**Riassunto della Bhagavad** Gita di A.C. Bhaktivedanta Swami Prabhupada

Esistono dunque due recensioni della Bhagavadgīta: la prima, la più diffusa in tutta l'India, è stata commentata da Śaṅkara nell'VIII secolo d.C .; la seconda, detta kaśmīra, è leggermente più lunga, include le trecento varianti minori, ed è quella commentata da Rāmakaṇṭha (VII-VIII secolo) e, successiva da Abhinavagupta (X-XI secolo). Le differenze tra le due recensioni non manifestano, tuttavia, diversità dottrinali.

La Bhagavad-Gita, il canto del Beato è un breve poema sanscrito composto da 18 capitoli e settecento versi (sloka) inseriti nel grande poema epico Mahābhārata.

La Bhagavad Gita è il riassunto delle Upanisad. È il sesto libro del Mahabharata e fu scritto e inserito nel Poema tra il III secolo a.C. e il I secolo a.C. Contiene un bellissimo mazzo di fiori di verità spirituali, scelti dalle Upanisad.

Il Panteismo è riassunto in Krishna, Egli è incarnato per far funzionare il Dharma: "tutte le creature in me dimorano, ma Io non dimoro in esse".

La concezione teista, la moralità, le opere, l'etica e il dharma prendono il sopravvento. Colui che si regola (yogin) sperimenta un contatto con la verità suprema. Dio non si realizza con la conoscenza ma con la bhakti.

Krishna è il Brahman che si incarna per difendere il Dharma (giustizia) senza il quale l'universo degenera nel caos.

L'Advaita Vedanta è l'essenza della conoscenza vedica, un devoto è in relazione con il supremo in uno dei cinque modi: in uno stato passivo, in uno stato attivo, come un amico, come un parente, come un amante.

Svarupa è la relazione particolare che il devoto ha con Dio, rendendo servizio alla personalità suprema di Dio.

Non si può dire nulla del mondo trascendentale senza essere liberi da una coscienza materialmente contaminata. Chi vuole diventare libero deve prima di tutto imparare che non è questo corpo materiale. I capitoli 1-6 trattano del Karma Yoga, i capitoli 7-12 trattano dello yoga Bhakti, i capitoli 13-18 trattano dello Jnana Yoga.

**Capitolo 1: (46 Slokas) L’angoscia di Arjuna**, questo capitolo emette in evidenza la lotta tra il dovere, svadharma e l’etica.

1.20 – uno che si ripara presso il Supremo Signore non ha nulla da temere. Nei Veda sono riportati sei tipi di aggressione. Se qualcuno ti attacca con le armi ed occupa la tua terra, non è un peccato rispondere all’aggressione.

**Capitolo 2: (72 Slokas)** Contenuto della Gita, riassunti.

Contiene le verità più profonde del Vedanta. Compassione, lamento e lacrime sono segni di ignoranza del vero Sé, Arjuna voleva che Krisna uccidesse i demoni dell'incomprensione. Krisna è la personalità suprema, nessuna entità vivente che includa Bhrama o Shiva possiede l'opulenza di Krisna. La persona che non ha conoscenza della liberazione dai legami materiali è chiamata non ariana.

Arjuna chiede: Come posso uccidere i miei maestri? Prendendo la posizione che hanno preso hanno perso la rispettabilità del maestre. Senza conoscenza o devozione non c'è speranza di liberazione.

2.9 Arjuna dichiara che non combatterà.

Ogni uomo che abbia la perfetta conoscenza della costituzione dell'anima individuale, dell'anima suprema e della natura (materiale e spirituale) non sarà mai deluso dal cambiamento dei corpi.

2.21 Come può qualcuno che sa che l'anima è eterna e immutabile, indistruttibile uccidere qualcuno o far uccidere qualcuno?

2.31 Essendo un guerriero dovresti sapere che non esiste un impegno migliore della lotta per i principi religiosi, e quindi non c'è bisogno di esitazione. La violenza religiosa a volte è un fattore necessario. Applicare la violenza in casi appropriati per far rispettare la legge e l’ordine. La violenza esercitata per far rispettare la giustizia suprema non è violenza. Lo scopo della cultura vedica era tuttavia quello di servire Dio, cantando il sacro nome di Krisna.

