ISSN: 3107-7102
Chaitanya Samvad Interdisciplinary Journal of Research
© CSIJR | Vol. 2 | Issue 1 | March 2026
Available online at: https://chaitanyasamvad.com/

श्रीमद्भगवद्गीता में प्रतिपादित जीवन प्रबंधन

डॉ. दीप्ति वाजपेयी
प्रोफेसर, संस्कृत विभाग, कु. मा. राजकीय महिला स्नातकोत्तर महाविद्यालय, बादलपुर, गौतमबुद्ध नगर

Received: 29/01/2026 | **Accepted**: 01/03/2026 | **Published**: 30/03/2026

सारांश

वेदों की सारभूत श्रीमद्भगवद्गीता हमारे जीवन की मार्ग-निर्देशिका है। गीता केवल धार्मिक ग्रंथ नहीं, बल्कि जीवन का व्यावहारिक मनोविज्ञान है, जो व्यक्ति को संकट की घड़ी में सही निर्णय लेने, आत्म-नियंत्रण बनाए रखने और नैतिकता का पालन करने की प्रेरणा देती है। इसमें प्रतिपादित निष्काम कर्म का सिद्धांत व्यक्ति को परिणाम की चिंता छोड़कर कर्म पर ध्यान केंद्रित करने की शिक्षा देता है, जिससे उसकी कार्यक्षमता और मानसिक संतुलन दोनों बढ़ते हैं। आत्म-नियंत्रण और इन्द्रिय संयम का संदेश आधुनिक Emotional Intelligence और Self-Discipline से मेल खाता है, जो आज के प्रतिस्पर्धी वातावरण में सफलता के लिए अनिवार्य हैं।

श्रीमद्भगवद्गीता का जीवन प्रबंधन दर्शन आधुनिक समय की चुनौतियों—जैसे तनाव, प्रतिस्पर्धा, नैतिक दुविधाएँ और नेतृत्व की जटिल परिस्थितियाँ—का समाधान प्रस्तुत करता है। इसे एक “आध्यात्मिक प्रबंधन ग्रंथ” माना जा सकता है, जो भारतीय दर्शन को वैश्विक प्रबंधन शिक्षा में महत्वपूर्ण योगदान देता है। गीता का संदेश आज भी उतना ही सार्थक है जितना महाभारत के युद्धक्षेत्र में था, क्योंकि यह मनुष्य को सिखाता है कि वास्तविक सफलता केवल बाहरी उपलब्धियों में नहीं, बल्कि कर्म की निष्ठा, आत्म-संयम और धर्म के पालन में निहित है।

मुख्य बिंदु [Keywords] – निष्काम कर्म, आत्म-नियंत्रण, नेतृत्व, मार्गदर्शन, निर्णय क्षमता,जीवन प्रबंधन.

प्रस्तावना

गीता केवल धार्मिक ग्रंथ नहीं, बल्कि जीवन का व्यावहारिक मार्गदर्शक है। अर्जुन के संकट और श्रीकृष्ण के उपदेश जीवन की चुनौतियों और उनके समाधान का प्रतीक हैं। आधुनिक युग में तनाव, प्रतिस्पर्धा और नैतिक संकटों के बीच गीता का जीवन प्रबंधन दर्शन अत्यंत प्रासंगिक है। गीता में नेतृत्व और मार्गदर्शन का सिद्धांत श्रीकृष्ण और अर्जुन के संवाद के माध्यम से स्पष्ट होता है, जो आधुनिक Transformational Leadership का आधार है। इसी प्रकार, नैतिकता और धर्म का संदेश गीता को केवल आध्यात्मिक ही नहीं, बल्कि सामाजिक और संगठनात्मक जीवन में भी प्रासंगिक बनाता है। आधुनिक कॉर्पोरेट जगत में इसे Corporate Governance और Ethical Management के रूप में देखा जा सकता है। निर्णय क्षमता का सिद्धांत व्यक्ति और संगठन दोनों को यह सिखाता है कि संकट की घड़ी में सही निर्णय लेना ही सफलता और संतुलन का आधार है।

निष्काम कर्म का सिद्धांत –

श्रीमद्भगवद्गीता का सबसे गहन और व्यावहारिक संदेश है निष्काम कर्म। जब श्रीकृष्ण अर्जुन को निष्काम कर्म का उपदेश देते हैं तो वे मनुष्य को यह समझा रहे होते हैं कि उसका अधिकार केवल कर्म करने में है, फल पर नहीं।

“कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन।
मा कर्मफलहेतुर्भूर्मा ते सङ्गोऽस्त्वकर्मणि॥[1]

