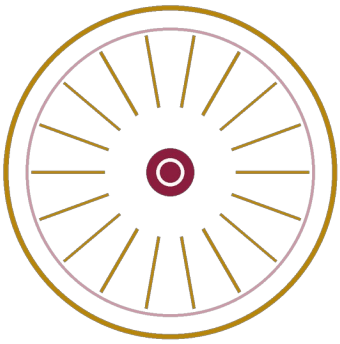

॥ चौदहवाँ अध्याय: गुणत्रयविभागयोग प्रारंभ ॥

Satyaanubhuti Ashram

श्लोक संख्या: **14.01**

श्रीभगवानुवाच

परं भूयः प्रवक्ष्यामी ज्ञानानां ज्ञानमुत्तमम् |

यज्ज्ञात्वा मुनयः सर्वे परां सिद्धिमितो गताः || **1** ||

हिन्दी अनुवाद:

श्रीभगवान बोले—ज्ञानों में भी जो सबसे उत्तम परम ज्ञान है, उसको मैं फिर से तेरे लिए कहूँगा, जिसे जानकर सब मुनि जन इस संसार से मुक्त होकर परम सिद्धि को प्राप्त हो चुके हैं।

सरल व्याख्या:

भगवान अर्जुन से कहते हैं कि यद्यपि मैंने तुम्हें पहले भी कई तरह के ज्ञान दिए हैं, लेकिन अब मैं तुम्हें वह सबसे श्रेष्ठ और व्यावहारिक ज्ञान बताने जा रहा हूँ, जो तुम्हें संसार के बंधनों से सीधे मुक्त कर देगा। इस गुप्त रहस्य को समझकर प्राचीन काल के बड़े-बड़े संतों और ऋषियों ने अपने जीवन को सफल किया और परम शांति की ऊंचाइयों को छुआ।

यह श्लोक हमें बताता है कि... प्रकृति के नियमों और गुणों का ज्ञान आध्यात्मिक यात्रा का वह सर्वोच्च व्यावहारिक विज्ञान है, जो साधक को सीधे पूर्णता की ओर ले जाता है।

श्लोक संख्या: **14.02**

इदं ज्ञानमुपाश्रित्य मम साधर्म्यमागताः |

सर्गेऽपि नोपजायन्ते प्रलये न व्यथन्ति च || **2** ||

हिन्दी अनुवाद:

इस ज्ञान को आश्रय करके (अपने जीवन में उतारकर) जो मेरे स्वरूप को प्राप्त हो चुके हैं, वे सृष्टि के आदि (शुरुआत) में पुनः पैदा नहीं होते और प्रलय के समय भी व्याकुल नहीं होते।

सरल व्याख्या:

जो मनुष्य इस आने वाले ज्ञान को गहराई से समझ लेता है, उसका स्वभाव और चेतना सीधे भगवान जैसी (साधर्म्य) हो जाती है। ऐसा व्यक्ति काल के चक्र से ऊपर उठ जाता है। जब नई सृष्टि बनती है, तब उसे दोबारा किसी गर्भ में आकर जन्म नहीं लेना पड़ता, और जब पूरी दुनिया का विनाश (प्रलय) होता है, तब भी उसका मन शांत रहता है, वह कभी विचलित नहीं होता।

यह श्लोक हमें बताता है कि... आत्म-स्वरूप में स्थित हो जाने के बाद मनुष्य समय की सीमाओं से मुक्त हो जाता है; फिर न तो उसे जन्म का भय रहता है और न ही विनाश का दुःख।

Satyaanubhuti Ashram

श्लोक संख्या: **14.03**

> मम योनिर्महद्ब्रह्म तस्मिन्गर्भं दधाम्यहम् |
> सम्भवः सर्वभूतानां ततो भवति भारत || **3** ||

हिन्दी अनुवाद:

हे भरतवंशी अर्जुन! मेरी यह मूल प्रकृति (महद्ब्रह्म) ही वह योनि (माता के समान गर्भ स्थान) है, जिसमें मैं चेतना रूपी बीज को स्थापित करता हूँ। उस संयोग से ही सब प्राणियों की उत्पत्ति होती है।

सरल व्याख्या:

भगवान सृष्टि की रचना का रहस्य समझाते हुए कहते हैं कि यह जो विशाल जड़ प्रकृति है, वह एक माता की तरह है। मैं पिता के रूप में इस जड़ प्रकृति में अपनी चेतना (आत्मा) का बीज डालता हूँ। जब जड़ और चेतन का यह मिलन होता है, तभी संसार के सारे छोटे-बड़े जीव पैदा होते हैं। प्रकृति शरीर देती है और परमात्मा उसमें प्राण फूंकते हैं।

