



瑜伽文库 [9]
YOGA LIBRARY

The Teaching of the
Bhagavad Gita

《薄伽梵歌》 的教导

【印】斯瓦米·戴阳南达 / 著

汪永红 / 译



四川人民出版社



【印】斯瓦米·戴阳南达 / 著
汪永红 / 译



四川人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

《薄伽梵歌》的教导 / (印) 斯瓦米·戴阳南达著;
汪永红译. —成都: 四川人民出版社, 2019.1

(瑜伽文库)

ISBN 978-7-220-11030-6

I. ①薄… II. ①斯… ②汪… III. ①史诗—印度—
古代②梵—印度教—研究 IV. ①I351.22②B982

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第227083号

BOJIAFANGE DE JIAODAO

《薄伽梵歌》的教导

[印] 斯瓦米·戴阳南达 著 汪永红 译

责任编辑
封面设计
版式设计
责任校对
责任印制

何朝霞 杨雨霏
肖 洁
戴雨虹
袁晓红 林 泉
王 俊

出版发行
网 址
E-mail
新浪微博
微信公众号
发行部业务电话
防盗版举报电话
照 排
印 刷
成品尺寸
印 张
字 数
版 次
印 次
书 号
定 价

四川人民出版社(成都槐树街2号)
<http://www.scpph.com>
scrmcbs@sina.com
@四川人民出版社
四川人民出版社
(028) 86259624 86259453
(028) 86259624
四川胜翔数码印务设计有限公司
四川东江印务有限公司
130mm×185mm
8.25
160千
2019年1月第1版
2019年1月第1次印刷
ISBN 978-7-220-11030-6
40.00元

■版权所有·侵权必究

本书若出现印装质量问题, 请与我社发行部联系调换
电话: (028) 86259453



瑜伽文库
YOGA LIBRARY

“瑜伽文库”编委会

策 划 汪 瀾

主 编 王志成

编委会	陈 思	迟剑锋	戴京焦
	方 桢	富 瑜	高光勃
	何朝霞	郝宇晖	蕙 觉
	菊三宝	科 雯	Ranjay
	毛 鑫	灵 海	刘从容
	路 芳	迷 罗	沙 金
	顺 颐	宋光明	王保萍
	王东旭	王 洋	王 媛
	闻 中	吴均芳	尹 岩
	张新樟	朱彩红	朱泰余

翻译和出版的书面许可来自：

室利·甘伽达瑞斯瓦基金会

Sri Gangadhareshwar Trust

室利·甘伽达瑞斯瓦基金会版权所有

未经作者和出版者的书面许可，不得以任何形式或任何方式（包括电子或机械影印、录制，或任何信息存储和检索系统）复制或传播本书的任何部分。

作者介绍

斯瓦米·戴阳南达（Swami Dayananda，1930年8月15日 - 2015年9月23日）是印度杰出的吠檀多学者和罕见大师，受到学术界和传统权威人士的高度重视。他曾师从众多导师，广泛学习了《奥义书》、逻辑和梵文语法。他深厚的学问使其教学非常清晰，无论是在印度定期举办的数千人参加的演讲会，还是在世界各地大学举办的研讨会，他生动的教学和沟通能力，使他与听众建立了非常融洽的关系。

斯瓦米·戴阳南达从1976年起，在印度及世界各地亲授吠檀多五十余载。他在印度瑞诗凯诗和哥印拜陀、美国宾夕法尼亚州的等静修中心，曾多次亲授吠檀多方法论。斯瓦米·戴阳南达亲授的学生遍及世界各地，其中最著名的学生是印度现任总理莫迪。斯瓦米·戴阳南达奔波于世界各地进行教学和演讲，传播印度哲学。

斯瓦米·戴阳南达以出色的沟通能力闻名于世，他曾在海外许多著名的论坛、国际公约、教科文组织、联合国千禧年峰会等重大场合发表公开讲话，包括：联合

国非政府组织聚会、教科文组织“汉城全球公约”、联合国五十周年庆祝活动、千禧年世界和平首脑会议、保护宗教多样性国际大会、保护圣地大会、青年和平首脑会议、全球妇女宗教和灵性导师和平倡议等。

2016年1月25，尊敬的斯瓦米·戴阳南达被授予了莲花奖勋章（Padma Bhushan），以追认他在灵性领域为国家做出的杰出贡献。

“瑜伽文库”总序

古人云：观乎天文，以察时变；观乎人文，以化成天下。人之为人，其要旨皆在契入此间天人之化机，助成参赞化育之奇功。在恒道中悟变道，在变道中参常则，“人”与“天”相资为用，相机而行。时时损益且鼎革之。此存“文化”演变之大义。

