Ayskart

❖ सात्विक सेतु ❖

निःशुल्क नमूना

श्रीमद्भगवद्गीता

अध्याय १२ — भक्तियोग

हर श्लोक के साथ सरल हिन्दी अर्थ

सम्पूर्ण पुस्तक

१८ अध्याय · ७०० श्लोक · ayskart.com

AYSKART.COM

द्वादश अध्याय

१२

भक्तियोग

प्रेम और समर्पण का योग

कुल श्लोक : २०

अध्याय १२ का सार

बारहवाँ अध्याय गीता का सबसे छोटा (केवल 20 श्लोक), पर सबसे मधुर अध्याय माना जाता है। परम्परा में इसका रोज़ पाठ करने की महिमा बताई गई है।

साकार या निराकार? विश्वरूप देखने के बाद अर्जुन पूछते हैं — जो भक्त आपके साकार रूप की प्रेम से उपासना करते हैं, और जो अविनाशी निराकार ब्रह्म की उपासना करते हैं — इन दोनों में श्रेष्ठ कौन है? श्रीकृष्ण उत्तर देते हैं कि **श्रद्धा से मुझमें मन लगाकर भजने वाले मुझे सबसे श्रेष्ठ लगते हैं**। निराकार की उपासना करने वाले भी मुझे ही पाते हैं, पर शरीरधारी मनुष्यों के लिए वह मार्ग अधिक कठिन है। जो सब कर्म मुझे अर्पित करके मेरा ध्यान करते हैं, उन्हें मैं जल्दी ही संसार-सागर से पार कर देता हूँ।

सीढ़ी-दर-सीढ़ी उपाय (श्लोक ८–१२): श्रीकृष्ण बड़े प्रेम से हर स्तर के साधक के लिए रास्ता बताते हैं — (१) मन और बुद्धि मुझमें लगाओ; (२) यदि यह न हो सके, तो **अभ्यास** से मुझे पाने की इच्छा करो; (३) यदि अभ्यास भी न हो, तो **मेरे लिए कर्म** करो; (४) यदि यह भी न हो सके, तो सब **कर्मों के फल का त्याग** करो। क्योंकि कर्मफल के त्याग से तुरंत शांति मिलती है।

भगवान को प्रिय भक्त के लक्षण (श्लोक १३–२०): अध्याय का दूसरा भाग एक सुंदर सूची है — भगवान को कौन-सा भक्त प्रिय है: जो किसी से द्वेष नहीं करता, सबका मित्र है, दयालु है; ममता और अहंकार से रहित है; सुख-दुःख में समान और क्षमाशील है; जिससे न संसार को कष्ट होता है और न जो संसार से कष्ट पाता है; जो शत्रु-मित्र, मान-अपमान, निंदा-स्तुति में समान है; जो थोड़े में संतुष्ट और स्थिर बुद्धि वाला है। हर लक्षण के बाद भगवान दोहराते हैं — **"वह मुझे प्रिय है।"**

इस अध्याय की सीख: भगवान तक पहुँचने के लिए हर व्यक्ति के लिए कोई न कोई रास्ता है — बस शुरुआत करनी है। और सच्ची भक्ति की पहचान केवल पूजा नहीं, बल्कि अच्छा स्वभाव है — दया, क्षमा, संतोष और सबके प्रति मित्रता।

श्लोक १

अर्जुन उवाच

एवं सततयुक्ता ये भक्तास्त्वां पर्युपासते।
ये चाप्यक्षरमव्यक्तं तेषां के योगवित्तमाः॥ १२.१॥

सरल अर्थ

अर्जुन ने कहा — जो भक्त इस प्रकार निरंतर आपमें लगे रहकर आपके साकार रूप की उपासना करते हैं, और जो अविनाशी, अव्यक्त (निराकार) ब्रह्म की उपासना करते हैं — उन दोनों में योग को जानने वाले श्रेष्ठ कौन हैं?

श्लोक २

श्रीभगवानुवाच

मय्यावेश्य मनो ये मां नित्ययुक्ता उपासते।
श्रद्धया परयोपेतास्ते मे युक्ततमा मताः॥ १२.२॥

सरल अर्थ

श्रीभगवान ने कहा — जो भक्त मुझमें मन लगाकर, सदा मुझमें जुड़े रहकर, परम श्रद्धा के साथ मेरी उपासना करते हैं, वे मेरे मत में सबसे श्रेष्ठ योगी हैं।

श्लोक ३

ये त्वक्षरमनिर्देश्यमव्यक्तं पर्युपासते।
सर्वत्रगमचिन्त्यं च कूटस्थमचलं ध्रुवम्॥ १२.३ ॥

सरल अर्थ

लेकिन जो लोग उस अक्षर (अविनाशी), शब्दों में न बताए जा सकने वाले, अव्यक्त, सर्वव्यापी, मन से सोचे न जा सकने वाले, सदा एक-सा रहने वाले, अचल और नित्य ब्रह्म की उपासना करते हैं,

