماعت 10

مضمون : نوائے اردو

میڈیم : اردو

નવાએ ઉદ્ધ ધો. 10

ریاستی حکومت کے شعبہ تعلیم کے ذریعے نصاب میں  
منظور کردہ اور نصابی کتاب میں شامل کردہ

باب 1 : سپردگی

باب 2 : وطن پرستی کی سنجیونی



گجرات راجیه شالا پاٹھیہ پُستک منڈل  
گاندھی نگر





شریمد بھگود گیتا کرما یوگ (نیک عمل)، بھکتی یوگ (عبادت) اور گیان یوگ (تحصیلِ علم) کا تربیتی سنگم ہے۔ خاص بات یہ کہ اس تربیتی میں گنگا، جمنا، سرسوتی کے تین دھارے ایک ساتھ ہونے کے باوجود واضح طور پر منفرد بھی نظر آتے ہیں۔ تاہم یہاں تینوں دھارے جذبہ وحدت سے باہم منحصر رہ کر اس طرح مدغم ہیں کہ تینوں مشترک صورت میں ایک ساتھ بہتے ہیں۔ تاہم باب 7 تا 12 میں، بالخصوص بھکتی (عبادت) یوگ کو تفصیل سے سمجھایا گیا ہے۔ شریمد بھگود گیتا میں بیان کردہ عقیدت خاص ہے، کیوں کہ یہاں ہمارا کرم (عمل) بذاتِ خود بھکتی کی شکل میں ظاہر ہوتا ہے۔ اگر اس کتاب میں بیان کردہ بھکتی یوگ کے راستے کو سمجھیں تو یہ کسی بھی مقام پر کسی بھی وقت بنی نوع انسان کے لیے مفید اور راہنما بن جاتا ہے۔

گیتا میں بیان کردہ بھکتی یوگ کو سمجھنے سے پہلے، بھکت اور بھکتی کی اصطلاحات کو سمجھنا لازمی ہے۔ جو شخص اپنی ذاتی وابستگی کو ترک کرتا ہے اور پوری کائنات کے اجتماعی شعور پر پھیلی ہوئی ہستی کی ہمہ گیریت کے سلسلے میں بھگوان کے لیے عمل کرتا ہے وہ ایک بھکت (عقیدت مند) ہے۔ گروڈ پران نے بھکتی کے حوالے سے ذکر کیا ہے کہ

भज इत्येष वै धातुः सेवायां परिकीर्तितः।

(یعنی لفظ بھکتی، فعل भज سے ماخوذ ہے، جس کے معنی خدمت کے ہیں۔) ہم भक्ति لفظ کا مطلب پوجا-پاٹھ کر لیتے ہیں جو اس کا ایک محدود مفہوم ہے۔ جب کہ بھکتی کا مذکورہ مفہوم ایک وسیع اور آزاد مفہوم ہے۔ اس لحاظ سے سپردگی کے جذبے سے کی جانے والی کسی بھی سرگرمی کو اس میں شامل کیا جاسکتا ہے۔ سمجھداری کے ساتھ کیے جانے والے تمام کام بھکتی کی اصطلاح کے تحت آسکتے ہیں اگر وہ خلوص نیت سے اور سپردگی کے جذبے کے ساتھ کیے جائیں۔ بھگود گیتا اس کی وضاحت کچھ یوں کرتی ہے...

ये तु सर्वाणि कर्माणि मयि संन्यस्य मत्पराः ।

अनन्येनैव योगेन मां ध्यायन्त उपासते ॥ (गीता 12.6)

(یعنی مجھ سے لو لگانے والے جو عقیدت مند اپنے تمام اعمال مجھے نذر کر کے، مجھ (سُگن سوروپ) پر میشور (خدا) کو خالص بھکتی یوگ سے مسلسل پوجتے رہتے ہیں۔)

اس شلوک کا مفہوم یہ ہے کہ ہم اپنے تمام کام اس جذبے کے ساتھ کریں کہ پریشور گواہ ہے اور اگر ہم اس پختہ عزم کے ساتھ کام کریں کہ ہمارا کام بزرگ و برتر بھگوان کے لیے وقف کرنا ہے تو وہ کام فطری طور پر ہو جائے گا۔ مثال کے طور پر اگر باورچی خانے میں تیار کیا گیا کھانا براہِ راست ہماری پلیٹ میں آجائے تو اُسے صرف کھانا کہا جاتا ہے، لیکن پرہو کو پیش کرنے سے یہ پرساد بن جاتا ہے۔ اب اگر ہم روزانہ کھانا اس لگن کے ساتھ تیار کریں کہ اسے بھگوان کی رضا کے لیے پیش کیا جائے تو وہ کھانا فطری طور پر تقدس اور نیک نیتی سے لبریز ہوگا۔ اس عمل میں جسمانی مشقت کے ساتھ ذہنی سپردگی کے اتحاد کا مطلب ہے یوگ، جو بھکتی کو تشکیل دیتا ہے۔

جب کچھ بھی پیش کرنے کی بات آتی ہے تو فوراً ہی شرمید بھگود گیتا کا یہ شلوک ذہن میں آتا ہے۔

पत्रं पुष्पं फलं तोयं यो मे भक्त्या प्रयच्छति ।

तदहं भक्त्युपहृतमश्रामि प्रयतात्मनः ॥ (गीता 9.26)

(یعنی دیگر جو بھی عقیدت مند مجھے پتے، پھول، پھل، پانی وغیرہ محبت کے ساتھ پیش کرتا ہے اُس معصوم ذہن عقیدت مند کی طرف سے محبت سے پیش کردہ پتوں، پھول وغیرہ کو میں مجسم نما ہو کر بڑی محبت کے ساتھ قبول کرتا ہوں۔)