2.47 È necessario agire per eseguire il nostro dovere senza attenderci i frutti dell'azione.

2.48 Esegui il tuo dovere Arjuna, abbandonando tutto l'attaccamento al successo o al fallimento. Tale equanimità è chiamata yoga. Krisna dice ad Arjuna che dovrebbe agire nello yoga.

2,55 Quando un uomo abbandona tutti i desideri per la gratificazione dei sensi, che derivano dall’inquinamento mentale, e quando la sua mente, così purificata, trova soddisfazione nel sé solo, allora si dice che sia in pura coscienza trascendentale.

2.56 uno che non è disturbato mentalmente nemmeno dalla miserie della vita o non è esaltato quando c'è felicità, e chi è libero da attaccamento, paura e rabbia, è chiamato saggio con la mente stabile.

2.71 Quando sei impegnato nel servizio di devozione a Dio, sei libero dal mondo materiale e dalle miserie della vita. Solo lui che ha abbandonato tutti i desideri ed evita il falso ego, solo lui può raggiungere la vera pace. La vera vita inizia dopo il completamento della nostra vita materiale.

**Capitolo 3: (43 Slokas) Karma yoga.** Karma yoga e Jnana yoga, percezione diretta della verità, l'azione è preferita alla non azione.

3.5 Tutti sono costretti ad agire secondo le caratteristiche acquisite dalle modalità della natura materiale; Quindi nessuno può trattenersi dal fare qualcosa, neanche per un momento.

3.8 Esegui il tuo dovere prescritto, perché farlo è meglio che non farlo. Non si può nemmeno mantenere il proprio corpo fisico senza lavoro.

3.16 Chi vive solo per la soddisfazione dei sensi, tale persona vive invano.

Un insegnante dovrebbe comportarsi correttamente prima di iniziare a insegnare.

3.28 Differenza tra lavoro in devozione e lavoro per ottenere dei risultati.

3.30 Quindi Arjuna, abbandonando il tuo lavoro in me, con piena conoscenza di me, senza desiderio di profitto, combatti.

3.40 I sensi, la mente e l'intelligenza sono i luoghi in cui risiede la lussuria.

**Capitolo 4: (42 Slokas) Conoscenza trascendentale.** Una persona al cento per cento impegnata nella coscienza di Krishna è accettata come un sadhu, anche se una tale persona non ha una istruzione.

4.12 Gli uomini nel mondo desiderano il successo nelle attività interessate e quindi adorano gli esseri celesti.

4.18 Solo chi vede l'inazione in azione, e l'azione inazione, è intelligente tra gli uomini, ed è nella posizione trascendentale, sebbene impegnato in ogni sorta di attività.

Una persona che agisce in Krishna è naturalmente libera dai vincoli del karma e liberata dall'esistenza materiale. Questa persona è senza desiderio di gratificazione personale.

L'azione diventa Akarman (non attrazione per i risultati dell'azione).

Una persona nella coscienza di Krisna, pienamente impegnata nell'autorealizzazione, ha pochissimo tempo per possedere qualsiasi oggetto materiale. È soddisfatto di tutto ciò che ha ottenuto dal suo stesso onesto lavoro ed è indipendente nel suo sostentamento, senza essere disturbato dalla dualità del mondo materiale.

Quando la mente è completamente assorbita nella coscienza di Krishna, si dice che sia in samadhi, o in trance. Qualunque cosa fatta in tale coscienza trascendentale è chiamata Yajna.

Il suo udito è impegnato nella vibrazione sonora trascendentale di Hare Krsna, Hare Krishna.

4.28 Dopo aver accettato voti severi, alcuni diventano illuminati sacrificando le loro proprietà e altri eseguendo severe austerità, praticando lo yoga dell'ottuplice misticismo o studiando i Veda per avanzare nella conoscenza trascendentale.