中华文明源远流长，含摄深广，在悠悠之历史长河，不断摄入其他文明的诸多资源，并将其融会贯通，从而返本开新、发闳扬光，所有异质元素，俱成为中华文明不可分割的组成部分。古有印度佛教文明的传入，并实现了中国化，成为华夏文明整体的一个有机部分。近代以降，西学东渐，一俟传入，也同样融筑为我们文明的固有部分，唯其过程尚在持续之中。尤其是20世纪初，马克思主义传入中国，并迅速实现中国化，推进了中国社会的巨大变革……

任何一种文化的传入，最基础的工作就是该文化的经典文本之传入。因为不同文化往往是基于不同的语言，故文本传入就意味着文本的翻译。没有文本之翻

译，文化的传入就难以为继，无法真正兑现为精神之力。佛教在中国的扎根，需要很多因缘，而前后持续近千年的佛经翻译具有特别重要的意义。没有佛经的翻译，佛教在中国的传播就几乎不可想象。

随着中国经济、文化之发展，随着中国全面参与到人类共同体之中，中国越来越需要了解更多的其他文化，需要一种与时俱进的文化心量与文化态度，这种态度必含有一种开放的历史态度、现实态度和面向未来的态度。

人们曾注意到，在公元前8—前2世纪，在地球不同区域都出现过人类智慧大爆发，这一时期通常被称为“轴心时代”。这一时期所形成的文明影响了之后人类社会2000余年，并继续影响着我们生活的方方面面。随着人文主义、新技术的发展，随着全球化的推进，人们开始意识到我们正进入“第二轴心时代”（the Second Axial Age）。但对于我们是否已经完全进入一个新的时代，学者们持有不同的意见。英国著名思想家凯伦·阿姆斯特朗（Karen Armstrong）认为，我们正进入第二轴心时代，但我们还没有形成第二轴心时代的价值观，我们还需要依赖第一轴心时代之精神遗产。全球化给我们带来诸多便利，但也带来很多矛盾和张力，甚至冲突。这些冲突一时难以化解，故此，我们还需要继续消化轴心时代的精神财富。在这一意义上，我们需要在新的处境下重新审视轴心文明丰富的精神遗产。此一行动，必

是富有意义的，也是刻不容缓的。

在这一崭新的背景之下，我们从一个中国人的角度理解到：第一，中国古典时期的轴心文明，是地球上曾经出现的全球范围的轴心文明的一个有机组成部分；第二，历史上的轴心文明相对独立，缺乏彼此的互动与交融；第三，在全球化视域下不同文明之间的彼此互动与融合必会加强和加深；第四，第二轴心时代文明不可能凭空出现，而必须具备历史之继承和发展性，并在诸文明的互动和交融中发生质的突破和提升。这种提升之结果，很可能就构成第二轴心时代文明之重要资源与有机部分。

简言之，由于我们尚处在第二轴心文明的萌发期和创造期，一切都还显得幽暗和不确定。从中国人的角度看，我们可以来一次更大的觉醒，主动地为新文明的发展提供自己的劳作，贡献自己的理解。考虑到我们自身的特点，我们认为，极有必要继续引进和吸收印度正统的瑜伽文化和吠檀多典籍，并努力在引进的基础上，与中国固有的传统文化，甚至与尚在涌动之中的当下文化彼此互勘、参照和接轨，努力让印度的古老文化可以服务于中国当代的新文化建设，并最终可以服务于人类第二轴心时代文明之发展，此所谓“同归而殊途，一致而百虑”。基于这样朴素的认识，我们希望在这些方面做一些翻译、注释和研究工作，出版瑜伽文化和吠檀多典籍就是其中的一部分。这就是我们组织出版这套“瑜伽

文库”的初衷。

由于我们经验不足，只能在实践中不断累积行动智慧，以慢慢推进这项工作。所以，我们希望得到社会各界和各方朋友的支持，并期待与各界朋友有不同形式的合作与互动。

“瑜伽文库”编委会

2013年5月

《〈薄伽梵歌〉的教导》中文版序言

《薄伽梵歌》是一部备受尊崇的印度古代灵性杰作，它揭示了每个人借由行动瑜伽（karma yoga）及其价值观和态度，可以获得永恒的自由和圆满，这是获得情感成熟的心智（一种能够理解和吸收至上教导的心智）所必需的。《〈薄伽梵歌〉的教导》是诠释《薄伽梵歌》的著作，是尊敬的斯瓦米·戴阳南达（Pujya Swami Dayananda）的英语讲谈集结而成的一本书。在这本书中，斯瓦米·戴阳南达有条不紊地逐章展示了《薄伽梵歌》的视野和所有重要主题，使人能够深入领悟该教导，并为更详细地学习奠定基础。

