

శ్రీ

Hari Om



Chinmaya Geeta Chanting Competition 2024

Chant...Study...Know..Live Chant Geeta Enchant Krishna



CHINMAYA MISSION

No.2,13th Avenue, Harrington Road, Chetpet, Chennai - 31.
Phone: 044-28363876, Mobile : 9940507126 / 6379798176

Email : chinmayageetachanting@gmail.com
Website : www.chinmayamissionchennai.com



GUIDELINES

1. Eligibility: Students of any school LKG to Std XII.
2. Portions: Geeta Chapter - 5 (Verses from 1 - 29). The Participants have to learn and chant them from memory.

GROUP	STANDARD / GRADES / CLASSES	PORTION
A	Nursery, Kindergarten (lower & Upper)	Verses 1 to 6
B	I & II	Verses 1 to 11
C	III & IV	Verses 1 to 16
D	V & VI	Verses 1 to 21 (Any 3 Verses meaning)
E	VII, VIII & IX	Verses 1 to 26 (Any 4 Verses meaning)
F	X, XI & XII	Verses 1 to 29 (Any 5 Verses meaning)

3. Entry Donation of Rs.20/- per participant. Learning kit containing the audio link and text of the shlokas of Chapter 5 in PDF have been posted on our website - www.chinmayamissionchennai.com
4. Learning :
 - a) Through trained teachers of your school.
 - b) Through Online Classes by Chinmaya Mission sevaks (details can be obtained from Chinmaya Mission Office)
 - c) Through self learning audio which can be downloaded from our website www.chinmayamissionchennai.com
5. Registration for the Preliminary Round will be open upto 31st August, 2024.
6. The Preliminary Round will be conducted from 1st September 2024 to 31st October 2024.
7. Mass Chanting of Chapter 5 will be conducted on 3rd August 2024 - Aradhana Day of His Holiness Swami Chinmayananda.
8. The All Tamilnadu Chinmaya Geeta Chanting Competition State level will continue in 2024. The date for the City level Finals, Super Finals & State Finals will be intimated through a separate communication at a later date.

Chapter - 5

श्री परमात्मने नमः

अथ पञ्चामोद्यायः

कर्मसन्न्यासयोगः

Om Śrī Paramātmanenamah

athapancamo' dhyāyah

karmasannyāsayoga

॥ ओम् श्रीं परमात्मनें नमः ॥

अत² पञ्च मौत⁴ यायः

कर्मसन्न्यासयोगः

(1)

अर्जुन उवाच

सन्न्यासं कर्मणां कृष्ण

पुनर्योगं च शंससि ।

यच्छ्रेय एतयोरेकं

तन्मे ब्रूहि सुनिश्चितम् ॥१॥

arjuna uvāca

sannyāsaṁ karmaṇām kṛṣṇa

punaryogaṁ ca śaṁsasi,

yacchreya etayorekaṁ

tanme brūhi suniścitat.

Arjuna said:

Renunciation of actions, O Kṛṣṇa, you praise and again yoga, performance of actions. Tell me conclusively that which is the better of the two.

அர்ஜுன உவாச |

ஸந்ந்யாஸம் கர்மணாம் க்ருஷ்ண

புநர்யோகம் ச ஶம்ஸலி |

யச்ச₂ ரேய ஏதயோரேகம்

தந்மே ப்ருஹி ஸாநிப்சிதம் || 1 ||

அர்ஜுனன் கூறினார்:

கிருஷ்ணா! கர்மங்களை விட்டு

விடுதலையும் மறுபடியும் கையாளு

தலையும் சொல்லுகிறீர். இவ்

விரண்டினுள் எது சிறந்ததோ,

அந்த ஒன்றை நிச்சயம் செய்து

எனக்குச் சொல்லும்.

(2)

श्रीभगवानुवाच

सन्न्यासः कर्मयोगश्च
निःश्रेयसकरावुभौ ।
तयोस्तु कर्मसन्न्यासात्
कर्मयोगो विशिष्यते ॥ २ ॥

śrībhagavānuvāca

sannyāsaḥ karmayogaśca
nihśreyasakarāvubhau,
tayostu karmasannyāsāt
karmayogo viśiṣyate.

The Lord said:

Renunciation of action and yoga of action both lead to the highest Bliss; but of the two, yoga of action is superior to the renunciation of action.

శ్రీ ప₄క₃వాన్మవాస |

సన్ధయాసః కర్మయోక్షంస
న్హిఃశ్రేయసకరావుపె₄ణ |
తయోస్తు కర్మసన్ధయాసాత
కర్మయోక్షావిపిషిష్యతే || 2 ||

శ్రీ పకవాణి కూర్మినార్:

కర్మతత్తత తుర్తతలుమ, కర్మతత్తత
అనుష్టతితలుమ (ఆకియ) ఇరణ్ణుమ
మెంమె అసిప్పవైయె.
ఆనాస ఇవ్విరణ్ణినుస కర్మ
సన్ధయాసతత్తత విట కర్మయోక్షమ
చిరున్తతు.