جب ہم اس شلوک کو پڑھتے ہیں تو ہمیں ایک بات سمجھ لینی چاہیے کہ پر ماتما کائنات میں سب سے عظیم ہونے کے باوجود اگر ہم اُسے معمولی سی چیز بھی غلوں دل سے نذر کریں تو وہ اُسے بھی قبول کرتا ہے اور خوش ہوتا ہے۔ یہاں ہمیں سیکھنا چاہیے کہ ہمارے دوستوں کے سالگرہ، شادی وغیرہ جیسے مواقع پر کچھ بچے سے تحائف دینے میں خود کو کمتر محسوس کرتے ہیں۔ مہنگے تحفے لینے کے لیے ماں باپ سے ضد کرتے ہیں، یہ بھی بولتے نظر آتے ہیں کہ سب قیمتی تحفہ دیتے ہیں جبکہ اگر میں معمولی تحفہ دوں گا تو میرا تحفہ کمتر تسلیم کیا جائے گا۔ پھر اگر اس مقام سے دینے اور لینے والے یہ بات سمجھ لیں کہ کوئی بھی چیز بہترین اور بے مثال بن جاتی ہے، جب اُس کا تعلق ذہن کی پاکیزگی سے ہو۔ پھر دینے والا اور لینے والا دونوں فخر محسوس کریں گے۔

ہمارے لین-دین میں، روزمرہ کے معاملات میں اور فرائض و اعمال میں خیر کا جذبہ ہونا چاہیے۔ خیر کا جذبہ فوری طور پر پختہ نہیں ہو جاتا، بلکہ اُس کی مشق کرنی پڑتی ہے۔ بھگوان شری کرشن مشق کی ضرورت کو ظاہر کرتے ہوئے یہ کہتے ہیں کہ

अथ चित्तं समाधातुं न शक्नोषि मयि स्थिरम् ।

अभ्यासयोगेन ततो मामिच्छाप्तुं धनञ्जय ॥ (गीता 12.9)

(یعنی اگر تو استقامت کے ساتھ مجھ سے لو نہیں لگا پاتا تو اے دھنجنے، مشق کی صورت میں یوگ کے ذریعے مجھے حاصل کرنے کی تمنا کر۔)

ہم نے دماغ کو پر ماتما سے جوڑ کر عمل کرنے کی بات کی، لیکن ذہن تیز رفتار گھوڑے کی مانند ہے، اُس پر قابو پانا کٹھن ہے، لیکن ناممکن نہیں۔ ارجن خود کہتا ہے ”चञ्चलं हि मनः कृष्ण !“ ”من خوب چنچل ہے۔ جس طالب علم کو پرندے کی آنکھ کے ماسوا کچھ اور نظر نہ آتا ہو ایسا مرکوز اور متوجہ ذہن کا حامل بچہ کہتا ہے کہ من چنچل ہے، تو ہمیں تو اس کا مطلب سمجھنا ہی ہوگا۔

اس کا حل مشق کے ذریعے حاصل ہوتا ہے۔ مشق یعنی (चित्तस्य सर्वतः समाहत्य पुनः पुनः स्थापनम् अभ्यासः) ذہن کو مسلسل ایک جانب مرکوز رکھ کر، کسی ایک عمل کے لیے مسلسل اور سخت کوششیں کرتے رہنا۔ اس طرح ایک ہی عمل کی مسلسل مشق سے ارتکاز بڑھتا ہے۔ آج پڑھا ہوا سبق ایک بار میں ہی اچھی طرح تیار نہیں ہو سکتا لیکن اُسے بار بار پڑھا جائے اور سمجھا جائے، فطرت کے ساتھ اُس کا مطالعہ کیا جائے تو یہ ٹھوس ہو جاتا ہے اور امتحان میں متوقع نتیجہ دیتا ہے۔ یہ ہے مشق کی اہمیت۔ کسی بھی کام کی تکمیل میں مشق کی بڑی اہمیت ہے۔

آئیے، ایک اور مثال سے اسی بات کو مزید پختہ کریں۔ جب کوئی سائنس داں کوئی تحقیقی کام شروع کرتا ہے تو وہ اُسے ایک کام کے طور پر قبول کرتا ہے، لیکن اس کی مسلسل سرگرمی اور غور و فکر اُسے اس کام کے ساتھ ایک نئی شناخت فراہم کر دیتی ہے۔ یہ شناخت مشق کا نتیجہ ہے۔ جب طلبہ تعلیم حاصل کرنے کے بعد نوکری یا پیشے میں شامل ہوتے ہیں اور کام قبول کرتے ہیں تو ابتداءً یہ سمجھتے ہیں کہ یہ صرف حصول زر کے لیے ہے یا صرف اپنی ضروریات کو پورا کرنا ہے لیکن رفتہ رفتہ وہ کام بار بار ذہن کی یکسوئی کے ساتھ کرنے سے وہ کام اُن کی پہچان بن جاتا ہے۔ وہ کام محض ایک عام کام نہیں بلکہ وہ اُن کی زندگی کے مترادف ہو جاتا ہے۔ ایسا بار بار کی کوششوں سے ہوتا ہے۔ پچاس جگہوں پر چھوٹے گڑھے کھودے جائیں تو بھی پانی نہیں نکلتا، لیکن کسی ایک جگہ مسلسل کھدائی کرنے سے وہاں کنواں بن جاتا ہے اور کنویں سے پانی نکلنے لگتا ہے۔ ہمالیہ میں سے نکلنے والی پانی کی ایک چھوٹی سی دھار ایک ہی سمت میں مسلسل بہتی رہتی ہے لیکن ہریدوار پہنچنے تک وہ ایک بھرپور گنگا ندی بن جاتی ہے۔ اسی طرح مسلسل مشق ضروری ہے۔