4.29 Altri ancora, che sono inclini al processo della ritenzione del respiro per rimanere in trance, Praticano fine a fermare il respiro.

Tutti questi diversi tipi di sacrifici sono approvati dai Veda. Conoscendoli sarai liberato.

4.38 Un uomo fedele, dedito alla conoscenza trascendentale e che sottomette i suoi sensi, è idoneo a raggiungere tale conoscenza e, una volta raggiunta, raggiunge rapidamente la pace spirituale suprema.

**Capitolo 5: (29 Slokas) Karma yoga - Azione nella coscienza di Krsna.**

Karma e samnyasa (praticati solo dai perfetti), rinunciando ad agire è un'azione importante, per l'aspirante, il karma yoga è preferibile al samnyasa

5.9 Una persona nella coscienza divina, sebbene impegnata nell'azione, sa sempre dentro di sé che in realtà non fa nulla, sa che solo i sensi materiali sono impegnati con il loro oggetto e che è distaccato da essi.

La perfetta conoscenza si ottiene quando ci si arrende a Krsna. Una persona cosciente di Krsna non è attratta da alcun tipo di senso di piacere, poiché è un'anima liberata, può raggiungere la pace perfetta.

**Capitolo 6: (47 Slokas) Dyana yoga.**

Durante la meditazione, la mente è focalizzata su un singolo pensiero, o simbolo divino, evitando gli eccessi, con distacco senza arrendersi.

6.2 Uno non può mai diventare uno yogi a meno che non rinunci al desiderio di gratificazione dei sensi.

6.4 Si dice che una persona è elevata nello yoga quando, dopo aver rinunciato a tutti i desideri materiali, non agisce per la gratificazione dei sensi né si impegna in attività interessate.

6.7 Per chi ha conquistato la mente, l'Anima Suprema è già raggiunta, poiché ha raggiunto la tranquillità. A un tale uomo felicità e angoscia, caldo e freddo, onore e disonore sono uguali.

6.8 Si dice che una persona è stabilita nella realizzazione personale ed è chiamata yogi quando è pienamente soddisfatta in virtù della conoscenza e della realizzazione acquisite. Tale persona è situata nella trascendenza ed è autocontrollata. Vede tutto, sia che si tratti di ciottoli, pietre o oro come la stessa cosa.

Nessuno può eseguire una corretta pratica yoga con indulgenza sessuale.

La pratica dello yoga non è intesa per il raggiungimento di alcun tipo di realizzazione materiale, è per rendere possibile la cessazione di tutta l'esistenza materiale.

6.16 Non c'è possibilità che uno diventi uno yogi, o Arjuna, se uno mangia troppo o mangia troppo poco, dorme troppo o non dorme abbastanza.

6.18 Quando lo yogi, con la pratica dello yoga, disciplina le sue attività mentali e si trova nella trascendenza priva di tutti i desideri materiali, si dice che sia ben radicato nello yoga.

6.24 Uno dovrebbe impegnarsi nella pratica dello yoga con determinazione e fede e non deviare dal sentiero.

6.35 È indubbiamente molto difficile tranquillizzare la mente irrequieta, ma è possibile con una pratica adeguata e con il distacco.

6.46 Uno yogi è più grande dell'asceta, più grande dell'empirico e più grande del lavoratore interessato. Pertanto, O Arjuna, in tutte le circostanze, sii uno yogi.

6.47 E di tutti gli yogi, quello con una grande fede che dimora sempre in Me, pensa a Me in se stesso e rende a Me il servizio trascendentale di amore - è il più intimamente unito a Me nello yoga ed è il più grande di tutti. Questo stadio di massima perfezione nello yoga può essere raggiunto solo dal bhakti yoga.

**Capitolo 7: (30 Slokas) Conoscenza dell'Assoluto (Lo Yoga della Saggezza e della Realizzazione)** Tat Tvam Asi, (Tu sei quello). Tu sei Lui. Acquisire ricchezza in modo etico. Tutto ciò che esiste è un prodotto della materia e dello spirito, lo spirito è il campo della creazione e la materia è creata dallo spirito.

