eISSN 2583-6986
IDEALISTIC JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH IN PROGRESSIVE SPECTRUMS (IJARPS)
A MONTHLY, OPEN ACCESS, PEER REVIEWED (REFEREED) INTERNATIONAL JOURNAL
Volume 03, Issue 10, October 2024

युवाओं के व्यक्तित्व विकास में सहायक श्रीमद्भगवद्गीता

कविता चौबे[1], डॉ. अखिलेश कुमार सिंह[2]
[1]शोध छात्रा, योग, सैम ग्लोबल यूनिवर्सिटी, भोपाल म0प्र0
[2]शोध निर्देशक, सैम ग्लोबल यूनिवर्सिटी, भोपाल म0प्र0

Received: 24 Oct 2024 Accepted & Reviewed: 25 Oct 2024, Published : 31 Oct 2024

Abstract

किसी भी देश का भविष्य उस देश के युवाओं की स्रजनात्मक शक्ति पर निर्भर करता है। वैदिक मान्यताओं के अनुसार परमात्मा ने इस जगत में जड़ और चेतन दो प्रकार की सृष्टि की रचना की। जीवों की सृष्टि के क्रम में उसने सबका मंगल करने के लिए मनुष्य को बुद्धि–विवेक से अलंकृत कर जीवों में श्रेष्ठतर स्थान प्रदान किया। इसीलिए उस पर अन्य प्राणियों के कल्याण की जिम्मेदारी भी है। इसके साथ ही एक सिद्धांत बनाया कि मनुष्य के कर्म ही उसके सुख–दुख का कारण बनेंगे और श्रीमद्भगवद्गीता में श्री कृष्ण ने कर्म ही प्रधान बताया इसमें उसका कोई हस्तक्षेप नहीं होगा। वह तटस्थ भाव से केवल साक्षी और द्रष्टा रहेगा। सभी भारतीय दर्शन और धर्मशास्त्र इसी अवधारणा को मानते हैं। इसीलिए शास्त्रों में ईश्वर को सर्वत्र निर्विकार, निर्लिप्त, साक्षी और द्रष्टा कहा गया है। गीता में भगवान श्रीकृष्ण स्वयं कहते हैं कि मनुष्य अपना कर्म करते हुए ही जीवन में सिद्धि को प्राप्त करता है। यही ज्ञानयोग और भक्तियोग का भी आधार है।

अतः सुख–दुख, लाभ–हानि एवं यश–अपयश का कारण स्वयं मनुष्य के कर्म हैं। श्रीमद्भगवद्गीता एक पूजनीय ग्रंथ है जो भारत की सांस्कृतिक और ऐतिहासिक परंपरा में गहराई से अंतर्निहित है। इसकी प्राचीन उत्पत्ति और स्थायी प्रभाव इसे भारतीय संस्कृति की आधारशिला बनाते हैं। इस क्षेत्र में अनुसंधान इस समृद्ध सांस्कृतिक विरासत को संरक्षित और कायम रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। यह यथार्थ सत्य है और भौगोलिक सीमाओं से परे है। गीता की उत्पत्ति हजारों वर्ष पहले हुई और आज भी यह प्रासंगिक है, वर्तमान समय में सभी जगह गीता के ज्ञान को सर्वोपरि बताया गया है। आज के नव युवा अपनी प्रभावशीलता को बनाए रखने के लिए इसके ज्ञान को अपनाकर जीवन को सही दिशा में प्रबंधित करके किसी भी क्षेत्र में सफलता की नयी ऊँचाइयाँ हासिल कर सकते हैं और अपने राष्ट्र के विकास में अहम् भूमिका निभा सकते है। श्रीमद्भगवद्गीता आज की जटिल चुनौतियों और समाज में व्याप्त कई सारी बुराइयों का सामना करने की सामर्थ्य प्रदान करती है।

मुख्य शब्द– युवा, राष्ट्र, संपत्ति, सफलता, नागरिक, सामर्थ्य आध्यात्मिक, प्रभावशीलता, प्रबंधक, प्रबंधन एवं सशक्त।