اگر مشق دشوار لگتی ہے تو بھگود گیتا میں ایک اور طریقہ بھی بتایا گیا ہے۔

अथैतदप्यशक्तोऽसि कर्तुं मद्योगमाश्रितः ।

सर्वकर्मफलत्यागं ततः कुरु यतात्मवान् ॥ (गीता 12.11)

(یعنی اگر تو میرے لیے کرم بھی نہیں کر سکتا ہے تو مجھ پر منحصر ہو کر سبھی کرموں کے پھلوں کو ترک کر کے مکمل سپردگی کے ساتھ عظیم عالم کی پناہ لے، ان کی ترغیب سے کرم اپنے آپ ہونے لگے گا۔)

اس شلوک میں (1) مद्योगमाश्रितः (مجھ سے منسلک) (2) यतात्मवान् (آزاد ذہن کا حامل)۔ یہ دو فقرے باہم تکمیلی ہونے کے باوجود بظاہر متضاد معلوم ہوتے ہیں، لیکن اگر ہم یہ سمجھ لیں تو ہماری زندگی کی ہر سرگرمی میں ہمیں خود اعتمادی حاصل ہو جاتی ہے۔ ابھی ہم دیکھتے ہیں کہ کئی بار کام قبول کرنے کے بعد ہمارے اندر خود اعتمادی کا فقدان نظر آتا ہے۔ کام بڑا، چیلنج بڑا اور ہم خود اس کے سامنے کمزور و ناتواں محسوس کرنے لگتے ہیں۔ تاہم پابندیاں، ہاتھی کی جسامت جتنی بڑی نہیں ہوتیں اور اندھیرے جتنا بڑا چراغ نہیں ہوتا۔ تالے جتنی بڑی چابی نہیں ہوتی پھر بھی وہ کامیاب ہوتی ہے۔ بھگوان ہمارے ساتھ ہیں۔ یاد رکھنا چاہیے کہ ہم اکیلے نہیں۔ یہ بھی مان کر بیٹھ نہیں جانا چاہیے کہ بھگوان ساتھ ہیں تو وہ کام مکمل کر دیں گے۔ ہم آزاد ذہن کے ساتھ ہیں اور آزاد ہیں۔ یہ ماننا چاہیے، ہم عزم کریں گے تو بھگوان ہماری مدد کریں گے، ہمارا کام خود ہمیں انجام دینا ہے اور پورے دل سے کرنا ہے۔ اگر ہم ایسا کریں گے تو بھگوان ضرور ہماری مدد کریں گے۔

نتیجتاً اگر ہم ہر کام کو اس طرح کرتے ہیں تو کام مکمل ہونے کے بعد ہمیں تھکاوٹ محسوس نہیں ہوتی بلکہ سپردگی سے کام کرنے پر اطمینان محسوس ہوتا ہے۔ ہم طمانیت اور خوشی محسوس کرتے ہیں۔

جو شخص اس طرح عمل کرتا ہے وہ پر ماتما کا زیادہ قرب حاصل کرتا ہے، جسے ہم عقیدت کی صفت سے جان سکتے ہیں۔

सन्तुष्टः सततं योगी यतात्मा दृढनिश्चयः ।

मय्यर्पितमनोबुद्धिर्षो मद्भक्तः स मे प्रियः ॥ (गीता 12.14)



(یعنی وہ یوگی (انسان) جو مسلسل مطمئن رہتا ہے، جس نے حواس-دماغ سمیت جسم کو مسخر کر رکھا ہے اور مجھ پر اٹل بھروسہ رکھتا ہے، جس نے اپنا من اور عقل مجھے نذر کر دیا ہے ایسا عقیدت مند مجھے عزیز ہے۔)

तुल्यनिन्दास्तुतिर्मौनी सन्तुष्टो येन केनचित् ।

अनिकेतः स्थिरमतिर्भक्तिमान्मे प्रियो नरः ॥ (गीता 12.19)

(یعنی وہ جو تعریف و ملامت کو مساوی سمجھے، غور و فکر کرنے والا اور ہر طرح سے جسم کی غذا پر قناعت کرنے والا اور مکان کے اعتبار سے حریص اور لگاؤ نہ رکھنے والا۔ ایسا مستقل مزاج عقیدت مند انسان مجھے عزیز ہے۔)

ان شلوک میں سے ”سंतुष्ट“ (مطمئن) لفظ ہمیں بتاتا ہے کہ اپنے شعبے میں ہمیں خوب کام کرنا چاہیے لیکن کبھی بھی کسی طمع کے ساتھ کام نہیں کرنا چاہیے۔ جو ملا ہے وہ کافی ہے۔ جو چیز فطری طور پر حاصل ہو جائے اس سے مطمئن ہو جانا آپ کو تناؤ، ڈپریشن جیسی کمزور ذہنیت سے بچا سکتا ہے۔ اگر اطمینان حاصل نہ ہو تو اندر کا تخت بھی گر جائے گا۔ عدم اطمینانی کی وجہ سے ہم اس سے بھی لطف اندوز نہیں ہوں گے جو ہمیں حاصل ہے۔

