

श्रीमद्भगवद्गीता

योगेश्वर आचार्य माधव शास्त्री
सोजत

भगवान श्री कृष्ण ने कुरुक्षेत्र के रण के अन्तराल अर्जुन को बताते हुए आने वाले समय में व्यक्ति को कैसे धर्म पर रहते हुए अपनी आने वाली सन्तति को सीखना है को सीखाती है। इसमें मात्र सनातनी व्यवस्था को सुदृढ़ करने के विकल्प दिए गए हैं जिनको अपनाकर अपने जीवन को सुखमय बना सकते हैं।

सबसे पहले ईश्वर ने बताया कि कोई किसी का नहीं अतः सत्य का आश्रय ही कल्याणकारी है झूठ पाखंड और छल कपट से नहीं इसलिए अपने कर्म करते हुए समर्पित भाव से रहना चाहिए। समय बहुत गतिवान है कब समाप्त हो जाए की जानकारी न हुई और न होगी अतः अपना दैनिक कर्म आस्थापूर्वक करते हुए पूरा करें फल ईश्वर प्रदत्त है। मन चंचल है अतः बुद्धि का कहना माने और अपने भीतर समाये हुए परम के साथ नित्य समीपवर्ती रहें जब वह परम कृष्ण शरीर रूपी रथ के सारथी बने रहेंगे तब लक्ष्य कभी विचलित नहीं होगा अतः सारथी नहीं यात्री बनें और आनन्द लेते हुए रहें। सुख, दुःख, लाभ और हानि में भी समान रहते हुए उग्र न हों। ईश्वर सभी के हृदय में निवासरत है और सबमें समान रूप से व्याप्त है अतः स्वयं को इतना जगाएं कि पहुंच ईश्वर तक हो सके इसके लिए भोजन तथा आहार सात्त्विक होना चाहिए। आहार शुद्धि, सत्व शुद्धि, सत्व शुद्धि, ध्रुवा स्मृति।

आहार सात्त्विक, राजसिक और तामसिक होता है अतः अपनी प्रकृति को समझकर उसे सात्त्विक बनाने का अभ्यास करें जब सात्त्विक होंगे तब शरीर में रहने वाले अवयव जैसे धृति, विचार, बुद्धि, अन्न और आचरण पवित्र होंगे जब आपमें वह सामर्थ्य जागृत होंगी तब तपोमय रूप धारण कर विश्व धारण, पौषण और विश्व प्रिय हो जाएंगे।