इस श्लोक का मूल भाव यह है कि मनुष्य को अपने कर्तव्य का पालन पूरी निष्ठा और समर्पण के साथ करना चाहिए, लेकिन परिणाम की चिंता में उलझकर अपने कर्म से विमुख नहीं होना चाहिए।

फल की आसक्ति व्यक्ति को अस्थिर करती है, उसकी एकाग्रता को भंग करती है और उसे तनावग्रस्त बना देती है। दार्शनिक दृष्टि से यह सिद्धांत मनुष्य को कर्मशील बनाए रखता है। जब व्यक्ति परिणाम की चिंता छोड़ देता है, तो उसका ध्यान केवल कार्य पर केंद्रित होता है। यही एकाग्रता उसे उत्कृष्टता की ओर ले जाती है। मनोवैज्ञानिक दृष्टि से देखा जाए तो फल की चिंता ही तनाव और चिंता का मूल कारण है।

आधुनिक प्रबंधन विज्ञान में यह सिद्धांत अत्यंत प्रासंगिक है। किसी संगठन में यदि कर्मचारी केवल परिणाम की चिंता करें तो वे दबाव में आ जाते हैं और उनकी कार्यक्षमता घट जाती है। लेकिन यदि वे केवल अपने कार्य पर ध्यान दें, तो परिणाम स्वतः ही श्रेष्ठ होता है। यही कारण है कि निष्काम कर्म को *Goal-Oriented Work* और *Stress Management* का आधार माना जा सकता है। नेतृत्व के क्षेत्र में भी यह सिद्धांत महत्वपूर्ण है। एक अच्छा नेता अपनी टीम को प्रेरित करता है कि वे परिणाम की चिंता किए बिना अपना सर्वश्रेष्ठ दें। जब टीम का प्रत्येक सदस्य अपने कर्तव्य पर केंद्रित होता है, तो सामूहिक परिणाम उत्कृष्ट होता है ।

विद्यार्थी जीवन में भी यह सिद्धांत उतना ही उपयोगी है। विद्यार्थी यदि केवल परीक्षा परिणाम की चिंता करें तो वे तनावग्रस्त हो जाते हैं, लेकिन यदि वे अध्ययन पर ध्यान दें तो परिणाम स्वतः ही बेहतर होता है। परिवार और समाज में भी यदि व्यक्ति अपने कर्तव्यों को निष्ठा से निभाए, तो सुख और संतोष स्वतः प्राप्त होता है।

अतः निष्काम कर्म का सिद्धांत जीवन प्रबंधन का मूल आधार है। यह व्यक्ति को कर्मशील, निष्ठावान और संतुलित बनाता है। आधुनिक प्रबंधन विज्ञान में इसे कार्यकुशलता और मानसिक स्वास्थ्य के लिए अनिवार्य माना जा सकता है। गीता का यह संदेश आज भी उतना ही प्रासंगिक है क्योंकि यह मनुष्य को सिखाता है कि सफलता केवल परिणाम में नहीं, बल्कि कर्म की निष्ठा और समर्पण में निहित है।

आत्म-नियंत्रण और इन्द्रिय संयम

आत्म-नियंत्रण और इन्द्रिय संयम गीता का एक अत्यंत महत्वपूर्ण जीवन प्रबंधन सिद्धांत है। श्रीकृष्ण अर्जुन को समझाते हैं कि इन्द्रियों पर नियंत्रण ही वास्तविक सफलता का आधार है। गीता में कहा गया है कि जो व्यक्ति अपनी इन्द्रियों को संयमित कर लेता है, वही स्थिर बुद्धि वाला और सच्चा योगी कहलाता है।

"तानि सर्वाणि संयम्य युक्त आसीत मत्परः।
वशे हि यस्येन्द्रियाणि तस्य प्रज्ञा प्रतिष्ठिता ॥[2]

आत्म-नियंत्रण का अर्थ केवल इच्छाओं को दबाना नहीं है, बल्कि उन्हें सही दिशा में प्रवाहित करना है। जब मनुष्य अपनी इन्द्रियों और मन को नियंत्रित करता है, तो वह बाहरी परिस्थितियों से विचलित नहीं होता और अपने कर्तव्यों का पालन दृढ़ता से कर पाता है।