(3)

ज्ञेयः स नित्यसन्न्यासी
 यो न द्वेष्टि न काङ्क्षति ।
 निर्द्वन्द्वो हि महाबाहो
 सुखं बन्धात्प्रमुच्यते ॥ ३ ॥

jñeyah sa nityasannyāśī
 yo na dveṣṭi na kāṅkṣati,
 nirdvandvo hi mahābāho
 sukham bandhātpramucyate.

He should be known as a perpetual sannyāśī who neither hates nor desires; for, free from the pairs of opposites, O mighty-armed, he is easily set free from bondage.

ஜ்ஞேயः ஸ நித்யஸந்ந்யாஸீ
 யோ ந த்₃வேஷ்டி ந காங்க்ஷதி ।
 நிர்த்துவந்த்₃ வோ ஹி மஹாபாஹோ
 ஸக₂ம் பந்த₄ாத்பரமுச்யதே ॥ 3 ॥

பெருந்தோருடையவனே! எவன்
 எதையும் வெறுப்பதில்லையோ,
 விரும்புவதில்லையோ அவன் நித்ய
 ஸன்யாசி என்று அறியப்படு
 கிறான். ஏனென்றால் இருமைகள்
 அற்றவன் பந்தத்திலிருந்து எளிதில்
 விடுபடுகிறான்.

(4)

साङ्ख्ययोगौ पृथग्बाला:
 प्रवदन्ति न पण्डिताः ।
 एकमप्यास्थितः सम्यक्
 उभयोर्विन्दते फलम् ॥ ४ ॥

sāṅkhyayogau pṛthagbälāḥ
 pravadanti na paṇḍitāḥ,
 ekamapyāsthitaḥ samyak
 ubhayorvindate phalam.

Children, not the wise, speak of sāṅkhya (knowledge) and yoga (yoga of action) as distinct; he who is truly established even in one, obtains the fruits of both.

ஸாங்க்யயோகென ப்ருத்தக்பாலா:
 ப்ரவதந்தி ந பண்டிதா: ।
 ஏகமப்யாஸ்தி₂த: ஸம்யக்₃
 உப₄யோர்விந்த₃தேப₂லம் || 4 ||

முதிர்ச்சியற்றவர்கள் சாங்க்யம்,
 யோகம் இவைகளை வெவ்வேறான
 வைகள் என்று பேசுகிறார்கள்.
 பண்டிதர்கள் அப்படிப் பேசுவ
 தில்லை. ஒன்றையாவது நன்றாகப்
 பின்பற்றுபவன், இரண்டின்
 பலனையும் பெறுகிறான்.

(5)

यत्साङ्ख्यैः प्राप्यते स्थानं
 तद्योगैरपि गम्यते ।
 एकं साङ्क्षयं च योगं च
 यः पश्यति स पश्यति ॥ ५ ॥

yatsāṅkhyaiḥ prāpyate sthānam
 tadyogairapi gamyate,
 ekam sāṅkhyam ca yogam ca
 yaḥ paśyati sa paśyati.

That place which is reached by the sāṅkhyas (jñānīs) is also reached by the yogīs (karma-yogīs). He ‘sees’ who ‘sees’ sāṅkhya and yoga as one.

யத்ஸாங்க்ஷை: ப்ராப்யதே ஸ்தாநம்
 தத்தே யோகைரபி கம்யதே ।
 ஏகம் ஸாங்க்ஷம் ச யோகம் ச
 ய: பஸ்யதி ஸ பஸ்யதி

|| 5 ||

ஸாங்க்ஷர்களால் எந்த லக்ஷியம்
 அடையப்படுகிறதோ, யோகியர்
 களாலும் அந்த லக்ஷியம்
 அடையப்படுகிறது. ஸாங்கியத்
 தையும், யோகத்தையும் எவன்
 ஒன்றாகக் காண்கிறானோ அவன்
 உண்மையைக் காண்கிறான்.

(6)

सन्न्यासस्तु महाबाहो
दुःखमासुमयोगतः ।
योगयुक्तोमुनिर्ब्रह्म
नचिरेणाधिगच्छति ॥ ६ ॥

sannyāsastu mahābāho
duḥkhamāptumayogataḥ,
yogayukto munirbrahma
nacireṇādhigacchati.

But renunciation, O mighty-armed, is hard to attain without yoga; the yoga-harmonised man of (steady) contemplation quickly goes to Brahman.

ஸந்ந்யாஸஸ்து மஹாபாஹோ
து₃:க₂ மாப்துமயோகத:
யோக₃ யுக்தோ முனிர்ப்₃ரஹ்ம
நகிரேணாதி₄ க₃க்ச₂தி

|| 6 ||

தோள்வலிவுடையோனே! யோகம்
செய்யாது ஸன்யாஸத்தை அடைவது
கடினம். ஆனால் கர்மயோகம்
செய்கிற முனிவன் விரைவில்
பிரம்மத்தை அடைகிறான்.

(7)

योगयुक्तो विशुद्धात्मा
 विजितात्मा जितेन्द्रियः ।
 सर्वभूतात्मभूतात्मा
 कुर्वन्नपि न लिप्यते ॥ ७ ॥

yogayukto viśuddhātmā
 vijitātmā jitendriyah,
 sarvabhūtātmabhūtātmā
 kurvannapi na lipyate.

