Shodhshauryam, International Scientific Refereed Research Journal
© 2022 SHISRRJ | Volume 5 | Issue 5 | ISSN : 2581- 6306

मनसः क्रियाप्रणाली श्रीमद्भगवद्गीता च

Jayanta Mandal

Research Scholar (PhD), University, Department of Sanskrit, Tilka Manjhi Bhagalpur University

Bhagalpur, Bihar, India

Article Info

Volume 5, Issue 5

Page Number : 43-49

Publication Issue :

September-October-2022

Article History

Accepted : 01 Sep 2022

Published : 20 Sep 2022

Abstract : The mind is the root causes of bondage and salvation. Immortal mind is the main reason of downgrades. Not making the right decision is the nature of the mind. Origin of internal conflicts like arguing, swoon is due to the mind. People are oblivious to the absence of the mind. Exercise and asceticism are essential to the servitude of the mind. Action should be taken for the purification of the mind. The way to purify the mind is stated in the Gita.The Gita says that the way to purify the mind is to do mental penance. If the will power is awakened then mental aging will come to an end.

Keywords - Nature of the mind, Ways to control of mind, Mental strength, Mental weakness, Loss of willpower, Mental purity.

'मन एव मनुष्याणां कारणं बन्धमोक्षयो:'[1]- सर्वेषामभिमतमस्ति यत् मन: हि बन्धनस्य मोक्ष्यस्य च मूलभूतकारणम् ।ज्ञानेन्द्रियाणि कर्मेन्द्रियाणि च मन:संयोगं विना कार्यं कर्तुं न शक्नुवन्ति ।सर्वाणि इन्द्रियाणि विषयाभिमुखानि करोति मन: ।सत्त्वगुणे स्थितं मन: परमात्माभिमुखं प्रति धावति ।रजोगुणे संस्थितं राजसिकं मन: मध्यमपन्थामवलम्ब्य चलति ,पुनर्जन्मस्य कारणं च भवति ।मन: यदि विषयासक्तं भवति तर्हि अमलिनं मन: अध: पातयति अर्थात् अधमयोनिमासादयति ।तदुक्तं भगवता -

उर्ध्वं गच्छति सत्त्वस्था मध्ये तिष्ठन्ति राजसा: ।
जघन्यगुणवृत्तिस्था अधो गच्छन्ति तामसा: ।।[2]

मनस: रूपम् – मनस्तु कामस्य , शङ्काया: वासनाया: , सन्देहस्य च उद्भवबीजं भवति । "सङ्कल्पविकल्पात्मकं मन:"(तर्कसङ्ग्रहे)। मन: सङ्कल्पविकल्पस्वरूपं वर्तते । "सुखदु:खाद्युपलब्धिसाधनं मन :" (तर्कसङ्ग्रहे)- मन: एव सुखसाधनं दु:खसाधनं च । मनस: स्वरूपे साङ्ख्यकारिकाकारेणोक्तम् -

उभयात्मक मत्र मन: संकल्पकमिन्द्रियं च साधर्म्यात् ।[3]

---

[1] विष्णुपुराणम् -6/7/18

[2] श्रीमद्भगवद्गीता-14/18

[3] साङ्ख्यकारिका-27

Copyright: © the author(s), publisher and licensee Technoscience Academy. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License, which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited

इन्द्रियवर्गेषु मनः उभयात्मकम्। ज्ञानेन्द्रियेषु ज्ञानेन्द्रियवत्, कर्मेन्द्रियेषु च कर्मेन्द्रियवत् आचरति मनः ।कथम् ? ज्ञानेन्द्रियाणां प्रवृत्तिं जनयति, कर्मेन्द्रियाणां च प्रवर्तनं करोति -तस्मात् मनः उभयात्मकम् । अनिर्णयात्मिका अवस्था मनसि एव उत्पद्यते । यथा युद्धावसरे अर्जुनस्य मनसि युद्धं करणीयं न करणीयं वेति अनिर्णयात्मिका वृत्तिः समुत्पन्ना । मनसः अवस्थानादेव आन्तरिक-संघर्षः, तर्क-वितर्कः, चिन्ता-मोहः मूर्च्छा इत्यादयः उत्पद्यन्ते । मनसः कारणेनैव व्याधय : उपजायन्ते । जन : अन्यमनस्क : दिशाशून्य :, किंकर्तव्यविमूढः जायते मनस : कारणात् ।