> यह श्लोक हमें बताता है कि... इस संसार का कोई भी जीवन स्वतंत्र नहीं है; हम सब जड़ प्रकृति रूपी माता और परमेश्वर रूपी पिता की ही संतान हैं।

श्लोक संख्या: **14.04**

> सर्वयोनिषु कौन्तेय मूर्तयः सम्भवन्ति याः |
> तासां ब्रह्म महद्योनिरहं बीजप्रदः पिता || **4** ||

हिन्दी अनुवाद:

हे कुन्तीपुत्र अर्जुन! समस्त योनियों में (देव, मनुष्य, पशु-पक्षी आदि) जितने भी शरीर-धारी पैदा होते हैं, उन सबकी गर्भाधान धारण करने वाली माता तो मूल प्रकृति (महद्ब्रह्म) है और बीज को स्थापित करने वाला पिता मैं हूँ।

सरल व्याख्या:

श्रीकृष्ण पिछले श्लोक के भाव को और अधिक स्पष्ट करते हैं। वे कहते हैं कि जल, थल या नभ—संसार की किसी भी योनि में जो भी आकार या जीव बनता है, उसका भौतिक शरीर इस जड़ प्रकृति से ही निर्मित होता है। लेकिन उस शरीर के भीतर जीवन और चेतना का संचार स्वयं परमात्मा द्वारा होता है।

> यह श्लोक हमें बताता है कि... आकार और प्रजातियों की विविधता के बावजूद, संसार के हर जीव का चेतना-स्तर पर मूल पिता एक ही परमेश्वर है।

Satyanubhuti Ashram

श्लोक संख्या: **14.05**

> सत्त्वं रजस्तम इति गुणाः प्रकृतिसम्भवाः |
> निबध्नन्ति महाबाहो देहे देहिनमव्ययम् || **5** ||

हिन्दी अनुवाद:
हे महाबाहो! प्रकृति से उत्पन्न हुए सत्त्वगुण, रजोगुण और तमोगुण—ये तीनों गुण इस अविनाशी जीवात्मा को शरीर में बाँधते हैं।

सरल व्याख्या:
यहाँ से इस अध्याय का मूल विषय 'तीन गुण' शुरू होता है। भगवान कहते हैं कि आत्मा मूलतः मुक्त और अव्यय (कभी न बदलने वाली) है। लेकिन जैसे ही यह भौतिक शरीर में प्रवेश करती है, प्रकृति के तीन गुण—सत्त्व, रज और तम—इसे अपने प्रभाव में लेकर बाँध लेते हैं और आत्मा स्वयं को शरीर तथा मन की वृत्तियों से जोड़ने लगती है।

> यह श्लोक हमें बताता है कि... हमारे स्वभाव और आचरण का संचालन ये तीन गुण ही करते हैं, जो हमें अपने-अपने ढंग से संसार में बांध कर रखते हैं।

श्लोक संख्या: **14.06**

> तत्र सत्त्वं निर्मलत्वात्प्रकाशकमनामयम् |
> सुखसङ्गेन बध्नाति ज्ञानसङ्गेन चानघ || **6** ||

हिन्दी अनुवाद:
हे निष्पाप अर्जुन! उन तीनों गुणों में सत्त्वगुण अत्यंत निर्मल (स्वच्छ) होने के कारण प्रकाशक (ज्ञान देने वाला) और निर्विकार है। वह जीवात्मा को सुख के संग से और ज्ञान के संग से बाँधता है।

सरल व्याख्या:
श्रीकृष्ण सत्त्वगुण की विशेषता समझाते हैं। सत्त्वगुण मन में शांति, स्वच्छता, दया और प्रकाश लाता है। लेकिन इसकी सीमा यह है कि व्यक्ति सत्त्वगुण के प्रभाव में आकर 'मैं ज्ञानी हूँ' या 'मैं बहुत सुखी हूँ' जैसी सूक्ष्म भावना (अहंकार) से बँध जाता है। यद्यपि यह गुण श्रेष्ठ है, फिर भी यह आत्मा को सुख और ज्ञान के अभिमान में बांधे रखता है।

> यह श्लोक हमें बताता है कि... अच्छाई, ज्ञान और शांति का अनुभव भी यदि अहंकार या आसक्ति बन जाए, तो वह भी एक प्रकार का सूक्ष्म बंधन ही है।

Satyaanubhuti Ashram

श्लोक संख्या: **14.07**

> रजो रागात्मकं विद्धि तृष्णासङ्गसमुद्भवम् |
> तन्निबध्नाति कौन्तेय कर्मसङ्गेन देहिनम् || **7** ||