He who is devoted to the path of action, whose mind is quite pure, who has conquered the Self, who has subdued his senses, who realises his Self as the Self in all beings, though acting, is not tainted.

यो^३क्यु^३त्तेऽविश्वात्^३ता^४त्तमा
 विज्ञीतात्तमाज्ञीतेन्त्^३रियः ।
 सर्वपृष्ठात्तमपृष्ठात्तमा
 गुर्वन्नपि न लिप्यते

॥ ७ ॥

தூய மனத்துடன், உடலையும்,
 புலன்களையும் வென்று, எல்லா
 ஜீவன்களிடத்தும், தன் ஆத்மாவை
 கண்டு, கர்மயோக வழியில்
 செய்பவனுக்கு, அவன் செய்யும்
 கர்மம் ஓட்டுவது இல்லை.

(8)

नैव किञ्चित्करोमीति
 युक्तो मन्येत तत्त्ववित् ।
 पश्यञ्शृणवन्स्पृशञ्जिग्रन्
 अश्रनाच्छन्स्वपञ्चसन् ॥ ८ ॥

naiva kiñcitkaromīti
 yukto manyeta tattvavit,
 paśyañśṛṇvansprśañjighran
 aśnangacchansvapañśvasan.

I do nothing at all' thus would the harmonised knower of Truth think; seeing, hearing, touching, smelling, eating, going, sleeping, breathing,.....

நெவ கிஞ்சித்கரோமீதி
 யுக்தோ மந்யேத தத்வவித் |
 பஸ்யந் ஸ்ருண்வந் ஸ்ப்ருஸந் ஜிக் ரந்
 அஸ்ரந் க் சுந் ஸ்வபந் ஸ்வஸந் || 8 ||

ஆத்மாவில் நிலைத்துள்ள தத்வ ஞானி, பார்த்தாலும், கேட்டாலும், தொட்டாலும், முகர்ந்தாலும், அருந் தினாலும், நடந்தாலும், உறங்கி னாலும், சவாசித்தாலும், 'எதையும் நான் செய்வது இல்லை' என்று நினைப்பான்.

(9)

प्रलपन्विसृजनृङ्गन्
उन्मिषन्निमिषन्नपि ।
इन्द्रियाणीन्द्रियार्थेषु
वर्तन्त इति धारयन् ॥ ९ ॥

pralapanvisrjangṛhṇan
unmiṣannimimiṣannapi,
indriyāṅgīndriyārtheṣu
vartanta iti dhārayan.

*Speaking, letting go, seizing, opening and closing the eyes:
convinced that the senses move among the sense objects.*

பரலபந் விஸ்ருஜந் கூருஹ்னந்
உந்மிஷந் நிமிஷந்நபி ।
இந்த₃ ரியாணீந்த₃ ரியார்தே₂கூ
வர்தந்த இதி த₄ாரயந்

பேசினாலும், கழித்தாலும், பிடித்
தாலும், கண் விழித்தாலும், கண்
முடினாலும் கூட, புலன்கள் உலகப்
பொருட்களில் இயங்குகின்றன
என்று உணர்ந்து கொள்கிறான்.

|| 9 ||

(10)

ब्रह्मण्याधाय कर्माणि
 सङ्गं त्यक्त्वा करोति यः ।
 लिप्यते न स पापेन
 पद्मपत्रमिवाभ्सा ॥ १० ॥

brahmaṇyādhāya karmāṇi
 saṅgam tyaktvā karoti yah,
 lipyate na sa pāpena
 padmapatramivāmbhasā.

He who does actions, offering them to Brahman, abandoning attachment, is not tainted by sin, just as a lotus leaf remains unaffected by the water on it.

ப்_ரஹ்மண்யாத்_ாய கர்மாணி
 ஸங்க_ம் த்யக்த்வா கரோதி ய: |
 விப்யதே ந ஸ பாபேந
 பத்_மபத்ரமிவாம்ப_ஸா || 10 ||

யார் பிரம்மத்தில் அடைக்கலம்
 அடைந்தவனாய், பற்றுதலைத்
 துறந்து, கர்மங்களை செய்கிறானோ,
 அவன் நீரில் தாமரை இலை
 போன்று பாபத்தால் பந்தப்படுவ
 தில்லை.

(11)

कायेन मनसा बुद्ध्या
 केवलैरिन्द्रियैरपि ।
 योगिनः कर्म कुर्वन्ति
 सङ्गं त्यक्त्वात्मशुद्धये ॥ ११ ॥

kāyena manasā buddhyā
 kevalairindriyairapi,
 yoginah karma kurvanti
 saṅgam tyaktvātmaśuddhaye.

Yogis, having abandoned attachment, perform actions merely by the body, mind, intellect and senses, for the purification of the self (ego).