विषयं प्रति धावनशीलं मनः निरोद्धुं कठिनम् ।वस्तुतः मनसः मूलभूतः स्वभावः अपरिवर्तनीयः । भौतिकविषयेषु रमणं सुखानुभूतिं ग्रहणं कर्तुं तस्य स्वभावो तुरीये । तदुच्च्यते - "यज्जाग्रतो दूरमुपैति दैवन्तदुसुप्तस्य तथैवैति" ।[4]

जागृतावस्थायां सततं भ्रममाणमपि श्रान्तं न भवति । स्वप्नेषु च स्वप्नसृष्टिं रचयित्वा काल्पनिकान् भोगान् अनुभुङ्क्ते मनः । भोगासक्तं भोगाद् दूरीकर्तुं स्थिरं कर्तुं वायुरिव सुदुष्करं वर्तते । मुष्टौ वायुः निरोद्धुम् अशक्यः तथैव मनः एकाग्रं कर्तुं दुष्करं वर्तते । अशक्यं नास्ति किन्तु कष्टसाध्यं तु अवश्यं वर्तते । जागृतावस्थायां धनार्जने असक्तः चेदपि मानवः स्वप्ने धनभण्डारं प्राप्नोति । अतो मनस : निरोध : कठिनः एव ।

मननिरोधे उपायाः - अभ्यासः वैराग्यं च मनसः वशीकरणे आवश्यकम् - "अभ्यासवैराग्याभ्यां तन्निरोधः"[5]। बुभुक्षितस्य मनसः सहसा अवरोधनेन क्रोधं समुत्पादयति । कोधात् मोह : सञ्जायते , मोहात् भवति स्मृतिविभ्रमः, स्मृतिभ्रंशाद बुद्धिनाशः , बुद्धिनाशात् विनाशो जायते । अतः मनसः हठात् प्रतिरोधनं हानिकारकम् । अतः गीतायामुक्तम् -

शनै शनैरुपरमेद् बुद्धया धृतिगृहीतया ।
आत्मसंस्थं मनः कृत्वा न किञ्चिदपि चिन्तयेत् ।।
यतो यतो निश्चरति मनश्चञ्चलमस्थिरम् ।
ततस्ततो नियम्यैतदात्मन्येव वशं नयेत् ।।
प्रशान्तमनसं ह्येवं योगिनं सुखमुत्तमम् ।
उपैति शान्तरजसं ब्रह्मभूतमकल्मषम् ।।[6]

सनत्सुजातीयदर्शने कथितमस्ति - " क्रोधलोभौ च मृत्यूः " इति । क्रोधः अस्ति विनाशस्य कारणम् । क्रोधस्य कारणं मनः वर्तते । शनैः शनै : अभ्यास : करणीयः तेन मनः क्रोधं नोत्पादयेत् । अतः योगशास्त्रे उक्तंम् - "यथाभिमतध्यानाद्वा "।[7] मनसः स्थिरतानयितुम् अभिरुच्यनुसारं प्रयत्नः करणीयः । गीतायामपि भगवता उक्तम् -

अथ चित्तं समाधातुं न शक्नोषि मयि स्थिरम् ।
अभ्यासयोगेन ततो मामिच्छाप्तुं धनञ्जय " ।।[8]

अङ्गारस्य एकः प्रकारः एव रत्नम् । स्वर्णम् मृत्तिका एव । सांसारिकं सुखं क्षणिकम् । भोगेषु न अखण्डसुखं । उक्तं च -

---

4 शु.यजु.शिवसङ्कल्पसूक्तम्-1

5 यो.सू.समा.पा -12

6 श्रीमद्भगवद्गीता-6/25-27

7 यो.सू.स.पा-39

8 श्रीमद्भगवद्गीता-12/9

भोगे रोगभयं कुले च्युतिभयं वित्ते नृपालाद्भयम्
मौने दैन्यभयं बले रिपुभयं रूपे जराया भयम् ।
शास्त्रे वादभयं गुणे खलभयं काये कृतान्ताद्भयं
सर्वं वस्तु भयान्वितं भुवि नृणां वैराग्यमेवाभयम् ।।[9]

मित्रभावेन सम्बोधयामः चेत् मनः वशे भवितुं शक्नोति । "अभ्यासेन तु कौन्तेय वैराग्येण च गृह्यते " इति गीतावचनात् अभ्यासेन वशे न चेत् वैराग्येण तु मनः अवश्यं वशे भवितुं शक्नोति –