हिन्दी अनुवाद:

हे कुन्तीपुत्र! रजोगुण को कामनाओं और आसक्ति से उत्पन्न होने वाला समझो। वह इस जीवात्मा को कर्मों के और उनके फलों के लगाव (संग) से बाँधता है।

सरल व्याख्या:

रजोगुण का मुख्य लक्षण है—निरंतर इच्छाएं (तृष्णा), पाने की लालसा और भागदौड़। जब मन में रजोगुण बढ़ता है, तो व्यक्ति नए-नए संकल्प बनाता है, धन-संपत्ति और भोगों की चाह में दिन-रात मेहनत करता है। वह अपने कर्मों के फलों से इतना चिपक जाता है कि कभी शांत बैठकर विचार नहीं कर पाता।

> यह श्लोक हमें बताता है कि... असीमित इच्छाएँ और कर्मफलों की तृष्णा ही मनुष्य की अशांति और निरंतर भागदौड़ का मूल कारण हैं।

श्लोक संख्या: **14.08**

> तमो त्वज्ञानजं विद्धि मोहनं सर्वदेहिनाम् |
> प्रमादालस्यनिद्राभिस्तन्निबध्नाति भारत || **8** ||

हिन्दी अनुवाद:

हे भारत! सब देहधारियों को मोहित करने वाले तमोगुण को अज्ञान से उत्पन्न हुआ समझो। वह जीवात्मा को प्रमाद (भूल/लापरवाही), आलस्य और निद्रा (सोने की आदत) के द्वारा बाँधता है।

सरल व्याख्या:

तमोगुण मन का अंधकार है। यह अज्ञान से पैदा होता है और व्यक्ति की सोचने-समझने की क्षमता को ढँक देता है। तमोगुण के प्रभाव में मनुष्य सही और गलत का भेद भूल जाता है। वह जरूरी कामों को टालता है (प्रमाद), शरीर से मेहनत करने से बचता है (आलस्य) और अत्यधिक सोने या अकर्मण्यता में अपना समय नष्ट करता है।

> यह श्लोक हमें बताता है कि... आलस्य, लापरवाही और अज्ञान ही तमोगुण के लक्षण हैं, जो मनुष्य को पतन और मानसिक अंधकार की ओर ले जाते हैं।

Satyanubhuti Ashram

श्लोक संख्या: **14.09**

> सत्त्वं सुखे सञ्जयति रजः कर्मणि भारत |
> ज्ञानमावृत्य तु तमः प्रमादे सञ्जयत्युत || **9** ||

हिन्दी अनुवाद:

हे भारत! सत्त्वगुण मनुष्य को सुख में लगाता है, रजोगुण कर्मों में लगाता है, और तमोगुण तो ज्ञान को ढँककर प्रमाद (लापरवाही और भूल) में लगा देता है।

सरल व्याख्या:

भगवान तीनों गुणों के मुख्य कार्य को एक साथ संक्षेप में बताते हैं। सत्त्वगुण मन में संतोष और आनंद की भावना देता है। रजोगुण इंसान को शांत नहीं बैठने देता और उसे काम में जुटाए रखता है। जबकि तमोगुण बुद्धि के विवेक और ज्ञान को ढक देता है, जिससे व्यक्ति व्यर्थ के कामों, भ्रम और गलतियों में उलझ जाता है।

> यह श्लोक हमें बताता है कि... हमारे विचार और दिनभर की क्रियाएँ इस बात पर निर्भर करती हैं कि उस समय हमारे भीतर कौन-सा गुण हावी है।

श्लोक संख्या: **14.10**

> रजस्तमश्चाभिभूय सत्त्वं भवति भारत |
> रजः सत्त्वं तमश्चैव तमः सत्त्वं रजस्तथा || **10** ||

हिन्दी अनुवाद:

हे भारत! रजोगुण और तमोगुण को दबाकर सत्त्वगुण बढ़ता है; सत्त्वगुण और तमोगुण को दबाकर रजोगुण बढ़ता है; तथा सत्त्वगुण और रजोगुण को दबाकर तमोगुण बढ़ता है।

सरल व्याख्या:

ये तीनों गुण हमारे भीतर हमेशा एक-दूसरे से होड़ (Competition) करते रहते हैं। ये कभी स्थिर नहीं रहते। जब कोई एक गुण बढ़ता है, तो वह बाकी दो को दबा देता है। उदाहरण के लिए, जब ध्यान या प्रार्थना के समय सत्त्वगुण बढ़ता है, तो आलस्य और भागदौड़ थम जाती है। जब काम का दबाव होता है, तो रजोगुण हावी हो जाता है।