मनोवैज्ञानिक दृष्टि से आत्म-नियंत्रण का संबंध आधुनिक Emotional Intelligence और Self-Discipline से है। डैनियल गोलमैन ने अपनी पुस्तक Emotional Intelligence में बताया है कि भावनाओं पर नियंत्रण और उनका उचित उपयोग ही सफलता का मूल है । गीता का संदेश भी यही है कि जो व्यक्ति अपनी इच्छाओं और भावनाओं को नियंत्रित कर लेता है, वही जीवन में संतुलन और शांति प्राप्त करता है। आधुनिक प्रबंधन में आत्म-नियंत्रण का अत्यधिक महत्व है। एक नेता यदि अपनी भावनाओं को नियंत्रित कर लेता है, तो वह संकट की घड़ी में भी शांत रहकर सही निर्णय ले सकता है। यही गुण *Transformational Leadership* का आधार है । इसी प्रकार, विद्यार्थी यदि तनाव को संयमित कर अध्ययन पर ध्यान केंद्रित करें, तो वे सफलता प्राप्त करते हैं। परिवार और समाज में भी आत्म-नियंत्रण व्यक्ति को संतुलित और नैतिक जीवन जीने की प्रेरणा देता है।

नेतृत्व और मार्गदर्शन-

श्रीमद्भगवद्गीता में नेतृत्व और मार्गदर्शन का सिद्धांत अत्यंत स्पष्ट रूप से प्रतिपादित है। महाभारत के युद्धक्षेत्र में अर्जुन जब मोह और संशय से ग्रस्त होकर अपने कर्तव्य का पालन करने में असमर्थ हो जाता है, तब श्रीकृष्ण उसे मार्गदर्शन देते हैं। यह प्रसंग केवल धार्मिक या आध्यात्मिक नहीं है, बल्कि नेतृत्व का उत्कृष्ट उदाहरण भी है।

"अशोच्यानन्वशोचस्त्वं प्रज्ञावादांश्च भाषसे।
गतासूनगतासूंश्च नानुशोचन्ति पण्डिताः ॥[3]

गीता में श्रीकृष्ण ने अर्जुन को यह समझाया श्रीकृष्ण कहते हैं—तुम उन बातों पर शोक कर रहे हो जिन पर शोक करना उचित नहीं है, और फिर भी पंडितों जैसी बातें कर रहे हो। ज्ञानीजन न जीवितों के लिए शोक करते हैं, न मृतकों के लिए। इस श्लोक में स्पष्ट है कि सच्चा

नेता वह है जो अपने अनुयायियों को संकट की घड़ी में सही दिशा दिखाए। अर्जुन जब भ्रमित हो जाता है, तब श्रीकृष्ण उसे न केवल मार्गदर्शन देते हैं बल्कि उसके भीतर आत्मबल और कर्तव्यबोध भी जगाते हैं। यही नेतृत्व का उत्कृष्ट उदाहरण है।

दार्शनिक दृष्टि से देखा जाए तो नेतृत्व का अर्थ केवल आदेश देना नहीं है, बल्कि अनुयायियों को प्रेरित करना और उनके भीतर आत्मबल जगाना है। श्रीकृष्ण ने अर्जुन को केवल युद्ध करने का आदेश नहीं दिया, बल्कि उसे यह समझाया कि उसका धर्म क्या है और क्यों उसे अपने कर्तव्य का पालन करना चाहिए। इस प्रकार गीता नेतृत्व को नैतिकता और कर्तव्यबोध से जोड़ती है।

गैरी युकल ने अपनी पुस्तक Leadership in Organizations में कहा है कि एक सफल नेता वह है जो अपने अनुयायियों को प्रेरित करता है, उन्हें उच्च आदर्शों की ओर ले जाता है और उनके भीतर आत्मविश्वास जगाता । श्रीकृष्ण का अर्जुन को मार्गदर्शन देना इसी प्रकार का नेतृत्व है। उदाहरण के लिए, किसी संगठन में जब कर्मचारी किसी कठिन परियोजना से जूझ रहे हों, तो एक अच्छा नेतृत्व उन्हें केवल कार्य सौंपकर नहीं छोड़ देता, बल्कि उन्हें प्रेरित करता है, उनका आत्मविश्वास बढ़ाता है और उन्हें यह विश्वास दिलाता है कि वे सफलता प्राप्त कर सकते हैं।

व्यावहारिक जीवन में भी नेतृत्व और मार्गदर्शन का महत्व अत्यधिक है। परिवार में माता-पिता अपने बच्चों को सही दिशा दिखाते हैं, शिक्षक विद्यार्थियों को ज्ञान और प्रेरणा प्रदान करते हैं, और समाज में नेता जनता को नैतिकता और कर्तव्य का मार्ग दिखाते हैं। गीता का संदेश यही है कि सच्चा नेतृत्व केवल शक्ति या अधिकार से नहीं, बल्कि प्रेरणा, नैतिकता और मार्गदर्शन से स्थापित होता है। आधुनिक प्रबंधन में यह सिद्धांत संगठनात्मक सफलता और टीम वर्क का आधार है।