شلوک میں ایک لفظ ہے ”वृत्तिश्चयः“ (یعنی عزم مصمم والا)۔ ہم رات کو سونے سے پہلے سوچتے ہیں کہ صبح صادق اٹھ کر ورزش، یوگ، مشق، عبادت کریں گے۔ تاہم ایسا ہوتا ہے کہ کئی بار صبح موبائل میں الارم بجتا ہے اور ہم اسے بند کر کے دوبارہ سو جاتے ہیں۔ لیکن اگر ہم نے مصمم عزم کیا ہو تو یہ عزم ہمیں دوبارہ سونے نہیں دے گا۔ ہم خود اپنی ذات کو ایسی آزادی نہیں دیں گے اور اگر ہم پُر عزم رہیں تو ہم متوقع نتائج لا سکتے ہیں۔ طالب علمی کی زندگی میں عزم بہت ضروری ہے۔ اُس کے بعد ”तुल्यनिन्दास्तुतिः“ (تنقیص) یہ لفظ بھی طلبہ کو سمجھنا ضروری ہے اور یہ قابل عمل ہے۔ بھگود گیتا میں کئی بار کہا گیا ہے کہ تنقید اور تعریف کو یکساں طور پر قبول کرنا چاہیے۔ یہاں تنقید کا لفظ پہلے آتا ہے کیوں کہ زندگی میں تنقید کا سامنا کرنے کے لیے زیادہ تیار رہنا پڑتا ہے۔ جسے تنقید سے خوف آتا ہو وہ کامیاب نہیں ہو سکتا۔ سویل میڈیا پر کوئی منفی تبصرہ کر دے، لاکس کم ملے، معمولی سی ڈانٹ یا تنقید کے ایک دو جملے بھی کبھی ہمیں ناگوار گزرتے ہیں، ہم اسے برداشت نہیں کر پاتے۔ یہاں بھگود گیتا کہتی ہے کہ تنقید یا نقص سننے میں کبھی پیچھے نہ ہٹیں۔ اگر ہم مقابلہ کریں گے تو سرخروئی حاصل ہوگی۔

اس طرح بھگود گیتا نے خوبصورتی کے ساتھ بیان کیا ہے کہ اگر ہم ہر عمل ایشور کی عقیدت اور سپردگی سے کریں تو ہر اچھا عمل بھکتی یوگ میں منج ہوتا ہے۔

زندگی کے فرائض، اگر ہمہ گیر پر ماتما کی عقیدت کے ساتھ نبھائے جائیں تو یہ ہر عمل مفادِ عامہ کا عمل بن جاتا ہے۔ یہ بہترین عقیدت ہے۔

### الفاظ و معانی

ادویت - اٹوٹ، جو علیحدہ نہ ہو (واحد)، سپردگی - مکمل عقیدت کے ساتھ وقف، مشق - بار بار کی سرگرمی، کمتری - چھوٹا پن

## مشق

1. مندرجہ ذیل سوالات کے مختصر جواب دیجیے:

- (1) بھگود گیتا کس کا ترویجی سنگم ہے؟
- (2) अज्ञ لفظ کا بنیادی مطلب کیا ہے؟
- (3) ”مشق“ سے کیا مراد ہے؟

2. اس سبق کی بنیاد پر درج ذیل سوالات کے جواب دیجیے:

- (1) پھول، پٹیاں، پھل اور پانی نذر کرنے کا مظہر ہمیں کیا سبق دیتا ہے؟
- (2) مشق کی کیا اہمیت ہے؟ مثال دے کر وضاحت کیجیے۔
- (3) آج کے تناظر میں بھکتی یوگ کی اہمیت سمجھائیے۔

### طالب علم کی سرگرمی:

- (1) شرمید بھگود گیتا کے باب-12 کو مرتال اور لے کے ساتھ با ترجمہ پڑھنا۔
- (2) سپردگی کے جذبے کا اظہار کرنے والے اشلوک بھگود گیتا میں سے تلاش کرنا اور انہیں خوشخط میں لکھنا۔

### اساتذہ کی سرگرمی:

- (1) جی اصولوں کو مد نظر رکھ کر باب-12 کو گائیے اور انشلوپ چھند کے قوانین کے مطابق اسے سکھائیے۔
- (2) بھکتی سے متعلق اشلوک تلاش کر کے طلبہ کو دیجیے۔
- (3) شرمید بھگود گیتا سے چھوٹے چھوٹے موضوعات منتخب کر کے سرگرمیاں، تقاریر، مکالمے وغیرہ کا اہتمام کیجیے۔
- (4) مثالوں کے ساتھ وضاحت کیجیے کہ بھگود گیتا کا بیان کردہ جذبہ سپردگی، موجودہ تناظر میں یا سیکھنے کی سرگرمی میں کس طرح مددگار ہے؟

...

’شریمد بھگود گیتا‘ ویدوں اور اپنیشدوں کا ایک مجموعہ ہے جو انسان کو عملی علم بخشتا ہے۔ جو مادر وطن کے لیے جانیں قربان کرنے والے شہداء کو ترغیب بھی دیتا ہے اور اُن کی حوصلہ افزائی بھی کرتا ہے۔ یہ ایک ایسی کتاب ہے جو مہم جوئی، شجاعت، بہادری، صبر اور قربانی کے جذبے کو ابھارتی ہے۔ گیتا کی اہمیت کو سمجھتے ہوئے ہی محب وطن لال، بال اور پال سبھاش چندر بوز، گاندھی جی وغیرہ نے مسلح اور عدم تشدد کی تحریکوں میں کردار ادا کیا ہے۔ گیتا نے کس طرح حزیت پسندوں کی زندگیوں میں حوصلہ پیدا کیا ہے، اس کی ایک عام مثال فطری انداز میں اس مضمون میں پیش کی جاتی ہے۔

ہندوستانی ثقافت کا ایک ناؤر ورثہ شریمد بھگود گیتا 18 ابواب، 700 شلوک پر مشتمل ہے۔ گیتا کا حتمی مقصد بنی نوع انسان کی فلاح و بہبود ہے، جو کسی مخصوص مذہب، ذات یا فرد کے لیے نہیں بلکہ مکمل بنی نوع انسان کے لیے فائدہ مند ہے۔ چاہے وہ کسی بھی ملک، فرقے، برادری، ذات یا رنگت کا ہو، اگر وہ گیتا پر تھوڑا سا بھی انحصار کر لے تو اُس کی زندگی بامعنی ہو جاتی ہے۔ اس حقیقت کی تصدیق کرنے والے شہداء کا سلسلہ ہندوستان کی شاندار تاریخ میں سنہری حروف سے بیان کیا گیا ہے۔