> यह श्लोक हमें बताता है कि... मन का स्वभाव बदलता रहता है; अपने भीतर किस गुण को प्रधान बनाना है, इसका अभ्यास साधक को स्वयं करना होता है।

Satyaanubhuti Ashram

श्लोक संख्या: **14.11**

> सर्वद्वारेषु देहेऽस्मिन्प्रकाश उपजायते |
> ज्ञानं यदा तदा विद्याद्विवृद्धं सत्त्वमित्युत || **11** ||

हिन्दी अनुवाद:
जिस समय इस देह के सभी द्वारों (इन्द्रियों) में ज्ञान का प्रकाश और विवेक उत्पन्न हो जाता है, उस समय ऐसा समझना चाहिए कि सत्त्वगुण बढ़ा हुआ है।

सरल व्याख्या:
सत्त्वगुण के बढ़ने की पहचान क्या है? भगवान कहते हैं कि हमारी इन्द्रियाँ (आँख, कान आदि) शरीर के द्वार हैं। जब इन द्वारों के माध्यम से केवल निर्मल, सत्य और कल्याणकारी बातें ही भीतर जाएँ और मन में स्पष्टता व विवेक (ज्ञान का प्रकाश) रहे, तो समझ लेना चाहिए कि भीतर सत्त्वगुण की वृद्धि हुई है।

> यह श्लोक हमें बताता है कि... इन्द्रियों का संयम और विचारों की स्पष्टता ही भीतर सत्त्वगुण के जाग्रत होने की प्रत्यक्ष पहचान है।

श्लोक संख्या: **14.12**

> लोभः प्रवृत्तिरारम्भः कर्मणामशमः स्पृहा |
> रजस्येतानि जायन्ते विवृद्धे भरतर्षभ || **12** ||

हिन्दी अनुवाद:
हे भरतश्रेष्ठ! रजोगुण के बढ़ने पर लोभ, निरंतर कर्मों में लगे रहने की प्रवृत्ति, नये काम-काज को शुरू करने की चाह, अशान्ति (अशम) और सांसारिक वस्तुओं की लालसा (स्पृहा)—ये सब उत्पन्न होते हैं।

सरल व्याख्या:
जब किसी व्यक्ति में रजोगुण अधिक बढ़ जाता है, तो उसके भीतर असंतोष पैदा होता है। वह कभी तृप्त नहीं होता और अधिक पाने के लोभ में नई-नई योजनाएं बनाता रहता है। उसका मन कभी शांत नहीं बैठता (अशम) और वह हमेशा किसी न किसी सांसारिक सुख या वस्तु की तीव्र इच्छा से भरा रहता है।

> यह श्लोक हमें बताता है कि... निरंतर रहने वाली आंतरिक अशान्ति और लालसा इस बात का संकेत है कि जीवन में रजोगुण का प्रभाव अत्यधिक बढ़ गया है।

Satyaanubhuti Ashram

श्लोक संख्या: **14.13**

> अप्रकाशोऽप्रवृत्तिश्च प्रमादो मोह एव च |
> तमस्येतानि जायन्ते विवृद्धे कुरुनन्दन || **13** ||

हिन्दी अनुवाद:

हे कुरुनंदन! तमोगुण के बढ़ने पर विवेकहीनता (अप्रकाश), अकर्मण्यता (अप्रवृत्ति), लापरवाही (प्रमाद) और मोह (मूर्छित या भ्रमित भाव)—ये सब उत्पन्न होते हैं।

सरल व्याख्या:

तमोगुण के बढ़ने के लक्षण बहुत स्पष्ट हैं। व्यक्ति की बुद्धि मंद पड़ जाती है (अप्रकाश)। उसका किसी अच्छे या जरूरी काम को करने का मन नहीं करता (अप्रवृत्ति)। वह जीवन में बड़ी-बड़ी गलतियाँ और लापरवाहियाँ करता है तथा वास्तविकता से कटकर काल्पनिक मोह या भ्रम में डूबा रहता है।

> यह श्लोक हमें बताता है कि... कर्तव्य से जी चुराना और बुद्धि का काम न करना तमोगुण के बढ़ने का प्रत्यक्ष परिणाम है।

श्लोक संख्या: **14.14**

> यदा सत्त्वे प्रवृद्धे तु प्रलयं याति देहभृत् |
> तदोत्तमविदां लोकानमलान्प्रतिपद्यते || **14** ||