नैतिकता और धर्म-

श्रीमद्भगवद्गीता का मूल संदेश है कि धर्म पालन सर्वोपरि है। जब अर्जुन युद्धभूमि में मोह और करुणा से ग्रस्त होकर अपने कर्तव्य से विमुख होने लगता है, तब श्रीकृष्ण उसे यह समझाते हैं कि उसका धर्म एक क्षत्रिय के रूप में युद्ध करना है। गीता में धर्म का अर्थ केवल धार्मिक आचार नहीं, बल्कि कर्तव्य, नैतिकता और जीवन के मूल मूल्य हैं। श्रीकृष्ण कहते हैं कि व्यक्ति को अपने स्वधर्म का पालन करना चाहिए, चाहे वह कितना भी कठिन क्यों न हो, क्योंकि यही जीवन की सच्ची सफलता है

श्रेयान् स्वधर्मो विगुणः परधर्मात्स्वनुष्ठितात्।
स्वधर्मे निधनं श्रेयः परधर्मो भयावहः ॥[4]

दार्शनिक दृष्टि से धर्म का पालन जीवन को संतुलित और नैतिक बनाता है। धर्म व्यक्ति को यह सिखाता है कि उसका कर्तव्य केवल व्यक्तिगत लाभ के लिए नहीं, बल्कि समाज और व्यापक कल्याण के लिए है। गीता में धर्म का यह व्यापक दृष्टिकोण आधुनिक नैतिक दर्शन से मेल खाता है। महात्मा गांधी ने भी गीता को अपने जीवन का मार्गदर्शक माना और कहा कि धर्म का पालन ही सच्ची स्वतंत्रता और शांति का मार्ग है।

आधुनिक प्रबंधन विज्ञान में धर्म और नैतिकता महत्वपूर्ण है। किसी संगठन की सफलता केवल आर्थिक लाभ में नहीं, बल्कि नैतिक मूल्यों और सामाजिक उत्तरदायित्व में भी निहित है। कॉर्पोरेट जगत में इसे Corporate Governance और Ethical Management कहा जाता है। जब कोई संगठन अपने निर्णयों में नैतिकता को प्राथमिकता देता है, तो वह न केवल दीर्घकालिक सफलता प्राप्त करता है बल्कि समाज में विश्वास भी अर्जित करता है। उदाहरण के लिए, यदि कोई कंपनी पर्यावरण संरक्षण और सामाजिक कल्याण को अपने व्यवसाय का हिस्सा बनाती है, तो वह केवल लाभ ही नहीं कमाती, बल्कि समाज में सकारात्मक योगदान भी देती है।

व्यक्तिगत जीवन में भी धर्म और नैतिकता का पालन आवश्यक है। परिवार में व्यक्ति यदि अपने कर्तव्यों का पालन करता है, तो संबंध मजबूत होते हैं। समाज में यदि नागरिक अपने धर्म का पालन करते हैं, तो सामाजिक व्यवस्था स्थिर रहती है। गीता का संदेश यही है कि धर्म पालन से ही जीवन में संतुलन, शांति और सफलता प्राप्त होती है। आधुनिक प्रबंधन में यह सिद्धांत संगठनात्मक स्थिरता और सामाजिक उत्तरदायित्व का आधार है।

निर्णय क्षमता –

श्रीमद्भगवद्गीता में निर्णय क्षमता का सिद्धांत अत्यंत महत्वपूर्ण है। महाभारत के युद्धक्षेत्र में अर्जुन जब मोह और संशय से ग्रस्त होकर अपने कर्तव्य का पालन करने में असमर्थ हो जाता है, तब श्रीकृष्ण उसे सही निर्णय लेने की प्रेरणा देते हैं। गीता का संदेश है कि संकट की घड़ी में व्यक्ति को अपने धर्म और कर्तव्य के आधार पर निर्णय लेना चाहिए, न कि भावनाओं या मोह के आधार पर। श्रीकृष्ण ने अर्जुन को यह समझाया कि उसका धर्म एक क्षत्रिय के रूप में युद्ध करना है और यही उसका सच्चा कर्तव्य है

इति ते ज्ञानमाख्यातं गुह्याद्गुह्यतरं मया।

विमृश्यैतदशेषेण यथेच्छसि तथा कुरु॥[5]