श्लोक ४

संनियम्येन्द्रियग्रामं सर्वत्र समबुद्धयः।
ते प्राप्नुवन्ति मामेव सर्वभूतहिते रताः॥ १२.४ ॥

सरल अर्थ

और इन्द्रियों के समूह को अच्छी तरह वश में करके, सब जगह समान बुद्धि रखते हुए सब प्राणियों के हित में लगे रहते हैं — वे भी मुझे ही प्राप्त होते हैं।

श्लोक ५

क्लेशोऽधिकतरस्तेषामव्यक्तासक्तचेतसाम्।
अव्यक्ता हि गतिर्दुःखं देहवद्भिरवाप्यते॥ १२.५॥

सरल अर्थ

पर अव्यक्त (निराकार) में मन लगाने वाले उन साधकों को परिश्रम अधिक होता है, क्योंकि शरीरधारी मनुष्यों के लिए अव्यक्त की ओर जाने वाला मार्ग बड़ी कठिनाई से मिलता है।

श्लोक ६

**ये तु सर्वाणि कर्माणि मयि संन्यस्य मत्पराः।
अनन्येनैव योगेन मां ध्यायन्त उपासते॥ १२.६॥**

सरल अर्थ

लेकिन जो भक्त अपने सब कर्म मुझे अर्पित करके, मुझे ही परम लक्ष्य मानकर, अनन्य भक्तियोग से मेरा ध्यान करते हुए मेरी उपासना करते हैं,

श्लोक ७

**तेषामहं समुद्धर्ता मृत्युसंसारसागरात्।
भवामि नचिरात्पार्थ मय्यावेशितचेतसाम्॥ १२.७॥**

सरल अर्थ

हे पार्थ! मुझमें मन लगाने वाले उन भक्तों का मैं बहुत जल्दी मृत्यु रूपी संसार-सागर से उद्धार करने वाला बन जाता हूँ।

श्लोक ८

**मय्येव मन आधत्स्व मयि बुद्धिं निवेशय।
निवसिष्यसि मय्येव अत ऊर्ध्वं न संशयः॥ १२.८॥**

सरल अर्थ

तुम अपना मन मुझमें ही लगाओ और अपनी बुद्धि मुझमें ही लगाओ। इसके बाद तुम मुझमें ही निवास करोगे — इसमें कोई संशय नहीं है।

श्लोक ९

अथ चित्तं समाधातुं न शक्नोषि मयि स्थिरम्।
अभ्यासयोगेन ततो मामिच्छाप्तुं धनञ्जय॥ १२.९॥

सरल अर्थ

हे धनंजय! यदि तुम अपने मन को मुझमें स्थिर रूप से लगाने में समर्थ नहीं हो, तो अभ्यास-योग के द्वारा मुझे पाने की इच्छा करो।

श्लोक १०

अभ्यासेऽप्यसमर्थोऽसि मत्कर्मपरमो भव।
मदर्थमपि कर्माणि कुर्वन् सिद्धिमवाप्स्यसि॥ १२.१०॥

सरल अर्थ

यदि तुम अभ्यास करने में भी असमर्थ हो, तो मेरे लिए कर्म करने में लग जाओ। मेरे लिए कर्म करते हुए भी तुम सिद्धि (मेरी प्राप्ति) पा लोगे।

श्लोक ११

अथैतदप्यशक्तोऽसि कर्तुं मद्योगमाश्रितः।
सर्वकर्मफलत्यागं ततः कुरु यतात्मवान्॥ १२.११॥

सरल अर्थ

और यदि मेरे आश्रय से होने वाले इस योग को करने में भी असमर्थ हो, तो मन को वश में करके सब कर्मों के फल का त्याग कर दो।

श्लोक १२

श्रेयो हि ज्ञानमभ्यासाज्ज्ञानाद्ध्यानं विशिष्यते।
ध्यानात्कर्मफलत्यागस्त्यागाच्छान्तिरनन्तरम्॥ १२.१२ ॥

सरल अर्थ

(बिना समझ के) अभ्यास से ज्ञान श्रेष्ठ है, ज्ञान से ध्यान श्रेष्ठ है, और ध्यान से भी कर्मों के फल का त्याग श्रेष्ठ है। क्योंकि त्याग से तुरंत ही परम शांति मिल जाती है।

श्लोक १३

अद्वेष्टा सर्वभूतानां मैत्रः करुण एव च।
निर्ममो निरहङ्कारः समदुःखसुखः क्षमी॥ १२.१३ ॥

सरल अर्थ

जो किसी भी प्राणी से द्वेष नहीं करता, सबका मित्र है और दयालु है; जो ममता और अहंकार से रहित है, सुख-दुःख में समान रहता है और क्षमाशील है,