这本书由尊敬的斯瓦米·戴阳南达的学生S.罗达克里希那（S.Radhakrishnan）博士首次引荐给中国读者。在罗达克里希那博士的中国学生中，汪永红女士对学习和吸收这本书的内容表现出极大的兴趣，她还对将这本书翻译为中文表示了强烈意愿。这本书的首部中文译著凝聚着汪永红女士的承诺和努力，罗达克里希那博士对

汪永红女士在翻译这本书时所给予的指导和帮助值得特别提及。我们祝贺汪永红女士和罗达克里希那博士推出这本书的首部中文译著。我们希望并祝愿这本书能够永驻有志灵性追求的中国读者心中，并赐福予他们。愿《〈薄伽梵歌〉的教导》帮助中国读者更好地理解《薄伽梵歌》，并借此获得生命的圆满。

Om Tat Sat.

阿夏·韦迪亚古鲁学堂导师

(Acarya, Arasha Vidya Gurukulam)

斯瓦米·香卡拉南达·萨拉斯瓦提

(Swami Shanakarananda Saraswati)

2018年7月7日写于印度哥印拜陀的阿尼卡提

(Anaikatti, Coimbatore, India)

前 言

《〈薄伽梵歌〉的教导》以这样的保证开篇：悲伤没有缘由。《薄伽梵歌》致力于解决人类冲突和悲伤的问题。该教导的背景是阿周那的特殊情况——却源于每个人所感受到的匮乏感。一个人无力面对某种特定情况，是因为他或她不了解每个具体问题皆源于自我匮乏的人类根本问题，除非一个人发现自我是圆满俱足的，否则生活仍然是一个问题。

克里希那在《薄伽梵歌》中开示：每个人——实际上每个存在——都是完整的、俱足的自我，匮乏感源于对自我真正本性的无知，此种情况成为问题，造成冲突和无奈感。自我知识——唯有该知识才能消除匮乏感。当个人发现自己是俱足完整的存在时，所有冲突和悲伤都消失了，喜乐变得自然，毫不费力，个人成为一个自发的人，生活成为一个游戏。该知识被称为“自我知识”（Brahmavidyā，又译为“梵知”），是《薄伽梵歌》的主要教导。

《薄伽梵歌》还教导行动瑜伽，即：将付出行动作为对主的供奉，接受其结果作为主的恩赐。为了接受经文所开示的真理，就必须拥有一个冥想的心智，一个没有好恶的心智（好恶是自我知识的障碍）。因此，《薄伽梵歌》教导行动瑜伽，作为消除好恶的手段。行动瑜伽不过是对主的虔信或奉献，它表现为秉持如此态度：将付出行动作为对主的供奉，而欣然接受行动结果作为主的恩赐。这种瑜伽的态度中和了好恶，带来了一个宁静开放的心智——一个学习的心智。这是瑜伽论（Yogaśāstra），形成了《薄伽梵歌》的第二个教导。梵知（Brahmavidyā）和瑜伽论（yogaśāstra）共同构成了《薄伽梵歌》的完整教导。

从阿周那的这个声明中可以看出，克里希那的教导是有效的：“我的困惑已经消失了，我已经获得了‘我是俱足和完整’的知识，我毫不犹豫地去做我应该做的事情。”当《薄伽梵歌》的教导被吸收时，每个人皆可以如此说。

在这本书中，斯瓦米·戴阳南达用清晰直接的语言展开了《薄伽梵歌》的教导，在保留经文的深刻性和整体教导精髓的同时，斯瓦米·戴阳南达使其对于每个人都变得简单易懂，这是斯瓦米·戴阳南达对《薄伽梵歌》所有十八章谈话的凝练转述，读者可以获得《薄伽

梵歌》的全面视野，以及每章所讨论的个别的、主要的话题。

该书由斯瓦米·戴阳南达在加利福尼亚州的学生坎蒂·拉玛丝瓦米（Candy Ramaswamy）女士精炼和编辑，我们感谢她为此付出的极大工作。我们也感谢澳大利亚的苏珊·维纳（Susen Werner）的建议，她也是斯瓦米·戴阳南达的学生。

斯瓦米·韦迪塔特南达（Swami Vidadatmananda）
室利·甘伽达瑞斯瓦基金会（Sri Gangadhareswar Trust）

目 录

前 言	001
第一章 人类的问题	001
基本问题	001
渴望不同	003
两种追求	004
生活的目的	006
《薄伽梵歌》的解决方案	007
第二章 阿周那的悲伤	009
《薄伽梵歌》的背景	009
开场白	012
阿周那的内心冲突	015
第三章 寻求解决方案	019
克里希那的建议	019
阿周那发现的问题	022