Introduction

युवा राष्ट्र की संपत्ति हैं। उन्हें सही दिशा में निर्देशित करने से उनके व्यक्तित्व का विकास होता है। जिससे वे राष्ट्र के बेहतर नागरिक बनते हैं, जो आगे बढ़ने के साथ साथ एक बेहतर कल का निर्माण करने में सक्षम होते हैं। युवाओं की वर्तमान पीढ़ी वर्तमान में बहुत अधिक तनाव, चिंताओं और तमाम तरह की चुनौतियों का सामना कर रही है। जिससे वे कई तरह की मानसिक व शारीरिक बीमारियों से ग्रसित हो

eISSN 2583-6986
IDEALISTIC JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH IN PROGRESSIVE SPECTRUMS (IJARPS)
A MONTHLY, OPEN ACCESS, PEER REVIEWED (REFEREED) INTERNATIONAL JOURNAL
Volume 03, Issue 10, October 2024

रहे हैं। श्रीमद्भगवद्गीता में उल्लिखित शिक्षाओं का उपयोग उन्हें अपने जीवन को एक अलग दृष्टिकोण से देखने में मदद करने के लिए किया जा सकता है, जिससे उन्हें आध्यात्मिक रूप से समृद्ध किया जा सके और उन्हें उद्देश्यपूर्ण एवं सार्थक जीवन जीने के लिए प्रेरित किया जा सके।

जीवन का लक्ष्य– वर्तमान आधुनिक समय में लोग सोचते हैं कि ढेर सारा पैसा कमाना और उसका आनंद लेना ही जीवन का लक्ष्य है और वे सोचते हैं कि यही उन्हें जीवन में सुख दे सकता है। हम अपने जीवन में या तो पैसे के पीछे भागते हैं या फिर अपने प्रियजनों को जीवन में प्रसन्न रखने की कोशिश करते हैं। पैसा और भौतिक चीजें भले ही वर्तमान में हमें प्रसन्नता देती हों लेकिन जब ये भौतिक चीजें हमारे जीवन में नहीं होती हैं तो इनके अभाव में हमें दुख का अनुभव होता है। मानवीय रिश्तों का भी यही हाल है। जब तक ये रिश्ते आपके साथ हैं, तब तक ये आपको कुछ समय के लिए आनंद दे सकते हैं। लेकिन इन संबंधों के अभाव में हमें पीड़ा होती है। हम सभी जानते हैं कि हम इस दुनिया में अकेले आये हैं और अकेले ही इस दुनिया से जाना है।

इस संसार के मंच पर हम जो भी वस्तुएँ प्राप्त करते हैं या जो भी रिश्ते बनाते हैं वह आपके जन्म और मृत्यु के बीच का ही समय होता है। किसी दिन ये चीजें या रिश्ते इसी जीवन में आपका साथ छोड़ देंगे या अंततः आपको ये सब छोड़ना पड़ेगा।

"श्रेयान्स्वधर्मो विगुणः परधर्मात्स्वनुष्ठितात्।
स्वधर्मे निधनं श्रेयः परधर्मो भयावहः"।। 3ध्35।। (श्रीमद्भगवद्गीता)

भगवान श्री कृष्ण ने कहा है कि अपने निर्धारित कर्तव्यों का पालन करना, भले ही त्रुटिपूर्ण हो, दूसरे के कर्तव्यों को निभाने से कहीं बेहतर है। किसी के अपने कर्तव्यों को पूरा करने के दौरान नष्ट हो जाना दूसरे के कर्तव्यों में संलग्न होने से बेहतर है, क्योंकि दूसरे के रास्ते पर चलना समझदारी नहीं है। हमें अपने स्वविवेक का उपयोग करना श्रीमद्भगवद्गीता से सीखना चहिए।