हिन्दी अनुवाद:

जब मनुष्य सत्त्वगुण की वृद्धि (बढ़ी हुई स्थिति) में मृत्यु को प्राप्त होता है, तब वह उत्तम कर्म करने वालों के निर्मल (पाप-रहित) लोकों को प्राप्त होता है।

सरल व्याख्या:

श्रीकृष्ण यहाँ समझाते हैं कि मृत्यु के समय मन में जिस गुण की प्रधानता होती है, उसी के अनुसार जीव की अगली गति तय होती है। यदि कोई व्यक्ति सत्त्वगुण की स्थिति में (शांत मन, निर्मल भाव और ज्ञान में स्थित होकर) शरीर छोड़ता है, तो उसकी चेतना उच्च लोकों और पवित्र स्थानों की ओर गति करती है।

> यह श्लोक हमें बताता है कि... जीवन के अंतिम क्षणों की मानसिक स्थिति हमारे पूरे जीवन के अभ्यास और अंत समय के गुणों से तय होती है।

Satyaanubhuti Ashram

श्लोक संख्या: **14.15**

> रजसि प्रलयं गत्वा कर्मसङ्गिषु जायते |
> तथा प्रलीनस्तमसि मूढयोनिषु जायते || **15** ||

हिन्दी अनुवाद:

रजोगुण के बढ़ने पर मृत्यु को प्राप्त होकर मनुष्य कर्मों में आसक्ति वाले मनुष्यों में जन्म लेता है; तथा तमोगुण के बढ़ने पर मरा हुआ मनुष्य मूढ़ (पशु-पक्षी आदि अज्ञानी) योनियों में जन्म लेता है।

सरल व्याख्या:

यदि मृत्यु के समय रजोगुण हावी हो (मन में बहुत सी सांसारिक इच्छाएं और भागदौड़ हो), तो जीव पुनः ऐसे परिवार या वातावरण में जन्म लेता है जहाँ निरंतर कर्मों का बंधन और तृष्णा बनी रहे। लेकिन यदि तमोगुण (अज्ञान, आलस्य, मोह) में मृत्यु हो, तो चेतना का पतन होता है और जीव विवेकहीन योनियों में चला जाता है।

> यह श्लोक हमें बताता है कि... हमारे गुण ही हमारी भावी गति के निर्माता हैं; इसलिए जीवन में रजोगुण और तमोगुण को नियंत्रित करना आवश्यक है।

श्लोक संख्या: **14.16**

> कर्मणः सुकृतस्याहुः सात्त्विकं निर्मलं फलम् |
> रजसस्तु फलं दुःखमज्ञानं तमसः फलम् || **16** ||

हिन्दी अनुवाद:

श्रेष्ठ (सात्त्विक) कर्म का फल सात्त्विक अर्थात निर्मल और सुख-शांति देने वाला कहा गया है; रजोगुणी कर्म का फल दुःख है और तमोगुणी कर्म का फल अज्ञान है।

सरल व्याख्या:

भगवान तीनों गुणों से उत्पन्न होने वाले परिणामों का हिसाब बताते हैं। जब हम सत्त्वगुण से प्रेरित होकर कर्म करते हैं, तो उसका अंत आनंद और स्वच्छता में होता है। रजोगुण से किए गए कर्म शुरुआत में सुहावने लग सकते हैं, पर उनका अंत हमेशा अशांति और दुःख में होता है। और तमोगुण के कर्म केवल और केवल अंधकार तथा अज्ञान बढ़ाते हैं।

> यह श्लोक हमें बताता है कि... कर्म का जैसा बीज (गुण) होगा, उसका फल भी ठीक वैसा ही प्राप्त होगा।

Satyaanubhuti Ashram

श्लोक संख्या: **14.17**

> सत्त्वात्सञ्जायते ज्ञानं रजसो लोभ एव च |
> प्रमादमोहौ तमसो भवतोऽज्ञानमेव च || **17** ||

हिन्दी अनुवाद:

सत्त्वगुण से ज्ञान उत्पन्न होता है, रजोगुण से निःसंदेह लोभ ही उत्पन्न होता है; तथा तमोगुण से प्रमाद (लापरवाही), मोह (भ्रम) और अज्ञान ही उत्पन्न होते हैं।

सरल व्याख्या:

यह श्लोक तीनों गुणों की आंतरिक उपज को स्पष्ट करता है। सत्त्वगुण से मन में स्पष्टता और ज्ञान का जन्म होता है। रजोगुण मन में कभी न मिटने वाली भूख या लोभ पैदा करता है। जबकि तमोगुण से व्यक्ति गलतियों, भ्रम और अज्ञान के चक्रव्यूह में फँसता चला जाता है।

