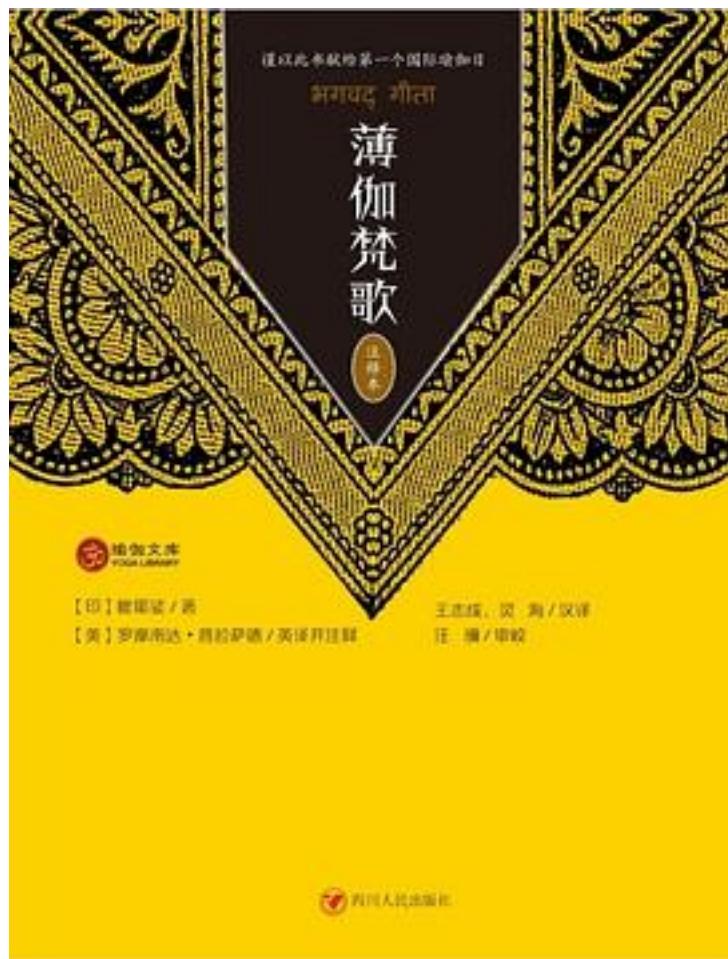


薄伽梵歌（注释本）



[薄伽梵歌（注释本）_下载链接1](#)

著者:[印度] 毗耶娑

出版者:四川人民出版社

出版时间:2015-5

装帧:精装

isbn:9787220094750

《薄伽梵歌》是印度文化的核心和精神内核，是印度瑜伽三大经典之一。本书分成18章讨论宇宙和人生的各种基本问题：如宇宙论、创造论、存在论、知识论、实践论、瑜伽论、解脱论等问题，是广大瑜伽行者和爱好者之最上乘的瑜伽经典。《薄伽梵歌》已经

有多个汉译本，但这个译本更倾向于大众化和通俗化，同时有着西方学者对经文的准确而精彩的注释，由此与已出版的各种其他版本区别开来，对于当今进行着精神修养和瑜伽实践众多瑜伽爱好者具有重要的指导价值。

作者介绍:

"普拉萨德博士是旧金山港湾区好几个非盈利组织的创办人。他创建了美国/国际《薄伽梵歌》协会，目的是通过《薄伽梵歌》以及其他印度经典的教导服务于人类，通过所有伟大导师和世界主要经典的不朽教导，使所有文化、种族、宗教和信仰之间达成和谐统一。

1959年在印度卡拉普印度理工大学 (Indian Institute of Technology) 获得学士学位，后在加拿大多伦多大学获得理科硕士学位，并于1966年从美国伊利诺伊大学获得土木工程博士学位。普拉萨德博士从事研究、教学、工程咨询，也为州和联邦政府工作，包括为加州旧金山的美国海军以及美国陆军工兵部队工作。

2012年，普拉萨德博士被聘为加州圣何塞州立大学土木工程荣休教授，以及美国俄亥俄州辛辛那提联合学院宗教与心理学兼职教授。

"