अर्जुन को प्रेरित करने के लिए भगवान कृष्ण की बार–बार दी गई शिक्षाएँ गीता की एक अनोखी विधि है। मस्तिष्क को शिक्षा देने की यह पद्धति न केवल अत्यंत आकर्षक है, बल्कि सर्वाधिक प्रभावशाली भी है। अतः गीता सर्वमान्य व सार्वभौमिक है। "गीता" की एक और शिक्षा यह है कि अपना कर्म केवल कर्म के लिए करना चाहिए, उस कर्म से मिलने वाले फल की इच्छा किए बिना। इसका सीधा सा अर्थ है कि अपने कर्म में पूरे मनोयोग से संलंग्न होना या अपने कर्तव्य को करते समय किए गए कार्यों से उत्पन्न होने वाले परिणामों के बारे में सोचे बिना अपने काम में सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन करने के बारे मे ध्यान केंद्रित करते हुए मन को सृजनात्मक एवं रचनात्मक विचारों से परिपूर्ण रखना चाहिए, जिससे वह मनुष्य जन्म को सार्थक बना सकता है। महात्मा गांधी ने कहा था कि हम स्वयं वह कार्य करें जो हम दुनिया में देखना चाहते हैं। श्रीमद्भगवद्गीता में श्री कृष्ण सलाह देते हैं कि "हे अर्जुन, निस्संदेह मन चंचल है और उस पर काबू पाना कठिन है, लेकिन इसे परिश्रमी, अभ्यास और इंद्रिय भोग से वैराग्य द्वारा नियंत्रित किया जा सकता है।" कर्म में रत व्यक्ति कभी भी विकारों से ग्रसित नहीं होता। श्रीमद्भगवद्गीता सिखाती है कि व्यक्ति को पांच विकारों पर नियंत्रण रखना चाहिए, यह विकार हैं काम (वासना), क्रोध (क्रोध), लोभ (लालच), मोह (भावनात्मक लगाव) और अहंकार (अहंकार)। पांच विकारों से छुटकारा पाने से व्यक्ति को स्वयं पर विजय प्राप्त करने

eISSN 2583-6986
IDEALISTIC JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH IN PROGRESSIVE SPECTRUMS (IJARPS)
A MONTHLY, OPEN ACCESS, PEER REVIEWED (REFEREED) INTERNATIONAL JOURNAL
Volume 03, Issue 10, October 2024

में मदद मिलती है और विवेकपूर्ण तरीके से किसी भी समस्या का समाधान करने व निर्णय लेने की शक्ति मिलती है।

"योगस्थः कुरु कर्माणि संगम त्यक्त्वा धनंजय
सिद्धि–असिद्धयोह समो भूत्वा समत्वं योग उच्यते"।।2ध्48।।(श्रीमद्भगवद्गीता)

"हे अर्जुन, तुम आसक्ति रहित, योग में दृढ़, सफलता और असफलता में समचित्त होकर कर्म करते रहो।"

कर्मरत व्यक्ति हर चुनौती पर विजय प्राप्त कर सकता है। जब आप किसी चुनौती पर विजय प्राप्त करते हैं, तो यह जीवन में आपको सकारात्मकता की ओर ले जाती है और जीवन में उत्कृष्ट लक्ष्यों को प्राप्त करने में सहायता करती है। लेकिन यदि आप चुनौती के सामने आत्मसमर्पण कर देते हैं, तो यह आपके अंदर का आत्मविश्वास तोड़ देगी और जीवन में इससे पार पाना आपके लिए कठिन हो जाएगा।

श्रीमद्भगवद्गीता सिखाती है कि असामंजस्य के बीच भी देवत्व के साथ सामंजस्य कैसे स्थापित किया जाए। भगवान कृष्ण कहते हैं–

"परित्राणाय साधुनाम विनाशाय च दुष्कृताम
धर्म–संस्थापनार्थाय संभवामि युगे युगेश" ।।4ध्8।।(श्रीमद्भगवद्गीता)

श्री कृष्ण ने कहा पवित्र लोगों का उद्धार करने और दुष्टों का विनाश करने के लिए, साथ ही धर्म के सिद्धांतों को फिर से स्थापित करने के लिए, मैं स्वयं हर युग में प्रकट होता हूँ।

कर्मफल में बाधक तत्त्व– जब बच्चे व युवा वीडियो गेम खेलते हैं और टेलीविजन शो देखते हैं तब लगातार बदलते दृश्यों के कारण ध्यान भटकने व ध्यान केंद्रित करने में कठिनाई होती है और युवक जन अपने व्यक्तित्व विकास के लिए आवश्यक ध्यान व अनुशासन का पालन करने में असमर्थ होते हैं। एकाग्रता के लिए अवश्यक है कि प्रार्थना का अभ्यास करना, इस हद तक कि आप अपने आस–पास के वातावरण से लगभग अनजान हो जाए।