> यह श्लोक हमें बताता है कि... अपने मन की दशा को पहचानकर हम यह जान सकते हैं कि हमारे भीतर इस समय कौन-सा गुण कार्य कर रहा है।

श्लोक संख्या: **14.18**

> ऊर्ध्वं गच्छन्ति सत्त्वस्था मध्ये तिष्ठन्ति राजसाः |
> जघन्यगुणवृत्तिस्था अधो गच्छन्ति तामसाः || **18** ||

हिन्दी अनुवाद:

सत्त्वगुण में स्थित पुरुष ऊपर के लोकों की ओर जाते हैं; रजोगुणी पुरुष मध्य में (मनुष्य लोक में) ही रहते हैं; और नीच तमोगुण की वृत्तियों में स्थित तामस पुरुष अधोगति (नीचे के पतन) को प्राप्त होते हैं।

सरल व्याख्या:

यहाँ जीव के आध्यात्मिक विकास के स्तर को दिखाया गया है। सत्त्वगुणी जीवन जीने वाले लोग चेतना की ऊंचाइयों को छूते हैं। रजोगुणी जीवन जीने वाले सांसारिक सुख-दुःख के इस मध्य लोक चक्र में घूमते रहते हैं। और जो तमोगुण के अधीन होकर नीच आचरण करते हैं, वे पतन की ओर चले जाते हैं।

> यह श्लोक हमें बताता है कि... हमारी चेतना का उठना या गिरना पूरी तरह से इस बात पर निर्भर है कि हम किन गुणों का पोषण करते हैं।

Satyanubhuti Ashram

श्लोक संख्या: **14.19**

> नान्यं गुणेभ्यः कर्तारं यदा द्रष्टानुपश्यति |
> गुणेभ्यश्च परं वेत्ति मद्भावं सोऽधिगच्छति || **19** ||

हिन्दी अनुवाद:
जिस समय द्रष्टा (साधक) तीनों गुणों के अतिरिक्त अन्य किसी को कर्ता नहीं देखता और गुणों से परे परम तत्त्व (परमात्मा) को तत्व से जान लेता है, उस समय वह मेरे स्वरूप को प्राप्त होता है।

सरल व्याख्या:
यहाँ से 'गुणातीत' (गुणों से परे) होने का मार्ग दिखाया जा रहा है। जब मनुष्य गहराई से अनुभव करता है कि शरीर और मन में होने वाली सारी क्रियाएँ वास्तव में ये तीन गुण ही आपस में कर रहे हैं, और स्वयं की आत्मा इनसे पूरी तरह असंग (अलग) है—तो वह कर्तापन के अहंकार से मुक्त होकर भगवान के परम भाव को पा लेता है।

> यह श्लोक हमें बताता है कि... प्रकृति के खेल को एक तटस्थ साक्षी **(Observer)** बनकर देखना ही मुक्ति का द्वार है।

श्लोक संख्या: **14.20**

> गुणानेतानतीत्य त्रीन्देही देहसमुद्भवान् |
> जन्ममृत्युजरादुःखैर्विमुक्तोऽमृतमश्नुते || **20** ||

हिन्दी अनुवाद:
देही (जीवात्मा) शरीर की उत्पत्ति के कारणरूप इन तीनों गुणों को लांघकर (पार करके) जन्म, मृत्यु, वृद्धावस्था और सब प्रकार के दुःखों से मुक्त होकर अमरता (परमानंद) को भोगता है।

सरल व्याख्या:
शरीर इन गुणों से बना है और इन्हीं के कारण जन्म, बुढ़ापा तथा मृत्यु का दुःख मिलता है। लेकिन जब साधक अपनी आत्म-चेतना द्वारा इन तीनों गुणों से परे उठ जाता है, तो वह शरीर के धर्मों (जन्म-मृत्यु) से अप्रभावित होकर जीते-जी मोक्ष और अमर शांति का अनुभव करता है।

> यह श्लोक हमें बताता है कि... दुःखों से पूर्ण मुक्ति तभी संभव है जब हम अपने मूल आत्म-स्वरूप को इन तीनों गुणों से ऊपर पहचान लें।

Satyaanubhuti Ashram

श्लोक संख्या: **14.21**

> अर्जुन उवाच |
>
> कैर्लिङ्गैस्त्रीन्गुणानेतानतीतो भवति प्रभो |
>
> किमाचारः कथं चैतांस्त्रीन्गुणानतिवर्तते || **21** ||

हिन्दी अनुवाद:

अर्जुन बोले—हे प्रभो! इन तीनों गुणों से अतीत हुआ मनुष्य किन लक्षणों से युक्त होता है? उसका आचरण कैसा होता है? और वह किस उपाय से इन तीनों गुणों से परे जाता है?