目录: 英文译注者简介

文献缩略语

前言

导论

第一章 阿周那困惑

介绍军队将领

战争从吹响螺号开始

阿周那想要检视即将与之作战的敌军

阿周那的困惑

阿周那描述战争的罪恶

当事态变得艰难，甚至强人也会困惑

第二章 超然的知识

阿周那继续陈述他反对战争的理由

《薄伽梵歌》的教导开始于关于自我与身体的真知识

自我永恒，身体短暂

死亡和个体灵魂的轮回

不灭之灵超越心意和语言

主克里希那提醒阿周那作为武士的职责

业瑜伽即无私行动的学问

吠陀经论述了生活的物质和灵性两个方面

业瑜伽的理论和实践

自我觉悟者的标志

放纵感官的危害

通过感官控制和知识获得宁静

第三章 无私服务之道

为什么要服务他人

互相帮助是创造者的第一诫命

领导者应该作出榜样

对无知者，智者应该做什么？

所有的行动都是原质的行动

圆满之路上的两块主要绊脚石

贪欲是罪恶之源

如何控制贪欲而达至目标

第四章 伴随着自我知识的业瑜伽之道

业瑜伽是被遗忘的古老戒律

上主为何要化身

崇拜和祈祷之路

劳动分工建立在人的天资基础上

执着的、不执的和禁止的行动

业瑜伽士不受制于业的法则

不同类型的祭祀

高级灵性实践

自我知识自动向业瑜伽士显现

涅槃既需要超然知识也需要业瑜伽

第五章 弃绝之道

通向至上者的两条道路

知真者不把自己看作行动者

业瑜伽士为上主工作

知识之道

觉悟者的额外标志

冥想之道

第六章 冥想之道

业瑜伽士是弃绝者

瑜伽的定义

心意是朋友也是敌人

冥想的技巧

谁是瑜伽士

控制不安的心意的两种方法

不成功的瑜伽士将走向哪里?

谁是最佳的瑜伽士

第七章 自我知识与觉悟

形而上的知识是终极知识

求道者非常稀少

精神和物质的定义

至上之灵是一切的基础

如何征服虚幻的摩耶神力

谁在追寻神?

一切都是神的显现

崇拜神祇也是崇拜神

主不向无知者显现

第八章 永恒的存在

至上之灵、灵、个体灵魂和业

再生和业的理论

一种觉悟到神的简单方法

临死时冥想“唵”获得解脱

创造之循环

离开世界的两条道路

自我知识导向解脱

第九章 至上知识和大奥秘

关于至上者本性的知识是最大的奥秘

进化和退化的理论

智者之道与无知者之道的差别

一切事物都是绝对者的显现

通过虔信之爱获得解脱

上主接受并享用爱和虔信之供品

没有不可宽恕的罪人
虔信之道较易践行
第十章 绝对者的显现
上主是万物之源
上主把自我知识赐予其虔信者
无人知晓实在的真正本性
一切都是绝对者的显现
简要描述神的显现
显现的创造物是绝对者的极小部分
第十一章 宇宙形象的显现
看见神是求道者的终极目的
主克里希那向阿周那显现其宇宙形象
有人可能没有作好看见上主的准备
阿周那害怕看见宇宙形象
我们都是他的工具
阿周那向宇宙形象祈祷
可以在任何形象中见到神
主向阿周那显现其四臂的人的形象
通过虔信之爱可以看见上主
第十二章 虔信之道
应该崇拜人格神还是非人格神?
崇拜人格神的原因
通向神的四条道路
业瑜伽是最易践行之道
虔信者的品质
人应该真诚地努力发展神性品质
只有一条通向神的正道吗?
第十三章 创造物和创造主
创造的理论
作为涅槃手段的四圣谛.
至上者能够通过比喻而非其他任何方式来描述
至上之灵、灵、原质和个体灵魂
信仰和虔信也能通向涅槃
灵（梵天）的属性
第十四章 原质三德
众生源于灵和原质的合一
原质三德把灵魂束缚在身体上
原质三德的特征
三德也是个体灵魂轮回之船
超越三德的过程
虔信之爱能割断三德的束缚
第十五章 至上存在
创造物就像摩耶之力创造的一棵树.
如何托庇于神而砍断生命之树并获得解脱?
个体灵魂是享受者
灵是万物之本质
至上之灵、灵和灵魂
什么是至上之灵、灵和个体灵魂.
第十六章 神性品质和魔性品质
为了解脱应予培养的主要神性品质.
在灵性之旅开始之前应予放弃的魔性品质
两种人
苦难是无知者的命运
欲望、愤怒和贪婪是通向地狱的三道门

必须遵循经典的规定

第十七章 三种信仰

三种信仰

三种食物

三种祭祀

思想、语言和行为的苦行

三种苦行

三种布施

神的三个方面

第十八章 通过弃绝私我臻达解脱

弃绝和祭祀的定义

三种祭祀

行动的五种原因

三种知识

三种行动

三种人

三种智力

三种坚定和四个人生目标

三种快乐

劳动分工基于个人的能力

通过履职、修习和虔信获得解脱

业瑜伽与获得圆满

最高的虔信之爱

业的束缚和自由意志

我们成为自己的自由意志的木偶

通向神的最终道路

对神的最高服务和最佳布施

《薄伽梵歌》的恩典

自我知识和责任都必不可少

结语 主克里希那的告别信息

译后记

· · · · · (收起)