श्लोक १४

सन्तुष्टः सततं योगी यतात्मा दृढनिश्चयः।
मय्यर्पितमनोबुद्धिर्यो मद्भक्तः स मे प्रियः॥ १२.१४ ॥

सरल अर्थ

जो योगी सदा संतुष्ट रहता है, मन को वश में रखता है, दृढ़ निश्चय वाला है, और जिसने अपना मन और बुद्धि मुझे अर्पित कर दी है — वह मेरा भक्त मुझे प्रिय है।

श्लोक १५

यस्मान्नोद्विजते लोको लोकान्नोद्विजते च यः।
हर्षामर्षभयोद्वेगैर्मुक्तो यः स च मे प्रियः॥ १२.१५॥

सरल अर्थ

जिससे संसार के किसी जीव को कष्ट (घबराहट) नहीं होता और जो स्वयं भी किसी जीव से कष्ट नहीं पाता, तथा जो हर्ष, ईर्ष्या, भय और बेचैनी से मुक्त है — वह भक्त मुझे प्रिय है।

श्लोक १६

अनपेक्षः शुचिर्दक्ष उदासीनो गतव्यथः।
सर्वारम्भपरित्यागी यो मद्भक्तः स मे प्रियः॥ १२.१६॥

सरल अर्थ

जो किसी चीज़ की अपेक्षा नहीं रखता, बाहर-भीतर से पवित्र है, कुशल है, पक्षपात से रहित है और चिंताओं से मुक्त है; जिसने सब नए-नए स्वार्थ भरे कामों के आरंभ का त्याग कर दिया है — वह मेरा भक्त मुझे प्रिय है।

श्लोक १७

यो न हृष्यति न द्वेष्टि न शोचति न काङ्क्षति।
शुभाशुभपरित्यागी भक्तिमान्यः स मे प्रियः॥ १२.१७॥

सरल अर्थ

जो न बहुत खुश होता है, न द्वेष करता है, न शोक करता है और न कुछ चाहता है; जिसने शुभ और अशुभ — दोनों प्रकार के कर्मों के फल का त्याग कर दिया है — वह भक्तिमान व्यक्ति मुझे प्रिय है।

श्लोक १८

समः शत्रौ च मित्रे च तथा मानापमानयोः।
शीतोष्णसुखदुःखेषु समः सङ्गविवर्जितः॥ १२.१८ ॥

सरल अर्थ

जो शत्रु और मित्र में, मान और अपमान में समान रहता है; जो सर्दी-गर्मी और सुख-दुःख में भी समान रहता है और आसक्ति से रहित है,

श्लोक १९

तुल्यनिन्दास्तुतिर्मौनी सन्तुष्टो येन केनचित्।
अनिकेतः स्थिरमतिर्भक्तिमान्मे प्रियो नरः॥ १२.१९ ॥

सरल अर्थ

जो निंदा और प्रशंसा को एक समान समझता है, कम बोलने वाला (मननशील) है, जो कुछ भी मिल जाए उसी में संतुष्ट रहता है, जिसे अपने घर-स्थान से ममता नहीं है और जिसकी बुद्धि स्थिर है — वह भक्तिमान मनुष्य मुझे प्रिय है।

श्लोक २०

ये तु धर्म्यामृतमिदं यथोक्तं पर्युपासते।
श्रद्दधाना मत्परमा भक्तास्तेऽतीव मे प्रियाः॥ १२.२० ॥

सरल अर्थ

लेकिन जो श्रद्धावान भक्त मुझे परम लक्ष्य मानकर ऊपर बताए गए इस धर्ममय अमृत का ठीक-ठीक पालन करते हैं, वे मुझे अत्यंत प्रिय हैं।

ॐ तत्सदिति श्रीमद्भगवद्गीतासूपनिषत्सु ब्रह्मविद्यायां योगशास्त्रे
श्रीकृष्णार्जुनसंवादे भक्तियोगो नाम द्वादशोऽध्यायः ॥ १२ ॥

ॐ

आपको यह अध्याय अच्छा लगा?

सात्विक सेतु
सम्पूर्ण श्रीमद्भगवद्गीता

- ✦ सभी **१८ अध्याय** और **७०० श्लोक**
- ✦ हर श्लोक के साथ **सरल हिन्दी अर्थ**
- ✦ हर अध्याय का **सार** और मुख्य सीख
- ✦ **सनातन धर्म की मूल बातें** — वेद, उपनिषद्, कर्म, पुरुषार्थ, योग, संस्कार
- ✦ गीता परिचय — महाभारत की पृष्ठभूमि और पात्र
- ✦ क्लिक करने योग्य अनुक्रमणिका · ३२० से अधिक पृष्ठ

पूरी पुस्तक प्राप्त करें

ayskart.com