صدیوں سے ہندوستان کی عوام گیتا کے علم سے سرشار ہے۔ ہندوستانی ثقافت کی بانہوں میں پروان چڑھنے والے بہادر، عظیم خواتین اور عظیم ہستیوں نے اپنی انتھک کوششوں سے اس تہذیب و ثقافت کی حفاظت کی ہے اور اس میں اضافہ کیا ہے۔

ہندوستان کی شاندار تاریخ میں ہم گواہ ہیں کہ ہندوستان پر وقتاً فوقتاً متعدد غیر ملکی عوام نے حملہ کیا ہے، لیکن ہم نے ہمیشہ ثقافت کا تحفظ کیا اور استقامت کے ساتھ کھڑے ہو کر فلاح عالم کے جذبے کے ساتھ اس تہذیب کو زندہ رکھا ہے۔ اس کی ایک اہم وجہ یہ ہے کہ بہت سے عظیم انسانوں نے ہندوستان کو محفوظ، مستحکم اور خود مختار بنانے کے لیے بہبودی عالم کے جذبے سے سرشار ہو کر گیتا کے علم پر انحصار کیا ہے۔ گیتا کے علم و عرفان کے سمندر میں ڈوب کر انفرادی جذبات کو گیتا کے رنگوں میں ڈھال کر اسے قومی جذبے میں تبدیل کر دیا ہے۔ جب مجاہدین آزادی کو سزائے موت دی گئی تھی تب انھوں نے گیتا گیان کی قوت سے اپنے چہروں پر مسکراہٹ سجا کر شہادت کا جام نوش کیا تھا۔ گیتا کے یہ اشلوک انفرادی قوت فراہم کرتے ہیں...

य एनं वेत्ति हन्तारं यश्चैनं मन्यते हतम् ।

उभौ तौ न विजानीतो नायं हन्ति न हन्यते ॥ (गीता 2.19)

(یعنی جو اس روح کو قاتل سمجھتا ہے اور جو اسے مقتول سمجھتا ہے، دونوں کو معلوم نہیں، کیوں کہ روح نہ تو کسی کو مارتی ہے اور نہ ہی کسی

سے مرتی ہے۔)



नैनं छिन्दन्ति शस्त्राणि नैनं दहति पावकः ।  
न चैनं क्लेदयन्त्यापो न शोषयति मारुतः ॥ (गीता 2.23)

(یعنی ہتھیار اس روح کو چھید نہیں سکتے، آگ اُسے جلا نہیں سکتی، پانی اُسے تحلیل نہیں کر سکتا اور ہوا اُسے خشک نہیں کر سکتی۔)

گیتا کے علم سے خود کو آہنگ کرنے والے بہادر ”بھارت ماتا کی جے“ کے بلند نعرے لگاتے ہوئے مادرِ گیتی کی خاطر شہید ہوتے تھے۔ اگر کسی کو پھانسی دی گئی تو اسی علاقے سے دوسرے بہت سے بہادر کھڑے ہو جاتے تھے۔ ایسے ہی ایک مجاہد خودی رام بوز 3 دسمبر 1889 کو مغربی بنگال کے مدنا پور ضلع میں پیدا ہوئے۔ انھوں نے گیتا کا سہارا لیکر وطن پرستی کے ترانے گاتے ہوئے جنگِ آزادی میں صرف 19 سال کی عمر میں اپنی جان نچھاور کر دی۔ بنگ بھنگ تحریک میں نمایاں کردار ادا کرنے والے خودی رام بوز کو جب مظفر پور کی جیل میں عیسوی سن 1908 میں پھانسی دی گئی اُس وقت اُن کے ہاتھوں میں تھی ”شریمد بھگود گیتا“۔ اس عظیم کتاب میں بیان کردہ روح کی لافانیت کو انھوں نے حاصل کر لیا۔

अच्छेद्योऽयमदाह्योऽयमक्लेद्योऽशोष्य एव च ।  
नित्यः सर्वगतः स्थाणुरचलोऽयं सनातनः ॥ (गीता 2.24)

(یعنی کیوں کہ یہ روح اچھید یا (جسے چھیدا نہ جاسکے)، اداہیہ (جسے جلا یا نہ جاسکے)، اکلیدھیہ (جسے بھگوا نہ جاسکے)، اشوشیہ (جسے جذب نہ کیا جاسکے) ہوتی ہے۔ مزید یہ کہ وہ قائمی ہمہ گیر، مستقل، دائمی اور سناتن ہوتی ہے۔)

جب اپریل 1929 میں نوجوانوں کے ہر دل عزیز ویر بھگت سنگھ کو قومی اسبلی میں بم پھینکنے کے جرم میں جیل کی سزا ہوئی تو اُس نے جیل انتظامیہ سے شریمد بھگود گیتا مانگی۔ یہ معاملہ اس وقت کے انگریزی روزنامہ ”دی ٹریبونل“ میں چھپا تھا۔ اُس کا عنوان تھا "S. Bhagatsingh wants Geeta" بھگت سنگھ کو جیل میں دی گئی گیتا آج بھی لاہور کے شہیدِ اعظم میوزیم میں رکھی گئی ہے، جس پر ویر بھگت سنگھ کے دستخط نظر آتے ہیں۔