காயேந மநஸா புத்தத் யா
 கேவலைரிந்த்தி யெரபி ।
 யோகி₃ந: கர்ம குர்வந்தி
 ஸங்க₃ம் த்யக்த்வாத்மஸாத்த₄ யே

யோகிகள், பற்றைத் துறந்து
 உள்ளத் தூய்மைக்காக வெறும்
 உடலால், மனதால், புத்தியால்,
 இந்திரியங்களால் கர்மம்
 செய்கிறார்கள்.

|| 11 ||

(12)

युक्तः कर्मफलं त्यक्त्वा
 शान्तिमाप्नोति नैष्ठिकीम् ।
 अयुक्तः कामकारेण
 फले सक्तो निबध्यते ॥ १२ ॥

yuktaḥ karmaphalam tyaktvā
 śāntimāpnoti naiṣṭhikīm,
 ayuktaḥ kāmakāreṇa
 phale sakto nibadhyate.

The united one (the well-poised or the harmonised), having abandoned the fruit of action, attains eternal peace; the non-united (the unsteady or the unbalanced), impelled by desire and attached to the fruit, is bound.

युक्तः कर्मप₂लम् त्यक्त्वा
 शान्तिमाप्नोति नैष्ठिकीम् ।
 अयुक्तः कामकारेण
 प₂ले सक्तेऽनिपत्त्यते ॥ 12 ॥

கர்மயோகி கர்மபலனில் பற்றற்று,
 நிஷ்டையிலிருந்து வருகிற
 அமைதியை அடைகிறான். கர்ம
 யோகம் செய்யாதவன் ஆசையால்
 தூண்டப்பட்டு பலனில் பற்றுடைய
 வனாகி பந்தப்படுகிறான்.

(13)

सर्वकर्माणि मनसा
 सन्न्यस्यास्ते सुखं वशी ।
 नवद्वारे पुरे देही
 नैव कुर्वन्ते कारयन् ॥ १३ ॥

sarvakarmāṇi manasā
 sannyasyāste sukham vaśī,
 navadvāre pure dehī
 naive kurvanna kārayan.

Mentally renouncing all actions and fully self-controlled, the ‘embodied’ one rests happily in the nine gate city, neither acting nor causing others (body and senses) to act.

ஸர்வகர்மாணி மநஸா
 ஸந்ந்யஸ்யாஸ்தே ஸாக₂ம் வஸீ |
 நவத்³வாரே புரே தே₃ஹீ
 னைவ குர்வந்ந காரயந்

|| 13 ||

இந்திரியங்களை வசப்படுத்திய
 தேகியானவன், எல்லா கர்மங்
 களையும் விவேகத்தால் விலக்கி
 விட்டு, ஏதும் செய்யாதவனாக
 ஒன்றும் செய்விக்காதவனாக ஒன்பது
 துவாரங்களை உடைய உடலில்
 சுகமாக வீற்றிருக்கிறான்.

(14)

न कर्तृत्वं न कर्माणि
 लोकस्य सृजति प्रभुः ।
 न कर्मफलसंयोगं
 स्वभावस्तु प्रवर्तते ॥ १४ ॥

na kartṛtvam na karmāṇi
 lokasya srjati prabhuḥ,
 na karmaphalasanyogam
 svabhāvastu pravartate.

Neither agency nor actions does the Lord create for the world, nor union with the fruits of actions. But it is nature that acts.

ந கர்த்ருத்வம் ந கர்மாணி
 லோகஸ்ய ஸ்ருஜதி ப்ரபு: ।
 ந கர்ம ப₂ லஸம்யோக₃ ம்
 ஸ்வப₄ாவஸ்து ப்ரவர்ததே ॥ 14 ॥

பரமாத்மா உலகத்துக்கு செய்பவன்
 எனும் கருத்தை உண்டு பண்ணுவ
 தில்லை. கர்மங்களை உண்டு
 பண்ணுவதில்லை. கர்ம பலனோடு
 சேர்த்து வைத்தலையும் உண்டு
 பண்ணுவதில்லை. இயற்கைதான்
 இவ்வாறு செய்கிறது.

(15)

नादते कस्यचित्पापं
 न चैव सुकृतं विभुः ।
 अज्ञानेनावृतं ज्ञानं
 तेन मुह्यन्ति जन्तवः ॥ १५ ॥

nādatte kasyacitpāpam
 na caiva sukṛtam vibhuḥ,
 ajñānenāvṛtam jñānam
 tena muhyanti jantavah.

The Lord takes neither the demerit nor even the merit of any; knowledge is enveloped by ignorance, thereby beings are deluded.

நாதத்தே கஸ்யசித்பாபம்
 ந சைவ ஸாக்ருதம் விபு:
 அஜ்ஞாநோநாவருதம் ஜ்ஞாநம்
 தேந முஹ்யந்தி ஜ்ஞந்தவः ॥ 15 ॥

எங்கும் நிறைந்துள்ள ஆக்மா
 ஒருவனுடைய பாபத்தை ஏற்ப
 தில்லை. புண்ணியத்தையும் ஏற்ப
 தில்லை. அக்ஞானத்தினால் ஞான
 மானது மறைக்கப்பட்டிருக்கிறது.
 அதனால் உயிர்கள் மோகமடை
 கின்றன.