सरल व्याख्या:

भगवान की बात सुनकर अर्जुन के मन में जिज्ञासा जाग्रत होती है। वह तीन बहुत व्यावहारिक प्रश्न पूछता है: गुणों से परे उठे व्यक्ति की पहचान या लक्षण क्या हैं? उसका व्यवहार या आचरण कैसा होता है? इन तीनों गुणों को पार करने का व्यावहारिक उपाय क्या है?

> यह श्लोक हमें बताता है कि... एक सच्चा साधक केवल सिद्धांत नहीं सीखता, बल्कि उस स्थिति को जीवन में उतारने के व्यावहारिक लक्षण और तरीके भी जानना चाहता है।

श्लोक संख्या: **14.22**

> श्रीभगवानुवाच |
>
> प्रकाशं च प्रवृत्तिं च मोहमेव च पाण्डव |
>
> न द्वेष्टि सम्प्रवृत्तानि न निवृत्तानि काङ्क्षति || **22** ||

हिन्दी अनुवाद:

श्रीभगवान बोले—हे पांडव! जो पुरुष सत्त्वगुण के कार्यरूप प्रकाश को, रजोगुण के कार्यरूप प्रवृत्ति को और तमोगुण के कार्यरूप मोह को—न तो प्रकट होने पर उनसे द्वेष करता है और न शांत होने पर उनकी आकांक्षा करता है।

सरल व्याख्या:

श्रीकृष्ण अर्जुन के पहले प्रश्न का उत्तर देते हैं। गुणों से अतीत व्यक्ति के मन में जब सत्त्व (ज्ञान), रज (कामकाज) या तम (सुस्ती/भ्रम) की स्थिति आती है, तो वह उनसे चिढ़ता या नफरत नहीं करता। और जब वे स्थितियां चली जाती हैं, तो उन्हें जबरदस्ती पाने की तड़प भी नहीं रखता। वह मन के इन बदलावों को बिना विचलित हुए सहजता से देखता है।

> यह श्लोक हमें बताता है कि... मन की वृत्तियों के आने-जाने पर प्रतिक्रिया न देना और तटस्थ रहना ही गुणों से परे होने की पहली पहचान है।

Satyaanubhuti Ashram

श्लोक संख्या: **14.23**

> उदासीनवदासीनो गुणैर्यो न विचाल्यते |
> गुणा वर्तन्त इत्येव योऽवतिष्ठति नेङ्गते || **23** ||

हिन्दी अनुवाद:

जो उदासीन (तटस्थ) के समान स्थित हुआ गुणों द्वारा विचलित नहीं किया जा सकता, और 'गुण ही गुणों में बरत रहे हैं' ऐसा समझकर जो अपने स्वरूप में अचल स्थित रहता है, कभी डिगता नहीं।

सरल व्याख्या:

गुणातीत व्यक्ति जीवन में एक तटस्थ दर्शक की तरह रहता है। जब शरीर या मन में कोई बदलाव होता है, तो वह जानता है कि यह तो प्रकृति के गुणों का अपना खेल है, मेरा इससे कोई लेना-देना नहीं। इस बोध के कारण संसार की कोई भी उथल-पुथल उसे उसकी आत्म-स्थिति से डिगा नहीं पाती।

> यह श्लोक हमें बताता है कि... स्वयं को घटना का 'कर्ता' न मानकर केवल 'साक्षी' मान लेने से मन में अटूट स्थिरता और शांति आ जाती है।

श्लोक संख्या: **14.24**

> समदुःखसुखः स्वस्थः समलोष्टाश्मकाञ्चनः |
> तुल्यप्रियाप्रियो धीरस्तुल्यनिन्दात्मसंस्तुतिः || **24** ||

हिन्दी अनुवाद:

जो दुःख और सुख में समान भाव रखता है, जो अपने स्वरूप में स्थित है, जो मिट्टी, पत्थर और सोने में समान दृष्टि वाला है, जिसके लिए प्रिय और अप्रिय एक समान हैं, जो धीर है तथा अपनी निंदा और स्तुति (प्रशंसा) में समान भाव वाला है।

सरल व्याख्या:

यहाँ गुणातीत व्यक्ति के व्यवहार को विस्तार से समझाया गया है। ऐसा व्यक्ति भौतिक वस्तुओं (मिट्टी या सोना) के मूल्य से विचलित नहीं होता। कोई उसकी निंदा करे या प्रशंसा, कोई उसके अनुकूल बोले या प्रतिकूल, वह जानता है कि ये सब क्षणभंगुर स्थितियां हैं। वह अपने अंतःकरण की स्थिरता में ही टिका रहता है।

> यह श्लोक हमें बताता है कि... संसार की प्रशंसा या निंदा से अप्रभावित रहकर अपने भीतर स्थिर रहना ही वास्तविक ज्ञान है।

Satyanubhuti Ashram

श्लोक संख्या: **14.25**

> मानापमानयोस्तुल्यस्तुल्यो मित्रारिपक्षयोः |
> सर्वारम्भपरित्यागी गुणातीतः स उच्यते || **25** ||

हिन्दी अनुवाद:
जो मान और अपमान में सम है, जो मित्र और शत्रु के पक्षों में समान भाव रखता है तथा जो समस्त कर्मों में कर्तापन के अभिमान का त्यागी है, वही पुरुष 'गुणातीत' कहा जाता है।

सरल व्याख्या:
गुणातीत व्यक्ति का किसी के प्रति व्यक्तिगत राग या द्वेष नहीं होता। वह मान और अपमान दोनों को एक समान देखता है। वह किसी नए काम का आरंभ सांसारिक लाभ या अहंकार के लिए नहीं करता, बल्कि जो कर्तव्य सामने आता है उसे ईश्वर को समर्पित करके करता है।

> यह श्लोक हमें बताता है कि... जब अहंकार और व्यक्तिगत स्वार्थ मिट जाते हैं, तभी मनुष्य तीनों गुणों से परे उठ पाता है।

श्लोक संख्या: **14.26**

> मां च योऽव्यभिचारेण भक्तियोगेन सेवते |
> स गुणान्समतीत्यैतान्ब्रह्मभूयाय कल्पते || **26** ||

हिन्दी अनुवाद:
और जो पुरुष अव्यभिचारी (अनन्य और दृढ़) भक्तियोग के द्वारा निरंतर मेरी सेवा करता है, वह इन तीनों गुणों को पूर्ण रूप से लांघकर ब्रह्म (परमात्मा) को प्राप्त होने के योग्य बन जाता है।

सरल व्याख्या:
अब भगवान अर्जुन के तीसरे प्रश्न का उत्तर देते हैं कि इन गुणों को पार कैसे किया जाए। श्रीकृष्ण कहते हैं कि केवल ज्ञान के तर्कों से गुणों को पार करना कठिन है। इसका सबसे सरल और अचूक उपाय है—भगवान की अनन्य भक्ति। जब जीव सब कुछ छोड़कर ईश्वर के प्रति पूर्ण समर्पित हो जाता है, तो भगवान की कृपा से वह तीनों गुणों के बंधन से मुक्त हो जाता है।

> यह श्लोक हमें बताता है कि... ईश्वर के प्रति निष्काम और अनन्य समर्पण ही प्रकृति के त्रिगुणात्मक बंधन से छूटने का सबसे सरल मार्ग है।

Satyaanubhuti Ashram

श्लोक संख्या: **14.27**

ब्रह्मणो हि प्रतिष्ठाहममृतस्याव्ययस्य च |

शाश्वतस्य च धर्मस्य सुखस्यैकान्तिकस्य च || **27** ||

हिन्दी अनुवाद:

क्योंकि उस अविनाशी ब्रह्म का, अमरता का, शाश्वत धर्म का और अखंड एकरस आनंद (सुख) का आश्रय मैं ही हूँ।

सरल व्याख्या:

यह इस अध्याय का अंतिम और उपसंहार श्लोक है। श्रीकृष्ण घोषणा करते हैं कि जिस परम ब्रह्म, परम शांति, अमरता और कभी न समाप्त होने वाले आनंद की खोज मनुष्य करता है, उस सबका मूल आधार और पराकाष्ठा स्वयं परमेश्वर ही हैं। अतः जो परमात्मा की शरण में आ जाता है, वह सब कुछ पा लेता है।

यह श्लोक हमें बताता है कि... परम शांति और अमरता का एकमात्र अक्षय स्रोत परमात्मा ही हैं, उन्हें पाना ही जीवन का अंतिम लक्ष्य है।

Satyaanubhuti Ashram

इति श्रीमद्भगवद्गीतासूपनिषत्सु ब्रह्मविद्यायां योगशास्त्रे श्रीकृष्णार्जुनसंवादे गुणत्रयविभागयोगो नाम चतुर्दशोऽध्यायः

Satyaanubhuti Ashram