7.13 Sappi che tutti gli stati dell'essere, la bontà, la passione o l'ignoranza sono manifestate dalla mia energia. Sono in un certo senso, tutto, ma sono indipendente. Non sono sotto le leggi della natura materiale.

7.16 Quattro tipi di uomini pii cominciano a rendere a Me il servizio di devozione: gli afflitti, i desiderosi di ricchezza, gli inquisitori e chi è alla ricerca della conoscenza dell'assoluto.

7.23 Gli uomini di piccola intelligenza adorano gli esseri celesti ....... Non conoscono la mia natura superiore, che è imperitura e suprema, Non sanno che sono uno non nato e infallibile.

7.26 Conosco il passato, il presente e il futuro. Conosco anche tutti gli esseri viventi, ma nessuno lo sa.

7.30 Solo quelli che sono in piena coscienza di Me, ... possono capire e conoscermi.

Si dovrebbe rinunciare a tutti gli altri impegni e arrendersi completamente a Dio.

**Capitolo 8: (38 Slokas) Raggiungere il Supremo. (Lo Yoga del Brahman Imperituro)**  Atman e Brahman, paura della morte.

8. 7 Perciò, Arjuna, dovresti sempre pensare a Me nella forma di Krsna e nello stesso tempo svolgere il tuo dovere di combattere. Con le tue attività dedicate a Me e la tua mente e intelligenza fissate su di Me, mi raggiungerai senza dubbio.

8.9 Colui che medita su di Me, la sua mente costantemente impegnata nel ricordarmi, è sicuro di raggiungermi. Il ricordo di Krsna viene ripreso cantando il maha mantra, Hare Krishna. Hare Krsna, Hare Krsna, Krsna Krsna, Hare Hare Hare Rama, Hare Rama, Rama Rama, Hare Hare.

A meno che non si pratichi il celibato, il progresso nella vita spirituale è molto difficile.

8.12 La situazione yogica è quella del distacco da tutti gli impegni sensuali. Chiudendo tutte le porte dei sensi e fissando la mente sul cuore e l'energia vitale sulla sommita della testa, ci si stabilisce nello yoga. Questa pratica è chiamata pratyahara.

8.17 Con il calcolo umano, un migliaio di ere insieme formano la durata di un giorno di Brhama. E tale è anche la durata della sua notte.

Cicli di Kalpas; un kalpa è un giorno di Brahma, e un giorno consiste di mille cicli di quattro yuga, o ere: Satya, Treta, Dvapara e Kali.

Satya. questa era è caratterizzata da virtù, saggezza, ecc ... e dura 1.728.000 anni

Treta. In questa era sono stati introdotti i vizi. Dura 1.296.000 anni

Dvapara. In questa era c’è il declino della virtù e religione. Dura 864.000 anni

Kali è l’era che stiamo vivendo, c'è abbondanza di ignoranza, irreligione e vizi. Dura 432,00 anni

8.18 Quando arriva il giorno di Brahma, tutti gli esseri viventi nascono e con l'arrivo della notte di Brahma vengono annientati.

**Capitolo 9: (34 Slokas) La conoscenza più confidenziale.** Il potere della devozione, della saguna e del nirguna, offrendo tutte le nostre azioni al Divino.

9.3 Coloro che non sono fedeli in questo servizio devozionale non possono conseguire Me, conquistatore dei nemici: perciò ritornano sul sentiero della nascita e della morte in questo mondo materiale.

9.4 Per Me, nella mia forma non manifestata, questo intero universo è pervaso. Tutti gli esseri sono in Me, ma io non sono in loro.

9.5 Sebbene io sia il mantenitore di tutte le entità viventi e sebbene io sia ovunque, non faccio parte della manifestazione cosmica, poiché il Mio Sé è la vera fonte della creazione.

9.30 Anche se si commette l'azione più abominevole, se è impegnati con determinazione nel servizio di devozione si deve essere considerati santi.

9.34 Impegna la tua mente nel pensare sempre a Me, diventa mio devoto, offri omaggi a Me e venerami. Essendo completamente assorbito in Me, sicuramente verrai da Me.

