

ॐ

ভগবদ্গীতা

কণিকা



(মর্মবাণী)

ভগবদ্গীতা

শাশ্বত সত্যের গান

সনাতন হিন্দু ধর্মের মূল শাস্ত্রগ্রন্থ বেদ ।
বেদের জ্ঞানের নির্যাস উপনিষদ । উপনিষদের
নির্যাস ভগবদ্গীতা । তাই যুগে যুগে কোটি
কোটি ভক্তের কণ্ঠে বার বার উচ্চারিত হয়েছে
গীতার শ্লোক । পরমেশ্বরের বাণী আলোকিত
করেছে তাদের চেতনালোক । উদ্বেলিত
করেছে তাদের হৃদয়, প্রশান্ত হয়েছে মন ।
ভগবদ্গীতায় রয়েছে সেই শাশ্বত বাণী—
ঈশ্বরার্থে সকল কর্ম কর । আসক্তি ত্যাগ কর ।
ইন্দ্রিয় সংযম কর । ত্যাগী হও । দাতা হও ।
তুমি মোক্ষ লাভ করবে ।

[ভগবদ্গীতা শাশ্বত সত্যের গান । ধর্ম ও
অধর্মের চিরন্তন সংগ্রামের স্বরূপ বর্ণিত হয়েছে
এই গানে । মহাত্মা গান্ধীর The Bhagvad
Gita, শ্রী শ্রী পরমহংস যোগানন্দের The
Bhagavad Gita এবং রামকৃষ্ণ মঠের
শ্রীমদ্ভগবদ্গীতার কিছু বাণীর সরল বাংলা
মর্মার্থ হচ্ছে ভগবদ্গীতা কণিকা]

১. ইন্দ্রিয়জ সুখ নিয়ে বেশি চিন্তা করলে
আসক্তি সৃষ্টি হয়; আসক্তি সৃষ্টি করে কাম ।
কাম পরিণত হয় ক্রোধে । ক্রোধ বিচার-বুদ্ধি
নষ্ট করে । দ্বিধা-দ্বন্দ্ব সৃষ্টি করে । চিত্তকে
বিক্ষিপ্ত করে । চিত্ত বিক্ষিপ্ততা ও বুদ্ধিবিভ্রম
মানুষের সর্বনাশের কারণ হয় ।

[সাংখ্যযোগ : ৬২-৬৩]

২. হে অর্জুন! মূর্খরা আসক্তি নিয়ে কাজ
করে । আর জ্ঞানীরা নিরাসক্তভাবে
কল্যাণকাজে নিজেকে নিবেদিত করেন ।

[কর্মযোগ : ২৫]

৩. প্রশান্ত মনই আত্মজয়ী । তিনি সংযুক্ত
হন পরমাত্মার সাথে, সুখ-দুঃখ, সম্মান বা
অপমানে তিনি সমভাবে অবিচলিত ।

[ধ্যানযোগ : ৭]

৪. যিনি তার মনকে নিয়ন্ত্রণ করতে
পেরেছেন, সেই মনই তার প্রকৃত বন্ধু ।
আর যার মনের ওপর কোনো নিয়ন্ত্রণ নেই,
সেই উচ্ছৃঙ্খল মনই তার নিকৃষ্ট শত্রু ।

[ধ্যানযোগ : ৬]

৫. মানুষের অধিকার শুধু কর্মে । ফলে তার অধিকার নাই । কাজ কর । নিজেকে কর্মফলের কারক মনে করো না । আবার নিজেকে নিষ্ক্রিয় হয়ে যেতে দিও না ।□

[সাংখ্যযোগ : ৪৭]

৬. অহিংসা, অকপটতা, বিনয়, ক্ষমা, সহিষ্ণুতা, আত্মসংযম, গুরুসেবা, ইন্দ্রিয় সুখে অনীহা, প্রবৃত্তিকে নিয়ন্ত্রণ, স্ত্রী-পুত্র বা সম্পদে অনাসক্তি, পরিষ্কার-পরিচ্ছন্নতা, অভিমান শূন্যতা, ভোগীদের সংসর্গ ত্যাগ, শুভাশুভতে সাম্যভাব, অবিচল বিশ্বাস ও ঈশ্বরে নির্ভরতা, আত্মানুসন্ধানে ধ্যানে নিমগ্নতা— এই গুণাবলিই যথার্থ বিদ্যা বা জ্ঞান । এর বিপরীত সবকিছুই অবিদ্যা ।□

[ক্ষেত্রক্ষেত্রজবিভাগযোগ : ৭-১১]