अभ्यासेऽप्यसमर्थोऽसि मत्कर्मपरमो भव ।[10]

मनोनिग्रहस्य उत्तमं साधनं अमृततत्त्वस्य आत्मतत्त्वस्य उपदेशः वर्तते । युद्धभूमौ विषादयुक्तः अर्जुनः कृष्णं प्रति मनसः चाञ्चल्यविषये पृच्छति –

चञ्चलं हि मनः कृष्ण प्रमाथि बलवद् दृढम् ।
तस्याहं निग्रहं मन्ये वायोरिव सुदुष्करम् ।।[11]

इन्द्रियाणि प्रसह्य मनोभ्रंशकानि सन्ति । तानि संयम्य वशीकृत्य परमात्मपरायणः सन् तिष्ठति तर्हि मनः स्थिरं भवति । यदि मन : शान्तं स्थिरं चेत् तस्यास्तित्वमेव न प्रतीयेत।

युञ्जन्नेव सदात्मानं योगी नियतमानसः ।
शान्तिं निर्वाणपरमां मत्संस्थामधिगच्छति ।।[12]

मनः अतिबलवद् वर्तते । शरीरं जीर्णं भवति, मनस्तु तरुणायते । शरीरं म्रियते , किन्तु मनः मृतं न म्रियते । पुनर्जन्मनि पूर्वभुक्तवासनाः गृहीत्वा संमिलितं भवति । विद्वांसमपि मनः चिन्तातुरं करोति । अर्जुनसदृशः महारथी योद्धा समराङ्गणे एवं ब्रूयात् – युद्धतत्परः शूरः शस्त्रं त्यजेत् , मोहात् कम्पमानो भवेत् । एतन्मनसः कारणाद्वर्तते –

गाण्डीवं स्रंसते हस्तात् त्वक्चैव परिदह्यते ।
न च शक्नोम्यवस्थातुं भ्रमतीव च मे मनः ।।[13]

मानसं प्रति शत्रुभावं स्थापयित्वा वयं वदामः 'वायोरिव सुदुष्करमि' इति । जन्मजन्मान्तरात् शरीरस्य विकासाय, , प्रतिष्ठाप्राप्त्यर्थं , विजयार्थं ,विद्यावृद्धये,सत्ताप्राप्तये, अहङ्कारपूर्त्यर्थं , धनसङ्ग्रहार्थं भयोत्पत्त्यर्थं च मनसः उपयोगः क्रियते । वयमेव मनः विषयं प्रति प्रेरयामः , पुनश्च वदामः – 'मन : स्थिरं भवेदिति शक्यं वा ?' कठिनम् अवश्यमेव अशक्यं तु नास्त्येव ।

मानसिकशक्तयः - मनुष्येषु अनेकाः उच्चप्रकारिकाः मानसिक्यः शक्तयः सुषुप्तावस्थायां विद्यमानायथाः भवन्त्येव । यथा– 1. संवेदनाशक्तिः 2.स्मरणशक्तिः 3.भावनाशक्तिः 4.मनीषाशक्तिः 5. सङ्कल्पशक्तिः 6. धारणाशक्तिः ।एवं मनः शक्तीनां भाण्डारः भवति । योग्यसाधनाद्द्वारा सुषुप्तानां मानसिकीनां शक्तीनां जागरणं कर्तुं शक्यते –

'स तु दीर्घकालनैरन्तर्यसत्कारासेवितो दृढभूमिः' ।[14]

---

[9] भर्तृहरिवैराग्यशतकम्

[10] श्रीमद्भगवद्गीता–12/10

[11] श्रीमद्भगवद्गीता–6/34

[12] श्रीमद्भगवद्गीता–6/15

[13] श्रीमद्भगवद्गीता–1/30

दृढश्रद्धा तथा नैरन्तर्यं अपि आवश्यकी –

'श्रद्धावान् लभते ज्ञानं तत्परो विजितेन्द्रिय:'[15]

द्रौपद्या ईश्वरप्रणिधानं कृतम् । ईश्वरस्मरणं कृतम् ।

'स्वल्पमप्यस्य धर्मस्य त्रायते महतो भयात् ।' [16]