بائیں ہاتھ سے داہنی جانب کی موٹھوں کو تالاؤ دینے والی تصویر سے ہم سب واقف ہیں۔ وہ عظیم محبتِ وطن انقلابی چندر شیکھر آزاد ہیں۔ وہ ہمیشہ اپنے بائیں کندھے پر یگنو پویت، جیب میں گیتا اور کمر پر پستول رکھا کرتے تھے۔ اُن دنوں میں بھی، جب وہ چھپ چھپ کر رہتے تھے اور برطانوی مظالم کے خلاف آزادی کے لیے جدوجہد کر رہے تھے، وہ گیتا کا باقاعدگی سے جاپ کیا کرتے تھے۔ وہ بہت پختہ عہد نبھانے والے تھے۔ ان کے بلند اخلاق اور رگ وریشے میں پھڑکنے والی بہادری کے بہت سے قصے مشہور ہیں۔ ان خوبیوں کا ترغیبی منبع گیتا ہی تھا۔

گیتا اُس وقت کے انقلابیوں کے لیے حوصلہ بڑھانے والی کتاب اور اُن کی تحریکِ آزادی کی فلسفیانہ اساس بن گئی تھی۔

स्वधर्ममपि चावेक्ष्य न विकम्पितुमर्हसि ।

धर्म्याद्धि युद्धाच्छ्रेयोऽन्यत्क्षत्रियस्य न विद्यते ॥ (गीता 2.31)

(مطلب یہ بھی ہے کہ اپنے مذہب کے نقطہ نظر سے بھی تجھے ہچکچانا نہیں چاہیے کیوں کہ کشتیہ کے لیے مذہبی جنگ سے زیادہ مقدس کوئی اور فائدہ مند فرض نہیں ہے۔)

ایک عظیم جنگجو سہاش چندر بوس ”نیتاجی“ کے لقب سے پہچانے جاتے تھے۔ وہ گیتا کو ہمیشہ اپنے پاس رکھتے تھے۔ وہ روزانہ صبح معمولات کے کام کر کے گیتا کا مطالعہ کرتے تھے۔ گیتا کے مطالعے نے اُن میں استقامت، شجاعت اور بے خوفی جیسی خوبیاں پیدا کر دیں۔ نیتاجی نے آزاد ہند فوج تیار کی اور برطانوی فوج کو ناکوں چنے چوادیے۔ اس فوج کے کیپٹن ایس۔ ایس۔ راؤ کا کہنا ہے کہ ایک بار بھیانک فائرنگ کا سامنا کرتے ہوئے بھی نیتاجی نہایت بے خوفی سے لڑتے رہے۔ نیتاجی کی اس جرأت اور بے جگری کو دیکھ کر اُن کے دوسرے ساتھی بھی جوش میں آ گئے اور آخری دم تک لڑتے رہے۔ کیوں کہ انھوں نے گیتا کے اس جوہر کو اپنے اندر سمویا تھا۔

सुखदुःखे समे कृत्वा लाभालाभौ जयाजयौ ।

ततो युद्धाय युज्यस्व नैवं पापमवाप्स्यसि ॥ (गीता 2.38)

(یعنی سکھ۔ دکھ، نفع۔ نقصان اور فتح و شکست کو مساوی سمجھ کر لڑنے کا عزم کر لے۔ اس طرح لڑنے سے تجھے گناہ نہیں ملے گا۔) لال، بال اور پال کی جوڑی نے، اپنے قوم پرستانہ نظریے سے متحد ہو کر ہندوستان میں تحریک آزادی کی مضبوط بنیاد رکھنے میں ایک یادگار کردار ادا کیا ہے۔

لال کا مطلب ہے لالہ لاجپت رائے جنہیں پنجاب کیسری بھی کہا جاتا ہے۔ سائمن کمیشن کے خلاف بغاوت کے عظیم منصوبہ کار۔ انھوں نے گیتا کا گہرا مطالعہ کیا اور اس طرح وہ گیتا کے جوہر تک پہنچے۔ اس کی تصدیق اُن کے اپنے الفاظ سے ہوتی ہے۔ ”گیتا کا خاص عقلی پہلو یہ ہے کہ دنیا میں جتنی بھی بیرونی مخالفت، نابرابری اور بے ربطی نظر آتی ہو، پھر بھی ان تمام بے ضابطگیوں میں بہر حال ایک ائوٹ اتحاد، ایک ابدی کمال موجود ہے۔ فرائض اور احساسات میں اگر تفاوت نظر آئے تو وہ صرف اظہار کی حد تک ہی ہے۔ اپنی اصل میں دونوں یکساں ہیں۔ گیتا اس عظیم جوہر کو بہت خوبصورت اور متاثر کن انداز میں بیان کرتی ہے۔

कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन ।

मा कर्मफलहेतुर्भूर्मा ते सङ्गोऽस्त्वकर्मणि ॥ (गीता 2.47)

(یعنی تیرا حق صرف اور صرف کرم کرنے میں ہے۔ اس کے پھل پر کبھی تیرا حق نہیں۔ لہذا تو کرموں کے پھل کی منت مت بن۔) بالفاظ دیگر پھل کی امید لگائے بنا فریضہ مان کر کرم کرتا رہ اور تیرے کرم نہ کرنے میں بھی بدعتیگی نہ ہو۔)

تثلیث میں سے دوسرے ’بال‘ جو ایک معروف حریت پسند مجاہد آزادی بھی تھے۔ اُن کا عرفی نام ”لوک مانیا“ تھا۔

”سوراج میرا پیدائشی حق ہے اور میں اسے حاصل کر کے رہوں گا۔“ اس نعرے کے خالق لوک مانیا بال گنگا دھرتلک کو جب برطانوی حکومت نے غداری کا الزام لگا کر برما کی مانڈل جیل میں قید کیا تو وہاں انھوں نے ”گیتا رہسیہ“ (گیتا کا راز) نامی ایک کتاب لکھی۔ جس میں انھوں نے شرمید بھگود گیتا کے کرمایوگ کو تفصیل سے بیان کیا۔ اس کتاب میں یہ فلسفیانہ نظریہ پیش کیا گیا ہے کہ ہمیں نجات کو مد نظر رکھتے ہوئے دنیاوی فرائض ادا کرنے چاہئیں۔ اس کتاب میں انھوں نے عوام کو دنیاوی زندگی میں حقیقی فرائض کا درس دیا ہے۔ ارجن کو مخاطب کر کے شری کرشن نے کچھ یوں کہا تھا...