दार्शनिक दृष्टि से निर्णय क्षमता का अर्थ है—सही और गलत का विवेक तथा परिस्थितियों के अनुसार उचित मार्ग चुनना। गीता में यह स्पष्ट किया गया है कि जो व्यक्ति आत्म-नियंत्रण और धर्म का पालन करता है, वही संकट की घड़ी में सही निर्णय ले सकता है। महात्मा गांधी ने भी गीता को अपने जीवन का मार्गदर्शक माना और कहा कि गीता ने उन्हें कठिन परिस्थितियों में सही निर्णय लेने की शक्ति प्रदान की।

आधुनिक प्रबंधन विज्ञान में निर्णय क्षमता अत्यधिक महत्वपूर्ण मानी जाती है। किसी संगठन में जब संकट उत्पन्न होता है, तो नेतृत्व की सबसे बड़ी परीक्षा उसकी निर्णय क्षमता होती है। एक सफल नेतृत्व वह है जो परिस्थितियों का विश्लेषण कर सही रणनीति अपनाता है। गैरी युकल ने अपनी पुस्तक Leadership in Organizations में कहा है कि निर्णय क्षमता नेतृत्व का मूल गुण है और यही संगठन की सफलता का आधार है। उदाहरण के लिए, किसी कंपनी को यदि आर्थिक संकट का सामना करना पड़े, तो उसके प्रबंधक को सही निर्णय लेना होगा—खर्चों में कटौती, संसाधनों का पुनर्वितरण या नई रणनीति अपनाना। यदि वह भावनाओं या दबाव में आकर गलत निर्णय लेता है, तो संगठन असफल हो सकता है।

व्यक्तिगत जीवन में भी निर्णय क्षमता का महत्व उतना ही है। विद्यार्थी को यह निर्णय लेना होता है कि उसे किस विषय में कितना अध्ययन करना है या समय प्रबंधन कैसे करना है, परिवार में व्यक्ति को यह तय करना होता है कि उसे किस प्रकार अपने कर्तव्यों का पालन करना है, और समाज में नागरिक को यह निर्णय करना होता है कि उसे नैतिकता और धर्म के आधार पर कौन-सा मार्ग चुनना है। गीता का संदेश यही है कि सही निर्णय वही है जो धर्म और कर्तव्य के अनुरूप हो। यह व्यक्ति और संगठन दोनों को यह सिखाता है कि संकट की घड़ी में सही निर्णय लेना ही सफलता और संतुलन का आधार है। आधुनिक प्रबंधन में यह सिद्धांत रणनीतिक सोच और समस्या समाधान का मूल है।

निष्कर्ष –

इस प्रकार श्रीमद्भगवद्गीता जीवन प्रबंधन का शाश्वत स्रोत है। भारतीय ज्ञान प्रवाह की अविरल धारा श्रीमद्भगवद्गीता का जीवन प्रबंधन दर्शन वर्तमान समय की जटिलताओं, दुविधाओं और नेतृत्व की चुनौतियों के लिए व्यावहारिक मार्गदर्शन प्रदान करता है। इसे निसंदेह एक "आध्यात्मिक प्रबंधन ग्रंथ" कहा जा सकता है, जो भारतीय चिंतन को वैश्विक प्रबंधन शिक्षा में विशिष्ट स्थान दिलाता है। गीता का संदेश यह है कि वास्तविक सफलता केवल बाहरी उपलब्धियों या भौतिक परिणामों में नहीं, बल्कि कर्म की निष्ठा, आत्म-संयम और धर्म पालन में निहित है। यही कारण है कि महाभारत के युद्धक्षेत्र में अर्जुन को दिया गया उपदेश आज भी उतना ही प्रासंगिक है जितना उस समय था। गीता के जीवन प्रबंधन के निर्देश सार्वभौमिक सर्वकालिक एवं सर्वांगीण है। इन्हें आत्मसात करना सफलता की सिद्धि का उद्घोष है।

संदर्भ सूची –

[1]. श्रीमद्भगवद्गीता, अध्याय 2, श्लोक 4

[2]. श्रीमद्भगवद्गीता, अध्याय 2, श्लोक 61

[3]. श्रीमद्भगवद्गीता, अध्याय 2, श्लोक 11

[4]. श्रीमद्भगवद्गीता, अध्याय 3, श्लोक 35

[5]. श्रीमद्भगवद्गीता, अध्याय 18, श्लोक 63

chaitanya samvad
Conscious Conversations | Meaningful Connections

Cite this Article:

दीप्ति वाजपेयी. (2026). श्रीमद्भगवद्गीता में प्रतिपादित जीवन प्रबंधन. Chaitanya Samvad Interdisciplinary Journal of Research, 2(1), 30–33.

Doi: *https://doi.org/10.65250/chaitanyasamvad.v2i1.4*

Journal URL: *https://chaitanyasamvad.com/*

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.