(16)

ज्ञानेन तु तदज्ञानं
 येषां नाशितमात्मनः ।
 तेषामादित्यवज्ञानं
 प्रकाशयति तत्परम् ॥ १६ ॥

jñānenā tu tadajñānam
 yeṣām nāśitamātmanah,
 teṣāmādityavajjñānam
 prakāśayati tatparam.

But to those whose ignorance is destroyed by the knowledge of the Self, like the sun, to them Knowledge reveals the Supreme (Brahman).

ज्ञानोनेन तु तत्त्वज्ञानम्
 येषाम् नापशीतमात्मनः ।
 तेषामात्मात्मात्मनः ।
 प्रकाशयति तत्परम्

|| 16 ||

ஆனால், யாருடைய அந்த
 அக்ஞானம், ஆத்மாவைப் பற்றிய
 ஞானத்தால் அழிக்கப்படுகிறதோ,
 அவர்களுக்கு ஆத்மஞானம்
 சூரியனைப் போன்று, அந்த
 பரமாத்மாவை பிரகாசிக்கச்
 செய்கிறது.

(17)

तद्बुद्ध्यस्तदात्मानः
तन्निष्ठास्तत्परायणाः ।
गच्छन्त्यपुनरावृत्तिं
ज्ञाननिर्धूतकल्मषाः ॥ १७ ॥

tadbuddhayastadātmānāḥ
tannīṣṭhāstatparāyaṇāḥ,
gacchantyapunarāvṛttim
jñānananirdhūtakalmaśāḥ.

Intellect absorbed in That, their Self being That, established in That, with That for their supreme goal, they go whence there is no return, their sins dispelled by Knowledge.

तत्₃पुत्रत्₃ यस्तत्₃ात्मानस्
तन्निष्ठट्₂ास्तत्परायणाः ।
कुच्चन्त्यपुनरावृत्तिम्
ज्ञानाननीर्तुतकल्मषाः ॥ 17 ॥

அதிலேயே புத்தியை வைப்ப
வர்கள், அதையே தங்கள் ஆத்ம
சொருபமாக கொண்டவர்கள்,
அதிலேயே உறுதியாயிருப்பவர்கள்,
அதையே புகலிடமாகக் கொண்ட
வர்கள், ஞானத்தால் பாபங்களைப்
போக்கியவர்கள், மறுபடி
பிறவாமையை அடைகிறார்கள்.

(18)

विद्याविनयसम्पन्ने
 ब्राह्मणे गवि हस्तिनि ।
 शुनि चैव श्वपाके च
 पण्डिताः समदर्शिनः ॥ १८ ॥

vidyāvinayasampanne
 brāhmaṇe gavi hastini,
 śuni caiva śvapāke ca
 paṇḍitāḥ samadarśināḥ.

Sages look with an equal eye upon a brāhmaṇa endowed with learning and humility, on a cow, on an elephant, even on a dog and an outcaste.

வித்யாவிநயஸம்பந்நே
 புராணமனோ கி ஹஸ்திநி ।
 ஶாநி சைவ ஶ்வபாகே ச
 பண்டிதா: ஸமதுர்சிந: || 18 ||

ஞானிகள், கல்வியும் பணியும் பொருந்திய பிராம்மனனிடத்திலும், பசுவினிடத்திலும், யானையிடத்திலும், நாயினிடத்திலும், நாயை சமைத்து உண்பவனிடத்திலும், சமதிருஷ்டி உடையவர்களாகவே இருக்கிறார்கள்.

(19)

इहैव तैर्जितः सर्गः
येषां साम्ये स्थितं मनः ।
निर्दोषं हि समं ब्रह्म
तस्माद्ब्रह्मणि ते स्थिताः ॥ १९ ॥

ihaiava tairjitat̄ sargah
yeṣāṁ sāmye sthitam̄ manah,
nirdoṣam̄ hi samam̄ brahma
tasmādbrahmaṇi te sthitāḥ

Even here (in this world) birth (everything) is overcome by those whose minds rest in equality. Brahman is spotless indeed and equal, therefore, they are established in Brahman.

இவைவ தொஞ்சித: ஸர்கே₃
யேஷாம் ஸாம்யே ஸ்தி₂தம் மந: |
நிர்தே₃ாஷம் ஹி ஸமம் ப்₃ரஹ்ம
தஸ்மாத்₃ப்₃ரஹ்மணி தே ஸ்தி₂தா:
|| 19 ||

எவர்களது மனமானது சமநிலையில் உறுதியாயிருக்கிறதோ, அவர்களால் இம்மையிலையே பிறப்பு இறப்பு வெல்லப்பட்டது. உண்மையில் பிரம்மம் சமமானது, தோஷமற்றது. ஆகையால் அவர்கள் பிரம்மத்தில் நிலைத்திருக்கிறார்கள்.

(20)

न प्रहृष्टेत्प्रियं प्राप्य
 नोद्विजेत्प्राप्य चाप्रियम् ।
 स्थिरबुद्धिरसमूढः
 ब्रह्मविद् ब्रह्मणि स्थितः ॥ २० ॥

na prahṛṣyetpriyam prāpya
 nodvijetprāpya cāpriyam,
 sthirabuddhiraśammūḍhah,
 brahmavid brahmaṇi sthitah.