नियतं कुरु कर्म त्वं कर्म ज्यायो ह्यकर्मणः ।

शरीरयात्रापि च ते न प्रसिद्ध्येदकर्मणः ॥ (गीता 3.8)

(یعنی تو صحیفے پر منحصر اپنے مذہبی فرائض کے اعمال انجام دے، کیوں کہ کرم نہ کرنے کی بہ نسبت کرم کرنا زیادہ بہتر ہے۔ اسی طرح کرم نہ کرنے سے آپ کے جسم کی کفالت بھی نہ ہو سکے گی۔)

تین کی جوڑی کے تیسرے مجاہد آزادی ہیں ’پال‘۔ پتن چندر پال ”بنگال کے شیر“ کے طور پر بھی پہچانے جاتے ہیں۔ انھوں نے اُپنیشد، گیتا وغیرہ جیسے صحیفوں کا گہرائی سے مطالعہ کیا۔ اسی لیے انھوں نے ذات پات اور دیگر سماجی برائیوں کی کھل کر مخالفت کی۔ گیتا کے علم کی بدولت ایک بہترین خطیب اور ماہر تعلیم بن گئے اور آزادی کے پُر جوش حامیوں میں اُن کا شمار نمایاں مقام پر کیا جانے لگا۔ اِس طرح گیتا کی بے نیازی اور خودی کی یہ تعلیم لال، بال اور پال کی اِس تثلیث کے ذریعے کی جانے والی جدوجہد آزادی کی جز ہے۔

एवं प्रवर्तितं चक्रं नानुवर्तयतीह यः ।

अचायुरिन्द्रियारामो मोघं पार्थ स जीवति ॥ (गीता 3.16)

(مطلب کہ اے پارٹھ، جو انسان اِس دنیا میں روایت کے مطابق تخلیق کے چکر پر نہیں چلتا، یعنی اپنے فرائض کی ادائیگی نہیں کرتا، وہ انسان بس اپنے حواس کے ذریعے لطف اندوزی میں ہی لگا رہتا ہے۔ ایسے انسان کی پیدائش بے کار محض ہے۔)

یہ باتیں تو تھیں عسکریت پسند مجاہدین آزادی کی ذاتی قوت، بے خوفی اور گیتا کے علم کے متعلق، لیکن عدم تھدد کے راستے بھارت کو آزادی دلانے کا سہرا جن کے سر باندھا جاتا ہے وہ بھارت کے راشٹرپتا گاندھی جی ہیں۔ وہ گیتا کے بہت بڑے عقیدت مند تھے۔ مہاتما گاندھی جی کہتے ہیں ”جب میں مایوس، افسردہ اور فکر مند ہوتا ہوں تو میں ماں گیتا کی پناہ لیتا ہوں۔“ گاندھی جی کی زندگی پر شرمید بھگود گیتا کے علم کے انٹ نقوش ثبت تھے۔ انھوں نے گیتا کے ”اتاسکتی یوگ“ کا گجراتی ترجمہ بھی کیا تھا۔



مہاتما گاندھی نے شرمید بھگود گیتا کو عالمی مذہب کا ایک صحیفہ کہا ہے۔ گیتا سادہ اور بدیہی انداز میں گہرے اقدار کو بیان کرتی ہے۔ ان اقدار کا گاندھی جی کی زندگی اور شخصیت پر گہرا اثر تھا۔ گاندھی جی خود کہتے ہیں کہ ”میری رائے میں گیتا سمجھنے میں بہت سہل اور آسان کتاب ہے۔ یہ کچھ بنیادی پہیلیاں پیش کرتی ہے جن کے حل بلاشبہ نسبتاً مشکل ہیں۔ لیکن گیتا کا عمومی رویہ میری رائے میں، چراغ کی طرح روشن ہے۔ یہ کسی بھی مسئلہ تنازعے سے پاک ہے۔ یہ دل اور دماغ دونوں کو سکون بخشتی ہے۔ یہ تصنیف فلسفہ اور عقیدت دونوں سے بھری ہوئی ہے۔ اس کا اثر عالمگیر ہے اور زبان ناقابل یقین حد تک سادہ ہے۔“

بھودان تحریک کے بانی آچاریہ ونوبا بھاوے، جنہیں گاندھی جی کا روحانی جانشین سمجھا جاتا ہے نے گیتا پر بہت سے لیکچر دیے اور ان کی کتابیں ”گیتا پروچن“ اور ”گیتا چنٹینکا“ آج بھی مقبول اور فکر انگیز ہیں۔ ونوبا جی نے گیتا کی عظمت کو صاف الفاظ میں بیان کرتے ہوئے کہا ”جتنا میرا جسم ماں کے دودھ پر منحصر ہے اتنا یہ میرا دل اور دماغ گیتا کے دودھ سے پرورش پاتا ہے۔ عقیدت اور عمل کے ان دو پروں سے میں بساط بھر گیتا کے آسمان پر اڑان بھرتا رہا ہوں۔ گیتا میری جان ہے۔ جب میں گیتا کے متعلق کسی سے گفتگو کرتا ہوں تب گیتا ساگر پار کرتا ہوں اور جب میں تنہا ہوتا ہوں تب پھر اُس کے امرت ساگر میں ڈبکی لگانے بیٹھ جاتا ہوں۔“