[薄伽梵歌（注释本）](#) [下载链接1](#)

标签

印度

哲学

宗教

薄伽梵歌

瑜伽

瑜伽

印度教

修行

评论

梭罗say: ”清晨，我沐浴在此书那令人惊奇的宇宙演化哲学的智慧中。与此相比，我们现代世界及其文学显得琐碎和微不足道。“很抱歉，我完全没有这样的感觉。相比而言，更喜欢商羯罗的《自我知识》。但是我总是偏爱这种来自印度的气息，例如”宇宙，只是绝对存在为众生设计的游戏场所。“这句话已经酷到没有朋友。

这一系列书的注释真的是煞费苦心，用心良苦了。

弄成了这么厚也是醉了……

读完《薄伽梵歌》，最后克里希那总结了全文心要，也可见智慧瑜伽和行动瑜伽之道所在。从一个铁具中看到铁的存在，也从铁这个材质中看到一切铁具。从道（梵）中看到一切万物存在，也可从万物中看到道（梵）的存在。智者从一切事物中看到他更高的自我，也从更高的自我中看到一切事物。

有震撼，有戳心，有不解，有虔敬，有疑惑，有思考，有感悟……

先读的《现在开始讲解瑜伽》，里面说可以先读《薄伽梵歌》，但是在个人的微薄理解中认为直接开始阅读《薄伽梵歌》会更加吃力。果不其然，先读的《现...》在很大程度上帮我更好的理解了《薄》。建议两书一起购买。

这很自我

1.查阅了一下背景，《薄伽梵歌》的成书在公元前4世纪到4世纪，《道德经》的成书相传在公元前5-4世纪，两本巨著时间相近，文中对“源头”的解释也颇多类似之处。甚为奇妙。

2.这本书译得颇为一般，注释比较冗长，一些类似的道理反复赘述。如果只想看精华，其实全书最后一章结语篇已足够。还是期待有机会看商务印书馆的版本

古印度哲学果然博大精深，之前在佛经中已经涉猎了一些，现在更敬佩了~~~

過去一直尋求回家，而書裡則是指出「不再返回」的光明道路。

这一版的翻译不太好，没有颂诗的感觉

2018年4、5月

克里希那，所有的光和热，存在的起源，太阳与满天的星光黯然失色，一切献给他，一切荣耀归于他。

闪耀着智慧之光

提供了一个灵性演化路径的视角：业瑜伽。随着时间推移，如何理解这本书呢？从形而上到形而下，从不可测量到可测量，困境实际上是演化的单向度，后来人总是在为前人或经典的高度做注解。

“至上之主安住在一切众生的心中，他们就像被安装在一个机器上的业的木偶，被他用摩耶的力量牵引着行动”

翻译很好。伟大的经典需要这样的翻译。

其实看黄宝生和张保胜版就足够了。个人非常反感这种文风，倒尽胃口。

猎人只掌握手中的箭，而不掌握林中的鹿。人的欲望漫无止境，满足欲望就如同用盐水止渴，非但不能止渴，反而增加了干渴。宁静和灵性的进步来源于无私的服务。觉悟之后，经典便可有可无。

很精彩的译本，收获颇丰，感恩。

看不是很懂

[薄伽梵歌（注释本）](#) [下载链接1](#)

书评

我心中的世界如何混沌，对这世界的认知便如何迫切。我深信，且体会到：人的本性不可改变。对印度哲学的强烈好奇促使我读起《薄伽梵歌》，并再次感知到，我的人生必然和印度哲学息息相关。我渐渐理清了一些头绪，西方哲学和东方哲学的区别。在读《薄伽梵歌》时，看到这样...

迷途的清心剂，归所的指明灯。<http://www.archive.org/details/Bhagavad-gita-as-it-is>
多个版本的音频下载。

这段时间，反复在读一本书，就是《薄伽梵歌》。这本书被喻为印度人的精神之源，历

代印度哲人均从中汲取不同的精神养料。前不久，读了吕思勉先生的《经子题解》，再次梳理了一下自己对中国古代哲学思想的理解，于是就想了解一下同为东方古文明代表的印度文明的哲学思想，这本已...

《薄伽梵歌》被誉为印度的圣经，我没想过自己会读这样的宗教典籍，毕竟大学时代，光是一本《圣经》读了4年也兴趣不大。

本质上来说，我是一个十分反宗教的科学崇拜者（虽然理科很糟糕），有一阵子我看见欧洲城市里一座座富丽堂皇的教会感到肠胃不适，我曾不喜欢它如此人为的...