पश्चिमी दुनिया में शिक्षा का उद्देश्य राष्ट्र की आर्थिक समृद्धि प्रदान करना है। जबकि हमारे राष्ट्र में शिक्षा का लक्ष्य मानवता, तर्कसंगत, भावनाओं और इंद्रियों के प्रशिक्षण के माध्यम से मनुष्य के संपूर्ण व्यक्तित्व का संतुलित विकास होना चाहिए। सभी को दिया जाने वाला प्रशिक्षण ऐसा होना चाहिए कि उनके संपूर्ण व्यक्तित्व में विश्वास का संचार हो और उनमें भारत के प्रति भावनात्मक लगाव पैदा हो और वे अच्छे नेतृत्व गुणों का पालन करने में सक्षम हों।

हमें आज की युवा पीढ़ी को विदेशी विचारधाराओं का अनुयायी बनने के लिए नहीं, बल्कि ज्ञान, चरित्र और सकारात्मक कार्यों में अपनी उत्कृष्टता के माध्यम से पथप्रदर्शक की भूमिका निभाने के लिए तैयार करने की आवश्यकता है। बच्चों के व्यक्तित्व विकास में उसके माता–पिता एवं परिवार के अन्य सदस्य उनकी शिक्षा में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। प्रारंभिक बचपन की शिक्षा में माता–पिता की भूमिका अत्यधिक महत्वपूर्ण होती है मनुष्य का सीखना उसके जन्म से पहले माँ के गर्भ से ही शुरू हो जाता है इसका सबसे अच्छा उदहारण महाभारत में अभिमन्यु का है, जिन्होंने अपनी माँ उत्तरा के गर्भ में ही चक्रव्यूह में प्रवेश करना सीख लिया था और वर्तमान समय में भी गर्भ संस्कार पर कई अनुसंधान किये जा रहे हैं। सीखना जीवन के पहले दिनों में ही आरम्भ हो जाता है और जीवन पर्यन्त चलता रहता है। माता–पिता को अपने

eISSN 2583-6986
IDEALISTIC JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH IN PROGRESSIVE SPECTRUMS (IJARPS)
A MONTHLY, OPEN ACCESS, PEER REVIEWED (REFEREED) INTERNATIONAL JOURNAL
Volume 03, Issue 10, October 2024

बच्चों के साथ सार्थकतापूर्ण समय व्यतीत करते हुए उन्हें पढाई के साथ साथ जीवन में नैतिक मूल्य, संस्कार, व व्यक्तित्व विकास में आवश्यक बातों की शिक्षा देनी चाहिए क्योंकि व्यक्तित्व विकास की नींव बच्चों मे परिवार से बचपन में ही पड़ जाति है इसलिए माता–पिता को अच्छा वातावरण एवं संस्कार प्रदान करना चाहिए। बच्चों की शिक्षा और पालन–पोषण में माता–पिता की तरह परिवार की भूमिका भी महत्वपूर्ण मानी गई है।

कर्मफल पर चरित्र का प्रभाव– जैसे–जैसे बच्चे बड़े होते हैं शिक्षक, समुदाय के बुजुर्ग, उनके दोस्त बच्चे के चरित्र पर गहरा प्रभाव डालते हैं। अभिभावकों को अपने बच्चों के लिए सही स्कूल का चयन करना चाहिए। श्रव्य–दृश्य मीडिया जैसे टीवी, वीडियो, वीडियो गेम, फिल्में, इंटरनेट सहकर्मी दबाव व्यक्तित्व को बनाने व बिगाड़ने में प्रभावी भूमिका निभा सकते हैं। हमारे युवाओं को अच्छे मूल्यों के मार्ग पर रखने के लिए माता–पिता और समाज के अन्य वरिष्ठ लोगों की ओर से निरंतर प्रयास की आवश्यकता है। चरित्र शिक्षा, व्यवस्था और अनुशासन को बढ़ावा देना स्कूली शिक्षा के महत्वपूर्ण कदम हैं।

चुनौतियों का सामना– चुनौतियों का सामना करने का साहस रखना कमजोरियों पर विजय पाना है। जिसमें चुनौतियों का सामना करने का साहस होता है वह निश्चित ही उनका समाधान ढूंढने का प्रयास करता है और श्रीमद्भगवद्गीता हमें जीवन की हर चुनौती का सामना करने का साहस सिखाती है और हम श्रीमद्भगवद्गीता का अध्ययन कर इसके शाश्वत नियमों को अपनाकर जीवन के हर क्षेत्र में सफलता प्राप्त कर सकते हैं।