৭. ব্রহ্মজ্ঞান সকল অবিদ্যানাশক । জ্ঞানের চেয়ে শ্রেষ্ঠ কোনো কিছুই ইহলোক-পরলোকে নাই । দীর্ঘ সাধনা দ্বারাই ব্রহ্মজ্ঞানে অন্তর উদ্ভাসিত হয় । ব্রহ্মজ্ঞানে অন্তর উদ্ভাসিত হলেই পরম প্রশান্তি বা মোক্ষ লাভ হয় ।

[জ্ঞানযোগ : ৩৮-৩৯]

৮. অবিদ্যা আক্রান্ত, অবিশ্বাসী ও
সন্দিগ্ধচিত্তেরা সবসময় বিনাশিত হয় । □
সংশয়ী মানুষের ইহকাল বা পরকাল কোনো
কালেই সুখ নাই । অতএব তোমার
অবিদ্যাপ্রসূত সংশয় জ্ঞানরূপ খড়্গের
আঘাতে ছিন্ন কর । ব্রহ্মজ্ঞানের শ্রেষ্ঠমার্গ
নিষ্কাম কর্মযোগ অবলম্বন করে সংগ্রামে
ঝাঁপিয়ে পড় । [জ্ঞানযোগ : ৪০-৪২]

৯. যখনই ধর্মের অবক্ষয় এবং অধর্মের
উত্থান ঘটে, হে ভারত ! তখনই আমি
আবির্ভূত হই । দুষ্টির বিনাশ এবং □
সজ্জনের রক্ষায় ধর্ম প্রতিষ্ঠার নিমিত্তে □
আমি আসি যুগে যুগে । [জ্ঞানযোগ : ৭-৮]

১০. মহিলা, বৈশ্য, শুদ্র বা নিকৃষ্টজন্মা
ব্যক্তিও পরমেশ্বরে সমর্পিত হয়ে মোক্ষ লাভ
করতে পারে । [রাজগুহ্যযোগ : ৩২]

১১. মন দুর্দমনীয় অস্থির চঞ্চল । কিন্তু
নিয়মিত ধ্যান, ইন্দ্রিয় সংযম, ভোগস্পৃহা
দমনের মাধ্যমে মনকে নিজের নিয়ন্ত্রণে
আনা যায় । [ধ্যানযোগ : ৩৫]

১২. ক্রমাগত সাধনা দ্বারা ভয়শূন্য, ক্রোধ বর্জিত, আসক্তি রহিত এবং আমাতে সমর্পিত হয়ে অতীতে বহুজন আমার গুণে গুণান্বিত হয়েছেন। হে অর্জুন! যে যে রূপে আমাকে উপাসনা করে, আমি সে রূপেই তার সামনে উদ্ভাসিত হই। [জ্ঞানযোগ : ১০-১১]

১৩. একজন দুরাচারী ব্যক্তিও যদি সকল অন্যায় পরিত্যাগ করে আমার আন্তরিক ভজনায় নিমগ্ন হয়, তবে তার শুভসংকল্পের জন্যে তাকে সাধু মনে করা যেতে পারে। তিনি দ্রুত ধার্মিক হয়ে প্রশান্তি লাভ করবেন। আমার আন্তরিক ভক্ত কখনো ধ্বংস হতে পারে না। [রাজগুহ্যযোগ : ৩০-৩১]

১৪. স্থান কাল বিবেচনা করে কোনো প্রতিদানের প্রত্যাশা না করে উপযুক্ত পাত্র প্রদত্ত দান সাত্ত্বিক বা উত্তম দান। প্রতিদানের প্রত্যাশায় অনিচ্ছাসত্ত্বে প্রদত্ত দানকে রাজসিক দান বলা হয়। অযোগ্য পাত্র অনাদরে এবং অবজ্ঞা সহকারে যে দান, তা হচ্ছে তামসিক। [শ্রদ্ধাশ্রয়বিভাগযোগ : ২০-২২]

১৫. জল যেমন পদ্মপাতাকে সিক্ত করতে পারে না, তেমনি যিনি ঈশ্বরার্থে সকল কর্ম করেন, পাপ তাকে স্পর্শ করতে পারে না ।

[সন্ন্যাসযোগ : ১০]

১৬. অসুররা (দানবীয় স্বভাবের ব্যক্তিরূপে) বলে, এ জগতে সত্যাসত্য বলে কিছু নাই, কোনো নীতি-নৈতিকতা নাই, ধর্ম নাই, ঈশ্বর নাই । কাম থেকে এর সৃষ্টি— কামেই সমাপ্তি ।

[দৈবাসুরসম্পাদিভাগযোগ : ৮]

১৭. আমি সর্বভূতে সমভাবে বিরাজ করি । কারো প্রতি কোনো পক্ষপাতিত্ব নাই । কেউ আমার প্রিয় বা অপ্রিয় নয় । তবে যারা আমাকে ভক্তি করে, আমি তাদের হৃদয়ে বাস করি, তারাও আমাতেই অবস্থান করেন ।