Resting in Brahman, with steady intellect and undeluded, the knower of Brahman neither rejoices on obtaining what is pleasant, nor grieves on obtaining what is unpleasant.

न परम्परुष्टयेत् परियम् पराप्य
 नोर्त₃विज्ञेत् पराप्य चापरियम् ।
 स्तीरपुत्रतीरसम्मुटे₄ा
 परम्परमवित्₃ परम्पराणि स्तीतः
 || 20 ||

பிரம்மத்தை அறிந்தவன், பிரம்மத்தில்
 நிலைபெற்றவன், உறுதியான
 அறிவுடையவன், மனக்குழப்ப
 மடையாதவன், பிரியமானதை
 அடைந்து மகிழ்வடைவதில்லை,
 பிரியமற்றதை அடைந்து துன்ப
 மடைவதில்லை.

(21)

बाह्यस्पर्शेष्वसक्तात्मा
 विन्दत्यात्मनि यत्सुखम् ।
 स ब्रह्मयोगयुक्तात्मा
 सुखमक्षयमश्रुते ॥ २१ ॥

bāhyasparśeṣvasaktātmā
 vindatyātmanī yatsukham,
 sa brahmayogayuktātmā
 sukhamakṣayamaśnute.

With the self unattached to external contacts, he finds happiness in the Self; with the self engaged in the meditation of Brahman, he attains endless happiness.

பாஹ்யஸ்பர்ஶேஷ்வ ஸக்தாத்மா
 விந்த₃த்யாத்மநி யத்ஸாக₂ம் ।
 ஸ ப்₃ரஹ்மயோக₃யுக்தாத்மா
 ஸாக₂மக்ஷயமஸ்ரநுதே || 21 ||

வெளி விஷயங்களில் மனப்
 பற்றில்லாதவன், ஆத்மாவில்
 எந்த சுகத்தை அடைகிறானோ,
 அவன் பிரம்ம ஸமாதியில்
 நிலைத்திருந்து அந்த அழியாத
 சுகத்தை அடைகிறான்.

(22)

ये हि संस्पर्शजा भोगाः
दुःखयोनय एव ते ।
आद्यन्तवन्तः कौन्तेय
न तेषु रमते बुधः ॥ २२ ॥

ye hi samsparsajā bhogāḥ
duḥkhayonaya eva te,
ādyantavantaḥ kaunteya
na teṣu ramate budhaḥ.

The enjoyments that are born of contacts are only generators of pain, for they have a beginning and an end. O son of Kuntī, the wise do not rejoice in them.

யே ஹி ஸம்ஸ்பர்ஶஜா போகா₄
து₃:க₂ யோநய ஏவ தே ।
ஆத₃ யந்தவந்த: கெளந்தேய
நதேஷா ரமதே புத:₄

|| 22 ||

குந்தியின் மைந்தா! எவை
உண்மையில் இந்திரிய விஷயங்
களில் தோன்றிய போகங்களோ,
அவைகள் துக்கத்திற்கு பிறப்பிட
மானவை. ஆதியும் அந்தமும்
உடையவை. ஞானிகள் அவை
களில் இன்புறுவதில்லை.

(23)

शक्रोतीहैव यः सोदुं
 प्राक्शरीरविमोक्षणात् ।
 कामक्रोधोद्भवं वेगं
 स युक्तः स सुखी नरः ॥ २३ ॥

śaknotīhaiva yaḥ soḍhum
 prākśarīravimokṣaṇāt,
 kāmakrodhodbhavam vegam
 sa yuktaḥ sa sukhī naraḥ.

He who is able, while still here (in this world) to withstand, before the Liberation from the body (death), the impulse born out of desire and anger; he is a yogī, he is a happy man.

सप्तनेत्रात्तेल्लेव यः लोगु_४ म
 प्राक्शरीर विमोक्षणात् ।
 कामकरोद्भौति_३ प वम् वेकु_३ म
 स युक्तः स लक्ष्मी_२ नरः ॥ २३ ॥

யார் உடலை விடுவதற்கு முன்பு, ஆசை, கோபம் இவைகளால் உண்டாகும் வேகத்தை இம்மையிலே கட்டுப்படுத்த வல்லவனோ, அவன் யோகி. அவன் ஆனந்தமான மனிதன்.

(24)

योऽन्तःसुखोऽन्तरारामः
 तथान्तर्ज्योतिरेव यः ।
 स योगी ब्रह्मनिर्वाणं
 ब्रह्मभूतोऽधिगच्छति ॥ २४ ॥

yo'ntahsukho' ntarārāmaḥ
 tathāntarjyotireva yah,
 sa yogī brahmanirvāṇam
 brahmabhūto'dhigacchati.

He who is happy within, who rejoices within, who is illuminated within, that yogī attains ‘absolute freedom’ or mokṣa, himself becoming Brahman.