निष्कर्ष–

1. कर्मफल में श्रीमद्भगवद्गीता की उपयोगिता पर शोध हमारे समकालीन विश्व में गहरा और बहुमुखी महत्व रखता है। यह महत्व सांस्कृतिक और ऐतिहासिक क्षेत्रों से लेकर व्यक्तिगत विकास और नैतिक निर्णय लेने के मूल तक फैला हुआ है।

2. अपने मूल में, श्रीमद्भगवद्गीता सांस्कृतिक और ऐतिहासिक महत्व से परिपूर्ण एक प्रतिष्ठित प्राचीन ग्रंथ है। यह दार्शनिक और नैतिक शिक्षाओं को महत्वपूर्ण बनाने के साथ–साथ इनका प्रतिनिधित्व भी करती है।

3. श्रीमद्भगवद्गीता का ज्ञान पुरातन होने के साथ–साथ प्रासंगिक भी है। इस क्षेत्र में अनुसंधान इस सांस्कृतिक विरासत को संरक्षित और बढ़ावा देने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है, जिससे यह सुनिश्चित होता है कि यह आने वाली पीढ़ियों के लिए प्रासंगिक और सुलभ बना रहे।

4. श्रीमद्भगवद्गीता परिणामों या पुरस्कारों के प्रति लगाव के बिना, निःस्वार्थ भाव से अपने कर्तव्यों और जिम्मेदारियों को निभाने के महत्व पर जोर देती है। कर्म योग का अभ्यास करके, व्यक्ति अपने कार्यों के प्रति संतुलित दृष्टिकोण बनाए रख सकता है और परिणामों से संबंधित तनाव को कम कर सकता है।

5. धर्मग्रंथों के अनुसार मनुष्य को किए हुए शुभ या अशुभ कर्मों का फल अवश्य भोगना पड़ता है। कर्म का सिद्धांत अत्यंत कठिन है। जहां अच्छे कर्म व्यक्ति के जीवन को प्रगति की दिशा में ले जाते हैं, वहीं बुरे कर्म उसे पतन की ओर ले जाते हैं।

eISSN 2583-6986
IDEALISTIC JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH IN PROGRESSIVE SPECTRUMS (IJARPS)
A MONTHLY, OPEN ACCESS, PEER REVIEWED (REFEREED) INTERNATIONAL JOURNAL
Volume 03, Issue 10, October 2024

6. श्रीमद्भगवद्गीता का कर्मफल सिद्धांत जीवन प्रबंधन में अपनाने से अधिक संतुलित व उद्देश्यपूर्ण जीवन बनाया जा सकता है। श्रीमद्भगवद्गीता निर्णय लेने, चुनौतियों से निपटने और जीवन की जटिलताओं के बीच अंतर्दृष्टि प्रदान करती है।

संदर्भ सूची–

1. श्रीमद्भगवद्गीता – 3.35
2. श्रीमद्भगवद्गीता – 2.48
3. श्रीमद्भगवद्गीता दृ 4.8
4. गीता प्रवचन (1993) विनोबा भावे
5. संस्कृति–संजीवनी श्रीमद्भागवत् एवं गीता(1998) पं. श्री राम शर्मा आचार्य वाङ्मय
प्रकाशक–अखंड ज्योति संस्थान, मथुरा
6. व्यक्तित्व विकास हेतु उच्चस्तरीय साधनाएँ (2013) पं. श्री राम शर्मा आचार्य
7. श्रीमद्भगवद्गीता यथारूप (1983) स्वामी प्रभुपाद संस्थापकाचार्य
प्रकाशक– अंतरराष्ट्रीय कृष्ण भावनामृत संघ, गीतोपनिषदय भक्ति वेदांत पुस्तक ट्रस्ट
8. श्रीमद्भगवद्गीता
9. सं. दृ 2076, प्रकाशक एवं मुद्रक– गीता प्रेस, गोरखपुर
10. रस्तोगी, आर. (2017, 27 अक्टूबर)– श्रीमद्भगवद्गीता के सिद्धांत जिन्हें प्रत्येक प्रबंधक को अपनाना चाहिए।
11. मेरी गीता (2015) देवदत्त पटनायक
12. दीप त्रिवेदी, भगवद्गीता की सायकोलाजी पर एक अभूतपूर्व व्याख्या "मैं गीता हूँ ,आत्मन इनोवेशन प्रा.लि .मुंबई