**Capitolo 10: (42 Slokas) L'opulenza dell'assoluto.**  (Lo Yoga delle glorie divine).

Il bhakti yoga è l’azione nella coscienza di Krishna.

10.20 Io sono l’Anima Superiore, presente nei cuori di tutti gli esseri viventi. Sono l'inizio, il mezzo e la fine di tutti gli esseri.

Io sono il sole, l'oceano, io sono il trascendente Om, io sono il Gange ...

Con un solo frammento di me stesso, pervado e sostengo questo intero universo.

**Capitolo 11: (55 Slokas) La forma universale.** La visione dell'universo. Questo capitolo rivela che Krishna come la fonte di tutto l’universo.

11.4 Ma non puoi vedermi con i tuoi occhi attuali. Perciò ti darò occhi divini.

Un devoto come Arjuna può vedere tutto ciò che esiste in qualsiasi parte dell'universo.

11.48 O migliore dei guerrieri Kuru, nessuno prima di te ha mai visto questa mia forma universale, né studiando i Veda, né compiendo sacrifici, né con la carità, né con attività pie, né con severe penitenze che ho visto in questa forma nel mondo materiale.

11.54 Solo da servizi devozionali indivisi posso essere compreso come sono, essere visto direttamente.

11,55 Colui che si impegna nei miei servizi devozionali, libero dalle contaminazioni delle attività interessate e dalle speculazioni mentali, colui che lavora per Me, che ne fa il fine supremo nella sua vita, e che è amichevole con ogni essere vivente, certamente viene a Me. **Questo verso è considerato l'essenza della Bhagavad-Gita**

**Capitolo 12: (20 Slokas) Il servizio devozionale.**

Dhyana, Bhakti, Upasana (preghiera), Jnana sono sinonimi, Nirguna e Saguna si completano a vicenda, l'attaccamento al Divino, l'atteggiamento interiore è importante.

12.1 Arjuna chiese: quali sono considerati più perfetti, quelli che sono sempre adeguatamente impegnati nel Tuo servizio di devozione o quelli che adorano il Brahman impersonale, il non-manifesto?

12.2 Krsna risponde: Coloro che fissano la loro mente sulla Mia forma personale e sono sempre impegnati ad adorarmi con una fede grande e trascendentale sono considerati da Me come i più perfetti.

Tra i diversi processi per la realizzazione della Verità assoluta, il bhakti yoga, il servizio di devozione, è il più alto.

**Capitolo 13: (35 Slokas) Natura e coscienza.**

L'essere vivente entra in contatto con la natura materiale. Un'anima può quindi capire che è diverso dal corpo. Sono una donna, sono un uomo, il conoscitore è diverso dal corpo.

13.7 I cinque grandi elementi, il falso ego, l'intelligenza, l'immanifesto, i dieci sensi e la mente, i cinque oggetti dei sensi, il desiderio, l'odio, la felicità, l'angoscia, l'aggregato, i sintomi della vita e le convinzioni, tutti questi elementi sono considerati essere il campo di attività e interazioni.

13.13 Spiegherò ora il conoscibile: Brahman, lo spirito, senza inizio è subordinato a Me, giace al di là della causa e dell'effetto di questo mondo materiale.

13.17 Sebbene l'Anima Suprema sia divisa tra tutti gli esseri, non è mai divisa. È situato come Uno. Sebbene Egli sia il mantenitore di ogni entità vivente, è da intendersi che Egli divora e sviluppa tutto.

13.25 Alcuni percepiscono l'Anima Suprema in se stessi attraverso la meditazione, altri attraverso la coltivazione della conoscenza e altri ancora attraverso il lavoro senza desideri.

13.32 l'anima imperitura è trascendentale, eterna e al di là delle modalità della natura. Nonostante il contatto con il corpo materiale, l'anima non fa nulla e non è impigliata dal ciclo della vita.

13.35 Coloro che vedono con gli occhi della conoscenza (jnana yoga) la differenza tra il corpo e l’anima e possono anche comprendere il processo di liberazione dalla schiavitù nella natura materiale, raggiungono l'obiettivo supremo.