योऽन्तःसौके_२ ान्तरारामस्
 तत्त_२ान्तरज्ज्योतिरेव यः ।
 स योक्ती_३ प्ररूपमन्तिर्वाणम्
 प्ररूपमप्तु_४ तेऽन्ति_४ क_३स_२ति ॥ २४ ॥

எவன் ஆத்மாவில் சகிக்கிறானோ,
 ஆத்மாவில் விளையாடுகிறோனோ
 மேலும் யார் உள்ளொளி காண்
 கிறானோ, அந்த யோகியே பிரம்ம
 சொருபமாகி பிரம்ம நிர்வாணத்தை
 அடைகிறான்.

(25)

लभन्ते ब्रह्मनिर्वाणम्
 त्रुषयः क्षीणकल्मषाः ।
 छिन्नद्वैधा यतात्मानः
 सर्वभूतहिते रताः ॥ २५ ॥

labhante brahmanirvāṇam
 ṛṣayah kṣīṇakalmaśāḥ,
 chinnadvaidhā yatātmānah
 sarvabhūtahite ratāḥ.

Those rishis obtain absolute freedom or mokṣa, whose sins have been destroyed, whose dualities are torn asunder, who are self-controlled and intent on the welfare of all beings.

लप₄न्तेऽप्त्ति रथ्मनिर्वाणम्
 गुषयः कष्टिणकल्मषाः ।
 कीन्नन्तवैवत्ता यतात्मानः
 सर्वपृथिवीते रताः ॥ २५ ॥

பாவங்களைப் போக்கிக் கொண்ட
 வர்களும், சந்தேகங்களை அகற்றிய
 வர்களும், இந்திரியங்களை வென்ற
 வர்களும், எல்லா உயிர்களின்
 நன்மையில் மகிழ்ச்சி அடைகின்ற
 வர்களுமான ரிஷிகள் பிரம்ம
 நிர்வாணத்தை அடைகிறார்கள்.

(26)

कामक्रोधवियुक्तानां
 यतीनां यतचेतसाम् ।
 अभितो ब्रह्मनिर्वाणं
 वर्तते विदितात्मनाम् ॥ २६ ॥

kāmakrodhavyuktānām
 yatīnām yatacetasām,
 abhito brahmanirvāṇam
 vartate vidiṭātmanām.

Absolute freedom (or Brāhmika Bliss) exists on all sides for those self-controlled ascetics, who are free from desires and anger; who have controlled their thoughts and who have realised the Self.

காமக்ரோதுவியுக்தாநாம்
 யதீநாம் யதசேதஸாம் ।
 அபி₄ தோ ப்ரஹ்மநிர்வாணம்
 வர்ததே விதி³தாத்மநாம் ॥ 26 ॥

ஆசை, கோபம் இவைகளிலிருந்து
 விடுபட்டவர்கள், மனதை அடக்கி
 யவர்கள், ஆத்மாவை அறிந்த
 ஸன்யாஸிகளுக்கு இம்மையிலும்
 மறுமையிலும் மோகங்கு இருக்கிறது.

(27)

स्पर्शान्कृत्वा बहिर्बाह्यान्
 चक्षुश्चैवान्तरे भ्रुवोः ।
 प्राणापानौ समौ कृत्वा
 नासाभ्यन्तरचारिणौ ॥ २७ ॥

sparśānkar̄tvā bahirbāhyān
 cakṣuścaivāntare bhruvoh,
 prāṇāpānau samau kṛtvā
 nāsābhyan taracāriṇau.

Shutting out (all) external contacts and fixing the gaze (as though) between the eyebrows, equalising the outgoing and incoming breath moving within the nostrils....

ஸ்பர්ෂாந்கருத்வாபழூஹிர்பாஹ்யங்
 கக்ஷாஸ்கைவாந்தரேப்ரூவோ: |
 ப்ராணாபாநெளன் ஸமெளக்ருத்வா
 நாஸாப்யந்தரசாரினெளன ॥ 27 ॥

வெளி உலகை வெளியில் வைத்து,
 கண்களை இரு புருவங்களுக்கும்
 இடையிலே நிறுத்தி, நாசியின்
 வழியாக சுஞ்சிக்கிற பிராண அபான
 வாயுக்களை சமப்படுத்தி,

(28)

यतेन्द्रियमनोबुद्धिः
 मुनिर्मोक्षपरायणः ।
 विगतेच्छाभयक्रोधः
 यः सदा मुक्त एव सः ॥ २८ ॥

yatendriyamanobuddhiḥ
 munirmokṣaparāyanāḥ,
 vigatecchābhayakrodhah
 yaḥ sadā mukta eva sah.

With senses, mind and intellect (ever) controlled, having Liberation as his supreme goal, free from desire, fear and anger the sage is verily liberated for ever.

யதேந்த₃ரிய மநோபுத்தி₄ ர
 முநிர்மோக்ஷ பராயணः ।
 விக்₃தேச்ச₂ாப₄ யக்ரோதே₄ா
 யः ஸத₃ா முக்த ஏவ ஸः: || 28 ||

புலன்கள், மனம், புத்தி இவைகளை அடக்கி, முக்தியை லட்சியமாகக் கொண்டு, ஆசை, பயம், கோபம் இவைகளை விட்டு, யார் மனனம் செய்கிறானோ, அவன் எப்போதும் முக்தனேயாவான்.