इति वचनानुसारं स्वल्पस्य वस्त्रखण्डस्य प्रतिदानरूपम् अपरिमितस्य शाटिकावस्त्रस्य प्रदानं कृत्वा द्रौपद्या: रक्षणं कृतम् भगवता ।

'अभ्यासेऽप्यसमर्थोऽसि मत्कर्मपरमो भव ।'[17]

'मन्मना भव मद्भक्तो मद्याजी मां नमस्कुरु ।'[18]

इति गीतावचनात् ईश्वरप्रणिधानं मनस: भगवत्प्राप्त्यर्थं प्रणयनं वर्तते । 'चक्रवत् परिवर्तन्ते दु:खानि च सुखानि च'– इति नीतिवचनानुसारं सुखदु:खानां वारणम् अशक्यम् , किन्तु स्वात्मानं तादृशं निर्मापयेत् येन स: सुखदु:खात्मकं द्वन्द्वयुद्धं कर्तुं समर्थो भवेत् । 'न दैन्यं न पलायनम्' इति सिद्धान्तं पालयितुं तत्परो भवेत् ।

मानसिकी दुर्बलता –मानसिकी दुर्बलताकारणत: आध्यात्मिकी दुर्बलता भवति । मानसिकी दुर्बलता चेत् बौद्धिकी दुर्बलता जायते , बौद्धिकी दुर्बलतात: समायाति शारीरिकी दुर्बलता ।शारीरिकी दुर्बलता चेत् सामाजिकी दुर्बलता , जातिगता दुर्बलता भवति , परिणाम: युद्धे पराजय : । जातिगता दुर्बलता कार्पण्यदोषस्य कारणम् । अर्जुनस्य तथा स्थितिरभूत् , अतो पृच्छति – 'कार्पण्यदोषोपहतस्वभाव: पृच्छामित्वां धर्मसंमूढचेता: ।'[19]

विजयलाभार्थं प्रथमं निर्भयता भवेत् । भयभावनया शक्तिह्रासो जायते । बुद्धिर्भ्रान्ता भवति , भयं च मानसिक: व्यापार: वर्तते । कामक्रोधादय: मानसिकी व्यथा नित्यभक्तियोगेन भगवत्सेवया अनिष्टतत्त्वानि अर्थात् मनोमालिन्यं नष्टं जायते तदा भगवद्भक्तिर्भवति । यदा भगवद्भक्तिर्जायते तदा कामलोभादय: भावा: नश्यन्ति , मन: प्रसन्नं भवति । भगवत्तत्त्वस्य ज्ञानं जायते तदा –

भिद्यते हृदयग्रन्थिश्छिद्यन्ते सर्वसंशया : ।
क्षीयन्ते चास्य कर्माणि तस्मिन् दृष्टे परावरे ।।[20]

यदा भगवत्तत्त्वस्य ज्ञानं भवति तदा हृदयग्रन्थि: भिद्यते , संशया : छिन्दन्ते कर्माणि च क्षीयन्ते ।

इच्छाशक्ते: हानि: –इच्छाशक्ति: आवश्यकी जीवनं जीवितुम् । सततं चिन्तायुक्तश्चेत् तस्य प्रभाव : मुखाकृतौ अपि च व्यवहारेऽपि परिलक्ष्यते । कीटभ्रमरन्यायेन भयम् अनुभवन् क्रोधं वा प्रकटयन् चिन्तां वा कुर्वन् कार्यं करोति तादृशमेव फलं प्राप्नोति । क्रोधेन शक्तिसम्पादकग्रन्थिषु अनिष्ट: प्रभाव: दृश्यते ।

क्रोधाद्भवति सम्मोह: सम्मोहात्स्मृतिविभ्रम: ।

---

14 यो.सू.स.प–14

15 श्रीमद्भगवद्गीता–4/39

16 श्रीमद्भगवद्गीता–2/40

17 श्रीमद्भगवद्गीता–12/10

18 श्रीमद्भगवद्गीता–18/65

19 श्रीमद्भगवद्गीता–2/7

20 मुण्डकोपनिषत्–2/2/8

स्मृतिभ्रंशाद्बुद्धिनाशो बुद्धिनाशात्प्रणश्यति ।।[21]