没有不存在的存在，也没有存在的不存在（第二章 15）

生者必定死去，死者必定再生，对不可避免的事，你不应该忧伤。（第二章 27）

不要为结果而行动，也不固执的不行动。（第二章 47）

不能够约束自己的人，没有智慧，也没有定力，没有定力则没有平静，没有平静，何来幸福？（...）

对薄伽梵歌我有相见恨晚的感觉。但是如果更早遇见的话，也许就此错过也说不定。每当为“业”所困的时候，应该看看这本书，即使无法达到解脱，无法达到梵，但是至少能达到平静吧。如果能看到无为中的有为，能合有为为无为，人生恐怕也会变得不一样。但是我倒不是说羡慕这样的...

如何从有限中超脱，如何从本性的三种暗昧中发觉梵的光明，如何将浮动狂躁的心从浊滞染污的物质系缚中层层拔升，睿智的印度哲人以厚实又超脱的诗句为我们指明了一条大道，明了和洞彻灵魂、肉体、苦海以及轮回，通过行动瑜伽和更高的奉爱瑜伽时时想念伟大的至尊主，伟大...

震撼人的心灵的《薄伽梵歌》

我通常选择晚上读，这个时候能让我更加体会到婆耶娑的智慧。

想研究学习佛法的也可以从这部瑜伽经典开始。实在是不容错过的好书啊。

印度的《薄伽梵歌》，成书于公元前400年～公元400年之间。被誉为“印度的圣经”，也是瑜伽哲学的必读经典。其讲述的是婆罗多王子阿周那不忍种族内部互相残害，想放弃王位，放弃夺权大战，而毗湿奴大神化身的黑天开导他，教他修炼“业瑜伽（专注于无私奉献的行动），智瑜伽（认...

经典的东西,需要我们有洁净的内在,才能更好理解,才能与书中内容产生某种共鸣....企图用思辨的方式去理解薄伽梵歌的同志们,要慎重些....毕竟这本经典是Shri Krishna以诗话的方式在教导灵修课程,哈哈哈哈

薄伽梵歌

所有众生的真正本性是Atman，圣化生命过程，了悟轮回的观点，达到最终解脱。

服务于主履行职责虔性智慧，我们是神的工具 第一章：阿周那的困境

主要内容：交代战争背景，阿周那的困惑，战争的对手是自己的老师和亲戚和长辈，阿周那不想打了，不想杀死大家 第二章：超...

年初地铁上读完的小书，印度史诗《摩诃婆罗多》中的一段著名哲理诗。歌言体的形式颇类《道德经》，但《薄伽梵歌》更强调行动本身：“你永远无所执着，做应该做的事，无所执着地做事，这样人达到至福。”

不计得失，不问成败，只因为这样做是对的，只因为这是我应该做的。人的主...

阿周那陷入道德的两难，他问出了仁义的问题，如果宣扬仁义，但是又违背仁义，这怎么可以，他困在逻辑中无法解脱，衰弱无力，无法战斗。薄伽梵劝说的方式是，你就这样干吧，反正人终有一死，你不杀死他们他们也会死，况且人的本质并不是靠消灭肉身就能伤害的。薄伽梵说了很多，...

而梵澄为何首译《薄伽梵歌》？盖因其地位犹如基督教之新、旧约《圣经》和伊斯兰教之《古兰经》，实乃其民族之大经大法也。他说：“间尝闻其当代领袖，竟以此一歌而发扬独立运动，士以此蹈白刃，赴汤火，受鞭朴，甘荼毒而不辞，卒以获其国之自由。”（同上）“圣雄”甘地将《薄...

作为无神论者本着科学性取其精华的读完这本书，我觉得这是上纲上线的鸡汤文啊，随便一则都可以展开写个微信转发贴。我强迫自己非要逻辑化的总结下：这是一本关于瑜伽精神的书，瑜伽把人分为三层，第一层为身体，是载体，主要是感官享受的欲求；第二层是思想更多是精神需求；第...

霎哈嘉瑜伽创始人锡吕.玛塔吉女士 谈《薄伽梵歌》

<http://www.douban.com/group/topic/13110718/>注：

全球公益霎哈嘉瑜伽在全球有40年的公益历史，在深圳有近6年的公益历史。霎哈嘉瑜伽的所有活动均为免费公益，包括各层次的瑜伽冥想班，全球的瑜伽交流活动，以及国内外国际各...

[薄伽梵歌（注释本）](#) [下载链接1](#)