[রাজগুহ্যযোগ : ২৯]

১৮. সৎগুরুতে সমর্পিত হও । বিনম্রচিত্তে জানতে চাও । অকৃত্রিম সেবায় নিজেকে বিলিয়ে দাও । তা হলেই তুমি তার কাছ থেকে ব্রহ্মজ্ঞান লাভ করতে পারবে ।

[জ্ঞানযোগ : ৩৪]

১৯. বিশুদ্ধ বুদ্ধিতে পারঙ্গম হয়ে
ইন্দ্রিয়সমূহ বশীভূত করে, আসক্তি ও দ্বেষ
বর্জন করে নির্জনবাস, স্বপ্নাহার, বাকসংযম
ও ধ্যানে নিবিষ্ট হয়ে দেহ ও মনের ওপর
পুরোপুরি নিয়ন্ত্রণ এনে অহংকার, দম্ভ,
লোভ, কাম, ক্রোধ ও পরিগ্রহ থেকে
পুরোপুরি মুক্ত হয়েই একজন ব্রাহ্মণ হওয়ার
যোগ্যতা অর্জন করেন । [মোক্ষযোগ : ৫১-৫৩]

২০. অতএব তোমার মনকে আমাতেই
সমাহিত কর, সকল যুক্তিবুদ্ধি আমাতেই
নিবিষ্ট কর । নিঃসন্দেহে অনন্তলোকে তুমি
আমার সাথেই থাকবে । যদি একাগ্রচিন্তে
মনকে আমার প্রতি নিবিষ্ট করতে না পারো,
তবে যোগাভ্যাসের মাধ্যমে বার বার
আমাকে পেতে সচেষ্ট হও । তুমি যদি
ক্রমাগত যোগাভ্যাস করতে অক্ষম হও তবে
ঈশ্বরের পছন্দনীয় কর্মে একনিষ্ঠ হও ।
ঈশ্বরের পছন্দনীয় কাজ করতে করতেই
তুমি সিদ্ধিলাভ করবে । আর যদি তাতেও
অসমর্থ হও তবে ইন্দ্রিয় সংযমপূর্বক সর্বকর্ম
আমাতে সমর্পিত কর । [ভক্তিযোগ : ৮-১১]

২১. অতিভোজী, নিতান্ত অনাহারী, অতি ঘুম বিলাসী, একেবারেই কম ঘুমায় তারা কখনো ধ্যানে সফল হয় না। যিনি নিয়মানুযায়ী আহার করেন, কাজ করেন, বিশ্রাম নেন, যার নিদ্রা ও জাগরণ নিয়মের ছন্দে ছন্দায়িত তিনি ধ্যানে সফল হন। তার দুঃখের বিনাশ ঘটে। বিচরণ করেন আত্মার আনন্দলোকে। [ধ্যানযোগ : ১৬-১৭]

২২. যোগী যিনি তিনি দুটি পথ জানেন। তিনি কখনো অন্ধকার গহ্বরে পতিত হন না। অতএব হে অর্জুন! তুমি সর্বদা ব্রহ্মজ্ঞানে সমাহিত হও। দুটি পথ সম্পর্কে যিনি সুস্পষ্টভাবে জানেন এবং সমর্পিতের পথে চলেন, তিনি বেদ পাঠ, যজ্ঞানুষ্ঠান ও দানের চেয়ে অধিক পুণ্যে আপ্ত হন। ভক্তযোগী প্রত্যাভর্তন করেন পরম সত্তায়। [অঙ্করব্রহ্মযোগ : ২৭-২৮]

২৩. যিনি কারো উদ্বিগ্নের কারণ হন না, যাকে কেউ উদ্বিগ্ন করতে পারে না এবং যিনি হর্ষ বিষাদ ঈর্ষা ভয় উৎকণ্ঠা থেকে মুক্ত তিনি আমার প্রিয় ভক্ত। [ভক্তিযোগ : ১৫]

২৪. হে অর্জুন! যিনি সকলের সুখ-দুঃখকে
নিজের সুখ-দুঃখরূপে অনুভব করেন, তিনিই
সর্বশ্রেষ্ঠ যোগী। [ধ্যানযোগ : ৩২]

২৫. কাম-ক্রোধ-লোভ- এই তিনটি
নরকের প্রবেশদ্বার। এই তিনটি বিষবৎ
পরিত্যাজ্য। [দৈবাসুরসম্পাদ্বিভাগযোগ : ২১]