चिन्तया जठरस्य कार्यं भयेन च हृदयस्य कार्यं विकृतं भवति । उक्तं च – 'चिन्तासमं नास्ति शरीरशोषणम्' इति । यथा व्यायामकरणे लाभो वा हानि: इति सन्देहभूर्वकम् अन्यजनस्य दृष्ट्वा हठात् व्यायामं कुर्यात् , विपरीत परिणाम जायते एव । अत: उक्तम् – ' श्रद्धया सत्यमाप्यते' (यजु-19) इति । सुखदु:खयोर्हेतु: कोऽपि न भवति , मन: एव सुखदु:खयोर्हेतु: अस्ति । तदुक्तम् –

ध्यायतो विषयान् पुंस: सङ्गस्तेषूपजायते ।
सङ्गात्सञ्जायते काम: कामात्क्रोधो ऽभिजायते ।।[22]
नायं जनो मे सुखदु:खहेतुर्न देवतात्मा ग्रहकर्मकाला: ।
मन: परं कारणमामनन्ति संसारचक्रं परिवर्तयेद् यत् ।।[23]

मानसिकी शुद्धता - मनस: शुद्धये कर्म सम्पादनीयम् । मनस: शुद्धये अनेके उपाया : गीतायां कथिता : सन्ति ।

मन: प्रसाद : सौम्यत्वं मौनमात्मविनिग्रह:।
भावसंशुद्धिरित्येतत् तपो मानसमुच्यते ।।[24]

अस्यार्थ: – मनस: प्रसन्नता , शान्तभाव: , भगवच्चिन्तनं , मनसो निग्रह: , अन्त: करणस्य पवित्रता इति मानसं तप: कथ्यते ।

श्रद्धया परया तप्तं तपस्तत्त्रिविधं नरै: ।
अफलाकाङ्क्षिभिर्युक्तै: सात्त्विकं परिचक्षते ।।[25]

अस्यार्थ: – परया श्रद्धया फलाशारहितं तप: तप्तं चेत् सात्त्विकं तप: भवति ।

पुन: –

बन्धुरात्मात्मनस्तस्य येनात्मैवात्मना जित: ।
अनात्मनस्तु शत्रुत्वे वर्तेतात्मैव शत्रुवत् ।।[26]

अस्यार्थ: – येन विवेकबुद्धया मन: जितं (वशीकृतम्) तस्यैव आत्मा (मन:) स्वस्य बन्धु: (सुखदायक:) वर्तते । अजितात्मन: = अवशीकृतमनस: । मन: शत्रुवत् शत्रुत्वे वर्तेत । येन मन : जितं शरीरं जीतम् इन्द्रियाणि जितानि स स्वयं स्वस्य मित्रमिति कथं च आत्मा अर्थात् मन: तस्य वशीकरणस्य फलमुच्यते । अत: उक्तम् –

जितात्मन: प्रशान्तस्य परमात्मा समाहित: ।
शीतोष्णसुखदु:खेषु तथा मानापमानयो: ।।[27]

अस्यार्थ: – शीतोष्णसुखदु:खेषु चिन्ताहर्षविक्षेपकारिषु तेषु तथा मानापमानयो: जितमनस: प्रशान्तस्य (पुरुषस्य) आत्मा (परमात्मा) परम् अधिकं समाहित: समाधियुक्त: भवति ।

---

[21] श्रीमद्भगवद्गीता-2/63
[22] श्रीमद्भगवद्गीता-2/62
[23] भाग्वतपुराणम् -11/23/43
[24] श्रीमद्भगवद्गीता-17/16
[25] श्रीमद्भगवद्गीता-17/17
[26] श्रीमद्भगवद्गीता-6/6
[27] श्रीमद्भगवद्गीता-6/7

मनसः व्याधिनिवृत्त्यर्थम् उपासना अर्थात् सत्कर्म सद्व्यवहारः सदाचारः सदाहारः इत्येते वर्तन्ते । मनसः शुद्धिविषये गीता मानसं तपः इति कथयति।

मनः प्रसादसौमत्यं मौनमात्मविनिग्रहः ।
भावसंशुद्धिरित्येतत् तपो मानसमुच्यते ।। [28]