یوں بھارت کی آزادی کے لیے، مفادِ عامہ کی خاطر بے شمار عظیم ہستیوں نے اپنی زندگی وقف کر دی۔ اُس کی بنیاد میں گیتا کے اس اشلوک سے ترغیب لی گئی ہوگی۔

कर्मणैव हि संसिद्धिमास्थिता जनकादयः ।

लोकसंग्रहमेवापि सम्पश्यन्कर्तुमर्हसि ॥ (गीता 3.20)

(یعنی جنک وغیرہ جیسے اہل علم بھی ”اسکتی“ (لگاؤ) کے کرم (عمل) یا برتاؤ کے ذریعے ہی بلند مقام حاصل کیا ہے۔ اسی لیے عوامی مزاج کو مد نظر رکھ کر بھی تو کرم کرے یہی مناسب ہے۔ بالفاظِ دیگر تیرے لیے کرم (عمل) کرنا ہی سب سے مناسب ہے۔)

بھارتی تہذیب کے محافط اور تہذیب کو تقویت دینے والے معروف اور گمنام مجاہدین آزادی اور عظیم شخصیات نے بھگود گیتا کا مطالعہ کر کے اور اُس پر عمل کر کے معاشرے کے لیے عظیم مثالیں قائم کی ہیں۔ ہمارے لیے ان عظیم ہستیوں کی زندگی اور گیتا کا گیان قابل تقلید ہے۔

यद्यदाचरति श्रेष्ठस्तत्तदेवेतरो जनः ।

स यत्प्रमाणं कुरुते लोकस्तदनुवर्तते ॥ (गीता 3.21)

(یعنی بہترین انسان جس پر عمل کرتا ہے، دوسرے لوگ بھی اُسی پر عمل پیرا ہوتے ہیں۔ جو کچھ وہ ثابت کرتا ہے، پورا انسانی گروہ اس کے مطابق برتاؤ کرنے لگتا ہے۔)

## مشق

- مندرجہ ذیل سوالات کے مختصر جواب دیجیے:
  - (1) روزمرہ زندگی میں نیتاجی سبھاش چندر بوز کا کیا اصول تھا؟
  - (2) لال، بال اور پال، اس تثلیث کے نام بتائیے۔
  - (3) لوک مانیہ تلک نے لوگوں کو کیا نعرہ دیا؟
- مندرجہ ذیل سوالات کے دو-تین جملوں میں جواب لکھیے:
  - (1) بھگود گیتا کے متعلق گاندھی جی کی رائے لکھیے۔
  - (2) لوک مانیہ تلک کے بموجب گیتا کا مقصد کیا ہے؟
- مندرجہ ذیل سوالات کے تفصیلی جواب لکھیے:
  - (1) مجاہدین آزادی کی تحریک میں بھگود گیتا کس طرح ایک تربیتی قوت ثابت ہوئی ہے، آپ کے الفاظ میں بیان کیجیے۔
  - (2) گیتا کے تین ونوبابھارے کا رجحان واضح کیجیے۔
- ذیل میں دیے گئے حصہ 'الف' سے حصہ 'ب' کی مناسب جوڑیاں بنائیے:
 

'الف'	'ب'
(1) خودی رام بوز	(1) شیر بنگال
(2) سبھاش چندر بوز	(2) ستیہ کے پریوگ
(3) گاندھی جی	(3) پنجاب کیسری
(4) بال گنگا دھر تلک	(4) بنگ بھنگ آندولن
(5) لالہ لاجپت رائے	(5) آزاد ہند فوج
(6) پن چندر پال	(6) گیتا رہسیہ

## طلبہ کی سرگرمی :

- (1) 1857ء نو مہاسنگرام مصنف : پنڈت ستیہ نارائن شرما۔ ترجمہ : ریکھا بین دوے۔ کتاب حاصل کر کے پڑھیے۔
- (2) اوما شکر جوشی کی تصنیف ”کرن۔ کرشن“، ”یدھشتریدھ و شاد“، کوی نہا نالال کی تصنیف ”بھرت گوترنالجا چیر“ وغیرہ حاصل کر کے اس کا مطالعہ کیجیے۔
- (3) Youtube نیز Google پر سے شرمید بھگود گیتا انقلابی بہادر، تحریکات، مجاہدین آزادی وغیرہ کے متعلق معلومات تلاش کیجیے اور پڑھیے۔
- (4) گیتا پر مبنی فکری اقوال زریں کا سلسلہ تیار کیجیے جسے سوشل میڈیا پر مشہر کیا جائے۔

## اساتذہ کی سرگرمی :

- (1) کرائتی تیرتھ شیام جی کرشن ورما، مانڈوی (کچھ) کی ملاقات دورہ کرنا اور معلومات فراہم کرنا۔
- (2) گیتا پڑھنا، تقاریر نیز اسکول کی سطح پر گیتا اور مجاہدین آزادی کا احاطہ کرنے والی مختلف سرگرمیاں۔
- (3) علم، عقیدت، کرم وغیرہ جیسی خداتی سرگرمیوں اور منصوبوں کا دورہ کرنا۔ ان میں براہ راست شرکت کرنا اور طلبہ کو شامل کرنا۔
- (4) گیتا جینتی کا اہتمام کرنا، کونز جیسے مقابلوں کا انعقاد اور کتابوں پر تبصرہ وغیرہ جیسی سرگرمیاں انجام دینا۔

...