২৬. অসুররা বলে, আজ এত লাভ হলো।
সামনে দ্রুত লাভ করবো। আমার এত ধন-
সম্পদ আছে। ভবিষ্যতে আরো এত ধন
পাবো। এত শত্রু নিধন করেছি। সামনে সব
শত্রু নাশ করবো। আমি বলবান! আমিই
রাজা। আমিই বিধাতা। সবাইকে নিগ্রহ
করতে পারি। আমি সফল। সবকিছু
আমার। আমি ধনী। আমি কুলীন। আমার
সমকক্ষ কেউ নাই। আমি যজ্ঞ করবো। দান
করবো। ফূর্তি করবো। এই নির্বোধরা
অবিদ্যা আক্রান্ত হয়ে বিভ্রান্তির বেড়াজালে
ঘুরপাক খেতে খেতে ইন্দ্রিয় সুখতাড়িত হয়ে
অস্থিরতা, অশান্তি, জ্বরা-ব্যাধিতে আক্রান্ত
হয় এবং পতিত হয় রৌরব নরকে।□

[দৈবাসুরসম্পাদ্বিভাগযোগ : ১৩-১৬]

২৭. হে অর্জুন! ভয়শূন্যতা, সত্যবাদিতা, হৃদয়ের পবিত্রতা, বিনয়, সরলতা, অহিংসা, দান, ইন্দ্রিয় সংযম, সুশৃঙ্খলা, যোগধ্যান চর্চা এবং জ্ঞানলাভে ক্রমাগত প্রচেষ্টা, বেদ অধ্যয়ন, যজ্ঞ অনুষ্ঠান, ক্রোধ শূন্যতা, বৈরাগ্য, শান্তিপ্রিয়তা, পরচর্চা থেকে বিরত থাকা, সকল জীবে দয়া, নির্লোভ, নিঃস্বার্থ ক্ষমা, ধৈর্য, পরিচ্ছন্নতা, লজ্জা, স্থিরচিন্তা, অচপলতা, সাহস, অবৈরীভাব, অনভিমান এই গুণাবলি ঐশ্বরিক সম্পদ ।□

[দৈবাসুরসম্পাদ্বিভাগযোগ : ১-৩]

২৮. কেউ কেউ ধ্যানযোগে শুদ্ধ অন্তকরণে পরমাত্মাকে দর্শন করেন, কেউ জ্ঞানযোগে আবার কেউবা কর্মযোগে আত্মদর্শন করেন ।□

[ক্ষেত্রক্ষেত্রজ্ঞবিভাগযোগ : ২৪]

২৯. পরমেশ্বরের বাণীকেই করণীয় ও বর্জনীয় নির্ধারণে মানদণ্ড হিসেবে গ্রহণ কর । পরমেশ্বরের বাণীর মর্মানুসারেই হৃষ্টচিন্তে তোমার কর্তব্য করে যাও ।□

[দৈবাসুরসম্পাদ্বিভাগযোগ : ২৪]

৩০. প্রশান্তচিত্ততা সর্বদুঃখের বিনাশ ঘটায়;
শুভবুদ্ধির ঘটায় উন্মেষ। বিদ্যা-বুদ্ধি স্থিতি
লাভ করে। [সাংখ্যযোগ : ৬৫]

৩১. অন্তিমকালে যিনি যে ভাব স্মরণ করতে
করতে দেহত্যাগ করেন, তিনি তা-ই লাভ
করেন। অতএব হে অর্জুন! সর্বদা আমাকে
স্মরণ কর। নিরন্তর সংগ্রাম কর। জ্ঞান বুদ্ধি
ও মন আমাতে সমর্পিত কর। তুমি আমাকেই
লাভ করবে। [অঙ্করব্রহ্মযোগ : ৬-৭]



কোয়ান্টাম ফাউন্ডেশন Quantum Foundation

কেন্দ্রীয় দফতর : ৩১/ভি শিল্পাচার্য জয়নুল
আবেদীন সড়ক, শান্তিনগর, ঢাকা-১২১৭।
ফোন : ৯৩৪১৪৪১, ৮৩৯৩৭৭, ০১৭১৪-৯৭৪৩৩৩
কাকরাইল : ৮৩৯১৩৯১, ০১৭১১-৬৭১৮৫৮
মিরপুর : ৮০৬১০৭৫, ০১৭১৭-১৪৪৭২৪
চট্টগ্রাম : ০৩১-৬৫৩৬৮৮, ০১৭১১-৩৯৩০১০
সিলেট : ০৮২১-৭১১৬১২, ০১৭১১-২৮০৬৫২
রাজশাহী : ০৭২১-৭৭১৫৫০, ০১৭১১-১০৪২৮৯
স্বেচ্ছা রক্তদান কার্যক্রম : ০১৭১৪-০১০৮৬৯
E-mail : info@quantummethod.org.bd
Website : www.quantummethod.org.bd