**Capitolo 14: (27 sloka) Le tre modalità della natura materiale. (Lo yoga della divisione dei tre guna). L’uguaglianza tra pietre e oro.**

14.5 La natura materiale consiste di tre elementi, bontà, passione e ignoranza. Quando l'eterna entità vivente entra in contatto con la natura, diventa condizionata da queste modalità.

14.21 Quando l'essere incarnato è in grado di trascendere queste tre modalità associate al corpo materiale, può liberarsi dalla nascita, dalla morte, dalla vecchiaia e dalle loro angosce e può godere del nettare divino anche in questa vita.

14.26 Chi si impegna in pieno servizio devozionale, immancabile in tutte le circostanze, trascende immediatamente le modalità della natura materiale e raggiunge così il livello di Brahman.

**Capitolo 15: (20 Slokas) Lo yoga della persona suprema.**

In questo capitolo si parla dell’albero cosmico rovesciato, del fiore di loto. Azione, conoscenza e devozione sono i tre elementi fondamentali su cui poggia la vita. Viene citato Purvsottama, la persona suprema.

**Capitolo 16: (24 Slokas) Definizione delle nature divine e demoniache.**

In questo capitolo si parla dei Pandava e Kaurava, delle buone qualità, della nonviolenza, ahimsa, delle cattive qualità queli la vanità e l’ignoranza.

**Capitolo 17: (28 Slokas) Lo Yoga della divisione della triplice fede**

In questo capitolo si parla delle azioni virtuose: di yajna, il sacrificio, di dana, la carità, di tapas, l’austerità, di satva, della purezza del cibo.

Si parla dei mantra OM Tat Sat ( lasuprema assoluta verità), Ciò che è e si parla del Gayatri mantra

17.7 Anche il cibo che ogni persona preferisce è di tre tipi, secondo le tre modalità della natura materiale. Lo stesso vale per i sacrifici, l'austerità e la carità.

Si parla dell’austerità del corpo e dell’austerità del discorso, Si dovrebbe praticare la pulizia di sé esternamente e internamente, e dovrebbe imparare a diventare semplici nel comportamento e nella parola.

**Capitolo 18: (78 Slokas) Conclusione. La perfezione della rinuncia.**

La Bhagavad Gita ha dimostrato che il servizio di devozione e null'altro è lo scopo ultimo della vita.

18.65 Gli atti di sacrificio, carità e penitenza non devono essere abbandonati; devono essere eseguiti. Infatti il ​​sacrificio, la carità e la penitenza purificano anche le grandi anime.

Si dovrebbe agire senza attaccamento per il risultato.

18.13 Secondo il Vedanta, ci sono cinque cause per la realizzazione di tutte le azioni.

Una persona nella coscienza di Krishna è sempre trascendente ai modi materiali della natura. Lui non si preoccupa, è sempre entusiasta. Una persona che è sempre desiderosa di risultati fruttuosi è nella natura della passione.

Quando viene eseguito un particolare tipo di occupazione per la soddisfazione del Signore Supremo, tutti i difetti in quella particolare occupazione sono purificati.

18.58 Se diventi cosciente di Me, supererai tutti gli ostacoli della vita condizionata per Mia grazia. Se, tuttavia, non lavori in tale coscienza ma agisci attraverso il falso ego, non ascoltando Me, sarai perso.

Un Samnyasa rinuncia all'azione e all'abbandono dei frutti, anche dell’azione altruistica, tyaga.

Azioni e attività tra cui svadharma sadhana costituito dalla cessazione dell'attività, libera dall'ego, in piena consapevolezza, donano la liberazione, moksa.

La Bhagavad Gita è la suprema istruzione morale (vedi: nono capitolo, trentaquattro versi: uno deve diventare un devoto di Krishna, e l'essenza di ogni religione è di arrendersi a Krishna,

Noi siamo consapevoli che realizzarsi mediante la speculazione filosofica e la meditazione è un processo virtuoso, ma arrendersi completamente a Krsna è la più alta perfezione.