शास्त्रेषु इन्द्रियाणां शुद्धिर्नास्ति । किन्तु मनस : बुद्धेश्च शुद्धिविचारः कृतः । आहारशुद्धे सत्त्वशुद्धिरिति सत्त्वम् अन्तःकरणमित्युच्यते , न तु इन्द्रियाणि । मनसः बुद्धेश्च उत्पत्तिः अन्नद्वारा भवति। बुद्धिमनसोः शुद्धयर्थम् आहारशुद्धिरपि आवश्यकी । अन्नं शुद्धं चेत् बीजं शुद्धम् ,बीजं शुद्धं चेत् फलं शुद्धं भवति ।अतः बुद्धिमनसोः बीजरूपम् अन्नमपि शुद्धम् आवश्यकं वर्तते । उक्तं च – 'यादृशं भक्षयेदन्नं बुद्धिर्भवति तादृशी,' 'युक्ताहारविहारस्ये'ति गीतायाम् आहारयोग्यत्वे च योगो दुःखहा भवतीति प्रतिपादितमस्ति ।

दीर्घजीवनस्याधारो मानसिकी प्रसन्नता – 'अहं वृद्धः अभवम् , अहं मां वृद्धं पश्यामि ' इति मानसिकअनुभूत्या उत्साहः क्षीणः भवति । तस्य जीवने वृद्धत्वस्य रेखाः मुखे दृश्यन्ते च । यदा कदा उत्साहः आत्मविश्वासश्च न भवति तदा शरीरे निर्बलता अनुभूयते ।

यदि वयं मन्यामहे 'वयसः प्रभावः ममोपरि वर्तते , वृद्धावस्था समागता ,तर्हि स्फूर्तिमुत्साहं च त्यजामः परिश्रमं च न कुर्मः । एतादृश्यां स्थित्यां रक्तप्रवाहः अवरुद्ध भवति । रुधिराभिसारिणी गतिः मन्दा भवति तर्हि वृद्धावस्थायाः चिह्नानि आकृतौ अभिलक्ष्यन्ते । एवमसमये वृद्धत्वं दृश्यते । यदि कश्चिद् वदेत् 'त्वं तु वृद्धः दृश्यसे ' तदा मनसि 'अहं युवास्मि' इति मन्तव्यम् । 'चरन् वै मधु विन्देत , चरैवेति चरैवेति' इति सततं क्रियाशीलत्वे लक्ष्यं प्राप्तुं शक्नोति , इति भावः । इच्छाशक्तेः शिखरं यमराजः आरोढुं न शक्नोति । वृद्धत्वेऽपि इच्छाशक्तिर्जागृता भवेत्तर्हि मानसिकं वृद्धत्वं नैवागच्छति ।

सन्दर्भग्रन्थसूची

1. श्रीमद्भगवद्गीता –अनन्तप्रसाद त्रिकमलाल वैष्णव : प्रका पाटण , गुजरात , द्वितीयावृत्ति : 199 4
2. श्रीमद्भगवद्गीता–जगदीशः चन्द्रः घोषः ,देवालय लाइब्रेरी ,आसामः,चतुर्थसंस्करणम् 2005 ख्रिः।
3. श्रीमद्भगवद्गीता – श्रीमच्छांकरभाष्येण , आनन्दगिरिकृतव्याख्यया च संवलिता तथा अभिनवगुप्ताचार्यव्याख्या , मधुसूदन सरस्वतीस्वामिकृ तगूढार्थदीपिकाव्याख्यासहिता , श्रीधर्मदत्तशर्मविरचित गूढार्थतत्त्वालोकेन युता च प्रका निर्णयसागर प्रेस , मुंबई , सन् 1992
4. श्रीमद्भगवद्गीता– आनन्दभाष्येण अर्थचन्द्रकया टीकया च सहिता ,गीतार्थसुधया गुह्यार्थदीपिकया च सहिता,प्रका–स्वामी श्रीबालकृष्णाचार्यः
5. भागवतपुराणम् –वेदव्यास ,गोरक्षपुरम्
6. ईशोपनिषत् –वाराणसी ,प्राच्यभारती ,1965 ख्रिः
7. योगसूत्रम् –पतञ्जलिः ,वारानसी ,1934ई

[28] श्रीमद्भगवद्गीता–7/6

8. Bhagavad-Gita (Goodhartha Deepika) – Madhusudana Sarasvati (Translated into English by Swami Gambhirananda), Advaita Ashrama, Kolkata.
9. Bhagavad-Gita (With the Commentary of Shankaracharya) – Swami Gambhirananda, Advaita Ashrama, Kolkata.
10. The Yoga Sutras of Patanjali: http://sanskritdocuments.org/all_pdf/yogasuutra_meaning.pdf.