(29)

भोक्तारं यज्ञतपसां
 सर्वलोकमहेश्वरम् ।
 सुहृदं सर्वभूतानां
 ज्ञात्वा मां शान्तिमृच्छति ॥ २९ ॥

bhoktārām yajñatapasām
 sarvalokamaheśvaram,
 suhṛdam sarvabhūtānām
 jñātvā mām śāntimṛcchati.

Knowing Me as enjoyer of sacrifices and austerities, the great Lord of all worlds, the friend of all beings, he attains peace.

பே⁴ாக்தாரம் யஜ்ஞதுபஸாம்
 ஸர்வலோகமஹேஸ்வரம் |
 ஸாஹ்ருதம் ஸர்வபூதாநாம்
 ஜ்ஞாத்வா மாம் ஸாந்திம்ருச்சதி

|| 29 ||

என் பக்தன் என்னை எல்லா
 யாகங்களையும் தவங்களையும்
 ஏற்பவன் என்றும் அகில லோக
 நாயகர்களுக்கும் மேலான ஈசுவரன்
 என்றும் அகில சராசர ப்ராணி
 களுக்கும் உற்ற நன்பன் அதாவது
 தன்னலம் கருதாத அன்பும்
 அருளும் உடையவன் என்றும்
 தத்வீதியாக அறிந்து மேலான
 அமைதியை அடைகிறான்.

ॐ तत्सत् इति श्रीमद्भगवद्गीतासु उपनिषत्सु
 ब्रह्मविद्यायां योगशास्त्रे श्रीकृष्णार्जुनसंवादे
 कर्मसन्न्यासयोगो नाम पञ्चमोऽध्यायः ॥ ५ ॥

om tatsad iti śrīmadbhagavadgītasu ṉpaniṣatsu
 brahmavidyāyāṁ yogaśāstre śrīkṛṣṇārjunasamvāde
 karmasannyāsayogo nāma pañcamo’ dhyāyah. (5)

ஓம் தத்ஸதி₃ தி பூர்மத்₃ ப₄ க₃ வத்₃ கீ₃தாஸுபநிஷத்ஸந
 புருந்மவித்₃ யாயாம் |
 யோக₃ ஶராஸ்த்ரே பூர்க்குஷ்ணார்ஜுனை ஸம்வாதே₃
 கர்மஸம்ந்யாஸுயோகோ₃ நாம பஞ்சமோத்₄ யாயः || 5 ||

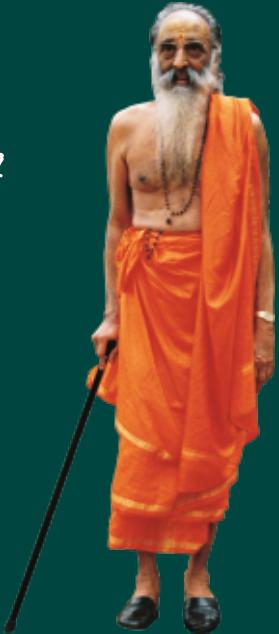


For further Details contact the following persons covering the respective areas,

Zone	Area Covered (Including adjoining areas)	Zonal Co-ordinator / Team Members	Contact No.
A	T.Nagar to Porur	Smt.Sujatha (Co-ordinator) Smt. Lakshmipriya	9840848934 9444635131
B	Mylapore to OMR	Smt. Durga Murali (Co-ordinator) Smt. Sudha Ramakrishnan Sri. Arunachala Rao	8939477049 9884929290 9566156102
C	Kilpauk	Sri.Ranganathan (Co-ordinator) Kum. Mayuri	9444335828 9840151809
D	Annanagar to Mogappair	Sri.Kannan.S (Co-ordinator) Sri. Ravi	9444131260 9841398653
E	Villivakkam to Chetpet	Smt. Kousar Ganesan (Co-ordinator)	9940656414
F	Ambattur to Thiruvallur	Smt.Prasanna Harishyam (Co-ordinator) Smt. Priya Sri. Vijaya Bhaskar	7358021700 6369893227 9962384702
G	Adambakkam to Chengalpet	Smt. Lalitha Srinivasan Smt. Latha Sankaran Smt. Karpagam Smt. Vimala Satish	9444173181 9566136471 9962500907 9444873526
Chinmaya Vidyalaya - Taylor's Road			26460631 26460722
Chinmaya Vidyalaya - Annanagar			26261358 26208862
Chinmaya Vidyalaya - Virugambakkam			24796802 24790015
Chinmaya Vidyalaya - Avadi			7401187644
Chinmaya Mission Office - for Other Areas			6379798176 9940507126

With Prem and Om,
Sri. P.N.Srikant, Co-ordinator - 9444071183
Smt.Sujatha - 9840848934
 Email ID: chinmayageetachanting@gmail.com
www.chinmayamissionchennai.com

*"Come to Geeta
and keep on reading Geeta
again and again.
You will discover
a subtler and quicker
joy and self-expansion
of Consciousness"*



- Swami Chinmayananda

We whole heartedly thank our Donors

Sri.P. Viswanathan

Sri. Kanna Pannicker

for supporting
Chinmaya Geeta Chanting Competition 2023